

Tina M. Ossege • Doris Hammerschmidt

# Fantasiegeschichten für Menschen mit geistiger Beeinträchtigung

Vorlesen und anhören –  
gemeinsam entspannen

2. Auflage

Mit Audio-Dateien auf CD  
und zum Download

Ernst Reinhardt Verlag München

*Tina Marein Ossege*, Sozialarbeiterin, systemische Beraterin und Erzieherin, arbeitet seit 2003 für die Lebenshilfe München mit Menschen mit geistiger Beeinträchtigung. Einer ihrer Schwerpunkte ist die Entwicklung und Durchführung von Entspannungskursen für die von ihr begleiteten Menschen.

*Doris Hammerschmidt* ist Rundfunkjournalistin und Mitinhaberin der Audio- und Videoproduktions-Agentur Medienproduktion München in Ottobrunn.

*Die diesem Band beigelegte Audio-CD ist im Ernst Reinhardt Verlag auch einzeln lieferbar:*

Ossege/Hammerschmidt: 30 Entspannungsgeschichten in einfacher Sprache, Audio-CD. ISBN: 978-3-497-02605-0

1. Aufl. erscheinen u.d.T.: Entspannung für Menschen mit geistiger Beeinträchtigung. 30 Fantasiegeschichten zum Vorlesen und Anhören

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <<http://dnb.d-nb.de>> abrufbar.

ISBN 978-3-497-02878-8 (Print)

2. Auflage

© 2019 by Ernst Reinhardt, GmbH & Co KG, Verlag, München

Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung der Ernst Reinhardt GmbH & Co KG, München, unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen in andere Sprachen, Mikroverfilmungen und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Printed in EU

Cover unter Verwendung eines Fotos von © doris oberfrank-list/Fotolia.com  
Sprecherinnen auf der CD: Tina M. Ossege, Doris Hammerschmidt  
Satz: FELSBERG Satz & Layout, Göttingen

Ernst Reinhardt Verlag, Kemnatenstr. 46, D-80639 München

Net: [www.reinhardt-verlag.de](http://www.reinhardt-verlag.de) E-Mail: [info@reinhardt-verlag.de](mailto:info@reinhardt-verlag.de)

# Inhalt

Vorwort . . . . .	7
-------------------	---

Für Menschen mit geistiger Beeinträchtigung: Anleitung für die Entspannungspraxis in einfacher Sprache . . . . .	11
--	----

Für Fachkräfte: Anleitung für die Entspannungspraxis mit Menschen mit geistiger Beeinträchtigung . . . . .	14
---	----

## Durch die Jahreszeiten

Der Vorfrühling . . . . .	29
In der Backstube . . . . .	32
Ein Blumenmeer . . . . .	34
Urlaubsgedanken . . . . .	37
Ein Tag am See . . . . .	41
Abschied vom Sommer . . . . .	44
Erntedank . . . . .	47
Gedanken im Herbst . . . . .	50
Novembertage . . . . .	53
Einfach mal Kind sein dürfen . . . . .	55
Die Weihnachtszeit . . . . .	57
Silvester . . . . .	61

## Andere friedvolle Momente

Ein Konzertbesuch . . . . .	67
Feierabend . . . . .	70
Ein Besuch im Café . . . . .	73
Ein Apfelkuchen für die Nachbarin . . . . .	75



Erdbeermarmelade . . . . .	78
Das Lächeln eines Fremden . . . . .	81
Meine Vorratskammer . . . . .	83
Mein Geburtstag . . . . .	88
Auf der „Wiesn“ . . . . .	91
Ein Trommelworkshop. . . . .	94
In der Schule . . . . .	97
Ein Besuch auf dem Trödelmarkt . . . . .	100
Einmal über den Laufsteg gehen . . . . .	103
Mein Kater . . . . .	106
Meine beste Freundin . . . . .	108
Mein bester Freund. . . . .	111
Ein Tag auf dem Fußballfeld. . . . .	114
Wir wünschen eine gute Nacht . . . . .	117
Literatur . . . . .	119

#### Audio-CD und Download

- Anleitung für die Entspannungspraxis in einfacher Sprache, gesprochen von Doris Hammerschmidt
- 30 Geschichten aus dem Buch, gesprochen von Tina Marie Ossege und Doris Hammerschmidt

Die Anleitung und die Geschichten können Leserinnen und Leser dieses Buchs auch auf der Homepage des Ernst Reinhardt Verlags unter [www.reinhardt-verlag.de](http://www.reinhardt-verlag.de) herunterladen. Sie sind passwortgeschützt, das Passwort zum Öffnen der Dateien finden Sie am Ende des Buches.

