

*„Und noch ein Satz nach Ringelnatz“ -
Dichten mit Senioren*

Susanne Tenberg

Kurs 56

Colloquiumsarbeit eingereicht an der igw in Castrop-Rauxel

Inhaltsverzeichnis

1	Joachim Ringelnatz – Biografie eines verkannten Künstlers	3
2	Ringelnatz-Gedichte in der Seniorenarbeit	7
3	Humor und das Lachen – eine Brücke im Alltag	7
4	Definition von Poesie – und Bibliothherapie.....	9
4.1	Geschichte- Kurzinformation	9
4.2	Methoden der Poesie – und Bibliothherapie.....	9
4.3	Poesie – und Bibliothherapie in der Seniorenarbeit	10
5	Praktische Durchführung – Dichten mit Senioren	11
5.1	Auswahl der Bewohner	12
5.2	Kurzbiographien der teilnehmenden Seniorinnen	12
5.3	Vorbereitung des Gruppenangebotes.....	12
5.3.1	Erster Donnerstag – Poetische Stunde	13
5.3.2	Zweiter Donnerstag – Poetische Stunde	15
5.3.3	Drittes Treffen am Montag – Poetische Stunde	16
5.4	Fazit der Gruppenarbeit – Poetische Stunde	17
6	Reflexion.....	17
7	Schlussbetrachtung	18
8	Anhang	19
9	Quellenverzeichnis.....	21
10	Literaturliste	23

Einleitung

Wie es zu meinem ersten Ringelnatz Kontakt gekommen ist, weiß ich nicht mehr genau. Vielleicht war es in der Schule. Ganze Gedichte kannte ich nicht, nur Teilstücke, die mir im Gedächtnis geblieben sind und die auch, in leicht veränderter Form, in Poesiealben zu lesen waren. Diese machten in meiner Kinder- und Jugendzeit noch fleißig die Runde.

Irgendwann kaufte ich mir das erste Ringelnatz Buch mit einer Sammlung unterschiedlicher Gedichte und Verse, die alle recht amüsant waren und mir Spaß machten. Die genaue Bedeutung seiner Gedichte habe ich damals noch nicht erkannt, umso spannender ist es jetzt damit zu arbeiten.

Einige Senioren kennen die Gedichte und auch Details aus seinem Leben und so kann sich ein Austausch miteinander ergeben.

In der Nordseestadt Cuxhaven, in der ich jahrelang meine Urlaube verbrachte, kann man auch durch ein kleines Ringelnatz-Museum bummeln.

So oft habe ich davor gestanden und das lebensgroße (kleine) Bildnis aus Holz, von Ringelnatz bewundert, aber leider bin ich nicht hinein gegangen.

Noch nicht...

1 Joachim Ringelnatz – Biografie eines verkannten Künstlers

Am 20. November 1934 wurde auf dem Friedhof an der Heerstraße, in Berlin, Joachim Ringelnatz beigesetzt. Es war eine sehr unauffällige Zeremonie und es nahmen nur 11 Personen daran teil. Die gute Freundin Asta Nielsen hat einige Gedichtzeilen vorgetragen und es wurde sein Lieblingslied gespielt: „La Paloma.“ Die Trauernden warfen eine handvoll Erde auf seinen Sarg und verließen still den traurigen Ort. Die Grabplatte aus Muschelkalk ist heutzutage nicht sonderlich gepflegt, obwohl es sich um ein Ehrengrab der Stadt Berlin handelt. Einige Ofenkacheln sind dort zum Gedenken abgelegt worden, in Anlehnung an eines seiner Liebesgedichte.(1)

„Ich hab dich so lieb! Ich würde dir ohne Bedenken eine Kachel aus meinem Ofen schenken....“(2)

Hans Bötticher alias Joachim Ringelnatz wurde nur 51 Jahre alt und er hatte ein sehr bewegtes und kein einfaches Leben. „Er bezeichnete sich als Artist und nicht als Schriftsteller. Er war ein Stegreifkünstler, der über die Bühnen Europas zog und immer Geldsorgen hatte. Er war auf der Reise, suchte nach Wahrhaftigkeit, konnte spröde sein und herzlich. Joachim Ringelnatz war ein

Anarchist, ein Zweifler, ein Abenteurer, ein Provokateur. Einer, der die Freiheit liebte und in jedem Ende den Neuanfang witterte.“(3)

Am 7. August 1883 kam Hans Bötticher in Wurzen bei Leipzig, als drittes Kind von Georg Bötticher und Ehefrau Rosa Marie Mathilde Engelhart, zur Welt.

Beide waren künstlerisch tätig und hatten es zu einem bescheidenen Wohlstand gebracht. Georg Bötticher war Musterzeichner, verfasste humoristische Gedichte und Erzählungen und schrieb später erfolgreich Kinderbücher, während seine Ehefrau zeichnete, Muster für Perlenstickereien entwarf und Puppenkleidung herstellte.(4)

Die Leitfigur für Ringelnatz war stets sein Vater. Er zeigte früh sein Talent, schon mit neun Jahren schenkte er ihm ein selbstgeschriebenes Büchlein zu Weihnachten. Zu seiner Mutter hatte er ein eher gespanntes Verhältnis, weil sie die Bestrafungen für seine vielen Streiche übernahm.(5)

„Die Schulzeit wird für ihn bis zum Ende beängstigend sein und quälend, eine Last und eine Tortur. Er lernt, aber er lernt nicht leicht, noch leichthändig. Alles kommt ihm hässlich vor, abscheulich, bedrückend ist das Einleben in Pünktlichkeit, niederträchtig der Rohrstock.“(6) Erst wurde er von den Mitschülern wegen seines Aussehen gehänselt, aber der aufkeimende Trotz ließ ihn aufmüpfig werden. Er spielte Streiche und war ein Rüpel, der für sein Benehmen von den Lehrern vielfach gestraft wurde. Mit 14 Jahren wurde er vom Staatsgymnasium verwiesen, kam dann auf eine Privat-Realschule und verließ diese mit dem Reifezeugnis und der Berechtigung zum Einjährigen-Freiwilligen-Militärdienst.

So ging Ringelnatz 1901 als Schiffsjunge zur See und bereiste mehr als zwanzig Länder. „In seinem Bericht von dieser ersten Fahrt, den er 1911 unter dem Titel *Was ein Schiffsjungentagebuch erzählt* erscheinen ließ, lesen wir vom harten Leben auf See, von Schiffsabenteuern und der Not der Seeleute, von Hunger, Prügeln, von Flucht in den Dschungel und von glücklicher Heimfahrt.“(7)

Auch vom Warten ohne Arbeit und Geld auf ein neues Schiff und seinen zahlreichen Nebenjobs erfährt man.(8) Anfang 1905 begann er in Hamburg, als Bürolehrling in einer Dachpappenfabrik, eine kaufmännische Lehre und arbeitete danach einige Monate in Leipzig und Frankfurt am Main. Er schrieb nebenher noch Gedichte und Reime, die er namhaften Zeitschriften sendete, ohne jegliche Veröffentlichungen.

Von heute auf morgen ging Ringelnatz wieder auf Wanderschaft, das geregelte Leben behagte ihm nicht. „Nach seiner Rückkehr versuchte er sich, von der Not

getrieben, in den unterschiedlichsten und sonderbarsten Berufen, scheiterte und versuchte es von neuem. Fast zwanzig Jahre ging das so, aber es war nicht nur Abenteuerlust und Unbeständigkeit, die ihn umtreiben. Ringelnatz ist auf der Suche nach sich selbst. Und er hat ein Ziel. Er will Dichter werden.“(9) Sein Weg hat ihn 1909 nach München geführt. Dort wurde er in der Künstlergaststätte „Simplicissimus“ entdeckt und als Hausdichter verpflichtet. Er begann Gedichte und Geschichten zu veröffentlichen, denn er hatte viele Künstlerfreunde (u.a. Ludwig Thoma, Julius Beck und Frank Wedekind) aber sehr wenig Geld. In der Hoffnung auf einen Verdienst eröffnete er einen Tabakladen „Tabakhaus Zum Hausdichter“. Dieser ging jedoch nach wenigen Monaten Pleite. Ringelnatz veröffentlichte unter verschiedenen Pseudonymen Gedichte und dann, 1910, seine ersten Bücher: zwei Kinderbücher und ernste Gedichte, die er seinem Vater widmete.

Durch die neuen Bekannten wurde ihm bewusst, dass es ihm an Bildung mangelte. Er ließ sich privat in Latein, Geschichte, Literaturgeschichte und anderen Fächern unterrichten und studierte Werke der Weltliteratur. (10). Das Münchner Leben konnte ihn nicht lange begeistern und er blieb weiterhin auf der Suche nach einem geeigneten Beruf.

In den Jahren 1912/13 arbeitete er als Privatbibliothekar bei einem Grafen und anschließend bei einem Freiherrn und absolvierte sogar noch einen Kurs als Schaufensterdekorateur. Diesen Beruf gab er aber gleich wieder auf.

In dieser Zeit erschien seine Gedichtsammlung „Die Schnupftabaksdose“ und der Novellenband „Ein jeder lebt´s“. (11)

Zu Kriegsbeginn 1914 meldete sich Ringelnatz freiwillig zur Marine. Er war zunächst kriegsbegeistert, was sich allmählich legte, weil sich der Krieg für ihn als Abwicklung von Intrigen und Mächten aller Nationen darstellte. Die längste Zeit war er in Cuxhaven stationiert. (12)

1918 verstarb der geliebte Vater und Ringelnatz war tief erschüttert über den Verlust und äußerte, das er nicht wisse ob er das jemals verwunden werde. - „Nach dem Krieg erlebte der 35jährige ein schweres Nachkriegsjahr mit Hunger und anderen Entbehrungen.“(13) Ende 1919 wurde aus Hans Bötticher schließlich Joachim Ringelnatz. Man nimmt an, dass es sich vom seemännischen Namen des Seepferdchens „Ringelnass“ ableitete, das für Glück steht. (14) Die *Turngedichte* unterzeichnete er als erstes mit seinem Pseudonym, unter dem er bald weithin bekannt wurde.

„Im Frühjahr 1920 verlobte er sich mit Leonharda Pieper, die er 1916 während

eines Urlaubs in Eisenach kennen gelernt hatte. Im August fand in München die Hochzeit statt.(15) Seiner Frau gab er den Kosenamen *Muschelkalk* und er schrieb für sie viele Gedichte sowie Briefe, in denen er ihr seine tiefe Liebe zum Ausdruck brachte.

Seine Frau wurde ihm zur unentbehrlichen Assistentin bei all seinen Publikationen und sie hielt sich mit Übersetzungen, Lektoratsarbeiten oder Sprachunterricht über Wasser, während sie die Münchner Wohnung hütete. Ringelnatz trat weiterhin im *Simplicissimus* auf und wurde dort von Hans von Wolzogen engagiert, um in Berlin in dessen literarischen Kabarett *Schall und Rauch* aufzutreten(16). Dort hatte er große Erfolge mit den *Turngedichten* (in denen er sich über den heroischen Körperkult des aufziehenden Nationalsozialismus lächerlich machte) und den Versen vom Seemann *Kuttel Daddeldu* (ein Seemann der rüde, laut war, oft frivol scherzte, doch immer die Wahrheit sprach und auch die leisen Töne waren unüberhörbar). „Hier begann sein Leben als reisender Vortragskünstler, das ihn mehrere Monate im Jahr auf Bühnen im gesamt deutschsprachigen Raum brachte.“(17) Ringelnatz´ Mutter starb indes 1924 im Alter von 66 Jahren in Leipzig.17a)

Während seiner Reisen gab es immer neue Anlässe und Situationen für neue Gedichte, die sozusagen unterwegs entstanden sind.. Es wurden Bücher verlegt wie z.B. die *Reisebriefe eines Artisten* (1927), *Allerdings* (1928), *Flugzeuggedanken* (1929), *Gedichte dreier Jahre* (1932). Daneben erschienen die Kinderbücher *Geheimes Kinder-Spiel-Buch* (1924) und *Kinder-Verwirr-Buch* (1932).Außerdem wurden zwischen 1921 und 1933 etwa 600 Gedichte in Zeitschriften veröffentlicht.(18) Das alles machte den Dichter nicht reich und so tingelte er weiter auf den Bühnen im deutschsprachigem Raum, obwohl er inzwischen müde vom vielen Reisen war.

Im Frühjahr 1930 zog Ringelnatz mit seiner Frau nach Berlin um, weil sich das politische und das kulturelle Klima in München zusehends verschlechterte. Er versprach sich von Berlin größere berufliche Möglichkeiten und er hatte bereits Bekannt- und Freundschaften mit Kurt Tucholsky, Claire Waldoff und anderen Künstlern geschlossen.(19) Es blieb ihm jetzt mehr Zeit dafür, sich mit der Malerei zu beschäftigen, was ihm auch sehr wichtig war. „Bereits seit 1923 hatte er in zunehmenden Maße als Maler Erfolg verbuchen können“.(20) Seine Bilder wurden gemeinsam mit Werken von Paul Klee, Emil Nolde und anderen bekannten Malern ausgestellt.(21) „Berlin, das ihm schon früher freundlich entgegengekommen war, entzückte Ringelnatz auf vielfache Art..“(22) Er

probierte alles sich bietende aus, so wie Rundfunkauftritte, Film- und Schallplattenaufnahmen, ohne große finanzielle Erfolge. Auch genoss er die Geselligkeit, Freunde und das Stadtleben in Berlin, bis auch dort die ersten nationalsozialistischen Schatten Einzug hielten.

Noch Anfang 1933 trat er in Frankfurt am Main auf und hatte kurze Zeit später noch eine Bilderausstellung in Leipzig. Doch dann erteilten die an die Macht gekommenen Nationalsozialisten Ringelnatz Auftrittsverbot. Bereits ausverkaufte Veranstaltungen wurden abgesagt. Die meisten seiner Bücher wurden als „undeutscher Schund“ beschlagnahmt oder verbrannt.(23)

Ringelnatz verstummte in der Öffentlichkeit und das Ehepaar verarmte, weil die Auftritte die Haupteinnahmequelle waren. Bei Ringelnatz brach eine schon lange schwelende Magen- und Lungentuberkulose aus. Um ihm einen Sanatoriumsaufenthalt finanzieren zu können, wurden öffentliche Spendenaufrufe gestartet und private Spender angesprochen. Sein gesundheitlicher Zustand verschlechterte sich schnell.(24) „Im Oktober kehrte er in die Wohnung am Sachsenplatz zurück, fast bis zuletzt schreibend, mit literarischen Plänen beschäftigt. Am 17.November 1934 starb Joachim Ringelnatz im Alter von einundfünfzig Jahren in Berlin.“(25) ----

„Humor ist der Knopf, der verhindert, dass uns der Kragen platzt.“(26)

Ringelnatz ist genau so damit umgegangen, er nutzte den Humor mit der Fähigkeit, die Schläge des Schicksals zu verarbeiten und zu ertragen.(27)

2 Ringelnatz-Gedichte in der Seniorenarbeit

„Die Lyrik von Joachim Ringelnatz ist voller Komik, kindlicher Freude und kluger Skepsis. Seine Sprache ist schlicht, konkret, bildhaft, ausdrucksstark und dabei so liebevoll.“(28) Viele seiner Sprüche und Lebensweisheiten sind den Senioren bekannt und werden in passenden Situationen zum Besten gegeben.

Es macht einfach Spaß die Gedichte zu hören und darüber zu reden, was uns Ringelnatz womöglich mit auf den Weg geben wollte. Doch allein sich vorzustellen, was in den Gedichten erzählt wird, regt die Phantasie eines jeden an. Außerdem darf man sich auch an ironischen und sarkastischen Pointen erfreuen, die den Alltag oftmals originalgetreu widerspiegeln und man kann sich selbst dort entdecken.

3 Humor und das Lachen – eine Brücke im Alltag

Das Wort Humor hat viele verschiedene Definitionen, doch eines ist klar: „In

den meisten dieser Definitionen werden Humor und Lachen in Zusammenhang gebracht. Das Lachen ist dabei ein Indikator für das Vorhandensein von Humor.“(29)

„Sigmund Freud, Arzt und Psychoanalytiker, bezeichnet Humor als die höchste Form des Lachens und Ausdruck eines menschlichen Reifeprozesses. Für ihn ist es eine seelische Grundhaltung, die in Missständen des Lebens menschliche Unzulänglichkeiten erkennt und lachend verzeiht.“(30)

Dazu fällt mir der Spruch, Humor ist, wenn man trotzdem lacht, ein. Genau das ist es, das Stressige, Angst machende und auch Belastende im Leben zwar nicht weg lachen, aber sich dadurch Mut machen und das Schwere mildern. Humor schafft eine angenehme Atmosphäre und man kann gemeinsam lachen und es fördert so die Gruppenzugehörigkeit. Die Auswirkungen des Lachens werden wissenschaftlich erforscht. Es ist enorm was mit unserem Körper passiert, wenn wir von Herzen lachen. Lachen erhöht unsere Lebensenergie! „Lachen ist ein Antidepressivum, Schmerzmittel, Entspannungstraining, Atemtraining und Immunstimulans zugleich und all das ohne Nebenwirkungen.“(31)

Genau das macht man sich seit einigen Jahren in den verschiedenen Institutionen der Altenarbeit zu nutze und erarbeitet Humorkonzepte. Menschliche Emotionen gehören in den Alltag und somit auch der Humor als zwischenmenschliche Brücke. Vorher muss man sich darüber klar werden, welches Ziel erreicht werden soll. Was kann ich anbieten und in welchem Umfang ist es möglich? Auch ein Motto ist hilfreich bei der Erarbeitung des Konzeptes. Die Möglichkeiten sind vielfältig z.B. Clownbesuche, Humor und Musik, Humor und Kunst, Humor und Bewegung oder auch Weiterbildungen für das Personal. Es ist allerdings darauf zu achten, dass es nicht um Bespaßung geht! (32)

Vorrangig geht es um die Bewohner und es sollte eine Humoranamnese erstellt werden. Dazu gehören das Beobachten des Humorverhaltens, die verbale Befragung des Bewohners, sowie ein Fragebogen über den individuellen Humor. Hat man alle Informationen zusammengestellt, kann aus diesen Daten eine sinnvolle Intervention aufgebaut werden.(33)

Dann kann man in kleinen Schritten beginnen und z.B. den Witz des Tages am Infobrett anbringen, ein Humorkino mit lustigen Filmen anbieten, eine Bücherecke mit amüsanten Büchern aufstellen. Ausprobieren, was gut angenommen wird und das Programm weiter ausbauen.

Alles soll dem Wohlbefinden der Bewohner dienen und Freude bereiten. Fühlt sich der Mensch wohl, wird er es erzählen und nichts ist eine bessere Werbung für ein Haus, als Mund – zu – Mund Propaganda von zufriedenen Senioren.

4 Definition von Poesie – und Bibliothherapie

„Poesie- und Bibliothherapie sind künstlerische Therapieformen wie Musiktherapie und Tanztherapie, die sich ursprünglich unabhängig voneinander entwickelt haben und die „Heilkraft der Sprache“, das Lesen von beruhigender und aufbauender Literatur und das Schreiben und Gestalten eigener literarischer Texte verwenden, um Heilungsprozesse zu unterstützen, Probleme zu lösen und Persönlichkeitsentwicklung zu fördern.“(34)

4.1 Geschichte- Kurzinformation

Der Begriff der Poesietherapie, kommt aus dem amerikanischen (poetry therapy) und geprägt wurde dieser durch Jack Leedy (1969) und Arthur Lerner (1978). Für die Bibliothherapie ist Rhea Joye Rubin (1978) bekannt geworden.(34a) Im deutschsprachigen Raum wurde die Poesie- und Bibliothherapie in kombinierter Form ab den 70er Jahren von Hilarion Petzold und Ilse Orth eingeführt und weiterentwickelt.(34b)

4.2 Methoden der Poesie – und Bibliothherapie

Es gibt den produktiven und den rezeptiven Ansatz oder aber eine Kombination von beiden. Im produktiven Ansatz geht es um das Erstellen eigener Texte, im rezeptiven um den Einsatz von vorhandenen Texten, womit die Übergänge zum Ansatz der Bibliothherapie fließend werden.(35) Auch hier gibt es den rezeptiven Ansatz bei dem der Patient Zuhörer geschriebener Texte, vorwiegend Lyrik oder Märchen, ist. Bei dem kreativen Ansatz wird auch hier frei geschrieben.

„In der Poesietherapie werden Patienten angeregt, unter Anleitung eines Therapeuten Texte zu verfassen und darüber zu sprechen. Inhalte der Texte können z.B. aktuelle Erlebnisse, biographische Erfahrungen und Probleme, Symptome und Beschwerden, Sehnsüchte und Hoffnungen oder auch Fiktionen des Patienten sein.“(36) „Das Schreiben soll Erlebnisse, Phantasien, Ängste oder andere Beschwerden erfassen bzw. fassbar machen, ...“(37)

„Poesietherapie stärkt die kreativen Fähigkeiten von Menschen und damit auch ihre Problembewältigungskompetenz.“(38) Was immer zum Ausdruck drängt kann zu Papier gebracht werden. Vieles kann vielleicht noch nicht gesagt werden, weil das Sprechen darüber noch nicht möglich ist. Schreibend kann

alles geäußert werden, von der eigenen Vergangenheit und der Gegenwart, mit dem Blick in die Zukunft. So kann man seine Gedanken ordnen, seine Gefühle klären und auch sich selbst entdecken.(38a)

In der bibliotherapeutischen Arbeit kommt unterschiedliche Literatur zum Einsatz wie z. B. Reise-, Lebens-, und Schicksalsberichte, aber auch Biographien. Diese Literatur kann helfen, sich selbst wieder zu finden und die Auseinandersetzung mit den eigenen Problemen unterstützen. Es können sogar Sach- und Fachbücher zum Einsatz kommen, z.B. Selbsthilfebücher etc. Die passende Literatur wählt der Therapeut aus, auch in Zusammenarbeit mit dem Patienten.(39) „Zu den Zielen der Bibliothherapie gehört es, kognitive und emotionale Verarbeitungsprozesse bei den Lesern zu unterstützen, Informationen bereitzustellen, die dazu beitragen, seine Einstellungen und sein Verhalten zu verändern. Lektüre vermag dem Leser Einsicht in seine Probleme zu vermitteln, Lösungsmöglichkeiten aufzuzeigen, ihm Vergleiche mit anderen Menschen zu ermöglichen und Mut zur Veränderung zu machen.“(40)

„In der Bibliothherapie geht es nicht um das neuste oder berühmteste Werk eines Autors, hier muss Literatur die Gedanken und Gefühle des Lesers angemessen kanalisieren können. Jack Leedys oft zitierter Kommentar zur Poesietherapie lässt sich auch hier anwenden: *„...unbekannte oder mittelmäßige Gedichte(sind) oft günstiger als die Meisterwerke der Literatur, sie können für die Patienten hilfreicher und richtiger sein und eine Brücke zur Realität schlagen. Der Psychotherapeut sucht die Gedichte vorwiegend nach dem Maß ihrer heilenden Wirkung aus, unabhängig davon, wie gut oder schlecht sie für die alte oder neue Literaturkritik sein mögen...es zählt nur, ob es dem Kranken hilft.“* (Leedy 1969)(41)

4.3 Poesie – und Bibliothherapie in der Seniorenarbeit

Wer längere Zeit in einem Pflegeheim gearbeitet hat, kennt das Phänomen nur zu gut. Die alten Menschen beginnen zu verstummen. Sie leben in einer Institution mit Regeln. Auch wenn heutzutage individuell gearbeitet wird, stößt man an die Grenzen des Machbaren. Sie leiden u.a. an dem beständigen Entzug von Kompetenzen und/oder Zuwendungen und ihre Klagen und Wünsche werden nicht ausreichend wahrgenommen. (42)

„Das Alter ist häufig davon gekennzeichnet, dass die Dialoge verarmen oder dass ein Mangel an dialogischen Situationen eintritt. Das Gespräch verarmt, verkümmert zum Selbstgespräch, das nicht eine innere Rede ist, die der

Klärung dient, das feine Schwingungen aufnimmt und weiter differenziert. Viele Menschen führen einen „Monolog aus Not“, der, wenn sich keine Dialogpartner mehr finden,...in das Verstummen führt.“(43)

Hier kann die Poesie – und Bibliothherapie greifen, indem sie den alten Menschen die Sprache zurückgibt. „Der Text wird Brücke, Zugang, Vermittler.... Der Text kann jederzeit aus der Hand gelegt werden, und er kann jederzeit wieder aufgenommen werden. Es ist keine Gefahr gegeben, dass er sich entzieht. Der Text steht in der Verfügbarkeit.“(44)

Schreiben die Senioren etwas nieder, geht es oft um Erfahrungen, Lebensereignisse, Schicksale und tiefe Empfindungen. Die Gedichte sprechen für sich und benötigen keine analytische Deutung, Konflikte und Probleme können aufgedeckt und bearbeitet werden. (45) „ Bei der Arbeit mit den Senioren steht nicht die Krankheit im Vordergrund, sondern die Eröffnung von Möglichkeiten neuen Lebensmut zu gewinnen, Freude zu erleben, Verdrängtes aufzuarbeiten sowie Isolation, Hilflosigkeit, Depression und Altersproblemen entgegenzuwirken.

Auch in der Sterbebegleitung erzielt der Einsatz von Literatur eine trostpendende Wirkung, sowohl beim Sterbenden als auch beim Hinterbliebenen.“(46)

Die Wirksamkeit der Poesie – und Bibliothherapie lässt sich nur schwer in allgemeinen Aussagen wiedergeben. Einige Studien bestätigen jedoch die heilsamen Effekte. Fakt ist, dass unsichere, zurückhaltende Menschen mehr vom Schreiben profitieren als offene, freizügige Menschen. Die letzteren sind im Alltag gut integriert und haben ohnehin viel Gelegenheit sich mitzuteilen. Die Zurückhaltenden haben nur wenig Gelegenheit zur Selbstoffenbarung und werden durch Poesie- und Bibliothherapie gestärkt.(47)

5 Praktische Durchführung – Dichten mit Senioren

Mein drittes und somit letztes Praktikum habe ich wieder im Seniorenzentrum absolviert. Hier war ich bereits zu Beginn meiner Weiterbildung und habe viele gute Eindrücke von hier mitnehmen können.

Mein Vorteil war jetzt, dass ich das Haus, die Mitarbeiter und die dienstlichen Abläufe kannte. Das Wichtigste: die meisten Bewohner waren mir noch bekannt und ich war ihnen auch keine Unbekannte.

5.1 Auswahl der Bewohner

Die erste Woche nutzte ich allgemein zur Kontaktaufnahme und nahm an den verschiedenen Angeboten im Wohnbereich teil. Ich hatte nur eine vage Vorstellung davon, wie mein Angebot aussehen sollte, aber das Bewohnerklientel hatte ich schon ins Auge gefasst. Zum einen hatte ich vor, den Senioren, die sich meistens von den bestehenden Gruppenangeboten fern hielten, mein Angebot vorzustellen. Zum anderen auch darauf zu achten, wer noch gerne liest, gesellig ist oder gerne lacht und Spaß hat.

So besuchte ich verschiedene Senioren in ihren Zimmern zu einem Gespräch und erfuhr dabei, ob der Kontakt mit mir gewünscht ist.

In den darauf folgenden Tagen besuchte ich die Seniorinnen regelmäßig und stellte ihnen mein Kleingruppenangebot vor und erfragte Wünsche für unser Zusammentreffen. So hatte ich eine Vorstellung davon, wie ich mich vorbereiten konnte. Die Gruppe umfasste schließlich sechs Seniorinnen, die noch gut orientiert waren und ihr Interesse bekundet hatten. Sehr gefreut hatte mich, dass drei von den Damen sonst nur wenig bis gar nicht an Angeboten teilnahmen.

Mit dem Wissen, wer beim Angebot dabei sein wird, habe ich mich jetzt mit den bestehenden Biographien beschäftigt.

5.2 Kurzbiographien der teilnehmenden Seniorinnen

.....

(aus Datenschutzgründen werden die Biografien hier nicht wiedergegeben.)

.....

Frau A. mag Singen, Lesen (Romane) und die Natur.

Frau. B. mag Kurzgeschichten, lustige Geschichten, Singen und gesellige Runden

Frau D. mag Lesen (Heiteres und Spannendes) Musik und Humor

Frau E. mag Spiel, Spaß, Bewegung und ist offen für jegliche Freizeitgestaltung

Frau H. mag Zeitung lesen, Nachrichten gucken, gesellige Runden und Spaß.

Frau V macht gerne Handarbeiten und liest gerne Bücher (keine Vorlieben),

5.3 Vorbereitung des Gruppenangebotes

Meine Runde umfasste also sechs Bewohnerinnen, die alle gerne lasen und auch dem Spaß nicht abgeneigt waren. Ich überlegte mir, zunächst für alles

vorbereitet zu sein, je nachdem wo es spontan hingehen könnte. Mein erstes Ringelnetz Gedicht sollte von dem Verzehr einer Pellkartoffel handeln „Abschiedsworte an Pellka“, weil eine Seniorin bei einem Gespräch davon schwärmte, wie lecker eine solche Kartoffel sein kann. Des Weiteren habe ich ein Anagramm vorbereitet mit dem Wort „Kartoffeltopf“, falls den Senioren kein eigenes Wort einfällt. Auch ein Lied über die Kartoffel habe ich dabei, sowie eine Kurzgeschichte mit Reimwörtern zum Mitraten. Trotz aller Vorbereitungen war ich unsicher, wie sich das Angebot gestalten würde. Mit meiner Praxisanleitung und dem Pflegepersonal des Wohnbereichs habe ich abgesprochen, dass ich im Wohnzimmer an jedem Donnerstag von 10 Uhr bis ca 11 Uhr 15 mein Angebot durchführe, damit keine Platzprobleme entstehen. Im Wohnzimmer stehen ein großer runder Tisch und passende Stühle. Ich legte bei jedem Termin eine Tischdecke auf, stellte Getränke und eine Schale mit Keksen auf den Tisch um eine gemütliche Atmosphäre zu schaffen. An der, vom Tisch gut sichtbaren Wand, hängte ich große Papierbögen auf, um unsere gemeinsamen Ergebnisse zu dokumentieren.

Den Bewohnerinnen, die ihre Teilnahme angekündigt hatten, übergab ich eine schriftliche Einladung für unsere Runde.

Mein altherapeutisches Nahziel für mein Angebot ist, zunächst einmal eine gute Stimmung zu erzeugen und die Möglichkeit zu bieten Spaß zu haben.

Als Fernziel möchte ich die Wortfindung verbessern, denn ein großer Wortschatz verbessert die Kommunikation, die Konzentration auf eine Sache lenken und damit auch die Merkfähigkeit schulen. Auch die Phantasie und Kreativität soll angeregt werden, neue Ideen können entstehen mit dem Umgang von Sprache.

5.3.1 Erster Donnerstag – Poetische Stunde

Den Raum habe ich, wie schon beschrieben, vorbereitet. Ich habe noch kurz durchgelüftet und für ausreichend Licht gesorgt. Die Damen trafen nach und nach ein und guckten sich interessiert um. „Oh, das sind aber große Papierbögen, glauben Sie, dass uns so viel einfällt,“ lacht Frau E. Darauf meint Frau H.: „Na, warte mal ab, zusammen machen wir das schon.“ Ich lade sie ein Platz zu nehmen und gehe auf das Papierthema ein: „Ich sehe das positiv und wenn doch noch Papier übrig ist, können wir uns Hüte falten.“ Die Damen lachen und setzen sich hin.

Frau V. hat ihre Tageszeitung dabei und liest spontan einen Artikel vor, der sie

interessierte. Es entspann sich daraufhin ein Gespräch über die Kandidaten zur Bürgermeisterwahl. Frau E. fiel ein: „Der von der CDU hat doch letzte Woche hier Waffeln mit heißen Kirschen ausgegeben damit wir ihn wählen!“ Frau H. parierte: „Na, vielleicht kommt die SPD noch mit Grillwürstchen, dann müssen wir überlegen was besser war.“ „Dann fehlen nur noch die Grünen mit einem Kartoffelfeuer,“ gab ich zu bedenken. Die Damen hatten ihren Spaß und Frau D. erinnerte sich: „Ja, das haben wir als Kinder gerne gemacht. Erst die Kartoffeln im Feld gesucht und dann ins Lagerfeuer rein, nach dem Essen hatten wir alle schwarze Schnuten.“

„Ich habe ein Gedicht über eine spezielle Kartoffel, es wird spannend beschrieben, was ihr widerfährt.“ Allgemeines Kopfnicken am Tisch. Nach dem Vortragen des Gedichtes meldet sich Frau V. zu Wort: „Die Bücher vom Ringelnetz waren in der Nazizeit verboten und sind verbrannt worden, war der Jude?“ „Nein, das war er nicht. Doch seine Bücher und Gedichte wurden als undeutsch und entartet gesehen,“ antwortete ich. „So ein Blödsinn, schlimme Zeit war das, er hat doch lustige Gedichte gemacht,“ schüttelt Frau V. den Kopf. „Ja, das hat er, aber er war auch sehr kritisch und verpackte so manch unschöne Wahrheit in ein lustig zu lesendes Gedicht,“ erläuterte ich. -- „Ist doch egal jetzt, was machen wir denn mit dem vielen Papier an der Wand,“ wollte Frau H. wissen. Ich erklärte was ein Anagramm ist und Frau B. nickte: „Kenne ich!“ Nachdem keiner so recht spontan ein Wort dafür fand, nahm ich das Vorbereitete. Zunächst ging es schleppend und ich half, indem ich im Wort vorhandene Worte umschrieb, das klappte gut. Alle Damen haben sich beteiligt. Danach bot ich den Damen etwas zu trinken und von den Keksen an. In dieser Zeit las ich die Kurzgeschichte *Gedanken einer Seniorin* von einem unbekanntem Verfasser vor. „Wie wahr, das ist eine gute Geschichte, so fühle ich mich an manchen Tagen, doch ich sage immer, den Kopf nicht hängen lassen und machen, was noch möglich ist,“ kommt von Frau D. „Singen wir auch ein Lied?“ fragte Frau A.. „Wenn sie mögen, tun wir das, haben sie an etwas bestimmtes gedacht, Frau A.?“ frage ich zurück. „Nein, kennen sie irgendein lustiges Lied?“ „Ich habe hier Texte vom Kartoffellied, dort wird beschrieben, in welcher Form die Kartoffel zubereitet werden kann,“biete ich an. „Das kenne ich,“ sagt Frau V., „das haben wir letztens im Singkreis gesungen.“ Ich frage nach, ob alle einverstanden sind und kann dann das Lied anstimmen. Die Stimmung ist gut.

Ich frage nach, was das Besondere an einem Reim ist. „Die Wörter müssen

halt zusammen passen oder sich ähnlich anhören,“ sagt Frau H. „Genau, so wie Leim und Keim oder so,“ sagt Frau E. Ich bestätige das und schlage vor, einige Wortpaare zu sammeln und aufzuschreiben. Die Damen sind konzentriert bei der Sache, doch es fällt noch schwer. „Das ist doch eine gute Ausbeute für unser erstes Treffen, ich freue mich, dass wir gemeinsam so viel geschafft haben und möchte ihnen zum Abschluss noch ein Gedicht vorlesen,“ bestärke ich die Seniorinnen.

Nach dem Gedicht bedanke ich mich und frage nach, wie es den Damen gefallen hat. „Lustig war’s,“ sagt Frau E. „Da konnte ich meinen Kopf mal anstrengen und nächstes mal schaffen wir noch mehr Wörter,“ erwiderte Frau V. ehrgeizig. „Ich mag es gerne gesellig und wenn gelacht wird,“ ist Frau H’s Fazit. Auch die anderen Teilnehmerinnen sind positiv gestimmt und freuen sich auf den nächsten Termin.

Ich bringe den Raum wieder in Ordnung und mache mir Gedanken über den Verlauf und wie es wohl weiter gehen wird.

5.3.2 Zweiter Donnerstag – Poetische Stunde

Für heute habe ich alles zum Thema „Reisen“ vorbereitet, weil im Haus das Projekt „Reisen ohne Koffer“ läuft.

Ich begrüßte die Damen, die bis auf Frau A. die einen Arzttermin hatte, alle gekommen waren. „Oh, wieder alles so schön gemacht,“ bemerkte Frau E. freudig. Ich bedankte mich für das Kompliment und startete mit dem Ringelnetz Gedicht vom *Arm Kräutchen*. Schnell ergab sich ein Gespräch über verschiedene Reiseziele und Eisenbahnfahrten, welche die Seniorinnen in der Vergangenheit erlebt hatten.

Heute war es auch kein Problem für die Anwesenden ein Wort für das Anagramm zu finden. Aus dem Gedicht wurde das Wort „Bahngleise“ von Frau B. vorgeschlagen. Alle waren mit Feuereifer dabei und Frau D. hatte sehr viele neue Worte gefunden. Wie in der letzten Woche von Frau V. angekündigt, versuchten die Damen die Anzahl der Worte zu überbieten und das auch mit Erfolg. Nach der Getränke- und Knabberpause las ich eine Kurzgeschichte vor, bei der in jeder zweiten Zeile ein Reimwort gefunden werden sollte. Das ging zügig und die Seniorinnen wurden immer sicherer. „Sie sind richtig gut,“ bestärkte ich die Anwesenden. „Vielleicht schaffen wir einen eigenen Reim.“ „Versuchen wir einfach mal,“ sagte Frau H. optimistisch. Zunächst trat Schweigen ein und daraufhin schrieb ich einen ersten Satz auf den

Papierbogen. Das brachte dann sofort Ideen und es wurde ein Zweizeiler daraus. Die Damen wurden mutiger und machten Vorschläge, sodass wir gemeinsam noch einen Zweizeiler schafften.

Es gab viel Gelächter, weil die Reime mal sinnfrei oder schlüpfrig wurden, diese Vorschläge wurden meist von den Seniorinnen verworfen.

Die Zeit verging schnell, auch ohne zu singen, es hat niemand danach gefragt und es wurde offensichtlich nicht vermisst. Zum Ende las ich noch ein Ringelnatz Gedicht *Die Ameisen* vor und verabschiedete mich mit dem Hinweis, dass wir uns schon am nächsten Montag wiedertreffen werden. Das wurde von den Teilnehmerinnen begrüßt.

5.3.3 Drittes Treffen am Montag – Poetische Stunde

Mein Thema für dieses Treffen, kam durch Zufall zustande. In einem Gespräch bedauerte es Frau E., dass es keine Badewanne im Wohnbereich gibt.

Es waren wieder fünf Seniorinnen zu meinem Angebot gekommen, Frau D. war am Wochenende ins Krankenhaus eingewiesen worden. Nach der Begrüßung las ich das Ringelnatz Gedicht *Die Badewanne* vor. Sofort waren die Erinnerungen der vergangenen „Badezeremonien“ in den Köpfen vorhanden. Es wurde berichtet wie Wasser geschleppt und erwärmt wurde, in welcher Reihenfolge gebadet wurde und wie sich mit der Zeit alles leichter gestaltete, dank der Technik. Das Anagrammwort kam heute von Frau A. und hieß Badeschaum. Es wurde auch heute ein neuer Wort Rekord aufgestellt mit 54 gefundenen Wörtern.

Die Damen wurden immer sicherer und schneller und waren sehr konzentriert bei der Sache. Nach unserer Pause überlegten wir mit welchen Reimworten ein Gedicht zu erstellen ist und es ergab sich ein ganz anderes Thema.

Die Tischdecke mit dem Herbstmuster inspirierte Frau B.: „Was zum Herbst können wir doch dichten.“ Alle fanden die Idee gut und so sammelten wir zunächst alles, was den Damen zum Herbst einfiel. Es war einfach nur schön und erfreute mich, wie die Anwesenden mit den Worten regelrecht jonglierten. Das Ergebnis war ein Herbstgedicht, das sich sehen lassen konnte und die Damen waren sichtlich stolz und freuten sich über ihr Werk. Ich hatte zum Thema Badewanne zwar noch etwas vorbereitet, doch das passte jetzt gar nicht mehr und hätte, die Hochstimmung die herrschte, zerstört.

Ich bedankte mich für dieses tolle Ergebnis und verabschiedete die Damen bis Donnerstag.

Ich stellte das Gedicht meiner Praxisanleiterin vor und sie fand es so gut, dass es in das Programm der Veranstaltung „Erntedank – Singen und mehr“ am nächsten Tag aufgenommen wurde, nachdem das selbstverständlich mit den Verfasserinnen abgeklärt worden war. Frau E. und Frau V. waren auch bereit es den Hausbewohnern vorzulesen. So wurde das Herbstgedicht im großen Rahmen und per Beamer mit passenden Fotos ein schöner Erfolg für die poetischen Damen der zweiten Etage.

5.4 Fazit der Gruppenarbeit – Poetische Stunde

Wie fange ich es richtig an? Das war mir erst einmal unklar und erst nach den Gesprächen mit den Bewohnerinnen wurde es einfacher, Vorbereitungen zu treffen. Die Damen haben sich gut ergänzt, das erleichterte mir die Ideensammlung. Die erste Zusammenkunft war etwas überladen mit Angeboten, weil ich jedem gerecht werden wollte. Doch das hat sich von selbst geregelt, indem die Bewohnerinnen ihre eigenen Prioritäten gesetzt haben. In jeder weiteren Stunde merkte ich, dass die Bewohnerinnen immer flüssiger in ihren Gedankengängen wurden. Das Nahziel war schnell erreicht, denn zu lachen hatten wir immer etwas. Die Fernziele kristallisierten sich mit jeder folgenden Stunde heraus. Worte wurden einfacher gefunden, Kreative und phantasievolle Gedichte entstanden und alle waren konzentriert bei der Sache. Ich bin mit ihnen mitgegangen und es war die richtige Richtung zum eigentlichen Ziel.

6 Reflexion

Mein Thema bereitete mir zunächst Probleme meinen richtigen Weg zur Durchführung zu finden, doch davor stand der Theorieteil.

Die unlängst veröffentlichte Biografie von Ringelnatz ist zwar sehr umfangreich und detailgenau, aber durch unzählige Zeitsprünge auch verwirrend.

So habe ich eine umfangreiche Internetrecherche betrieben und viele Informationen zusammen getragen.

Diese Lebensgeschichte hat mich sehr fasziniert und meine Bewunderung für diesen Dichter und Menschen ist noch mehr gestiegen.

Das Humor Thema habe ich in diesem Zusammenhang nur in komprimierter Form erarbeitet und das für meine Arbeit Wichtigste erwähnt.

Die Poesie- und Bibliothherapie hat mir nochmals Kopfzerbrechen bereitet und

viel Zeit gekostet. Fast jede Recherche führte zu dem gleichen Buchautor und seine Arbeiten zu diesem Thema. Die Literatur dazu ist teils schwierig zu lesen und ich tat mich schwer damit.

Eine Erfahrung, auf die ich in Zukunft gerne verzichten werde, ist die akute Zeitnot, welche ich mir selber angetan habe. Diesem unnötigen Stress werde ich mich nicht mehr aussetzen, sondern rechtzeitig mit meinen schriftlichen Erarbeitungen beginnen.

In der praktischen Durchführung meines Themas, habe ich es mir zunächst unnötig schwer gemacht. Doch im Verlauf der Wochen zeigte es sich, dass die Senioren durchweg positiv auf das Dichten reagierten und mit viel Freude bei der Sache waren.

Auch mir machte es Spaß, die Damen meiner „poetischen Runde“ zu einem Erfolg begleitet zu haben.

Zum Ende hin lief alles rund und die erarbeiteten Gedichte sprechen für sich. Ich danke an dieser Stelle noch einmal den Teilnehmerinnen ganz herzlich.

7 Schlussbetrachtung

Es war insgesamt eine lehrreiche, gute Zeit und ich habe viel mitnehmen können. Das Team im Seniorenzentrum ist sehr engagiert und macht alles für das Wohlergehen der Bewohner. Meine Kleingruppe wird es in dieser Form nicht weiter geben, aber gedichtet und gereimt wird sicherlich weiterhin, dafür kenne ich meine Praxisanleitung. Sie war das Beste, was mir passieren konnte! Ich wünschte mir, dass viele PraktikantInnen der igw das Zusammenspiel von theoretischem Schulwissen und praktischer Umsetzung so erfahren könnten.

8 Anhang

Gedichte, die in der Poetischen Stunde von den Seniorinnen gedichtet wurden

Herbstgedicht

Im Herbst, wenn das Obst vom Baume fällt,
dann wird sie bunter- unsere Welt!
Der Bauer holt die Ernte ein,
es wird hoffentlich kein Regen sein.
Die Scheune die ist nicht so klein,
der Bauer hofft, es geht alles rein.
Nach erstem Frost schmeckt auch der Kohl,
der Bauch ist voll, ich fühl´mich wohl.
Und auf den leckeren Kapps,
da schmeckt auch noch ein Schnaps.
Wir feiern dann den Erntedank,
voll ist unser Vorratsschrank.
Drum kommen zu dem Erntefeste
viele liebe und hungrige Gäste.
Sie essen sich gerne kugelrund
und feiern bis zur letzten Stund´.
Am frühen Morgen um halb acht,
werden alle Schnapsleichen nach Haus´gebracht.
Die anderen sind immer noch heiter
und feiern lange, lange weiter!

Naturkapriolen

Es wird nicht schöner werden,
heut´regnet´s hier auf Erden.
Ein Schirm soll mich beschützen,
aber bei dem Regen,wird es mir nichts nützen.

Lieber hab´ich´s kühl und trocken,
dann gibt es keine nassen Socken.
Doch morgen hoffen wir auf Sonne,
es ist für uns die größte Wonne!
Feucht und warm wird´s dann im Wald,
wo des Jägers Büchse knallt.
Doch nicht nur der Jäger ist am schießen,
nein- auch die Pilze sind am sprießen.
Manche Pilze kannst du nur einmal essen,
darfst nie den Pilzfürer vergessen!
Drum achte stets auf deinen Teller,
sonst liegt deine Leiche bald im Keller!

9 Quellenverzeichnis

- (1) vgl. Ringelnatz Spaziergang in Berlin – lustauflesen S.1
- (2) Joachim Ringelnatz (2005): Ich habe dich so lieb! S. 7
- (3) WDR 3 Mosaik/Passagen (2015) S.1 Zeile 6-10 Zitat
- (4) vgl. Joachim Ringelnatz – Wikipedia S.1
- (5) vgl. Joachim Ringelnatz – Die Biografie S.48
- (6) Joachim Ringelnatz – Die Biografie S.49 Zeile 1-5 Zitat
- (7) planet lyrik.de S.3 Zeile 9-12
- (8) vgl. planet lyrik.de S.3
- (9) Ringelnatz für Boshafte S. 110 Zeile 6-9
- (10) vgl. Joachim Ringelnatz – Wikipedia S.3
- (11) vgl. Joachim Ringelnatz – Wikipedia S.3
- (12) vgl Joachim Ringelnatz – Wikipedia S.12-13
- (13) ringelnatz.net S.5 Zeile 3-4
- (14) vgl. ringelnatz.net S.5
- (15) vgl. planet lyrik.de S.4
- (16) vgl. Joachim Ringelnatz – Wikipedia S.4
- (17) Joachim Ringelnatz – Wikipedia S.4 Zeile 42-44
- (17a) Joachim Ringelnatz – Die Biografie
- (18) vgl. planet lyrik.de S.5
- (19) vgl. Joachim Ringelnatz – Wikipedia S.5
- (20) planet lyrik.de S.5 Zeile 44
- (21) vgl. Das Herrenzimmer S.8
- (22) planet lyrik.de S.6 Zeile 5-6
- (23) vgl. planet lyrik.de S.6
- (24) vgl. planet lyrik.de S.6
- (25) planet lyrik.de S.6 Zeile 27-29
- (26) Sprüche und Witze, Zitate aus Büchern, Kecke Sprüche S.2 Zeile 16
- (27) vgl. Das Herrenzimmer S.6
- (28) Sprüche und Witze, Zitate aus Büchern Zeile 1-3
- (29) Praxishandbuch Therapeutischer Humor S.10 Zeile 15-16
- (30) Lachen 3x tgl. S.5 Zeile 25-29
- (31) Lachen 3x tgl. S.8 Zeile 25-27
- (32) vgl. Lachen 3x tgl. S.64
- (33) vgl. Humor trotz(t) Demenz S.46
- (34) Poesie- und Bibliothherapie – Wikipedia S.1 Zeile 1-5

- (34a) vgl. Poesie- und Bibliothherapie – Wikipedia
- (34b) vgl. Poesie- und Bibliothherapie – Wikipedia
- (35) vgl. Poesie- und Bibliothherapie – Wikipedia
- (36) Poesie- und Bibliothherapie – Wikipedia S.2 Zeile 8-11
- (37) Poesie- und Bibliothherapie- Wikipedia S.2 Zeile 12-13
- (38) Poesie- und Bibliothherapie – Wikipedia S.2 Zeile 14-15
- (38a) vgl. schreib-therapie.de
- (39) vgl. Poesie- und Bibliothherapie _ Wikipedia
- (40) Poesie- und Bibliothherapie – Wikipedia S.2 Zeile 28-32
- (41) Poesie und Therapie – Petzold/Orth S.122 Zeile 9-18
- (42) vgl. Poesie und Therapie – Petzold/Orth
- (43) Poesie und Therapie – Petzold/Orth S.249 Zeile 14-20
- (44) Poesie und Therapie – Petzold/Orth S.250 Zeile 23/30-32
- (45) vgl. Poesie ind Therapie – Petzold/Orth
- (46) Grenzton Label u. Vermittlung S.3 Zeile 11-15
- (47) vgl. Warum Schreiben hilft-S.Heimes S.32

10 Literaturliste

- Kluy, Alexander (2015): Joachim Ringelnatz – Die Biografie 1. Auflage
Osburg Verlag Hamburg
- Stolzenberger, Günter (2008): Ringelnatz für Boshafte 1. Auflage
Insel Verlag, Frankfurt am Main und Leipzig
- Keel, Daniel/Kampa, Daniel (2005) Ich habe dich so lieb – Joachim Ringelnatz
Diogenes Verlag AG Zürich
- Biografie – Joachim Ringelnatz WWW Dokument vom 11.07.2015
<http://www.ringelnatz.net/biografie-joachim-ringel>
- Joachim Ringelnatz: Mein Herz im Muschelkalk (03/2013)
11.10.2015 <http://www.planetlyrik.de/joachim-ringelnatz->
- Das Herrenzimmer 11.10.2015 <http://www.herrenzimmer.de/2009/11/18/nein->
- Buchrezension – (26.02.2015) www.wdr3.de/literatur/wareinmaleinbumera
- Sprüche, Witze, Zitate 09.10.2015 www.tcwords.com/ringelnatz-zitate-wilde
- Ringelnatz Spaziergang Berlin 10/2015 www.lustauflesen.de/ringelnatz-in-berlin
- Zimmer, Claudia M. (2012) Lachen: 3x täglich- Humor in Gesundheitsberufen
2. Auflage, Springer Verlag Berlin Heidelberg
- Robinson, Vera M. (1999) Praxishandbuch Therapeutischer Humor,
2. Auflage, Verlag Hans Huber Bern
- Rösner, Monika (2007) Humor trotz(t) Demenz Kuratorium Deutsche Altershilfe
Petzold. Hilarion/Orth, Ilse (1985) Poesie und Therapie – Über die Heilkraft der
Sprache, Junfermann Verlag Paderborn
- Heimes, Silke (2012) Warum Schreiben hilft – Die Wirksamkeitsnachweise zur
Poesietherapie
- Poesie – und Bibliothherapie – Wikipedia (02/2015)
12.10.2015 <https://de..w/index.php?title=Poes>
- Schreibtherapie/Poesietherapie/Kreatives Schreiben (12/2013)
<http://schreib-therapie.de/was-ist-das-eigentlich->
- Grenzton Label und Vermittlung WWW Dokument vom 14.10.2015
<http://www..grenzton.de/booking/45-information->