

## Einzelbegleitung in schwierigen Zeiten: Ideen und Anregungen

Immer wieder gibt es Zeiten großer Veränderung, die danach verlangen, auch Selbstverständlichkeiten in Frage zu stellen und Prioritäten zu verschieben. Das Gesicht der Senioreneinrichtungen verändert sich zunehmend; das verlangt nach neuen Formaten, veränderten Begegnungsformen und neuen Akzenten. Einige Anregungen, Akzente zu setzen, finden Sie hier.

### ★ Gedichte entdecken

Kleine Texte, gute Gedanken, Gedichte können einen ganzen Tag verändern. Diese Erfahrung machen Menschen, die jeden Morgen einen Zettel vom Kalender abreißen, der einen Spruch bereithält.

Es lohnt sich, dem Gedicht einen festen Platz in der Einzelbegleitung einzuräumen: zum Beispiel jede Woche mit einem neuen Gedicht zu beginnen oder nach Gedichten zu fragen, die aus der Schule etc. bekannt sind.

Ein Gedicht ist Anregung zum Nachdenken, Betrachten, Auswendiglernen und Erzählen. Ein Gedicht bietet Trost in schwierigen Zeiten. Warum nicht die dunkle Jahreszeit mit einer Gedicht-Lesung beginnen?

### ★ Schätze heben

Die Menschen kommen mit einem Reichtum an Erfahrungen, Lebensweisheit, kulturellem Erbe und Individualität in die Einrichtung. Vieles davon ist auf Anhieb nicht sichtbar. Eine gute Begleitung kann Verborgenes ans Licht bringen.

Ein zu hebender Schatz ist unser Wortschatz. Da finden sich die unterschiedlichsten Begriffe für alltägliche Wörter wie Küchenmesser (z.B. Pitterchen, Zöppken, Hümmecken) oder naschen (z.B. schlecken, schnösen, schnuppen) etc. Da sind Redewendungen oder Dialekte, die in der Familie oder Region geläufig waren - was die Mutter, der Vater immer gesagt haben, wenn sie die Kinder abends ins Bett geschickt haben. Das alles hat Potential für eine Zeitung. Jeder neue Gast, jede/r Bewohner/in kann mit dem individuellen Schatz vorgestellt werden.

### ★ Glücksmomente erinnern

"Was für ein Glück" – dieser Ausspruch kann den Blick auf eine Situation verändern. Auch wenn vieles nicht mehr geht, auch wenn die Freude schwindet, kann ich dankbar äußern: "Was für ein Glück, dass es Menschen gibt, die mich stützen." - "Was für ein Glück, dass es Menschen gibt, die mir beistehen."

Durststrecken sind Anlass, sich die Glücksmomente des Lebens in Erinnerung zu rufen, diese bewusst zu machen und aufzuschreiben. Geeignet sind Klebezettel oder Postkarten. Erstere können im Haus zu einer "Glückssäule" gestaltet werden. Postkarten können als "Glücksgruß" verschickt werden an Personen, die zum eigenen Glück beitragen.

### ★ Wünsche sichtbar machen

Der Einzug, ein Geburtstag, der Jahresbeginn, Krankheit oder Sterben – alles Gelegenheiten, nach Wünschen und Träumen zu fragen. Wünsche auszusprechen, stärkt das Vertrauen in die Zukunft und macht Lust auf ein Leben danach – nach der Krankheit zum Beispiel. Das Aussprechen bewirkt, die eigenen Wünsche ernst zu nehmen.

Eine andere Möglichkeit ist, die eigenen Wünsche mit der Gemeinschaft zu teilen; "Wunschhände" (aus Papier, Pappe) zu gestalten und aufzuhängen, nach dem Motto: "Wenn viele gemeinsam träumen, ist es der Beginn einer neuen Wirklichkeit."