

# FUKS-Kurs: Gedächtnistraining (Sj. 2023/24)

## Bericht von Lenja Weber über ihr Jahr im FUKS-Projekt

Nun geht die Zeit zu Ende, in der ich jeden Freitagnachmittag gemeinsam mit meinen anderen Gruppenmitgliedern den Raum 3003 vorbereitet habe, um gemeinsam mit den Senioren einen schönen und lehrreichen Freitagnachmittag verbringen zu können. In den letzten Monaten habe ich die Seite gewechselt und durfte die Rolle der Lehrerin kennenlernen. Dabei habe ich viel über mich selbst, aber auch über den Umgang mit Senioren sowie das Abstimmen in einer Gruppe gelernt.

Als Lehrperson hat man die Aufgabe, Kenntnisse in einem bestimmten Themengebiet zu vermitteln. Doch wie ist das möglich mit einer Gruppe von Senioren zum Thema Gedächtnistraining? Über nachfolgende Dinge habe ich mir vor Beginn der Unterrichtsreihe Gedanken gemacht: Wie bereite ich eine Unterrichtsstunde vor, die zeitlich stimmig ist und gleichzeitig Spaß macht? Wie bringe ich meine gesamten Ideen unter und wie finde ich dazu genug Material? Wie gestalte ich eine abwechslungsreiche und vielfältige Unterrichtsreihe zu Gedächtnistraining, die nicht langweilig wird? Wie gehe ich mit Leistungsunterschieden um, denn vermutlich sind nicht alle Senioren gleich fit? Wie gehe ich damit um, wenn Aufgaben zu einfach oder zu schwierig sind? Viele Gedanken habe ich mir insbesondere zum persönlichen Umgang mit den Senioren gemacht. Nehmen Sie mich ernst, wenn ich als Schülerin vor Ihnen stehe? Ich habe versucht mir bewusst zu machen, was für mich eine gute Lernatmosphäre ausmacht und wann ich mich während des Unterrichts wohl fühle. Ich bin zu dem Schluss gekommen, dass es mir wichtig ist, dass alle ernst genommen werden und dass jeder so sein darf, wie er ist. Die Anwesenheit aller sollte respektiert werden und alle sollten zu Wort kommen dürfen. Eine entspannte Gruppenatmosphäre fühlt sich gut an und gemeinsames Lachen empfinde ich als sehr wichtig. Niemand sollte Angst haben Fehler zu machen oder gar zu versagen. Diese Aspekte lagen mir während der gesamten FUKS-Zeit sehr am Herzen und ich habe mich bemüht diese in jeder Unterrichtseinheit umzusetzen, denn warum sollten Senioren anders empfinden als Schüler?

Inhaltlich habe ich versucht eine große Bandbreite von Themenfeldern abzudecken, damit jeder Teilnehmer seine Interessen wiederfinden konnte und jeder die Möglichkeit hatte seine Fähigkeiten und sein Können zu zeigen. Beispielsweise haben wir Aufgaben und Spiele aus den Themengebieten Konzentrationsfähigkeit, Merkfähigkeit, Wahrnehmungsfähigkeit, Fantasie und Kreativität, logisches Denken, assoziatives

Denken sowie Wortfindung und noch vieles mehr bearbeitet bzw. gespielt. Sich in einer Gruppe von vier Personen abzustimmen und gemeinsam ein Konzept zu entwickeln, empfand ich anfangs als eine herausfordernde Aufgabe, da ich es von anderen Projektarbeiten gewohnt bin in kleineren Gruppen über eine kürzere Zeitspanne zu arbeiten.

Mir fällt es leicht strukturiert und vorausschauend zu arbeiten und Fristen sowie Termine gut im Blick zu haben. In diesem Projekt hat sich diese Eigenschaft als sehr hilfreich erwiesen, wenn es um die Unterrichtsplanung sowie das Informieren der Senioren ging und meine anfängliche Skepsis hat sich als unbegründet herausgestellt.

Trotz der sehr strukturierten Vorbereitung und Zusammenarbeit von uns Schülerinnen ist nicht immer alles planbar gewesen, weshalb ich nachfolgende Aspekte als herausfordernd wahrgenommen habe. Nicht alle Senioren haben ihre Abwesenheit vorher angekündigt und hier und da ist es auch mal zu kurzfristigen Ausfällen gekommen. Ich musste mich flexibel zeigen und in der Lage sein, die Unterrichtsplanung spontan anzupassen, um den anwesenden Senioren eine tolle Stunde zu ermöglichen. Auch die Zeit war ein Faktor, den ich im Blick behalten musste und der sich teilweise als schwierig herausgestellt hat. Die geplante Bearbeitungszeit für eine bestimmte Aufgabe, war im Voraus nicht immer exakt einzuschätzen. Mal brauchte eine Einheit länger, eine andere dafür kürzer. Außerdem ist es ganz normal, dass nicht alle gleich schnell arbeiten und der eine länger braucht als der andere. Wie beschäftige ich diejenigen, die schon fertig sind damit sie sich nicht langweilen aber andere sich nicht unter Druck gesetzt fühlen diesem Tempo standhalten zu müssen?

Eine gute Lösung war es, mit den Senioren in Gruppen zu arbeiten und weniger in Einzelarbeit. So wurde der Zusammenhalt der Gruppe gestärkt und die Senioren konnten sich gegenseitig unterstützen und ergänzen. Wichtig war es auch immer die Aufgaben gut anzuleiten. Außerdem haben wir einige unterschiedliche Tischordnungen ausprobiert, um ein gutes Kommunikationsklima zu ermöglichen, wovon sich einige als sehr nützlich erwiesen haben.

Besonders gefreut hat es mich, dass wir unsere Lerneinheiten der heutigen Zeit und dem technischen Fortschritt anpassen konnten. Teilweise waren die Senioren zuvor noch nie in Kontakt mit Technik gekommen und zeigten sich dementsprechend vorsichtig und zurückhaltend und standen diesen neuen Lernmethoden vorerst ängstlich gegenüber. Die anfängliche Skepsis vor der „unbekannten Technik“ konnte ich aller-

dings durch Erklären und langsames Heranführen nehmen, sodass die Scheu vollständig verschwand und sich Kahoot als das neue Lieblingsspiel unserer Senioren entwickelte.

Aus dieser schönen und manchmal auch ein wenig herausfordernden Zeit nehme ich mit, dass Neues ausprobieren keine Frage des Alters ist. Die Senioren haben sich auf das Gedächtnistraining und jede einzelne Unterrichtseinheit eingelassen und ich habe mich auf meine Rolle als „Lehrerin“ eingelassen. Ich habe gelernt geduldig mit mir und mit anderen zu sein. Ich habe an Neugier gewonnen und konnte eine neue Perspektive auf die verschiedensten Dinge kennenlernen. Außerdem ist mir sehr bewusst geworden, wie wichtig sich die Eigenschaften des Zuhörens und des deutlichen Sprechens erweisen, denn von anderen verstanden werden und andere verstehen sind die Grundsteine für einen respektvollen Umgang miteinander. Das generationenübergreifende Projekt hat sich als eine Bereicherung für alle Beteiligten herausgestellt.

Neben der reinen Wissensvermittlung und speziell dem gegenseitigen Austausch von Wissen haben sich noch viele weitere Vorteile ergeben, die ich sehr zu schätzen weiß. Durch ein direktes Aufeinandertreffen haben sich mit der Zeit Vorurteile bezüglich des Umgangs verschiedener Generationen abgebaut. Durch die regelmäßigen Treffen konnten wir uns gegenseitig immer besser kennenlernen und sowohl ich als auch die Senioren konnten stereotypische Vorstellung ablegen. Fälschlicherweise geht man davon aus, dass Senioren weniger anpassungsfähig sind und Neuem gerne kritisch gegenüberstehen. Im Austausch mit ihnen habe ich erfahren, wie lernfreudig ältere Menschen sind und dass sie sich freuen, wenn ihnen neue, unbekannte Methoden und Dinge beigebracht werden. Ebenso konnten die Senioren Vorurteile abbauen, indem sie mich als respektvoll, engagiert und interessiert kennengelernt haben. Dies hat dazu geführt, dass wir einen sehr respektvollen und harmonischen Umgang miteinander pflegen konnten.

Ich werde die Zeit mit den Senioren sehr vermissen und bin sehr glücklich, dass ich an diesem Projekt teilgenommen habe. Mein Mut sich auf etwas Neues einzulassen, wurde belohnt! FUKS für mich in vier Worten:

**F**lexibilität

**U**nterstützung

**K**reativität

**S**paß

Lenja Weber