

GÜTERSLOHER
VERLAGSHAUS





Entdecken Sie mehr auf
www.gtvh.de

Rita Kusch

Neue Schatztruhe für die Seniorenarbeit

Impulse, Materialien und
Gesprächsanstöße

Gütersloher Verlagshaus

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische
Daten sind im Internet über <https://portal.dnb.de> abrufbar.



Verlagsgruppe Random House FSC® N001967

1. Auflage

Copyright © 2016 Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh,
in der Verlagsgruppe Random House GmbH,
Neumarkter Str. 28, 81673 München

Der Verlag weist ausdrücklich darauf hin, dass im Text enthaltene externe
Links vom Verlag nur bis zum Zeitpunkt der Buchveröffentlichung
eingesehen werden konnten. Auf spätere Veränderungen hat der Verlag
keinerlei Einfluss. Eine Haftung des Verlags ist daher ausgeschlossen.

Umschlagmotive (von links nach rechts und oben nach unten): © De Visu –
Fotolia.com / © spuno – Fotolia.com / © Robert Kneschke – Fotolia.com / ©
wavebreakpremium – Fotolia.com / © Günter Menzl – Fotolia.com / © Robert
Kneschke – Fotolia.com

Druck und Bindung: CPI books GmbH, Leck

Printed in Germany

ISBN 978-3-579-06207-5

www.gtvh.de

Inhalt

Einleitung	7
<i>Intention des Buches</i> 7 – <i>Zum Aufbau des Buches</i> 8 – <i>Atmosphäre</i>	
<i>9 – Programm und Werbung</i> 10 – <i>Generationen</i> 10 – <i>Gäste</i> 11 –	
<i>Männer und Frauen</i> 12 – <i>Zu den Zeitangaben</i> 12 – <i>Gruppenlei-</i>	
<i>tung und Team</i> 12 – <i>Budget</i> 13 – <i>Gruppenbuch</i> 13	
Mit zwölf Themen durch das Jahr	15
Januar Die Weisen aus dem Morgenland – Könige – Besuch	16
Februar Spaziergang durch den Monat	34
März Aschermittwoch und Passionszeit	49
April Pleiten, Pech und Pannen.....	58
Mai Quiz.....	65
Juni Rosen	72
Juli Tiere	81
August Dorf	97
September Weinlese	105
Oktober Luther	113
November Judentum	121
Dezember Geschenke.....	130

Sonderthemen

Einheiten ohne jahreszeitliche Zuordnung 139

Alter und Altern 140

Fernseher..... 151

Gesundheit und Krankheit 161

Essen und Trinken 177

Gedächtnisallerlei..... 191

Schlusswort.....217

Abbildungsnachweis219

Einleitung

Mit diesem Buch lade ich Sie dazu ein, mit mir und Ihrem Seniorenkreis oder Ihrer Beschäftigungsrunde einmal durch das Jahr zu gehen. Jedem Monat habe ich ein Thema zugeordnet, das mir für diesen Monat eingefallen ist. Manche Themen passen nur in diesen Monat, manche können Sie gut auch zu anderen Zeiten anbieten. Darüber hinaus präsentiere ich Ihnen fünf weitere Themen, die keinem Monat speziell zuzuordnen sind.

Es sind jeweils viel mehr Methoden und Vorgehensweisen für eine Einheit vorgeschlagen, als Sie für eine Zusammenkunft brauchen. Wählen Sie aus, was Ihnen und Ihren Teilnehmenden gefallen könnte, fügen Sie eigene Ideen hinzu und lassen Sie weg, was Ihnen nicht gefällt. Einige Methoden können Sie gut auch in anderen thematischen Zusammenhängen nutzen.

So, wie Sie in einer Schatzkiste manches interessant finden und genauer betrachten und anderes schnell wieder weglegen, so sollten Sie auch mit den Ideen in diesem Buch umgehen. Sie wissen selber am besten, was Ihnen und Ihrer Gruppe liegt und Freude bereitet oder zum Erzählen und zum Austausch anregt.

INTENTION DES BUCHES

Mit den vielen Erzählspielen in diesem Buch möchte ich dazu beitragen, dass die älteren Menschen miteinander ins Gespräch kommen, aus Ihrem Leben erzählen und sich dessen

vergewissern, was sie alles erlebt und erfahren haben. Damit möchte ich weg vom eher unterhaltenden Stil in der Seniorenarbeit hin zu mehr Beteiligung und Mitwirkung. Schließlich haben wir es mit einer Generation zu tun, die viel erlebt und durchlebt hat, das es zu heben und zu teilen gilt. Natürlich ist das Erzählen immer freiwillig und kann und darf nicht erzwungen werden. Manche Erinnerung möchte man vielleicht auch nicht teilen. Das gilt es selbstverständlich zu respektieren. Wenn Sie erst damit beginnen, die älteren Menschen zum Erzählen anzuregen, müssen Sie damit rechnen, dass es dagegen zunächst Widerstand gibt. Erst allmählich werden die Teilnehmenden Mut finden, von sich zu erzählen und dabei spüren, dass es gut tut, sich der eigenen Lebensleistung bewusst zu werden und eigene Erfahrungen mit anderen zu teilen. Hier gilt es für Sie, einen langen Atem zu haben.

Mit Gedächtnisspielen und Denksportaufgaben soll neben dem Gewinn an Spaß und Freude auch das Gehirn angeregt werden. Die kleinen Geschichten, die Sie in dem jeweiligen thematischen Zusammenhang vorlesen können, regen Sie sicherlich dazu an, von eigenen ähnlichen Erlebnissen zu erzählen. Lassen Sie der Gruppe immer viel Zeit zum Austausch und zum Gespräch. Wenn Sie dann eigene Vorbereitungen nicht mehr nutzen können, kommen diese sicherlich zu einem anderen Zeitpunkt zum Zuge.

ZUM AUFBAU DES BUCHES

Jedes Kapitel beginnt mit einer kurzen Beschreibung des Themas, um das es darin geht. Dann lade ich Sie zu einer eigenen Annäherung an das Thema ein. Das ist mir wich-

tig, damit Sie herausfinden können, ob dieses Thema etwas für Sie und für Ihre Gruppe ist. Solch eine Schatztruhe für die Seniorenarbeit kann ja kein Rezeptbuch sein, aus dem man sich einen schönen Nachmittag kocht. Damit Sie es gut präsentieren können, muss es zu Ihrem Thema werden. Am Ende jeder Anregung habe ich Ihnen aufgeschrieben, welche Materialien Sie dazu benötigen und wie lange Sie dazu in etwa brauchen werden. Wo das möglich war, dort habe ich Ihnen zusätzliche Quellen, beispielsweise im Internet, aufgeschrieben, auf denen Sie weitere Informationen finden können.

ATMOSPHERE

Bedenken Sie, dass viele Ihrer Gäste alleine leben und deshalb die Gemeinschaft, Kaffee und Kuchen oder das gemeinsame Frühstück, besonders genießen werden. Hübsch gedeckte Tische und passende Servietten signalisieren, dass Sie sich auf das Zusammensein gut vorbereitet und gefreut haben. Oft lässt sich auch ein Kuchen finden, der schon auf das Thema hinweist. Dann beginnt die inhaltliche Arbeit schon beim Essen, denn der Austausch wird angeregt werden.

Begrüßen Sie die Hereinkommenden mit Handschlag und sprechen Sie möglichst alle mit dem Namen an. Das vermittelt eine schöne Willkommenskultur und wird zu einem harmonischen Miteinander in der Gruppe beitragen.

Führen Sie die Gruppe mit einigen Sätzen in das Thema ein, damit alle mitgenommen werden können in das, was bei diesem Treffen auf sie zukommen wird.

PROGRAMM UND WERBUNG

Ich halte viel davon, das Programm des Seniorenkreises oder der Beschäftigungsrunde bereits im Vorfeld bekannt zu geben. In Halbjahres- oder Jahresprogrammen kann gut darauf hingewiesen werden. Das ermöglicht den Teilnehmenden, sich zu überlegen, ob sie dieses Thema interessiert. Außerdem könnten so die älteren Menschen zu einem Thema selber etwas mitbringen oder beitragen. Das unterstützt den Ansatz der Aktivierung und Beteiligung der älteren Menschen.

Vielleicht schreibt Ihre Kirchengemeinde den Jubilaren zum Geburtstag oder macht Besuche. Dann bitten Sie doch darum, man möge das Programm des Seniorenkreises mit in die Post legen oder beim Besuch mitzugeben. Auch das Auslegen der Programme in Arztpraxen, Apotheken oder an anderen Orten, die Senioren häufig frequentieren, lohnt sich. Da viele der älteren Menschen auch das Internet nutzen, können Sie das Programm, die Zeiten und den Treffpunkt auch dort veröffentlichen.

Zu denken, Seniorenarbeit sei ein Selbstläufer und bedürfe keiner Werbung, ist ein Irrglaube. Interessante Themen oder Referenten locken gewiss auch solche Menschen in den Kreis, die bisher noch nicht gekommen sind.

GENERATIONEN

Wo immer mir das sinnvoll erschien, habe ich die Anregung gegeben, zu einem Thema jüngere Menschen einzuladen, damit die Generationen miteinander ins Gespräch

kommen. Die Familien wohnen oft weit auseinander oder der Kontakt ist problematisch. Wer aber nur in seiner eigenen Altersgruppe lebt, verliert den Blick auf die Gesamtgesellschaft. Außerdem ist es oft leichter möglich, mit fremden Menschen über die eigenen Erinnerungen zu sprechen, als mit den eigenen Angehörigen. Da hören die älteren Menschen oft den Satz: »Ach, Mutti, das hast du schon so oft erzählt!« Das ermutigt nicht gerade dazu, vom eigenen Erleben zu sprechen. Vielleicht bietet sich die Konfirmandengruppe oder ein Kreis junger Erwachsener an, mit den älteren Menschen ins Gespräch zu kommen. Dabei können beide Seiten voneinander profitieren. Manchmal reicht es auch, das Ergebnis eines Themas an gut sichtbarer Stelle im Haus zu präsentieren, um auf die Arbeit im Seniorenkreis aufmerksam zu machen.

GÄSTE

Zu vielen Themen kann man gut Gäste einladen, die auf ihrem Gebiet erfahren sind und Wissen weitergeben können. Ein Referent in der Gruppe ist in der Regel belebend und interessant. Überlassen Sie aber dem Referenten besser nicht die ganze Stunde, weil das oft zulasten der Gemeinschaft geht, denn dann schaut man nur gemeinsam auf diesen Fachmann, kommt aber nicht mehr so gut miteinander ins Gespräch. Bedenken Sie auch, dass Gäste Multiplikatoren sind, die in ihren Zusammenhängen von der Seniorenarbeit erzählen und so bekannter machen, dass dort interessante Themen besprochen werden und interessante Menschen aus ihrem Leben erzählen.

MÄNNER UND FRAUEN

Sicherlich ist es richtig, dass es in der Generation der älteren Menschen mehr Frauen als Männer gibt. Aber dass oft so wenige Männer sich von unseren Angeboten angesprochen fühlen, liegt oft an unserer Themenwahl. Viele Themen, die traditionell in unseren Angeboten auf der Tagesordnung stehen, sind weiblich orientiert. Auch der Nachmittag als Veranstaltungszeitpunkt und das Angebot von Kaffee und Kuchen erinnert an den Kaffeeklatsch von Frauen und ist daher für Männer nicht so attraktiv. Ich mache die Beobachtung, dass Angebote am Vormittag, die mit einem zweiten Frühstück verbunden sind, prozentual mehr Männer als Gäste vorweisen können.

ZU DEN ZEITANGABEN

Am Ende jeder Methode und jedes Vorschlags habe ich Ihnen aufgeschrieben, wie viel Zeit Sie dafür jeweils einplanen sollten. Diese Angaben sind aber nur vage, denn es ist ja davon abhängig, wie erzählfreudig Ihre Gruppe ist, wie groß sie ist und wie die Teilnehmenden auf die Fragen reagieren. Da werden Sie schnell Ihre eigenen Erfahrungen machen und die Zeit selbst viel besser einschätzen können.

GRUPPENLEITUNG UND TEAM

Wenn Sie die Gruppe in einem Team leiten, verteilen Sie die Aufgaben während der Zusammenkunft so, wie es den

einzelnen Begabungen und Vorlieben entspricht. Nehmen Sie sich vorher und nachher Zeit für die Vorbereitung bzw. den Rückblick, damit die jeweiligen Beobachtungen zusammengetragen werden können. Aus diesen lassen sich Rückschlüsse auf mögliche nächste Themen und Methoden ziehen. Binden Sie auch die Menschen in die Gruppenarbeit ein, die sich um Kaffee und Kuchen oder das Frühstück kümmern. Laden Sie gelegentlich den Pfarrer oder die Pfarrerin oder den Leiter oder die Leiterin der Einrichtung ein, damit der Kreis in die gesamte Gemeinde oder das gesamte Haus eingebunden bleibt und man voneinander erfährt.

BUDGET

Drängen Sie notfalls darauf, dass es für die Arbeit mit den älteren Menschen ein angemessenes Budget gibt. Kaffee und Kuchen oder das Frühstück werden sicherlich durch einen Teilnehmerbeitrag beglichen, aber Sie brauchen gelegentlich Material oder ein Buch für die eigene Vorbereitung. Vielleicht möchten Sie einmal eine Fortbildung besuchen oder bei einem Ausflug eine Teilnehmerin unterstützen, die wegen Ihrer kleinen Rente sonst nicht mitfahren könnte. Das Budget braucht nicht sehr hoch zu sein, aber es ist auch eine Art Wertschätzung für Ihre Arbeit.

GRUPPENBUCH

Nicht nur, wenn Sie die Gruppe in einem Team leiten, ist ein Gruppenbuch eine lohnende Sache. Sie sollten dort

aufschreiben, welches Thema Sie bearbeitet haben, welchen Kuchen es gab, wen Sie eingeladen haben und was es an besonderen Vorkommnissen gab. Auch die Teilnehmerliste ist hilfreich, weil Sie dann schnell sehen können, wer lange nicht da war. Die Nachfrage bei solchen Menschen zeigt, dass sie vermisst wurden und dass man echtes Interesse an ihnen hat.

Außerdem ist so ein Gruppenbuch ein Schatz, wenn einmal eine Chronik geschrieben werden soll oder die Leitung der Gruppe in andere Hände gegeben werden muss.

Manche der Seniorenkreise in meiner Kirche lassen die Teilnehmenden bei jedem Treffen den eigenen Namen in eine Liste eintragen. Das erhöht die Verbindlichkeit, regelmäßig teilzunehmen.

Vielleicht findet sich in Ihrer Gruppe sogar jemand, der besondere Treffen fotografisch festhält. Dann kann das Buch sogar bebildert werden. Sie werden beobachten können, dass auch die Gäste gerne hin und wieder in so einem Buch blättern.

MIT ZWÖLF THEMEN
durch das Jahr

MONATSTHEMA JANUAR: Die Weisen aus dem Morgenland – Könige – Besuch

Im Evangelium von Matthäus wird die Weihnachtsgeschichte so erzählt, dass darin die Weisen aus dem Morgenland die ersten Besucher an der Krippe sind. Mit ihnen kommen Menschen von weit her zu Jesus, wird also das Geschehen in dem kleinen Ort Bethlehem für die ganze Welt geöffnet. Meistens finden unsere Advents- und Weihnachtsfeiern im Dezember statt, sodass die Weisen aus dem Morgenland eher selten Thema dieser Feiern sind. Es ist aber dennoch lohnenswert, sich einmal intensiver mit ihnen zu beschäftigen. Und dazu ist dann ja im Januar auch noch Zeit.

EIGENE ANNÄHERUNG AN DAS THEMA

Welche Bräuche zum Dreikönigstag kennen Sie? Haben Sie Kontakt zu den Menschen, die in Ihrer Nähe das Sternsingen organisieren und könnten Sie die Gruppe in den Kreis einladen? Könnten Sie Menschen in den Kreis einladen, die auch fremd sind?

GESPRÄCHSIMPULS

ERZÄHLSPIEL

Besorgen Sie sich schöne Karten mit passenden Motiven zu den Weisen aus dem Morgenland oder suchen Sie sich

Geschenkpapier mit Sternen. Kleben Sie die Karten mit Pappe ab und schreiben Sie die folgenden Fragen auf die Rückseite. Dann liegen die Karten mit der Bildseite nach oben auf dem Tisch. Die darum versammelten Teilnehmenden decken jeweils eine Karte auf, lesen die Frage vor und kommen darüber ins Gespräch. So könnten die Fragen lauten:

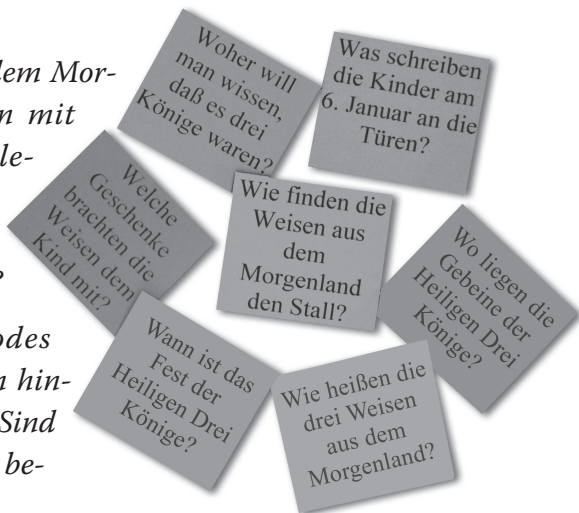
- *Was schenken Sie üblicherweise, wenn es im Freundes- oder Bekanntenkreis Nachwuchs gegeben hat?*
- *Was könnte Sie dazu bewegen, sich auf die Suche nach etwas zu machen, von dem Sie nur eine vage Ahnung haben?*
- *Was würden Sie auf eine lange Reise unbedingt mitnehmen?*
- *Was wäre für Sie ein sehr wertvolles Geschenk?*
- *Welches Naturphänomen konnten Sie schon einmal beobachten?*
- *Haben Sie Kontakt zu Menschen aus einem anderen Kulturkreis? Erzählen Sie uns davon!*
- *Kommen zu Ihnen die Sternsinger, um den Segen an die Haustür zu schreiben?*
- *Man sagt, die Weisen aus dem Morgenland seien Vertreter der drei damals bekannten Erdteile gewesen. Welche Erdteile haben Sie schon besucht?*
- *Man sagt, die Weisen aus dem Morgenland seien die Vertreter der drei Lebensalter gewesen, Kindheit und Jugend, Erwachsenenalter, Greisentum – welches Lebensalter finden Sie am Schönsten?*

- *Die Weisen aus dem Morgenland kommen mit Kamelen und Elefanten. Auf welchen Tieren sind Sie schon geritten?*

- *Der König Herodes wollte die Weisen hinter Licht führen. Sind Sie schon einmal betrogen worden?*

- *Die Weisen werden auch Sterndeuter genannt. Was halten Sie von der Astrologie?*

- *Einer der Weisen wird als Mensch mit schwarzer Hautfarbe dargestellt. Kennen Sie Menschen anderer Hautfarbe? Erzählen Sie davon!*



Weitere Fragen mögen Ihnen oder auch Ihren Teilnehmenden selber einfallen.

Dauer: je nach Gruppengröße und Erzählfreude der Teilnehmenden 45 bis 60 Minuten

Material: die Karten mit den Fragen (Fragen auf CD-ROM)

GESPRÄCHSIMPULS

ZUWANDERER

Die Weisen aus dem Morgenland sind Fremde, die zur Geburt Jesu kommen und ihren Besuch machen. In unseren Tagen kommen auch viele Zuwanderer zu uns und

suchen hier Zuflucht und Schutz. Das erinnert besonders die Menschen älterer Generation an Flucht und Vertreibung. Manche reagieren mit Mitleid und dem Wunsch, zu helfen. Andere erinnern sich an eigene leidvolle Erfahrung in der Kriegs- und Nachkriegszeit und beklagen, dass sie damals nicht so viel Hilfe bekommen hätten, wie die Flüchtlinge heute. Das ist sicherlich ein sensibles Thema, das aber nicht ausgeklammert werden sollte.

Richten Sie nacheinander folgende Fragen an die Runde Ihrer Teilnehmenden und lassen Sie viel Zeit zum Erzählen und Diskutieren.

- *Was müsste geschehen, damit Sie Ihre Heimat verlassen?*
- *Was brauchen Menschen, um sich irgendwo heimisch zu fühlen?*
- *Wem sollte man das Asylrecht verweigern und warum?*
- *Was soll mit Asylsuchenden geschehen, die sich hier nicht integrieren wollen oder können?*
- *Welche Angebote zur Integration sind aus Ihrer Sicht dringend notwendig?*
- *Könnten Sie sich vorstellen, sich um einen Asylsuchenden besonders zu kümmern und ihm das Einleben zu erleichtern?*

Wenn Sie dieses Thema vertiefen möchten, verweise ich Sie auf das Kapitel »Heimat« in meinem Buch »Schatztruhe für die Seniorenarbeit«, in dem ich dieses Thema ausführlicher bearbeitet und Ihnen dazu vielfältige methodische Vorschläge gemacht habe. Die Besucher aus dem Morgenland sind ja nicht im eigentlichen Sinne Zuwanderer, sondern eher Besucher, die nach ihrer Begegnung mit der Heiligen

Familie wieder in ihre Heimat zurückgekehrt sind. Deshalb passt hier vielleicht eher der nächste methodische Vorschlag.

Dauer: 30 Minuten

Material: die Fragen (CD-ROM) auf Karten oder mündlich gestellt

GESPRÄCHSIMPULS

BESUCH BEKOMMEN ODER BESUCHE MACHEN

Heute geht man schnell auf einen Sprung zu Freunden oder Bekannten, wird spontan zum Mittagessen eingeladen oder verabredet sich kurzfristig auf ein Glas Bier oder Wein. Früher war es ein größeres Unternehmen, Besuch zu bekommen oder Besuche zu machen. Die Wohnung oder das Haus wurde geputzt, die beste Tischdecke aufgelegt, die natürlich blütenrein und gut gebügelt war. Es wurde Kuchen gebacken oder ein aufwändiges Essen gekocht. Das gute Geschirr kam aus dem Schrank. Auf den Bauernhöfen war das eine Gelegenheit, wieder einmal in die gute Stube zu gehen. Regen Sie Ihre Teilnehmenden dazu an, über die Besuchskultur früher ins Gespräch zu kommen. Mit dieser Methode können Sie das Gespräch schnell in Gang bringen.

Suchen Sie sich einen schönen Korb, in dem Sie folgende Gegenstände legen:

- *Einen Schrubber*
- *Eine gute Tischdecke*
- *Eine Kuchenform*
- *Eine Serviette*

- *Putzmittel*
- *Eine Kittelschürze*
- *Ein Staubtuch*
- *Eine Sammeltasse*

Ggf. finden Sie und Ihre Teilnehmenden weitere Ideen.

Decken Sie die Gegenstände im Korb zunächst mit einem großen Tuch ab. So wecken Sie die Neugier der Teilnehmenden. Packen Sie nun den Korb nach und nach aus und lassen Sie zu jedem Gegenstand die Assoziationen fließen, sodass die Menschen in Ihrer Runde darüber ins Gespräch kommen, was früher alles angestellt wurde, bevor man Besuch empfing.

Vergleichen Sie dann diese Besuchskultur mit dem, was heute geschieht, wenn Freunde oder Bekannte einander besuchen.

Diese Einheit eignet sich auch gut, wenn Sie in Ihrer Gemeinde oder in Ihrem Altenpflegeheim einen Kreis ehrenamtlicher Besucher haben. So kann man diese engagierten Menschen gut schulen und ihnen deutlich machen, wie sehr sich die Kultur des Besuchens im Laufe der Jahre verändert hat.

Dauer: 30 Minuten

Material: den Korb mit den aufgelisteten Gegenständen



UNVERKÄUFLICHE LESEPROBE



Rita Kusch

Neue Schatztruhe für die Seniorenarbeit

Impulse, Materialien und Gesprächsanstöße. Mit CD-ROM

Paperback, Broschur, 224 Seiten, 13,5 x 21,5 cm

15 s/w Abbildungen

ISBN: 978-3-579-06207-5

Gütersloher Verlagshaus

Erscheinungstermin: Oktober 2016

Für eine abwechslungsreiche Seniorenarbeit

Rita Kusch verfolgt konsequent einen aktivierenden Ansatz in der Seniorenarbeit. Es geht ihr darum, die »jüngeren Alten« stärker einzubeziehen und von ihnen zu lernen. In ihrem vierten Praxisbuch legt sie wieder 20 thematische Einheiten vor, die sich am Erlebnis- und Erfahrungsschatz der älteren Menschen orientieren und deren Lebenserfahrung wertschätzen. Rita Kusch beschreibt ganz praktisch unterschiedliche kreative Formen und methodische Ansätze, um die vorgeschlagenen Themen im eigenen Seniorenkreis für die jeweilige Gruppe passend umzusetzen. Arbeitserleichterung, Vorbereitungshilfe und Ideenbörse mit Gelinggarantie.



[Der Titel im Katalog](#)