

GETEILTE ERINNERUNGEN

Beschreibung

Hier geht es darum, das Langzeitgedächtnis zu aktivieren und Menschen zu motivieren, ihre Geschichten anhand von (eigenen) Fotos zu erzählen und/oder aufzuschreiben.

Lernziele



- Aktivierung des Langzeitgedächtnisses
- Ermutigung zum Erzählen
- Festhalten von Erinnerungen
- Gespräche anregen



Benötigte Zeit

-

Allein oder gemeinsam?

Einzeln oder in der Gruppe



Benötigtes Material

Alte Fotos

Anleitung

Suchen Sie ein Foto aus Ihrer Vergangenheit aus. Wenn möglich, sollte es eines sein, mit dem Sie positive Gefühle verbinden. Wird diese Aktivität in der Gruppe durchgeführt, benötigen alle dafür eigene Fotos.

Nun schauen Sie sich Ihr Foto in Ruhe an und denken über Folgendes nach:

- **Wer ist abgebildet?** (Was verbinde ich mit diesen Personen?)
- **Wo wurde das Foto aufgenommen?** (Was fällt mir zu diesem Ort ein?)
- **Wann wurde es aufgenommen?** (Wie alt war die abgebildete Person? Wie alt war ich zu dieser Zeit? Was ist zu dieser Zeit in meinem Leben passiert?)
- **Warum wurde es aufgenommen?**
 - Was geschah vorher/nachher?
 - Gibt es etwas auf dem Foto, das mir noch gehört? (Gibt es etwas auf dem Foto, das mir damals sehr wichtig war? Gibt es etwas auf dem Foto, das ich völlig vergessen hatte?)

Als Gruppenaktivität: Es müssen nicht unbedingt alle Fragen beantwortet werden. Sie können sich in der Gruppe darauf einigen, für jedes Bild drei relevante Fragen auszuwählen. Nach und nach werden die Informationen und Erinnerungen mit den anderen geteilt. Nachdem eine Person ihre Geschichte erzählt hat, können alle anderen Fragen stellen, und so miteinander ins Gespräch kommen.

Allein: Schreiben Sie die Informationen und Erinnerungen kurz (zum Beispiel in Stichpunkten) auf die Rückseite des Fotos, um sie für die Nachwelt festzuhalten und dem Foto einen Wert für künftige Generationen zu geben, die es so besser verstehen und einordnen können. Wegen des geringen Platzes können sicher nicht alle Fragen beantwortet werden – die **fett gedruckten** in der Liste oben sind die wichtigsten.

Praktische Tipps

- Wenn man keine eigenen Fotos zur Hand hat, kann man z. B. Bilder aus alten Zeitungen oder Zeitschriften nehmen.
- Diese Aktivität kann auch eine schöne Gelegenheit sein, die Fotos beim nächsten Besuch der Familienmitglieder zu zeigen und die Erinnerungen zu teilen.

Quelle

Entwickelt von WISAMAR

Erwartete Ergebnisse

- Verbesserte Erzähl- und Schreibfähigkeiten, Kreativität und die Fähigkeit, Gedanken und Gefühle zu artikulieren.
- Verbesserung von Gedächtnis und kognitiven Funktionen
- Bewusstsein für die eigene Geschichte und ihren Wert für andere bzw. die Nachwelt