

Krallmann • Kottmann

2.
Auflage

A black and white photograph of the front of a bicycle, showing the handlebars, a headlight, a fender, and the front wheel with spokes. The bicycle is positioned on the left side of the cover, with the wheel extending towards the bottom right.

EIN FAHRRAD ERZÄHLT

50 KURZE GESCHICHTEN
ZUM VORLESEN BEI DEMENZ

 reinhardt

Peter Krallmann • Uta Kottmann

Ein fahrrad erzählt

50 kurze Geschichten
zum Vorlesen bei Demenz

2. Auflage

Ernst Reinhardt Verlag München

Peter Krallmann, Rosendahl, ist als psychologischer Berater sowie ehrenamtlicher Mitarbeiter bei verschiedenen sozialen Einrichtungen tätig.

Dr. med.*Uta Kottmann*, Marl, verfügt über langjährige Erfahrung im phoniatriischen und neurologischen Klinikbereich und ist als Gutachterin bei neurologisch erkrankten Patienten tätig.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <<http://dnb.d-nb.de>> abrufbar.

ISBN 978-3-497-02564-0 (Print)

ISBN 978-3-497-60656-6 (PDF-E-Book)

ISBN 978-3-497-61054-9 (EPUB)

© 2018 by Ernst Reinhardt, GmbH & Co KG, Verlag, München

Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung der Ernst Reinhardt GmbH & Co KG, München, unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen in andere Sprachen, Mikroverfilmungen und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Printed in EU

Covermotiv: © igor / fotolia.com

Satz:FELSBURG Satz & Layout, Göttingen

Ernst Reinhardt Verlag, Kemnatenstr. 46, D-80639 München

Net: www.reinhardt-verlag.de E-Mail: info@reinhardt-verlag.de

Inhalt

Vorwort

Wind und Wetter – Erlebnisse in der Natur

Am Meer

Eine Fahrradtour in den Bergen

Das Baumhaus

Der Bovist

Der Tag beginnt

Die Mütze

Spaziergehen ist gesund!

Im Stadtpark

Frühlingssonne

Jahreszeiten

Von großen und kleinen Tieren

Anton Amsel

Der Schmetterling

Der Suppenspatz

Die Kröte

Die Marder

Die Rettung

Ein Fisch erzählt

Ein Hund erzählt

Frau Lohmeier und der schwarze Schwan

Gänse

Maximilian und Taro

Resi Raupe

Rotkehlchen

In die Ferne schweifen – Reisegeschichten

Ein Fahrrad erzählt

Ein Weihnachtsstern erzählt

Eine Reise ins Ausland

Genua

Mit Bello auf großer Fahrt

Paris

Die Schatzinsel

Feste feiern

Das Fest am Weiher

Kindergeburtstag

Kirmes in der Stadt

Neujahr

Vom Zusammenleben im Alltag

Auf dem Wochenmarkt

Das Glückstagebuch

Der Holzdackel

Der zweite Biss

Die besorgte Mutter

Die Heiratsanzeige

Die italienische Flagge

Friedrich, der Philosoph

Herberts Glückstag

In der Eisdiele

Kaiserbrunnen

Im Kaufhaus

Die Spielzeug-Eisenbahn

Stromausfall

Zu dünn

Die sieben Zwerge

Vorwort

Wer an Demenz erkrankt ist, findet sich oft isoliert und am Rande der Gesellschaft wieder. Wir möchten mit unserem Vorlesebuch die Erinnerung wecken an die Zeiten, in denen der Erkrankte noch in umfangreicheren sozialen Beziehungsfeldern lebte. Mit einfacher, verständlicher Sprache holen wir bildhafte Vorstellungen zurück, die mit früheren, emotionalen Erlebnissen verknüpft sind. Erinnerungen werden lebendig, wenn unsere Alltagsgeschichten vorgelesen werden. Möglicherweise verlässt der Erkrankte für Momente seine Isolation. Das Buch kann dazu eine Brücke sein.

Unsere Geschichten für Demenzkranke wollen unterhalten. Die Inhalte sind positiv. Unsere Leser sollen nicht traurig gestimmt werden durch zu ernste Themen. Bekannte Begriffe und Alltagssituationen wie Spaziergehen, Erlebnisse mit Tieren, Wind und Wetter, Begegnungen mit Menschen und lustige Episoden setzen Erinnerungsprozesse in Gang und der Bestand im Langzeitgedächtnis wird angesprochen. Die Geschichten sind bewusst kurz gefasst. Sie können inhaltlich und in der Länge gut variiert werden, um differenziert auf die individuellen Fähigkeiten, Biografien und Interessen der Zuhörerinnen und Zuhörer eingehen zu können.

Treffen Sie selber eine Auswahl, die den Möglichkeiten des Erkrankten entspricht. Dabei möchten wir Ihnen folgende Tipps zum Vorlesen mitgeben:

Zur Unterstützung des besseren Verstehens ist es sinnvoll, Betonung, Ausdruck, Lesetempo und

Sprechpausen beim Vorlesen dem aktuellen Zustand des Zuhörers anzupassen.

Fragen am Ende eines Textes sollten vorsichtig gestellt werden, um eine Überforderung zu vermeiden. Kann der Demenzkranke die Frage nicht beantworten, entsteht für ihn eine Stresssituation. Das muss auf jeden Fall vermieden werden.

Die Geschichten mit offenen Fragen sollen den Zuhörer zu einer Antwort bringen. Hier ist jede Reaktion richtig.

Bei den Versen mit Reimwörtern am Ende ist es sinnvoll, den Reim selber zu ergänzen, wenn es dem Zuhörer nicht spontan gelingt.

Nicht fordern, schon gar nicht überfordern, dennoch wecken, um Stärken zu erhalten.

Nicht nur Worte stellen den Kontakt her zu unseren Zuhörern. Ebenso wichtig ist das Übermitteln durch nonverbale Möglichkeiten der Körpersprache wie z. B. Augenkontakt, Gestik, Mimik und Berührung. Eine Berührung am Arm, ein Händedruck können Wunder bewirken.

Wind und Wetter – Erlebnisse in der Natur



Am Meer

Ich mache Urlaub in einem kleinen Fischerdorf an der Ostsee. Neben der Hafeneinfahrt liegt ein nettes Café. Genau richtig für mich nach der zweistündigen Wanderung. Kaum sitze ich und will meinen Kaffee trinken, kommt Heinrich. Wir haben uns während der Anreise kennengelernt. Er saß im Bus neben mir auf dem Notsitz, weil der Bus sehr voll war.

„Hallo Peter“, begrüßt er mich, „was machst du denn hier?“ „Komm, setz’ dich zu mir“, lade ich ihn ein. Wir haben uns einiges zu erzählen. Er ist in einem anderen Hotel untergebracht. Und jetzt tauschen wir uns aus, wer das bessere Frühstück hatte. „Ich hatte Rühreier mit Schinken.“ – „Ich kleine heiße Würstchen.“ – „Pflaumenmus“ – „Fruchtsaft“ – „Haferflocken“ – „warmes Gebäck“ – „Kakao“. Schwer zu sagen, wer gewonnen hat.

Inzwischen hat sich der Himmel völlig verändert. Das helle Sommerblau hat sich zu einem dunklen Azur gewandelt, von dem sich weiße Wolkenbänke scharf umrissen abheben. Davor ein Fischerboot in einem kräftigen Grün. Ein beeindruckendes Farbenspiel, aber das Wetter scheint sich zu drehen. Droht ein Gewitter? Gut, dass wir sicher und trocken an Land sitzen und nicht auf dem bewegten Meer in dem grünen Boot. Von unserem Standort können wir die wechselnde Szenerie beobachten wie von einer Tribüne.

Etwas später beruhigt sich das Wetter, aber die Wolken haben es immer noch eilig und zeichnen Figuren in das Himmelsblau. Ich entdecke dabei ständig neue Bilder:

einen Hund, einen Fisch, ein Gesicht mit langer Nase und
und und ...

Eine Fahrradtour in den Bergen

Nach Bayern wollte ich nun wirklich nicht, so weit im Süden. Schließlich war ich im Ruhrgebiet zu Hause. Aber die Bundeswehr wollte es anders. Ich hatte einen Stellungsbefehl für Sonthofen mit der Bundessportschule. Vielen Dank!

Aber ganz so schlimm wurde es dann doch nicht. Nach einem Monat hatte ich mich eingelebt. An einem freien Tag entschloss ich mich mit einem Fahrrad eine Tour in die Umgebung zu machen. Ein kleines Dorf im Süden von Sonthofen, etwa 30 km entfernt, war mein Ziel. Dass ich hier nicht im Flachland war, merkte ich allerdings schon bald. Es ging bergauf, bergab, und manchmal wurde es richtig steil. Aber schließlich war ich ja in der Bundessportschule und gut durchtrainiert. Also wurde nicht gejammert, sondern kräftig in die Pedale getreten.

Dicke, weiße Wolken schoben sich über die Berge. Ein Greifvogel kreiste hoch über mir. Grüne Wiesen wechselten sich ab mit von reifem Korn gelb gefärbten Feldern. Im Dorf angekommen, machte ich erst einmal eine lange Pause. Ich hatte mir ein paar Brote mitgenommen und trank dazu in einem Biergarten ein Weizenbier. Am frühen Nachmittag startete ich zur Rückfahrt.

Nach drei Kilometern führte nach rechts ein Weg, den ich auf meiner Karte zu erkennen glaubte. Das schien eine gute Abkürzung zu sein. Es ging mitten durch einen Wald. Links und rechts des Weges standen dicht an dicht hohe Tannen. Nach zwei Kilometern sah ich immer noch Tannen und keine Straße, die eigentlich längst hätte da sein