

Arbeitsmaterialien für Seniorenbetreuerinnen und Seniorenbetreuer

Fertig aufbereitete Konzepte, Übungen und Kopiervorlagen für die Aktivierung und ein ganzheitliches Gedächtnistraining in der Altenpflege

Thema: Medienpaket - Musik, Bewegung & Sinnesarbeit, Ausgabe: 40
Titel: Rück-wärts (Beitrag zum Lied: Schau nach links) (29 S.)

Produktinweis

Dieser Beitrag ist Teil einer Print-Ausgabe aus dem Programm »Seniorenbetreuung« der Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage GmbH & Co. KG*. Den Verweis auf die jeweilige Originalquelle finden Sie in der Fußzeile des Beitrags.

▶ Alle Beiträge dieser Ausgabe finden Sie [hier](#).

Die aus der Praxis des Pflegealltags heraus entwickelten Übungen und Aktivierungen unterstützen Sie dabei, den Tagesablauf der Senioren Ihrer Einrichtung positiv und abwechslungsreich zu gestalten und das körperliche Wohlbefinden wie auch das soziale Miteinander gezielt zu fördern.

▶ Informationen zu den Print-Ausgaben finden Sie [hier](#).

* Ausgaben bis zum Jahr 2016 erschienen bei OLZOG Verlag GmbH, München

Beitrag bestellen

- ▶ Klicken Sie auf die Schaltfläche **Dokument bestellen** am oberen Seitenrand.
- ▶ Alternativ finden Sie eine Volltextsuche unter www.edidact.de/senioren.

Lieder & Hörgeschichten (als Dateien im mp3-Format)

(Nur) bei Beiträgen zu denen Lieder bzw. Hörgeschichten vorhanden sind, finden Sie entsprechende Hinweise mit Links zur Downloadmöglichkeit direkt in der Detailansicht des Artikels auf eDidact.

Nutzungsbedingungen

Die Arbeitsmaterialien dürfen nur persönlich für Ihre eigenen Zwecke genutzt und nicht an Dritte weitergegeben bzw. Dritten zugänglich gemacht werden. Sie sind berechtigt, für Ihren eigenen Bedarf (in Gruppengröße) Fotokopien zu ziehen bzw. Ausdrucke zu erstellen. Jede gewerbliche Weitergabe oder Veröffentlichung der Arbeitsmaterialien ist unzulässig. Vollständige Nutzungsbedingungen finden Sie [hier](#).

Haben Sie noch Fragen? Gerne hilft Ihnen unser Kundenservice weiter:

[Kontaktformular](#) | ✉ Mail: service@edidact.de

✉ Post: Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage GmbH & Co. KG
E.-C.-Baumann-Straße 5 | 95326 Kulmbach

☎ Tel.: +49 (0)9221 / 949-204 | 📠 Fax: +49 (0)9221 / 949-377



www.edidact.de | www.mgo-fachverlage.de










RÜCK-WÄRTS

Übersicht zu den Aktivierungsideen

Begleitheft 

	Frau Inge und der Blick zurück – Geschichte  Version 1 ● ○ ○ Version 2 ● ● ●	S. 34 S. 35–36
	Schau nach links – Liedtext & Notenvorlage	S. 37–40
	Rückwärts-Rätsel – Spielgestaltung	S. 41–44
	Weitere Tipps & Ideen zum Thema „Rück-wärts“	S. 45–48

Praxiskarten 

	Frau Inge und der Blick zurück – Anregungen zum Gespräch Version 1 ● ● ○ / Version 2 ● ● ●
	„Berühmte Rücken“ ● ○ ○ + Bildkarten  Blick zurück ● ○ ○
	Schau nach links – Lied & Bewegungsidee ● ○ ○ 
	Stolz gereckt, stolz gestreckt ● ○ ○
	Rückwärts-Rätsel – Blattspiel Spielanleitung ● ○ ○ / ● ● ○ / ● ● ● Palindrom-Sätze (1) ● ● ● Palindrom-Sätze (2) ● ● ● Palindrom-Sätze (3) ● ● ●

Audio-CD 

• Schau nach links – Gesangsversion	Track 5
• Schau nach links – Instrumentalversion	Track 6
• Frau Inge und der Blick zurück – Version 1	Track 9
• Frau Inge und der Blick zurück – Version 2	Track 12



Geschichte

Frau Inge und der Blick zurück – Version 1

Track 9



Frau Inge sitzt am offenen Fenster ihres Zimmers im Seniorenheim Sonnenhöhe und atmet tief. Kalt weht der Winterwind herein und klärt ihre Gedanken.

Die letzten Monate waren für Frau Inge sehr schwer. Der Schmerz über den plötzlichen Tod einer Freundin traf sie unvorbereitet und wühlte Erinnerungen an andere Verluste und Rückschläge in ihrem Leben auf. Kummer und Verzweiflung ergriffen immer mehr Besitz von ihr. So verstrichen die Tage und statt Gesellschaft zu suchen, saß Frau Inge lieber allein in ihrem Zimmer am Fenster in der Winterluft, die so kalt war wie die Trauer in ihrem Herzen.

„Herrgott Inge, mach das Fenster zu! Warum sitzt du denn hier in der Kälte?“, schallt unvermittelt eine laute Stimme hinter Frau Inge und lässt sie zusammen zucken. Die Stimme gehört ihrer Mitbewohnerin, Helene Hellwieser, die gerade mit dem Rollstuhl zur Tür herein rollt und sich sofort bibbernd ihre Tagesdecke um die Schultern schlingt.

„Ich blicke zurück, Helene“, antwortet Frau Inge traurig und schließt das Fenster. „Machst du das nicht auch manchmal?“

„Nein. Für einen Blick zurück tut mir das Kreuz viel zu weh! Ich kann den Kopf nicht mal bis zur Schulter drehen“, antwortet Frau Hellwieser prompt mit ihrem üblichen, trockenen Humor.

„Und was machst du dann stattdessen?“, fragt Frau Inge und muss wider Willen ein wenig lächeln. Frau Hellwieser lächelt zurück.

„Rückengymnastik“, erwidert sie wahrheitsgemäß und freut sich, als sie mit diesem Witz ihre Freundin nun doch richtig zum Lachen bringt. Doch ihr Triumphgefühl erlischt jäh, als Frau Inge plötzlich ohne Vorwarnung erneut das Fenster aufreißt. „Ingeeee! Was machst du? Der Wind ist ja so kalt!“, quietscht sie entsetzt.

„Nur dir zuliebe, Helene“, erwidert Frau Inge mit gespielter Unschuldsmiene und ein Funke von Humor erwärmt die kalte Trauer in ihrem Herzen. „Ich dachte, ein wenig Rücken-Wind würde dir nicht schaden!“



Geschichte

Frau Inge und der Blick zurück – Version 2

Track 12

Frau Inge sitzt am offenen Fenster ihres Zimmers im Seniorenheim Sonnenhöhe und atmet tief. Die letzten Monate waren für sie sehr schwer.

Der Schmerz über den plötzlichen Tod einer Freundin traf sie unvorbereitet und wühlte Erinnerungen an andere Verluste und Rückschläge auf. Der Kummer ergriff immer mehr Besitz von ihr, und liebevolle Gesten ihrer Mitbewohner nahm sie kaum mehr wahr. Nicht einmal ihr Freund Herr Emil, der Frau Inge extra ihre Lieblingsäpfel besorgt hatte, brachte sie nicht zum Lächeln.

So verstrichen die Tage und meist saß Frau Inge allein in ihrem Zimmer am Fenster in der Winterluft, die so kalt war wie die Trauer in ihrem Herzen.

„Du liebe Güte, Inge, mach das Fenster zu!“, schallt unvermittelt eine laute Stimme hinter Frau Inge und lässt sie zusammen zucken. Die Stimme gehört ihrer Mitbewohnerin, Helene Hellwieser, die gerade mit dem Rollstuhl zur Tür herein rollt und sich sofort bibbernd ihre Tagesdecke um die Schultern schlingt.

„Du holst dir ja den Tod in dieser Kälte!“, meint sie besorgt.

„Und wenn schon“, entgegnet Frau Inge bitter und gleichgültig.

Frau Hellwieser überlegt einen Moment, bevor sie antwortet. Seit Monaten versucht sie mit Milde und Rücksicht, die Frohnatur in ihrer Freundin wieder zu wecken, doch leider ohne Erfolg. Doch was könnte sie noch tun? Einer spontanen Eingebung folgend beschließt Frau Hellwieser, ihre bisher nachsichtige Haltung grundlegend zu ändern. Unerwartet streng sagt sie deshalb: „Du gehst mir fürchterlich auf die Nerven, Inge!“

Und tatsächlich: Ihre harten Worte treffen ihr Ziel!

„Was hast du gesagt?“, fährt Frau Inge auf und blickt Frau Hellwieser zum ersten Mal seit Monaten direkt in die Augen.

„Du hast mich schon verstanden!“, antwortet Frau Hellwieser unbarmherzig und beginnt, Frau Inges Worte mit überzogen weinerlicher Stimme zu imitieren: „Und wenn schon! Lasst mich ruhig sterben, das Leben ist ja so hart und gemein zu mir! – DU GEHST MIR AUF DIE NERVEN, Inge! Natürlich verstehe ich deinen Kummer, aber du verlierst dich darin! Jetzt reiß dich doch endlich wieder zusammen!“

„Ich habe eine liebe Freundin verloren!“, klagt Frau Inge empört und weinerlich.

„Ich habe schon viele Freunde verloren“, kontert Frau Hellwieser gnadenlos.

„Ich habe meinen Ehemann begraben“, wimmert Frau Inge.

„Und ich drei“, gibt Frau Hellwieser trocken zurück.

Abrupt reißen diese Worte Frau Inge aus ihrem Selbstmitleid. Die Überraschung ob dieser gänzlich neuen Tatsache lässt sie ihren Kummer für einen Augenblick vergessen. „Wie bitte? Du warst dreimal verheiratet?“, fragt sie fassungslos.

„Ja, sagt Frau Hellwieser. Frau Inge lässt diese Information einen Augenblick auf sich wirken und überraschend glimmt ein Funke von Humor in ihrem kalten Herzen auf.

„Und keiner der drei hat dich überlebt?“, fragt Frau Inge und ihre Mundwinkel zucken.

„Nein“, entgegnet Frau Hellwieser schmunzelnd, als der Funke zu ihr überspringt. Die Frauen betrachten sich einen Moment lang schweigend, und nach Monaten der Kälte liegt der unerwartete Funke von Humor wärmend zwischen ihnen in der Luft. Einen Augenblick lang genießen beide diese Wärme. Dann fällt Inges Blick auf das gerahmte Foto ihres verstorbenen Mannes und jäh greift wieder die Trauer nach ihrem Herzen.



„Wie kannst du dann in Frieden zurückschauen, Helene? Wenn die Erinnerungen so schmerzvoll sind?“, fragt sie trostlos.

„Gar nicht“, antwortet Frau Hellwieser prompt. „Für einen Blick zurück tut mir das Kreuz viel zu weh. Ich kann den Kopf nicht mal bis zur Schulter drehen.“

Frau Inge muss wider Willen ein wenig lächeln. „Und was machst du dann stattdessen?“, fragt sie. Frau Hellwieser lächelt zurück.

„Rückengymnastik“, erwidert sie trocken und freut sich, als Frau Inge nun doch richtig zu lachen beginnt. „Und außerdem weise ich die Früchte des Lebens nicht ab, wenn sie mir direkt vor die Nase fallen“, fügt sie rügend hinzu und reicht Frau Inge mit bedeutsamem Blick Herrn Emils roten Apfel vom Nachttisch.

Frau Inge überlegt einen Moment und betrachtet den schönen Apfel in ihrer Hand. Ihre Lieblingsorte. Dann atmet sie tief durch und beißt hinein.

VORSCHAU