

Lebensbücher und mehr

Die Freisingerin Regina Dünser arbeitet mit Senioren deren Erinnerungen auf

Ursprünglich wollte sie nach ihrem Pflegemanagement-Studium im Gesundheitsbereich arbeiten. Doch es kam anders: Vor rund einem Jahr gründete Regina Dünser in Freising ihr kleines Ein-Frau-Unternehmen, um Erinnerungsarbeit für und mit Senioren anzubieten. Eine Aufgabe, die ihr viel Freude bereitet. „Es ist mein Beitrag, das Wissen des Einzelnen festzuhalten für die Erzähler selbst und für deren Nachkommen, die Kinder und Enkelkinder. Ich beispielsweise weiß nichts über meine Großeltern, das finde ich sehr schade“, erklärt Dünser. So bietet die Biographie-Expertin die Erstellung eines so genannten Lebensbuches an. Dabei kommt Regina Dünser zu ihren Kunden nach Hause, führt nach einem Vorgespräch mehrere Interviews, hilft bei der Auswahl von Fotos und kümmert sich um die Formulierung des Textes und den Druck dieser persönlichen Biographie. „Die Erzähler finden es schön, ihr eigenes Leben buchstäblich in der Hand zu halten - mit ihrem Buch“, sagt Dünser.

Oft erzählen Menschen Episoden ihrer Lebensgeschichte zum ersten Mal: „Es gibt durchaus Erinnerungen, die heute noch so bewegend sind, dass die Erzähler tief berührt sind. Beispielsweise das Heimkommen aus der Gefangenschaft.“ Dabei will Regina Dünser ein völlig wertneutraler Zuhörer sein: „Eine Urteilsfindung ist nicht meine Aufgabe. Dennoch muss gesagt werden, dass ich darauf achte, dass die per-

sönliche Geschichte in keine Richtung zu stark ausgebaut wird. Gerade wenn es um Kriegsgeschichten geht.“ Für die Biographie-Expertin ist jede Lebensgeschichte interessant. „Ich habe Jagdflieger kennengelernt und Menschen, die zu Fuß durch Russland sind. Menschen, die in russischer oder amerikanischer Gefangenschaft waren. Menschen, die in Gefangenschaft neben harter Arbeit schlimmen Hunger leiden mussten.“ Doch nicht nur für den, der sich erinnert, ist die Biographiearbeit etwas Besonderes. „Die Beschäftigung mit Lebensgeschichten von älteren Menschen stellt einen unverzichtbaren Bestandteil des Verstehens

dar.“ Auch sie selbst lerne jedes Mal wieder dazu. Neben den Lebensbüchern bietet Regina Dünser auch Biographiearbeit in Gruppen an. Das ermögliche nicht nur das subjektive Gefühl des „ernst genommen“ Werdens, sondern führe auch zu einem Dialog der Generationen, so Dünser. Sie

setzt dabei auf unterschiedliche Methoden. Etwa auf Hilfsmittel wie eine Landkarte, auf der Senioren „ihren Lebensweg“ abstecken können. (SB)

Mehr zur Arbeit von Regina Dünser im Internet: www.videt-lebensbuecher.de



Zahnarztpraxis

Dr. Georg Wechselberger

Klassische Zahnheilkunde

Erdinger Str. 33, 85356 Freising - Lerchenfeld

Tel: 08161 / 85244

Öffnungszeiten:

Mo - Fr: 9 - 12 u. 15 - 18 Uhr

Mittwochs geschlossen



Nondual Coaching

General-von-Nagel-Str. 5
85354 Freising

Kennenlern-Angebot

- 4 persönliche Coaching-Einheiten (je 40 Minuten) für 190 €
- 4 Telefon- oder Skype-Coachings (je 30 Minuten) für 150 €

Infos und Anmeldung

Tel: 0175/4357501

Email: manu.paporizos@gmx.de