



Gedichte wie ein Geschenk überreichen

Der Poetry-Slam-Profi Lars Ruppel findet in seinem Projekt „Weckworte“ genau die richtigen Worte für Menschen mit Demenz. In Workshops vermittelt er Betreuenden, wie sie Gedichte so vortragen, dass sie bei den Bewohnern schöne und wache Momente erzeugen. Unsere Autorin war live dabei.

Text: Katja Marquardt

Poesie begleitet uns durch das ganze Leben: Schon im Mutterleib wird uns vorgesungen, später dann zum Einschlafen. Im Kindergarten lernen wir die ersten Reime, an Weihnachten erwartet die Familie das obligatorische Weihnachtsgedicht. Besonders die heutigen Pflegeheimbewohner kamen noch viel mehr mit Lyrik in Berührung als spätere Generationen – und konnten einst viele Gedichte auswendig. Ein besonderes Projekt zeigt, dass es Poesie auch bei fortgeschrittener Demenz schaffen kann, zu tief verschütteten Erinnerungen vorzudringen und positive Reaktionen zu wecken. Auch in der Arbeit mit Menschen mit Behinderung können die Techniken der Poesiarbeit zum Einsatz kommen.

Demenzbetroffene mit Worten wecken

Lars Ruppel ist eigentlich Slam-Poet. Das heißt, er tritt auf sogenannten Poetry Slams, also Poesiewettbewerben auf und trägt in einer vorgeschriebenen Zeit selbstverfasste Gedichte vor, die das Publikum mittels Applaus bewertet. Als Ruppel 2009 auf das „Alzpoetry“-Projekt eines amerikanischen Slam-Poeten aufmerksam wurde, fand er die Arbeit mit Pflegeheimbewohnern zunächst sehr befremdlich, gibt er zu. „Wenn Poesie richtig vorgetragen wird, löst sie etwas im Zuhörer aus“, weiß der deutsche Poetry-Slam-Meister. Dies gelte insbesondere für Menschen mit Demenz, die auf einer normalen verbalen Ebene häufig nicht mehr erreicht werden, hat Lars Ruppel erfahren. Und so



war sich der Marburger Vollzeitpoet schnell sicher, das Richtige zu tun und nannte sein Projekt „Weckworte“. Mittlerweile ist er damit in ganz Deutschland, Österreich und der Schweiz unterwegs. Pflegeeinrichtungen können Ruppel für einen eintägigen Workshop buchen.

Poesie in den Alltag integrieren

Bei den Fachkräfteschulungen zeigt Ruppel Mitarbeitern, wie sie Poesie in den Pflegealltag integrieren können. Sie lernen in den gefragten Workshops, ihren Worten durch bestimmte Techniken – mehr dazu unten – Ausdruck zu verleihen und so die Senioren auf einer emotionalen Ebene zu erreichen und zu aktivieren. Dabei geht es Ruppel jedoch nicht in erster Linie darum, durch die stete Wiederholung von Bekanntem zu versuchen, Erinnerungen bei den Demenzerkrankten freizulegen. „Jeder hat das Recht auf ein kulturell wertvolles Angebot“, betont er. Bewohner von Pflegeeinrichtungen seien jedoch darauf angewiesen, dass ihnen kulturelle Angebote von außen gebracht werden. Der 29-Jährige ermutigt die Teilnehmer daher, nicht immer nur Schillers „Glocke“ oder Heines „Lorelei“ zu verwenden, wenngleich sich diese Gedichte besonders gut für die Arbeit mit Demenzerkrankten eignen würden. Wenn er einmal alt und dement ist, möchte er schließlich



*Katja Marquardt
Krankenschwester und
freie Journalistin, Frankfurt am Main,
Kontakt: katja.marquardt@gmail.com*

auch nicht, dass immer nur die Alben des Rappers Haftbefehl in Endlosschleife laufen.

Poesie bringt Generationen zusammen

In einer zweiten Variante erfreut sich „Weckworte“ aber auch als inklusives und generationsübergreifendes Projekt großer Beliebtheit: In Kooperation mit Schulen leitet der Marburger in seinen Workshops Heranwachsende an, wie sie die Gedichte so vortragen können, dass alle anwesenden Senioren oder Menschen mit Behinderung davon profitieren und einbezogen werden. Ruppel regt die Workshop-Teilnehmer dazu an, ihre „Poesie wie ein Geschenk zu überreichen“. Ganz wichtig sei es, dass sich die Jugendlichen ein passendes Gedicht – aus einem Fundus geeigneter Texte – selbst aussuchen.

In einem Lehrerworkshop zeigt Ruppel, wie man Schüler auf eine aktivierende Lesung in einer Pflegeeinrichtung vorbereitet. Vortragstechniken wie Hand- und Augenkontakt, Rhythmik, Bewegungen, gemeinsames Singen,

So tragen Sie Demenzbetroffenen Gedichte vor

- Wählen Sie Gedichte mit einem festen Reimschema, einem Refrain, einem anschaulichen Vokabular, wörtlicher Rede oder welche, die man begleitend inszenieren kann. Kürzen oder vereinfachen Sie gegebenenfalls die Originaltexte seniorengerecht.
- Sprechen Sie alle Bewohner nacheinander direkt an. Knien Sie sich zum Beispiel vor einem im Stuhlkreis sitzenden Bewohner, nehmen seine Hand, schauen und sprechen Sie ihn an. Das allein zaubert häufig ein Lächeln ins Gesicht des Bewohners.
- Bauen Sie haptische Reize in Ihren Vortrag ein, zum Beispiel das Gesprochene durch Gesten unterstreichen, wie etwa eine kreisende Mahlbewegung beim Thema Mühle.
- Animieren Sie zur Bewegung, etwa durch Rhythmus mitklatschen lassen oder Applaus nach jeder Strophe.
- Poesieprofi Lars Ruppel empfiehlt grundsätzlich, den seniorengerechten Einsatz von Poesie zunächst im Workshop kennenzulernen und dann erst in die Praxis umzusetzen.
- Binden Sie pro Poesieeinheit maximal zwölf Teilnehmer ein, Dauer: 30 bis 60 Minuten.



Generationenübergreifend aktiv: Kürzlich war Lars Ruppel zu Gast bei der Stiftung Maria-Rast im niedersächsischen Damme. Dort trug er gemeinsam mit Pflege- und Betreuungskräften und Schülerinnen der Realschule Damme Gedichte für die Bewohner vor.

Wiederholungen und Mimik kommen dabei zum Einsatz. Besonders gut eignen sich Gedichte mit einem festen Reimschema, einem Refrain, einem anschaulichen Vokabular, wörtlicher Rede oder welche, die man begleitend inszenieren kann. Im Workshop merken die Teilnehmer, was sie allein mit ihrer Stimme erreichen können, wenn sie versuchen, laut, leise, glücklich, traurig oder wütend zu sprechen.

Die Herzen der Senioren erobern

In der Mitte zu stehen und sein Gedicht vorzulesen, davon hätten die Senioren nichts, erklärt Ruppel. Wichtig sei es, alle Bewohner nacheinander direkt anzusprechen. Wenn sich der Poet an die im Stuhlkreis sitzenden Perso-

nen richtet, kniet er sich häufig vor die Person, nimmt eine Hand, schaut und spricht sie direkt an. Schon allein das bewirkt häufig ein Strahlen im Gesicht des Angesprochenen. Wemgleich das hier eine Art Trockenübung ohne Senioren ist, können sich alle gut vorstellen, wie der

quirlige Blonde mit der großen Brille die Herzen der älteren Herrschaften im Sturm erobert. „Hast uns Stulln jeschnitten und Kaffee jekocht

/ und de Töppe rübajeschom, und jewischt und jenäh“ – so beginnt

Tucholskys Gedicht „Mutters Hände“ in Berliner Mundart. Es kann gut dazu genutzt werden, den Senioren danke zu sagen – für eine jahrzehntelange Arbeitsleistung in Familie oder Beruf. Auch

Mehr zum Thema

Lars Ruppel beim Vortrag mit Demenzbetroffenen erleben Sie im NDR-Kulturjournal:
http://vinc.li/youtube_weckworte
Infos über Lars Ruppel und seine Weckworte-Workshops: www.larsruppel.de
Kürzlich war er zu Gast im Haus am Ohlkenberg der Stiftung Maria-Rast in Damme und trug auf Initiative des Kunst- und Kulturkreis (www.kulturindamme.de) mit Mitarbeitern und Schülern Gedichte für die Bewohner vor: www.maria-rast.de/haus-am-ohlkenberg,
Buch Tipp: Gedichte, Lieder, Sketche. Textvorlagen für jeden Anlass, Philipp Hieronymus, Vincentz Network, Hannover, 2013, 92 Seiten, 15,80 Euro, http://vinc.li/gedichte_vincentz

*Allein stimmlich
können Sie viel
erreichen, wenn Sie
versuchen, laut, leise,
glücklich, traurig oder
wütend zu sprechen.*

Weckworte kurz & knapp

Ziel des Poesieprojekts „Weckworte“ ist es, die Lebensfreude in Menschen mit Demenz oder geistigen Behinderungen zu wecken. Angeboten wird der **Workshop** einerseits für **Fachkräfte in Pflegeeinrichtungen**, die dabei lernen, Poesie in den pflegerischen Alltag zu integrieren. Außerdem gibt es einen inklusiven, generationsübergreifenden Ansatz, bei dem **Schul-klassen** klassische und moderne Gedichte vorbereiten, die sie bei einem Besuch in einer Pflegeeinrichtung vortragen. Sie erproben in den Workshops spezielle Vortragstechniken und gestalten so eine aktivierende Lesung für die Bewohner. Von dem Projekt profitieren ebenfalls die Heranwachsenden, da das Selbstvertrauen gestärkt und Berührungssängste mit Demenzerkrankten abgebaut werden.



wenn sie die Worte nicht verstehen, so verstehen sie doch die Geste: Der Vortragende geht reihum und schüttelt während der Rezitation jedem anerkennend die Hand. Dadurch werden auch die haptischen Bedürfnisse der Menschen mit demenziellen Veränderungen angesprochen. Beim „kleinen Erntelied“ (Richard Dehmel, um 1900) wiederholen alle den Refrain „mahle Mühle mahle“ gemeinsam nach jeder Strophe, zusammen mit einer einfachen, das Mahlen symbolisierenden Geste. Diese vermittelt ein Zugehörigkeitsgefühl. Gleichzeitig animiert sie die Demenzbetroffenen zu ein wenig Bewegung. Nach jedem Vortrag klatschen alle – das schafft Struktur und Rhythmus.

Maximal zwölf Senioren pro Anwendung

Die Workshop-Teilnehmer sind begeistert, wie viel sie mit so einfachen Methoden aus den Gedichten herausholen können. Die Gedichte müssten außerdem manchmal strukturverstärkend verändert oder gekürzt werden, so wie auch das Essen im Pflegeheim seniorenrecht angereichtert wird, erläutert Ruppel. Er empfiehlt eine Kombination aus zwei Stunden Workshop, einer halben bis ganzen Stunde Anwendung in einer Einrichtung und einer anschließenden

Auswertung. Er rät außerdem dazu, nicht mehr als zwölf Bewohner an der Anwendung teilnehmen zu lassen.

Jugendliche wachsen durch die Zusammenarbeit

„Weckworte“ weckt nicht nur die Senioren, sondern auch die Schüler. Ruppel gibt zwar zu bedenken, dass der Kontakt für die Schüler zunächst sehr beklemmend und fordernd sei. Er rät Pflegeeinrichtungen, die mit Schulen kooperieren wollen, die Jugendlichen zunächst auf den Umgang mit Demenzerkrankten vorzubereiten. Aber dann beobachtet der Berufspoet, wie die Jugendlichen aufblühen: Sie werden durch das Vortragen der Gedichte selbstbewusst und öffnen sich den Bewohnern. Außerdem werde durch die Auseinandersetzung mit den Gedichten die Lesekompetenz der Schüler gestärkt, das Projekt biete zudem Anknüpfungspunkte für den Deutschunterricht. „Viele Heranwachsende sind sehr gerührt über die Freude, die ihr Besuch in einer Pflegeeinrichtung auslöst“, schildert Ruppel seine Erfahrungen. Selbst die coolsten Jugendlichen würden auf einmal ganz fürsorglich und sanft. Zuletzt kann durch den Workshop im Idealfall der ein oder andere Schüler für ein Praktikum oder sogar eine Ausbildung in der Altenpflege begeistert werden. ●