

Im Dunkeln sieht man viel

Konzept meiner Sensibilisierungs-Workshops im Dunkeln in Berichtsform

Variante Interviews

Meist im Zusammenhang mit Diplom- u.Ä. Arbeiten für Ausbildungen führe ich Gespräche mit max. 4 Personen in Form eines Dunkel-Workshops bei mir daheim (weniger als 10 Gehminuten vom Bh. Wil SG entfernt) folgendermassen durch:

Vor Eintritt in unsere Wohnung stellen Sie Ihre Handys mit geladenem Akku auf Daueraufnahme (Sprachaufnahme, nicht Videoaufnahme!), setzen die an der Türklinke hängenden Dunkelbrillen auf und werden dann von mir in die Stube und durch den Nachmittag geführt, wobei Ihre (auswendig gelernten?) Fragen natürlich den Schwerpunkt bilden. M.a.W. treffen wir einander also auf Augenhöhe, trotz dem diese hüben und drüben nichts sehen – wie in meiner realen Welt auch beim/nach dem tschüss sagen nicht...

Variante Besuche

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

Dank des flexiblen Workshop-Konzepts zählen zu meinem breiten Publikum:

- an Blindheit meist stark interessierte junge Leute (Primarschüler, Berufs- und Kantonsschülerinnen, Studierende, Jugendgruppen)
- erwachsene Teilnehmende von Fort- und Weiterbildungskursen (z.B. Südostbahn AG, Agogis, Spitex und Samaritervereine)
- Zuhörer/innen von Vorträgen etwa im Rahmen von Businesslunches von Bundesparlamentariern und Serviceclubs, Frauenfrühstücken, Abendveranstaltungen von Interessengruppen u.a.m.
- Profitunternehmen wie Bspw. 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 aus eigener Küche während eines Abendimbisses der Callcenter-Agents im Dunkeln)
- Besuchende von Altersnachmittagen der Pro Senectute oder einer Kirche

Der Rahmen

Vor meinem ersten derartigen Einsatz im Kindergärtnerinnenseminar St. Gallen kam ich auf die Idee, dass mich die Seminaristinnen ebenso wenig 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 sogar 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 hervorlugen musste, als ich vor ihr gestanden sei. Nachdem sie dann meine Schuhe gesehen hätte, hätte sie es wieder ausgehalten. Die Dunkelbrillen schirmen das Licht natürlich nicht komplett dicht ab – um in diesem Zusammenhang ablenkende bis störende visuelle Reize zu minimieren, lasse ich seither zusätzlich den Raum so gut wie möglich verdunkeln.

Über die anschliessenden 30 Jahre hinweg habe ich das Konzept erweitert und verfeinert, so dass sich Rahmenprogramm und Inhalte auf den jeweiligen Anlass zuschneiden lassen. Oft erwarten die Anwesenden, dass ich entweder einen Vortrag halte oder einfach aus meinem Leben erzähle. Doch weit gefehlt; mit einigen Eisbrecherfragen am Anfang zettle ich ein Gespräch an und kann so auf diejenigen Dinge eingehen, worüber die Teilnehmenden wirklich etwas wissen möchten – sei dies nun fachlich oder persönlich. Ungefähr ein Drittel der Themen wiederholt sich erfahrungsgemäss jedes Mal, 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 *ungesehen* in das entspr. Gebäude und in den Raum bringen, wo der Anlass stattfinden soll. Wenn dann die Teilnehmer kommen, werden sie vor der Zimmertüre von der Kursleitung/Lehrperson instruiert, motiviert und – nach dem Angstbrünneli – aufgefordert, eine Dunkelbrille aufzusetzen. Dann legen sie ihre Hand auf die Klinke, und ich öffne die Türe. Zurzeit unter Gesichtsmaske begrüsse ich sie und führe sie einzeln oder als kleine Polonaisen 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 (hör)sehbehinderter Mensch braucht für so manche Aktionen mehr Planung, Zeit, Konzentration und Vertrauen als gewöhnlich.
- Berührungssängste im wahrsten Sinne des Wortes werden dabei gleich zu Beginn völlig natürlich abgebaut.

Bei Veranstaltungen für Erwachsene läuft die Startphase oft umgekehrt ab: Meist liegen die Dunkel- und anderen Simulationsbrillen bereits dort bereit, wo man sich hinsetzt. Nach Begrüssung und Instruktion durch die Leitungsperson setzen alle ihre Brillen auf, und ich werde aus meinem Warteversteck heraus zum Ort des Geschehens geführt.

Inzwischen haben die Anwesenden anfangs scheu, mit der Zeit dann oft angeregt miteinander zu plaudern begonnen. In diese Wörterwolke hinein erklingt plötzlich ein Instrumentalstück, welches ich auf einem Piano oder einer bereitgelegten Gitarre spiele. Nach meiner anschliessenden Begrüssung frage ich, welchen Titel das Publikum dem soeben gehörten Stück geben würde (Gefühle, Erinnerungen, Fantasie, innere Bilder oder Filme). – Lerneffekte:

- Da man die Dinge sich nicht anbahnen sieht, gibt es im Blindenleben mehr Überraschungen als sonst.
- Eine blinde oder höresehbehinderte Person kann durchaus etwas angenehmes bzw. sinnvolles bieten und damit positiv zur Gesellschaft beitragen, weshalb sie nicht nur auf ein hilfsbedürftiges Wesen reduziert werden darf.
- Musik hören ohne visuelle Ablenkung ist ein besonderes Erlebnis.

Nach diesem Auftakt sagt der Reihe nach jeder Teilnehmende den Namen, 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. Um das genaue Hinhören zu erproben, frage ich auch gerne, wer in den "Augenwinkeln" sitzt. – Lerneffekte:

- Ein gutes Vorstellungsvermögen und abstraktes Denken sind wichtig.
- Man muss über vieles (zuweilen etwas kompliziert) sprechen, was sonst selbstverständlich ist.
- Präzise Formulierungen brauchen Übung und Disziplin – mit "dort" und "so" kommt man in der Blindenwelt nicht weiter.
- 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. zu einer visuellen 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 blinden Gesprächsleiter, die anderen unter Dunkelbrille und schliesslich sich selbst durch in diesem Rahmen unerlaubte Blicke betrügt oder durch Lichtimpulse ablenkt (Feuerzeug, Handy), checke ich das Wohlbefinden als quasi neuerblindete Menschen ab. Sollte jemand Schwindelgefühle, Augenbrennen oder Kopfweh bekommen, helfen meine Tipps wie das Schliessen der Augen hinter der Binde und entweder ganz gerade sitzen oder richtig entspannt im Stuhl zurücklehnen– für einmal wird man dabei ja nicht beobachtet.

Dann rufe ich auf, dass sich alle über ihre neue Situation im Vergleich zu vorher bewusstwerden und dies einige in Form kurzer Feedbacks formulieren. Dies führt sehr bald zu den ersten Fragen, welche aufgrund dieser 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 dem immer noch weitverbreiteten Vorurteil aufräumen, wonach blinde Menschen dafür 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- und Späterblindung, Sehbehinderung und Vollblindheit im Alltag (zuweilen auch Hörsehbehinderung/Taubblindheit)
- Kompensationstechniken, Tricks, Hilfsmittel, Führhunde (Möglichkeiten und Grenzen)
- emotionale Aspekte

Beruf und Freizeit

In Anbetracht der vor meiner Pensionierung nicht beanspruchten IV-Rente erstaunte Feststellung "Ach, Sie haben also gearbeitet?" 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.

Insbesondere bei Ballspielen wird die Koordination Auge-Hand/Fuss gefördert. Zur körperlichen Auflockerung in Primarschulen 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: Rolllt der Ball an einem Adressaten vorbei, müssen automatisch die Nachbarn beim Suchen helfen.
- Auch blinde Menschen können teils selbständig und teils mit sehender Hilfe Sport treiben (Torball, schwimmen, Velotandem u.a.m.).

Manchmal kennt eine teilnehmende Person jemanden mit einer Sehbehinderung persönlich und verlangt ganz gezielte Informationen über Rehamöglichkeiten oder Blindenorganisationen. Spätestens wenn dann Adressen und Tipps für den Alltag angesprochen werden, kommen die Dienstleistungen des SZBLIND und seiner verschiedenartigen Mitgliedorganisationen sowie die hierzu nach dem Anlass verteilten Broschüren 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 serviert bekommt. Weiter gebe ich auch unterschiedliche 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, um sich den korrekten Umgang mit sehbehinderten Menschen über einige kurz kommentierte Cartoons in Erinnerung rufen zu können.

Der Abschluss

Sei es eine Schulklasse oder eine Erwachsenenengruppe – am Ende bitte ich alle Teilnehmenden, sich aufgrund meiner Stimme zu mir ans Tischli zu bewegen, damit ich ihre Namen in Braille auf einen Streifen präge, welchen sie als persönliches Souvenir auf ein Punktschriftalphabet geheftet bekommen. Nach der Verabschiedung muss jedermann dann in der Flucht der Tischkante die letzte kurze Wegstrecke zur Ausgangstüre finden, was ggf. durch leise Zurufe meiner dort bereitstehenden Kontaktperson unterstützt werden kann. – Lerneffekte:

- Wenn man erst einmal platziert ist und sitzen darf, kann man nach einer Angewöhnungszeit durchaus recht bald Mut fassen und sich ins Gespräch einbringen.
- Muss man dann jedoch selbständig gehen, macht man die Erfahrung, dass die akustische Orientierung im Vergleich mit dem Geführtwerden am Arm doch recht viel anspruchsvoller ist – auch für die anderen Teilnehmenden, welche sich dann zugunsten ihrer gerade durch den Raum gehenden Kollegen (manchmal mühsam) stillhalten oder einem "verirrten Schaf" weiterhelfen müssen. Gegenseitige Rücksichtnahme und etwas Disziplin vermeiden ein mögliches Chaos.
- Da man für einmal nicht "dann schnell schauen" kann, wird das Gedächtnis stärker gefordert: Wie lautete doch die Anleitung für den Weg zur Ausgangstüre?
- Sehbehinderte Menschen reden zwangsläufig mehr miteinander und müssen sich auch ihren sehenden Mitmenschen gegenüber klar ausdrücken sowie ihnen wirklich zuhören lernen, um nicht auf der Strecke zu bleiben.
- Wer lange genug schweigt, wird von Rest der Gruppe mit der Zeit i.d.R. 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 Übergang gedanklich und gefühlsmässig dann mit Euch macht." Manchmal verlasse auch ich den Raum zuerst und die Leute bekommen danach wieder Licht, um schweigend ihre Eindrücke aufzuschreiben. – Und beide Seiten sind füreinander im Unsichtbaren entschwunden...

25.01.2022/GB

Kontakt:

Gerd Bingemann, lic. iur. HSG

Hubstr. 64a

9500 Wil SG

Tel. (mit regelmässig abgehörter Combox): 071 912 49 33

E-MAIL: bingemann@gmx.ch

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