

"Im Dunkeln sieht man viel"

Bericht über meine Sensibilisierungs-Workshops im Dunkeln

Mein Arbeitgeber, der Schweizerische Zentralverein für das Blindenwesen SZB (www.szb.ch) ist die Dachorganisation von über 50 Institutionen, welche sich mit blinden, sehbehinderten, taubblinden und höresehbehinderten Menschen unseres Landes befassen. Regelmässig melden sich beim SZB Leute, welche an Informationen und Ausleihmaterialien wie Broschüren, Braille-Alphabeten, Informations-Koffer, Videos etc. zum Thema blind/sehbehindert interessiert sind. Wenn diese Kursleiter und Lehrer darüber hinaus fragen, ob auch einmal eine betroffene Person in ihre Veranstaltung kommen könnte, werden sie an mich weitergeleitet.

Dank des flexiblen Konzepts zählen zu meinem breiten Publikum in der spannenden Funktion als SZB-Öffentlichkeitsarbeiter:

- Schüler als altersbedingt gut formbare Multiplikatoren meiner Message (Mittel- und Oberstufen, Berufs- und Kantonsschulen, Jugendgruppen)
- Teilnehmer von Fort- und Weiterbildungskursen (z.B. Südostbahn AG, Agogis, Spitex und Samaritervereine)
- Zuhörer von Vorträgen (z.B. Businesslunches von Bundesparlamentariern und Serviceclubs)
- Profitunternehmen wie z.B. die KPMG Fides Management AG (Kommunikationsseminar für das Kader) oder die Swisscom Fixnet AG (Kursmodul "Tor zu den Emotionen" mit Gespräch und ein wenig Live-Musik während eines Abendimbisses im Dunkeln)
- Besucher von Altersnachmittagen der Pro Senectute oder der Kirche

Der Rahmen

Vor meinem ersten derartigen Einsatz im Kindergärtnerinnenseminar St. Gallen kam ich auf die Idee, dass mich die Seminaristinnen ebensowenig sehen sollten wie ich sie. Deshalb liess ich jede Teilnehmerin vor Beginn des Workshops eine Dunkelbrille aufsetzen. Am Schluss der Veranstaltung mussten sie dann die Spannung aushalten, dass sie nun jemanden kennengelernt, gehört, gespürt und vielleicht etwas gerochen haben, den sie nun aber für einmal auch hinterher nicht sehen. Letzteres konnte ich jedoch nur bedingt einhalten, denn die Mädels liessen mich erst gehen, als ich ihnen ein gemeinsames Mittagessen in 14 Tagen zugesagt hatte. Dort gestand mir dann eine der jungen Damen, dass sie kurz unter der Dunkelbrille hervorgucken musste, als ich vor ihr gestanden sei. Nachdem sie dann meine Schuhe gesehen hätte, hätte sie es wieder ausgehalten. - Um in diesem Zusammenhang ablenkende bis störende visuelle Reize zu minimieren, lasse ich seither zusätzlich den Raum verdunkeln.

Nun erwarten die meisten Leute, dass ich entweder einen Vortrag halte oder einfach über mein Leben referiere. Doch weit gefehlt; mit einigen Eisbrecherfragen am Anfang zettle ich ein Gespräch an und kann so auf diejenigen Dinge eingehen, worüber die Teilnehmer wirklich etwas wissen möchten. Ungefähr ein Drittel wiederholt sich erfahrungsgemäss jedesmal, aber der überwiegende Anteil der Gesprächsinhalte ist von Mal zu Mal verschieden und somit auch für mich nicht langweilig.

Der Ablauf

Zuweilen in einer richtigen "007-Aktion" lasse ich mich jeweils rechtzeitig und auf geeigneten Wegen in das entspr. Gebäude und in den Raum bringen, wo der Anlass stattfinden soll. Wenn dann die Teilnehmer kommen, werden sie vor der Zimmertüre vom Kursleiter/Lehrer instruiert und - nach dem Angstbrünneli - aufgefordert, eine Dunkelbrille aufzusetzen. Dann legen sie ihre Hand auf die Klinke, und ich begrüße jeden einzelnen von ihnen und führe jedermann zu einem Stuhl im Zimmer, welches ich zuvor natürlich abgesprochen und kennengelernt habe. Am Schluss kommt auch meine Bezugsperson unter Dunkelbrille herein und sitzt somit im gleichen Boot wie wir alle. - Lerneffekte aufgrund dieser Eingangsprozedur:

- Vieles funktioniert (doch), aber ein blinder Mensch braucht für so manche Aktionen mehr Zeit, Konzentration und Vertrauen als gewöhnlich.
- Berührungspunkte im wahrsten Sinne des Wortes werden dabei gleich zu Beginn abgebaut.

Inzwischen haben die Teilnehmer anfangs scheu, mit der Zeit dann oft angeregt miteinander zu schwatzen begonnen. In diese Wörterwolke hinein erklingt plötzlich ein Instrumentalstück, welches ich auf einem Piano oder einer bereitgelegten Gitarre spiele. - Lerneffekte:

- Da man die Dinge sich nicht anbahnen sieht, gibt es mehr Überraschungen als sonst.
- Eine sehbehinderte oder blinde Person kann etwas vielleicht sogar besser als der eigene Lehrer, welcher z.B. eben nicht über eine einfache Liedbegleitung hinausgekommen ist.
- Musik hören ohne visuelle Ablenkung ist ein besonderes Erlebnis.

Nach diesem Auftakt muss der Reihe nach jeder Teilnehmer seinen Namen sagen, damit man in etwa weiss, wo wer sitzt. Anschliessend frage ich nach der Form (Konturenlinie), welche wir mit unseren Stühlen bilden. Da meistens ganz unterschiedlich getippt wird, wiederholen wir die Namenstour, so dass die Vorstellungen korrigiert werden können. - Lerneffekte:

- Hören ist nicht gleich hören (Sensibilisierung auf die drei verschiedenen von mir beobachteten Grundarten des Zu- bzw. Hinhörens:
 1. sprachlich-analytisch bzw. aktiv-konzentriert,
 2. musikalisch-emotional bzw. passiv-empfangend,
 3. räumlich-stereophon mit beiden Ohren lokalisierend).
- Man muss auch darauf achten lernen, dass man die meist flüchtige Information wie etwa eine Lautsprecherdurchsage nicht verpasst, wogegen man z.B. auf eine visuelle Anzeigetafel einfach nochmals hinschauen kann.
- Weghören ist einfacher als wegschauen.

Nachdem wir die wenigen Verhaltensregeln wie Namen sagen statt Hand hochhalten vereinbart und abgemacht haben, dass niemand mich als sehbehinderten Gesprächsleiter, die anderen unter Dunkelbrille und schliesslich sich selbst durch unerlaubte Blicke betrügt oder Lichtimpulse ablenkt (Feuerzeug, Handy), frage ich nach dem Wohlbefinden als quasi neuerblindete Menschen. Wenn Leute Augenbrennen oder Kopfweh bekommen, helfen meine Tipps wie das Schliessen der Augen hinter der Binde und entspannt in den Stuhl hängen - der Lehrer sieht's ja nicht. Dann folgen erste Rückmeldungen über das momentane Befinden aus Kopf und Bauch, und bald kommen die ersten Fragen, welche aufgrund der Selbsterfahrung eigentlich immer an einer "richtigen" Stelle der Oberfläche kratzen. Daraufhin kann ich aus meinem Fachwissen und meiner persönlichen Betroffenheit heraus antworten und die angeschnittenen Themen vertiefen. Anhand einiger Experimente kann ich bei dieser Gelegenheit oft mit den immer noch weitverbreiteten Vorurteilen aufräumen, wonach blinde Menschen doch tröstlicherweise besser hören und sich Dinge besser merken können als die sehenden. - Hier sind die Lerneffekte vielfältig und betreffen z.B.:

- Körperwahrnehmung über die anderen Sinne (inkl. Gleichgewichtsgefühl)
- Unterschiede erkennen zwischen Geburts-, Vollblindheit und Sehbehinderung im Alltag (zuweilen auch Hörsehbehinderung/Taubblindheit)

- Kompensationstechniken, Tricks, Hilfsmittel, Föhrhunde (Möglichkeiten und Grenzen)

Beruf und Freizeit

Die angedenk einer möglichen IV-Rente erstaunte Feststellung "Ach, Sie arbeiten also?" höre ich nicht selten. Auch sind manche Teilnehmer überrascht, dass ich mit einer (erst noch normalsehenden) Frau verheiratet bin, weil sie sich das Kennenlernen ohne Blickkontakt und ein glückliches Zusammenleben trotz behinderungsbedingten Erschwernissen nicht vorstellen konnten.

Insbes. bei Ballspielen wird die Koordination Auge-Hand/Fuss gefördert. Zur körperlichen Auflockerung gebe ich zuweilen einen Klingelball in die Runde, welcher von allen Beteiligten einmal gerollt und gefangen wird. – Lerneffekte:

- Konzentration auf die eher ungewohnte Koordination Ohr-Hand
- Solidaritätsübung: Rollt der Ball an einem Adressaten vorbei, müssen automatisch die Nachbarn beim Suchen helfen.
- Auch blinde Menschen können Sport treiben (z.B. Torball).

Manchmal kennt ein Teilnehmer einen sehbehinderten Menschen persönlich und verlangt ganz gezielte Informationen über Blindenorganisationen und Rehamöglichkeiten. Spätestens wenn dann Adressen und Tipps für den Alltag angesprochen werden, kommen die Dienstleistungen des SZB und seiner Mitgliedorganisationen zur Sprache. - Um die Message zu vertiefen, ermuntere ich jedermann, zuhause mit aufgesetzter Dunkelbrille seinen Geruchs- und Geschmackssinn beim essen zu testen, wenn man für einmal nicht weiss, was man auf dem Teller bekommt. Hiefür gebe ich auch Simulationsbrillen aus Karton ab, um den Graubereich zwischen den beiden erlebten Extremen des Sehens und Blindseins nachempfindbar zu machen (Gesichtsfeldeinschränkung versus unterschiedliche Unschärfestufen). Nach der Veranstaltung nehmen alle auch die Broschüre "Nicht so, sondern so" mit nach Hause sowie ein SZB-Portrait mit Einzahlungsschein, dessen Existenz ich im voraus ankündige und erkläre (SZB als auf freiwillige Spenden angewiesene Nonprofit-Organisation).

Der Abschluss

Sei es eine Schulklasse oder eine Erwachsenenegruppe - am Ende bitte ich jeden Teilnehmer wieder einzeln, sich aufgrund meiner Stimme zu mir zu bewegen, damit ich ihm seinen Namen in Braille auf einen Streifen schreibe, welchen er als persönliches Souvenir auf ein Punktschriftalphabet geheftet bekommt. Nach der Verabschiedung muss er dann in Richtung der Tischkante die letzte kurze Wegstrecke zur Ausgangstüre finden. - Lerneffekte:

- Wenn man erst einmal platziert ist und sitzen darf, kann man sich bald mutig ins Gespräch einbringen.
- Muss man dann jedoch selbständig gehen, macht man die Erfahrung, dass die akustische Orientierung im Vergleich mit dem Geföhrtwerden am Arm doch recht viel anspruchsvoller ist - auch für die anderen Teilnehmer, welche sich dann zugunsten ihres gerade durch den Raum gehenden Kollegen (manchmal mühsam) stillhalten oder einem "verirrten Schaf" weiterhelfen müssen.
- Da man für einmal nicht "dann schnell schauen" kann, wird das Gedächtnis stärker gefordert: Wie war doch die Anleitung für den Weg zur Ausgangstüre?
- (Seh)behinderte Menschen reden zwangsläufig mehr miteinander und müssen sich auch ihren sehenden Mitmenschen gegenüber klar ausdrücken lernen, um nicht auf der Strecke zu bleiben.

- Wer lange genug schweigt, wird von Rest der Gruppe i.d.R. mit der Zeit schlicht vergessen.

Für den Moment, wo die Teilnehmer ihre Dunkelbrille draussen abnehmen dürfen, ordne ich zuvor jeweils eine Schweigeminute an und sage etwa: "Versucht zu registrieren, was dieser Unterschied gedanklich und gefühlsmässig mit Euch macht." Manchmal verlasse auch ich den Raum zuerst und die Leute bekommen danach wieder Licht und schreiben schweigend ihre Eindrücke auf. - Und beide Seiten sind füreinander im Unsichtbaren entschunden...

Gerd Bingemann, lic. iur. HSG
Interessenvertretung SZB

SCHWEIZ. ZENTRALVEREIN FÜR DAS BLINDENWESEN SZB
Dachorganisation des schweizerischen Sehbehindertenwesens
Schützengasse 4
Postfach 2044
CH - 9001 ST. GALLEN
TEL. Büro (direkt): ++41 (0)71 228 57 69 (Di. - Fr.)
Tel. Zentrale: ++41 (0)71 223 36 36 (Mo. - Fr., Telefonautomat Sa./So.)
FAX: ++41 (0)71 222 73 18
E-MAIL: bingemann@szb.ch
4-sprachige HOMEPAGE: <http://www.szb.ch>

*On ne voit bien qu'avec le coeur,
l'essentiel est invisible pour les yeux.
Antoine de Saint-Exupéry*

St. Gallen, 09.07.2008/GB