

Stiftung Lesen

V|R|M|S
VERLAGSGRUPPE RHEIN MAIN
STIFTUNG

Zeitungen • bauen Brücken

Generationen im Dialog in Mainz



Ein Ratgeber zum Vorlesen
mit älteren Menschen



Inhalt

Tipps zum Vorlesen mit älteren Menschen	4
Organisation und Vorbereitung	4
Eine kleine Schule des Vorlesens	7
Gesprächsführung und Umgang mit Schwierigkeiten	12
Die Lesebox für beteiligte Senioreneinrichtungen	14



Zeitungen bauen Brücken – Generationen im Dialog in Mainz

Mach dich stark für das Miteinander von Jung und Alt!

Wir freuen uns, dass du dich bei „Zeitungen bauen Brücken“ engagierst: Unsere Gesellschaft braucht den Austausch der verschiedenen Generationen. Viele Jugendliche haben heute nur wenig direkten Kontakt zu älteren Menschen – nur noch selten leben die verschiedenen Generationen einer Familie unter einem Dach. Dabei können junge und alte Menschen viel voneinander profitieren. Und das kann richtig viel Spaß machen!

„Zeitungen bauen Brücken“ bringt Schülerinnen und Schüler mit Seniorinnen und Senioren zusammen. Du wirst sehen, dass sich die älteren Menschen auf die gemeinsamen Vorlese- und Erzählnachmittage sehr freuen werden. Auch wenn es für ein gutes Gespräch keine „Bedienungsanleitung“ gibt, möchten wir dir ein paar Tipps auf deinem regelmäßigen Weg in ein Seniorenheim mitgeben. Denn auch das Vorlesen will geübt sein!

Wir wünschen dir viele gute Erfahrungen bei „Zeitungen bauen Brücken“.

Deine Stiftung Lesen



Tipps zum Vorlesen mit älteren Menschen

Organisation und Vorbereitung

Regelmäßige Zeiten

Die Vorlese- und Gesprächsnachmittage sollten am besten zu einer festen Zeit und nach Möglichkeit nicht direkt nach dem Mittagessen stattfinden – nicht nur ältere Menschen sind zu dieser Tageszeit häufig ein wenig müde. Die Ansprechpartner in den Heimen und die koordinierenden Lehrkräfte legen in Absprache mit euch, den Vorleserinnen und Vorlesern, regelmäßige Termine für die Begegnungen fest.

Der Raum für die Vorlesenachmittage

Wenn du und deine Mitschülerinnen und Mitschüler im Heim eintriffst, solltet ihr euch vor dem Start noch einmal den Raum anschauen. Dieser sollte ruhig und hell sein und einladend wirken. Lüftet vielleicht noch einmal kurz durch, bevor ihr anfangt. Die Gruppe sollte unter sich bleiben, um Störungen zu vermeiden. Die Zuhörerinnen und Zuhörer sollten nicht weit von dir entfernt sitzen, damit alle eingebunden sind und dich gut verstehen können. Setzt euch z. B. im Halbkreis zusammen – und schon kann es losgehen.





Kleine Gruppen oder Einzelbesuche

Die Gruppen für die Begegnungen sollten nicht zu groß sein. Wenn zu viele Menschen beisammen sind, wird ein gemeinsames Gespräch schwierig. Bei größeren Gruppen kann der Geräuschpegel für viele ältere Menschen zu hoch sein, um der Vorleserin oder dem Vorleser bzw. dem Gespräch in der Gruppe folgen zu können. Daher sollte im Voraus festgelegt sein, welche Schülerinnen und Schüler und welche Seniorinnen und Senioren an einem Nachmittag teilnehmen. Kleine Gruppen von ca. zehn Personen sind ideal. Auch Einzel-Vorlesesituationen sind denkbar, z. B. am Bett pflegebedürftiger Menschen. Frag‘ einfach die zuständige Person im Heim nach den Möglichkeiten.

Dauer der Vorleseeinheiten

Eine der wichtigsten Fragen beim Vorlesen ist die der Textauswahl und der Dauer. Denn hiervon ist es abhängig, ob deine Vorleseaktion den Zuhörerinnen und Zuhörern gefällt. Besonders bei alten Menschen solltest du darauf achten, dein „Publikum“ nicht mit zu langen oder zu schwierigen Zeitungsartikeln oder Geschichten zu überfordern. Und das ist gar nicht so einfach: Wenn einem persönlich ein Text erst einmal gut gefällt, unterschätzt man häufig die Zeit, die man benötigt, um diesen vorzulesen. Dies kannst du vorher prüfen – z. B. indem du „deinen“ Text vorab jemand anderem laut vorliest. Durch Übung wirst du in kurzer Zeit ein Gespür dafür entwickeln, wie viel du den zuhörenden Seniorinnen und Senioren und auch dir selbst beim Vorlesen zutrauen kannst.

Tipp

Nicht zu lange am Stück vorlesen!

Eine Vorleseeinheit mit Senioren sollte nicht länger als zehn Minuten dauern. Spätestens dann sollte eine Pause eingelegt werden, um den Zuhörerinnen und Zuhörern die Möglichkeit zu geben, sich z. B. mit Fragen zu beteiligen.



Zeitungen und Bücher, Themen und Texte

Für die Vorlesenachmittage wird die jeweils aktuelle Mainzer Allgemeine Zeitung gestellt. Durch ihre Themenvielfalt – Tag für Tag – spricht die Zeitung alle Generationen an. Durch die Kürze vieler Artikel eignet sie sich hervorragend zum Vorlesen. Ob aus Politik, Kultur, Regionales oder Sport – eine Tageszeitung bietet viele Gesprächsanlässe: Es wird sich immer etwas Interessantes für alle Teilnehmer finden, denn eine Tageszeitung kann in vielfältiger Weise die Verbindung zu den eigenen Lebenserfahrungen herstellen.

Man kann sich auch zu Beginn des Vorlesenachmittags oder schon vorab mit der Gruppe – ggf. auch mit den Kontaktlehrkräften und den Ansprechpartnern in den Heimen – auf ein bestimmtes Thema verständigen. Frag‘ doch einfach die Seniorinnen und Senioren, welche Geschichten und Themen sie interessieren und worüber sie gerne reden würden. Wenn du jedoch ein ganz bestimmtes Buch im Kopf hast, das in deinem Regal steht und woraus du gerne vorlesen würdest: Bring‘ es einfach mit! Dies gilt natürlich auch für Zeitschriften.

Tipp Zum Einstieg einige erläuternde Worte!

Beginne jede Vorlesestunde mit einigen einleitenden Worten zum Thema – dies erleichtert den Seniorinnen und Senioren den Einstieg und macht klar, worum es geht. Mache auch jeweils deutlich, woraus du vorliest.

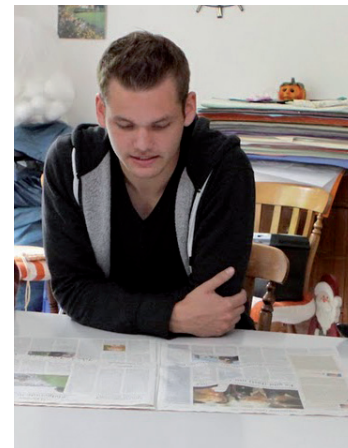
Die Lesebox für „Zeitungen bauen Brücken“

In den Heimen steht eine Lesebox mit 20 Büchern, die sich neben der Tageszeitung auch gut zum Vorlesen mit älteren Menschen eignen. Hier wirst du spannende Geschichten und humorvolle Texte finden oder auch Erzählungen, die bei älteren Menschen die Erinnerung an die Kindheit wieder wach werden lassen. Frag‘ die Ansprechpartner in den Seniorenheimen, wenn du ein Buch daraus ausleihen möchtest. Schau‘ doch mal, was alles in der Box ist. Eine Inhaltsübersicht findest du auf S. 14/15.

Eine kleine Schule des Vorlesens

Wie liest man vor?

Vorlesen will geübt sein! Du solltest die Geschichten, die du anderen vorliest, bereits kennen – und auch gerne mögen. Nur dann kannst du wichtige Abschnitte richtig betonen und deine Zuhörerinnen und Zuhörer durch den Text führen. Umso einfacher wird es auch für die Seniorinnen und Senioren, dir zu folgen. Wenn dir ein Text besonders gut gefällt: Zeig' es den anderen! Bei einer Tageszeitung ist es natürlich etwas schwieriger, sich vorher ausführlich mit den zum Vorlesen ausgewählten Artikeln zu beschäftigen. Aber auch hier solltest du in Frage kommende Artikel im Vorfeld zumindest überfliegen, um einschätzen zu können, ob sie geeignet sind oder nicht.



Wenn du dir nicht so sicher bist, wie ein bestimmter Text ankommt, kannst du ihn vorab Familienmitgliedern oder Freunden vorlesen. Dies wird dir helfen, in kurzer Zeit routiniert im Vorlesen zu werden. Falls du vorhast, einen etwas längeren Text – z. B. in Etappen – vorzulesen, kannst du dir im Vorfeld Notizen machen, wie du bestimmte Textabschnitte betonen oder das Tempo verändern wirst.

Tipp

Keine Hektik beim Vorlesen!

Immer die Ruhe bewahren – atme ruhig und regelmäßig und halte beim Vorlesen den Körper aufrecht. So werden die anderen dich gut verstehen können und das Vorlesen wird auch für dich selbst angenehm sein.



Vorlesetechnik

Vorlesen ist ein Dialog zwischen Vorlesenden und Zuhörenden – auch wenn natürlich jeweils immer nur eine Person lesen kann. Bei „Zeitungen bauen Brücken“ kommt dies ganz besonders zum Tragen: Die Zeitungen und Bücher dienen dazu, unterschiedliche Generationen miteinander ins Gespräch zu bringen. Dialogisches Vorlesen bedeutet, dass du als Vorleserin bzw. Vorleser die Aufmerksamkeit nicht nur dem Text widmest, sondern immer wieder Blickkontakt mit deinen Zuhörerinnen und Zuhörern suchst. Versuche, ab und zu den Blick zu heben, um zu sehen ob die Seniorinnen und Senioren dir folgen. Bist du vielleicht zu schnell oder zu leise?

Manchmal ist es auch ratsam, einen Ausdruck zu erklären, etwas gemeinsam zu interpretieren oder auf eine ähnliche Textstelle zu verweisen. Dabei solltest du darauf achten, den Fortgang der Geschichte nicht zu sehr zu unterbrechen.

Tip Pausen sind wichtig!

Kleine Pausen beim Vorlesen erhöhen die Aufmerksamkeit des Publikums. Vom Zeitpunkt her kann man diese kurzen Pausen z. B. am Ende eines Absatzes einlegen oder im Anschluss an einen Satz mit wichtigen neuen Informationen zum Fortgang der Geschichte. Du kannst hier kurz inne halten und schauen, ob deine Zuhörerinnen und Zuhörer dir folgen konnten, um dann fortzufahren. Du kannst aber auch eine Bemerkung oder eine kurze Zwischenfrage einstreuen wie z. B.: „Kann sich jemand vorstellen, wie es weitergeht?“

Einsatz der Stimme und Vorlesestil

Die Stimme ist dein wichtigstes Instrument beim Vorlesen. Durch die besondere Betonung von Textabschnitten kannst du deinem „Publikum“ das Verständnis erleichtern, indem du wichtige Informationen stimmlich etwas hervorhebst. Dein persönlicher Vorlesestil hängt dabei immer vom jeweiligen Text ab: Wie würdest du z. B. eine spannende und dramatische Geschichte vorlesen, und im Gegensatz dazu einen



sachlichen und informativen Zeitungsartikel? Welcher Stil passt zu welchem Text, bei welchen Texten kann man den Vorlesevortrag stärker mit der eigenen Stimme gestalten und bei welchen weniger?

Vor allem zu Anfang gilt: Du solltest dich beim Vorlesen wohl fühlen! Konzentriere dich zunächst auf die wichtigsten stimmlichen Mittel – dies sind Lautstärke und Tempo. Erfahrene Vorleser bringen auch noch weitere Mittel zum Einsatz, z. B. um verschiedene Figuren mit unterschiedlich hohen bzw. tiefen Tonlagen zu charakterisieren.

Und niemals vergessen: Vor allem älteren Menschen sollte langsam, laut und deutlich vorgelesen werden.

Tipp Vorlesen ist kein Wettbewerb!
Beim Vorlesen geht es nicht um die reifste schauspielerische Leistung: Gib' dich so, wie du bist – und versuche nicht, jemand anderen zu imitieren oder stilistische Mittel einzusetzen, die dir (noch) nicht liegen.



Gestik und Mimik

Dein Gesichtsausdruck, deine Körperhaltung, auch Bewegungen mit den Händen – wenn du diese Dinge an der richtigen Stelle und im richtigen Maß einsetzt, kann es deine Vorleseaktion zu einem echten kleinen Erlebnis machen. Aber Vorsicht: Es geht lediglich darum, das Vorlesen zu unterstützen und die Geschichte besser zu veranschaulichen. Zu viel gestischer und mimischer Einsatz lenkt die Aufmerksamkeit der Gruppe vom Text ab. Durch den Einsatz von Gestik und Mimik an wichtigen Textstellen – und keinesfalls permanent – machst du der Gruppe auch deutlich, dass dir „deine“ Geschichte und das Vorlesen Spaß macht. Du solltest dir vorab überlegen und dir Notizen machen, an welchen Stellen des Textes du etwas hervorheben möchtest.



Veränderungen sind erlaubt

Vorlesen ist kreativ! Es bedeutet, immer wieder aufs Neue die Aufmerksamkeit der Zuhörerinnen und Zuhörer zu gewinnen. Wenn du vorliest, konzentrieren sich alle anderen auf dich. Du hast alle Möglichkeiten, und das nicht nur in Bezug darauf, was und wie du vorliest, sondern auch das „Drumherum“ betreffend: Vielleicht gibt es zum Thema passende Gegenstände oder Bilder, die du zur Unterstützung mitbringen kannst? Du bist auch nicht verpflichtet, eine Geschichte Wort für Wort abzulesen: Wenn ein Text, den du gerne magst, etwas zu lang zum Vorlesen sein sollte, kannst du stellenweise die eine oder andere Passage auslassen – natürlich unter der Bedingung, dass es für die Zuhörerinnen und Zuhörer weiterhin möglich ist, den Sinn zu erfassen.

Zeigen von Bildern und Illustrationen

Falls der Zeitungsartikel Fotos oder der Vorlesetext Illustrationen enthält, solltest du der Gruppe zumindest einige ausgewählte Bilder zum passenden Zeitpunkt zeigen. Das kann z. B. zum Ende eines Abschnitts sein, da es sonst den Lesefluss unterbrechen und die Zuhörer ablenken könnte. Illustrationen können besonders älteren Menschen helfen, einem Text besser zu folgen.





Gesprächsführung und Umgang mit Schwierigkeiten

Nur keine Hemmungen!

Du stehst – zusammen mit deinen Mitschülerinnen und Mitschülern sowie den Seniorinnen und Senioren – im Mittelpunkt des Projekts. Die Medien wie Zeitungen und Bücher sind dazu da, Gespräche und Austausch anzuregen. Trau' dich, die Fragen zu stellen und die Dinge zu sagen, die du möchtest. Wie würdest du ein Gespräch in Gang setzen? Meistens ist es gar nicht schwer: Du könntest versuchen, die Gruppe mit einer einfach zu beantwortenden Frage zu dem vorgelesenen Artikel bzw. der Geschichte einzubeziehen. Häufig melden sich dann noch mehr Personen zu Wort. Vielleicht ergibt sich daraus eine lebhaftere Diskussion, in der unterschiedliche Meinungen und Erfahrungen zu einem Thema ausgetauscht werden?

Versuche, das Gespräch ein wenig zu führen. Wer möchte sich alles zu Wort melden? Vielleicht gelingt es dir sogar, dass sich alle Seniorinnen und Senioren angesprochen fühlen und beteiligen. Gut gewählte Stichworte und Fragen werden dafür sorgen, dass die Gruppe sich austauscht – es geht nicht darum, dass du bei der Gesprächsführung selbst viel sprichst. Es sollte auch vermieden werden, dass sich das Gespräch in verschiedene Grüppchen auflöst. Schau, dass jeweils nur eine Person spricht. Falls jemand zu lange spricht, solltest du versuchen, die Person behutsam zu bremsen. Keine Angst: Es ist nicht so schwer, in ein lockeres Gespräch mit den Seniorinnen und Senioren zu kommen – sie freuen sich über deinen Besuch!

Umgang mit Schwierigkeiten

Generell gilt: Falls es zu irgendwelchen Schwierigkeiten kommt, sind die Ansprechpartner aus den Heimen in der Nähe und können dir und deinen Mitschülerinnen und Mitschülern helfen. Natürlich kann der Gang in ein Altenheim auch ungewohnte Erfahrungen mit sich bringen, aber du solltest keine Scheu davor haben. Viele Menschen in Senioreneinrichtungen haben körperliche Einschränkungen. Einige



Beispiele: Vielleicht kann ein Teilnehmer oder eine Teilnehmerin der Vorlesebegegnung nicht mehr so gut hören, möchte aber dennoch auf jeden Fall dabei sein. Vielleicht können andere Personen sich nicht für längere Zeit auf einen vorgelesenen Text konzentrieren. Falls solche Situationen entstehen, solltest du nicht unsicher werden: Es hat nicht mit dir und deiner Vorleseaktion zu tun.

Thema Demenz

Demenz bezeichnet u. a. die Abnahme der Fähigkeiten des Gedächtnisses und betrifft viele ältere Menschen. Für dich wird die Begegnung mit zumindest einigen leicht dementen Menschen möglicherweise eine neue Erfahrung sein. Vielleicht wirst du merken, dass manche Zuhörerinnen und Zuhörer sich manche Dinge nicht mehr so gut merken können. In solchen Fällen solltest du nicht zu lange und zu komplizierte Texte vorlesen. Frage auch vorab die Ansprechpartner in den Heimen, ob es Einschränkungen bei deinem Publikum gibt und was sich besonders anbietet. Vielleicht ist es sinnvoll, das Thema auf Erinnerungen an die Vergangenheit zu lenken, damit die älteren Menschen sich an Ereignisse aus ihrem eigenen Leben erinnern?

Vorleser bedeutet, etwas flexibel zu sein: Lies' deine Geschichte nicht um jeden Preis zu Ende, wenn ein Gespräch erfolgversprechender ist. In so einem Falle könntest du die Geschichte abkürzen und in wenigen Sätzen zu Ende erzählen.

Sprich auch mit deiner Vorlesegruppe über die jeweilige Vorlesestunde, tauscht euch untereinander über eure Erfahrungen aus. Gebt euren Kontaktlehrern zwischendurch Bescheid, wie es gelaufen ist – sie oder er steht euch jederzeit zur Seite!

Viel Spaß beim Vorlesen!

Die Lesebox für beteiligte Senioreneinrichtungen

Jutta Bauer / Arnhild Kantelhardt (Hg.)

Es war eine dunkle und stürmische Nacht. Vorleseklassiker

Gerstenberg Verlag, Hildesheim 2010, 204 S., 26,95 EUR

Helmut Blecher

In die Berge, an die See. Unser erster Urlaub in den 50er und 60er Jahren

Wartberg Verlag, Gudensberg-Gleichen 2006, 63 S., 6,95 EUR

Reinhard Bogena

Vaters ganzer Stolz. Unser erstes Auto in den 50er und 60er Jahren

Wartberg Verlag, Gudensberg-Gleichen 2006, 63 S., 6,95 EUR

Erma Bombeck

**Nur der Pudding hört mein Seufzen / Wenn meine Welt voll Kirschen ist,
was tu' ich mit den Kernen? / Ich hab' mein Herz im Wäschekorb verloren**

Bastei Lübbe Verlag, Bergisch Gladbach 2007, 654 S., 7,00 EUR

Constanze Breckoff (Hg.)

Das große Fabelbuch

Lappan Verlag, Oldenburg 2010, 173 S., 19,95 EUR

Wilhelm Busch

Von Hund und Katze. Gedichte für Kinder

Lappan Verlag, Oldenburg 2010, 32 S., 12,95 EUR

Carlo Collodi

Die Abenteuer des Pinocchio. Die Geschichte einer Holzpuppe

Lappan Verlag, Oldenburg 2011, 173 S., 19,95 EUR

Karl Otto Conrady (Hg.)

Der neue Conrady. Das Buch deutscher Gedichte

Artemis & Winkler Verlag, Mannheim 2008, 1377 S., 49,90 EUR

Antje Damm

Alle Zeit der Welt

Moritz Verlag, Frankfurt am Main 2010, 96 S., 13,80 EUR

Heinz Erhardt

Alles Liebe!

Lappan Verlag, Oldenburg 2008, 64 S., 8,95 EUR

Willi Hoffsummer (Hg.)

Die 100 schönsten Weihnachtsgeschichten

Zum Vorlesen in Familie, Kindergarten, Schule und Gemeinde

Herder Verlag, Freiburg 2008, 256 S., 14,95 EUR

Karin Jäckel (Hg.)

Deutschland, eine Märchenreise

Kerle Verlag, Freiburg 2010, 192 S., 22,00 EUR

Janosch

Janoschs tierische Parade. Die schönsten Vorlesegeschichten

Beltz Verlag, Weinheim 2011, 196 S., 14,95 EUR

Jürgen Kleindienst (Hg.)

Momente des Erinnerns. Zeitzeugen erzählen von früher. Band 1

Zeitgut Verlag, Berlin 2010, 126 S., 8,95 EUR

Heinz Leiwig

Hurra, wir leben noch! Mainz nach 1945

Wartberg Verlag, Gudensberg-Gleichen 2005, 62 S., 16,80 EUR

Paul Maar (Hg.)

Östlich der Sonne und westlich vom Mond.

Die schönsten Kindergeschichten

Aufbau Verlag, Berlin 2007, 320 S., 22,00 EUR

Bart Moeyart

**Brüder. Der Älteste, der Stillste, der Echtteste, der Fernste,
der Liebste, der Schnellste und ich**

Hanser Verlag, München 2006, 168 S., 14,90 EUR

Stiftung Lesen (Hg.)

Erzähl uns eine Geschichte über Freundschaft.

Die schönsten Vorlesegeschichten ausgesucht von der Stiftung Lesen

Velber Verlag, Freiburg 2008, 104 S., 14,95 EUR

Anais Vaugelade

Steinsuppe

Moritz Verlag, Frankfurt am Main 2008, 40 S., 14,80 EUR

Corinna Wodarz

Mutters ganzer Stolz. Unser Haushalt in den 50er und 60er Jahren

Wartberg Verlag, Gudensberg-Gleichen 2006, 59 S., 6,95 EUR

IMPRESSUM

Herausgeber:
Stiftung Lesen
Römerwall 40
55131 Mainz

Verantwortlich:
Dr. Jörg F. Maas

Programme und Projekte:
Sabine Uehlein

Ansprechpartner:
Wolf Borchers
Tel. 06131/28890-26
E-Mail: wolf.borchers@stiftunglesen.de

Redaktion: Wolf Borchers

Bildnachweis: Verlagsgruppe Rhein Main Stiftung/
Timo Schwarz (Titelbild, Seiten 2, 4, 7, 11)
Stiftung Lesen (Seiten 9, 10)

Gestaltung:
Andrea Adler & Alice Hubert
hauptsache:design, Mainz

Druck:
Druckzentrum Lang, Mainz

Auflage:
1.000 Exemplare

In Zusammenarbeit mit der
Verlagsgruppe Rhein Main Stiftung, Mainz

© Stiftung Lesen, Mainz 2011