


Krallmann • Kottmann

# EIN KOFFER VOLLER ERINNERUNGEN

52 KURZE GESCHICHTEN ZUM  
VORLESEN BEI DEMENZ



4.  
Auflage

 reinhardt

Peter Krallmann • Uta Kottmann

# **Ein Koffer voller Erinnerungen**

52 kurze Geschichten  
zum Vorlesen bei Demenz

4. Auflage

Ernst Reinhardt Verlag München

*Peter Krallmann*, Rosendahl (bei Coesfeld) ist psychologischer Berater sowie ehrenamtlicher Mitarbeiter bei verschiedenen sozialen Einrichtungen.

Dr. med. *Uta Kottmann*, Marl, ist Ärztin.

#### 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 978-3-497-02563-3 (Print)

ISBN 978-3-497-61468-4 (PDF-E-Book)

ISBN 978-3-497-61469-1 (EPUB)

4. Auflage

© 2021 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: © ra2 studio - [Fotolia.com](http://Fotolia.com)

Satz: FELSBURG Satz & Layout, Göttingen

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

Net: [www.reinhardt-verlag.de](http://www.reinhardt-verlag.de) E-Mail: [info@reinhardt-verlag.de](mailto:info@reinhardt-verlag.de)

# Inhalt

Geleitwort von Elmar Lange  
Vorwort

## **Natur und Tiere**

Ein Blatt erzählt  
Der kleine Hase  
Der Schrebergarten  
Der Stein  
Herbst  
Winterbeginn  
Ein Wellensittich erzählt  
Katerchen  
Der Wald

## **Urlaub**

Der erste Ritt  
Fußball in Italien  
Rotschuo  
Skiurlaub  
Italien

## **Hobby und Beruf**

Der Fußballfan  
Die Fankurve  
Klaus-Bärbel

Schreiben  
Wie kommt Fritz zu den Fischen?  
Der Fischer  
Der Handschuh  
Der Zeitungsmann  
Goldene Hände  
Lehrwerkstatt

## **Familie**

Bratkartoffeln  
Das Lied mit den Dosen  
Das neue Haus  
Der merkwürdige Parkplatz  
Der Wunsch  
Der zerbrochene Spiegel  
Die Kusine  
Kalles Tochter  
Liam geht nach Neuseeland  
Mein erstes Auto  
Mit Opa im Garten  
Sonntags

## **Alltagsgeschichten**

Das Floß  
Das Gesicht  
Das Notenblatt  
Das Papageiencafé  
Der alte Koffer  
Der Umzug  
Der Weihnachtsengel  
Der Weitsprung  
Die Sektflasche  
Die Zugfahrt  
Heuernte

Matteo  
Wiedersehen mit Monika

## **Gedankenspielereien**

„Gebrauchsanweisung“ für das gesamte folgende Kapitel  
Berufe  
Jahreszeiten  
Wünsche

# Geleitwort von Elmar Lange

**N**ach Mitteilung der Deutschen Alzheimer Gesellschaft leben in Deutschland 2020 rund 1,6 Millionen Demenzkranke. Jedes Jahr treten mehr als 300.000 Ersterkrankungen auf. Sofern kein Durchbruch in Prävention und Therapie gelingt, wird ihre Zahl bis zum Jahr 2050 auf etwa 2,4 bis 2,8 Millionen anwachsen. Angesichts der steigenden Lebenserwartungen geht die Zahl der Betroffenen steil in die Höhe, da die Erkrankung mit dem Lebensalter rasant ansteigt: Während in der Altersgruppe der 65- bis 69-Jährigen „nur“ 1,3 % erkrankt sind, liegt der entsprechende Anteil in der Gruppe der über 90-Jährigen bereits bei knapp 41 % (Deutsche Alzheimer Gesellschaft, Informationsblatt vom Juni 2020).

Die meisten der Erkrankten werden von ihren Familienangehörigen gepflegt und betreut, überwiegend von Frauen. Ihnen eine Hilfestellung für ihre erkrankten Angehörigen, aber auch für sich selbst zu geben, dazu soll dieses Buch beitragen. Es richtet sich darüber hinaus an alle, die mit Demenzkranken zu tun haben, seien es Freunde und Bekannte oder professionelle Fachkräfte und ehrenamtlich Tätige in der Altenpflege oder in gerontopsychiatrischen Kliniken.

Neben den je nach Schweregrad unterschiedlich intensiven Pflegeleistungen kommt es auf der zwischenmenschlichen Ebene besonders darauf an, die Würde der Kranken zu erhalten. Dazu bedarf es sehr viel emotionaler Zuwendung wie Liebe, Wertschätzung und Empathie, also die Fähigkeit, sich in den Zuhörer und seine Situation hineinzusetzen. Unter Berücksichtigung einer Einschränkung des Kurzzeitgedächtnisses und der Orientierungsstörung hinsichtlich der Zeit, des Ortes und der Personen kann der Vorleser eine entsprechende Auswahl der Geschichten treffen. Dazu gehört auch, jegliches Misserfolgserlebnis zu vermeiden. Dabei ist je nach Erkrankungsschwere das Anspruchsniveau an das Können des Zuhörenden variabel zu halten. Damit schafft man Vertrauen, verringert Angstzustände und trägt zum Erhalt der individuellen Würde bei.

Es gibt viele Möglichkeiten, den Kranken Wertschätzung und Anerkennung sowie Erfolgserlebnisse zukommen zu lassen. Hierzu gehören vor allem viel Geduld, persönliche Gespräche, körperliche Zuwendung, aber auch gemeinschaftliches Singen, z. B. von einfachen, ihnen aus ihrer Jugend bekannten Volksliedern.

Eine weitere Möglichkeit ist, ihnen kurze Geschichten vorzulesen, die sie an bekannte und als angenehm empfundene Alltagssituationen aus Kindheit, Jugend und noch unbeschwertem Erwachsenenleben erinnern, die in ihrem Langzeitgedächtnis gespeichert und damit abrufbar sind.

Das vorliegende Buch von Peter Krallmann und Dr. Uta Kottmann bietet zahlreiche Kurzgeschichten zum Vorlesen für Demenzkranke. Inhaltlich beziehen sie sich auf Alltagssituationen in der Familie, der Nachbarschaft, bei Freunden und Bekannten und auf Urlaubsreisen. Sie thematisieren u. a. Natur und Tiere, Jahreszeiten, Hobby und Beruf. Sie sind einerseits relativ offen, so dass sich die

Kranken in ihnen wiedererkennen können, andererseits in ihren Beschreibungen von Emotionen, Stimmungen und Sinneseindrücken so dicht, dass sie im Langzeitgedächtnis angenehme Erinnerungen an positive Erlebnisse generieren. Über das Wiedererkennen hinaus ermöglichen einige Geschichten auch die produktive Mitarbeit der Zuhörenden, wenn etwa Satz- oder Wortergänzungen in einfacher Form von ihnen erbracht werden können. Die Geschichten unterscheiden sich in ihrem Anspruchsniveau und können damit gezielt auf die individuelle Situation der Kranken hin ausgewählt werden.

Man wird mit dem Vorlesen zwar keine Heilung der Krankheit erreichen, aber eine Linderung ihrer Auswirkungen erscheint möglich. Nicht zuletzt dürften auch die Vorleserinnen und Vorleser davon profitieren.

Prof. Dr. Elmar Lange  
Fakultät für Soziologie,  
Universität Bielefeld

# Vorwort

Die Geschichten dieses Vorlesebuches erzählen Inhalte aus dem Alltag verschiedener Lebensbereiche. Oft werden Situationen beschrieben, die aus unterschiedlichen Lebensphasen, z. B. Kindheit, Familie, Beruf, Hobby, Bilder entstehen lassen. Der Zuhörer ist in seiner Erinnerungsfähigkeit und Vorstellungskraft reduziert. Da er die Wirklichkeit anders wahrnimmt als der Vorleser, muss vermieden werden, Meinungsverschiedenheiten logisch zu diskutieren. Es macht auch keinen Sinn, die eigenen Vorstellungen auf den Zuhörer zu übertragen und zu erwarten, dass er genauso denkt. Geschichten mit offenem Ende ermöglichen einen Austausch von Gedanken, die, wie sie auch immer ausfallen, bitte nicht bewertet werden. Wenn wir in einer angenehmen Atmosphäre vorlesen, bietet sich die Gelegenheit, an Reaktionen des Zuhörers teilzuhaben. Er reagiert im Wesentlichen auf der Gefühlsebene, die im Gegensatz zu früher krankheitsbedingt verändert ist.

Grundsätzlich sind unsere Geschichten positiv; manchmal werden Gefühle wie Furcht und Traurigkeit zum Guten hingelenkt. Dabei gibt es überraschende Wendungen hin zur Freude und Zufriedenheit oder zu Harmonie und Einklang mit der Lebenssituation. Gemütszustände sind

beeinflussbar, und zwar einfacher als Sie vielleicht denken. (Schauen Sie einmal in einem Buch über Verhaltenstherapie nach!) Da der Demenzkranke das nicht selbstständig leisten kann, müssen wir ihm dabei helfen.

Wie machen wir das? Für Empathie sind die sogenannten Spiegelneuronen verantwortlich. Sie lösen beim Gegenüber ähnliche oder gleiche Emotionen aus, man könnte sagen, sie sind „ansteckend“. Das bietet Ihnen die Möglichkeit, den Zuhörer in eine gute Stimmung zu versetzen: Sie machen ein freundliches Gesicht, Sie lächeln und verstärken Ihre Mimik vielleicht noch mit liebevollen Gesten. Meist bekommen Sie das Gleiche zurück. Das ist der Spiegeleffekt.

Es wäre wunderbar, wenn Sie z. B. bei unseren „Gedankenspielereien“ gemeinsam laut lachen könnten. Dieses Miteinander bietet einerseits dem sensiblen Vorleser Teilhabe an der Welt des Zuhörers und andererseits dem Zuhörer das Gefühl, ernst genommen und akzeptiert zu sein.

# Natur und Tiere

