



Praxisimpuls: Urlaub früher und heute – Einen Seniorenachmittag in der Gemeinde gestalten

Zusammenfassung

Die Senioren/innen werden eingeladen zu einer kleinen „Urlaubsreise“. Dies geschieht an Hand von Gegenständen, die mitgebracht werden. So lade ich die Senioren/innen ein, von ihrem Urlaub oder Ferien zu erzählen. Da durch eingeschränkte Beweglichkeit kleine und größere Reisen im hohen Alter nicht mehr gemacht werden können, gibt es die Möglichkeit, sich zu erinnern und von sich und den eigenen Erlebnissen zu erzählen. Dies bereitet den Menschen große Freude. Erinnerungen werden wach und alle kommen miteinander ins Gespräch.

Projektbeschreibung

Ich habe einen „Koffer der Erinnerung“ mitgebracht. Darin sind die unterschiedlichsten Gegenstände zum Thema „Urlaub“: zum Beispiel ein Fotoalbum mit Urlaubsfotos, Ansichtskarten, ein aufblasbarer Ball, Muscheln, ein kleines Segelschiff, Steine, eine Kuhglocke, eine Lederhose, ein Wanderstab, ein Strohhut, Liederbuch, Fotoapparat, Hirschgeweih, alte Filmkamera. Dies alles sind Dinge, die beim Anschauen und Anfassen Erinnerungen wecken. Ein sonst ruhiger und stiller Seniorenachmittag wird sehr lebendig.

Meine Frage an die Seniorinnen und Senioren lautete dann: Welches Urlaubslied, Schlager oder Wanderlied fällt Ihnen ein? Sofort wurde angestimmt: „Seemann, lass das Träumen ...“ Wanderlieder wurden angestimmt und wir stellten fest, dass früher viel mehr gesungen wurde, als es die heutige Jugend tut. Ich forderte die Senioren/innen auf, in den Koffer zu schauen und sich einen Gegenstand, mit dem sie eine Erinnerungsgeschichte verbinden, herauszunehmen. Neugierig und mit Freude schauten sie sich die mitgebrachten Gegenstände an und in kleinen Gruppen wurden Ferienerlebnisse ausgetauscht.

Eine Dame erzählte in großer Runde, d.h. uns allen: „Wir Kinder sind zur Oma gefahren, das war auf dem Lande und für uns Stadtkinder immer schön und voller Erlebnisse. Wir hatten noch kein Auto, so fuhren wir mit Mama, Papa, Bruder, Hund und zwei schweren Koffern mit dem Zug. Mit dem Bus ging es zum Bahnhof. 6 Stunden im Zug, für uns Kinder wunderbar! Schnell bekamen wir großen Hunger. Die Mutter hatte vorgesorgt und es gab ein hartgekochtes Ei, Brot mit Wurst oder Käse und Kartoffelsalat. Wasser oder Tee gab es gegen den Durst. Es war herrlich! Am

Bahnhof stand bereits die Tante mit dem Bollerwagen und erwartete unsere Ankunft. Nun wurden die Koffer in den Bollerwagen gestellt, Vater zog den schweren Wagen und zu Fuß ging es den weiten Weg zum Bauernhof. Müde, aber glücklich kamen wir dort an und die Ferien begannen. Jedes Jahr das gleiche Ziel, zur Oma und immer wieder freuten wir Kinder uns aufs Neue.“

Nach dieser kleinen Erzählung kamen wir alle ins Gespräch, jede/r hatte etwas zu berichten. Von einem Wanderurlaub berichtete ein Herr und eine Seniorin erzählte, sie sei immer mit dem Fahrrad in Urlaub gefahren und habe im Zelt übernachtet.

Meine nächste Frage lautete dann: „Wie sieht es heute aus, wenn die Kinder mit den Eltern in Urlaub fahren?“ Hier gab es Berichte von den Senioren/innen, die von ihren Kindern und Enkelkindern erzählten. Es wurden die Erlebnisse der Urlaube heute verglichen und überlegt: Besser? Schlechter? – Nein, anders ist es heute. Ein solcher „Urlaubsnachmittag“ mit vielen schönen Urlaubserinnerungen macht neugierig, noch einmal zuhause das alte Fotoalbum mit den Bildern anzuschauen und zu erinnern.

Ideen zur Weiterarbeit

- Jede/r bringt beim nächsten Treffen einen Gegenstand mit aus seiner Urlaubszeit der 1960er- oder 1970er Jahre, wo man mit dem ersten Auto in Urlaub fuhr.
- Auf der mitgebrachten Landkarte zeigt jede/r, wo er bereits war und Ferien gemacht hat.
- Sind sie auch schon einmal mit dem Schiff oder Flugzeug geflogen?
- Welches war das weiteste Reiseziel?
- Wer hat Lust, beim nächsten Treffen allen einen kleinen „Reisebericht“ zu geben?
- Ich frage: „Haben sie noch einen großen Reisewunsch?“ Wo möchten Sie gerne hinfahren, was wäre der große Reisetraum? Evtl. von diesem Land einen „Reiseführer“ besorgen, um so die Reise im Kreise der Senioren/innen „hier“ zu erleben.
- Ich habe mit Senioren/innen und Kindern einen Urlaubsnachmittag gestaltet mit der Frage: „Was mache ich gerne in den Ferien?“ Gemeinsam haben wir uns darüber unterhalten und mit Pinsel und Aquarellfarben gemalt.

Autorin und Kontakt

Imke Valentin, Kreative Gerontotherapeutin nach SMEI
Imke.valentin@t-online.de