

SINNWERK BEGEISTERT

Workshops zum Thema Wahrnehmung in Frauenfeld

Aufmerksames Wahrnehmen mit wachen Sinnen ist die Basis für ein bewusstes und sinnerfülltes Leben. In einer Welt voller künstlicher Aromen, digitaler Bilder und synthetischer Klänge werden die Sinne irritiert und gereizt. Die Wahrnehmungsfähigkeit ist eingeschränkt, und die vielen Sinnesinformationen können kaum noch alle verarbeitet werden. Bei den Sinnwerk-Workshops stehen die eigene Neugier und individuelle Erfahrungen im Mittelpunkt. Aufmerksame Wahrnehmung wirkt auf Körper und Geist entspannend und anregend zugleich. Das Sinnwerk in Frauenfeld – initiiert und betrieben von Karolin Linker und Renate Breu – lädt ein zum Innehalten, zu genauem Hinschauen und Hinhören sowie zum Tasten nach Alltäglichem.

Markus Germann

Im weiträumigen zweiten Stockwerk des vormaligen Sensoriums im Areal der ehemaligen Walzmühle in Frauenfeld werden von den beiden experimentierfreudigen Frauen interaktive Workshops zum Thema «Sinne und Wahrnehmung» für Schulklassen wie auch für Erwachsenengruppen durch-

geführt. Die Basisangebote werden jeweils den Bedürfnissen und Interessen der Gruppen angepasst. Seit der Eröffnung im Jahr 2004 haben schon viele Schulklassen die Möglichkeit des Eintauchens in die eigene Sinnwelt ungestört und unter kundiger Anleitung genutzt. So erhalten neugierige und entdeckungslustige Menschen die Möglichkeit, auf spielerische Weise ihre Sinne zu schärfen und zu trainieren.



Karolin Linker (links), Diplom-Kulturpädagogin und ehemalige Leiterin des Sensoriums, lebt seit 1988 in der Schweiz. Tätig war sie unter anderem zehn Jahre als Ausstellungsmacherin am Museum für Gestaltung Basel und auch in der Lehrerweiterbildung. Sie experimentiert und sinniert gern.

Renate Breu, ausgebildete Chemielaborantin, lebt nach zwanzig Jahren Auslandsaufenthalt mit der Familie seit 1990 wieder in der Schweiz. Sie wirkt als Schulgemeindepäsidentin in Nussbaumen und ist fasziniert von Menschen.

Der nächste Schnuppertag findet am 9. Oktober 2005 von 11 bis 17 Uhr statt. Die Teilnahme ist gratis, Anmeldungen sind nicht nötig. Die Rundgänge beginnen etwa alle 30 Minuten.

Echte Sinnerlebnisse

Im Juni 2005 hatte ich Gelegenheit, zwei Klassen bei einer Schnuppertour zu begleiten: Es waren 25 Zweitklässler und -klässlerinnen mit ihrer Lehrerin Ursula Althaus aus Sulgen sowie 17 Schülerinnen und Schüler der zweiten Sekundarschule aus Schwanden (Kanton Glarus) mit Lehrer Peter Herzog. Beide Rundgänge, geführt von Renate Breu beziehungsweise Karolin Linker, begannen beim Wackelstein aus Aluminium, der auch bei den «coolsten» Jugendlichen der Oberstufe Staunen und Ratlosigkeit hervorrief, weil sich dieser elliptische Körper so unberechenbar bewegte – warum, das sei hier nicht verraten!

In der Abteilung «Hörgeröhr» wird volle Aufmerksamkeit und die Fähigkeit zur Absprache von Strategien verlangt, wenn plötzlich verschiedene Stimmen ertönen oder nicht mehr zu orten ist, welche Person einer Gruppe zu wem gesprochen hat. Der Spassfaktor war bei beiden Klassen unabhängig vom Alter sehr hoch.

Blinde Personen können Schwierigkeiten haben, das Gleichgewicht zu finden. Dies konnten die Teilnehmenden der Schnuppertour auf den Balancierscheiben mit offenen und geschlossenen Augen selbst nachvollziehen. Eine Herausforderung stellt das gemeinsame Ausbalancieren auf der grossen Scheibe dar, andere partnerschaftliche Aufgaben sind das Benutzen der Partnerschaukel zur Erfahrung wechselseitiger Kraftübertragung sowie das gemeinsame Durchschreiten und Durchfühlen des Dunkelparcours. Nicht nur die Minuten in der völligen Dunkelheit, sondern auch das bewusste Wahrnehmen des Tageslichts werden zum echten Sinnerlebnis!



Der Wackelstein aus Aluminium ruft bei den Betrachtenden Staunen hervor, wenn er ganz unverhofft die Drehrichtung wechselt. Unten: Beim blinden ertasten von verschiedenen Materialien ist der Spürsinn und das Erinnerungsvermögen gefordert.



Angebot für Schulklassen

Das Sinnwerk-Honorar ist Verhandlungssache. Es richtet sich nach Aufwand und nach den Möglichkeiten der Gruppe. Es macht für Karolin Linker und Renate Breu einen Unterschied,

ob eine öffentliche Schulklasse, eine soziale Institution, eine gemeinnützige Organisation oder eine Firmengruppe einen Workshop bucht. Derzeit sind folgende Workshops im Angebot:

- «Sinne, Sinn und Unsinn» (Basis: maximal 20 Personen, zwei Stunden, etwa 350 Franken inklusive Material – Intensiv: Maximal 20 Personen, drei Stunden, etwa 500 Franken inklusive Material)

Beim intensiven Wahrnehmen sind wir automatisch aufmerksam. Rätselhafte oder alltägliche Gegenstände, Materialien und Installationen wecken die Neugier und das Interesse an den Hintergründen. Schulklassen aller Altersstufen können so auf motivierende Weise an ein Unterrichtsthema herangeführt werden. Selbstverständliches wie Licht und Dunkelheit, Farben, Geräusche, aber auch abstrakte Themen wie Balance, Geschmack, Gesundheit, Behinderung oder Kommunikation erhalten durch eigene Erfahrung eine eindrucksvolle Bedeutung. Dieser Workshop ist ein Angebot für Lehrerteams, Schulbehörden und andere Nonprofit-Organisationen.

- «Reise durch das Sinneslabyrinth» (Basis: Maximal 20 Personen, zwei Stunden, etwa 350 Franken inklusive Material – Intensiv: Maximal 20 Personen, drei Stunden, etwa 500 Franken inklusive Material)

Lernen Sie Ihre Sinne genauer kennen. Während des interaktiven Workshops entdecken Sie Ihre ganz persönliche Welt der Wahrnehmungen. Das Wissen um subjektive Sinnesindrücke und ihre Wirkungen lässt uns andere Standpunkte und Perspektiven leichter anerkennen und fördert eine partnerschaftliche Suche nach Lösungen. Bilden Sie sich spielerisch weiter, finden Sie als Team ins Gleichgewicht, erholen Sie sich vom Arbeitsalltag und nehmen Sie neue Ideen mit.

Gerne stellen Karolin Linker und Renate Breu ein spezielles Programm zusammen, das sich dem gewünschten Themenbereich (zum Beispiel Kommunikation, Balance, Hörspiel, Tasten und Fühlen, Schmecken und Riechen oder Farbe, Licht und Dunkelheit) mit unterschiedlichen Mitteln nähert. Im Vorgespräch wird geklärt, auf welche Bedürfnisse besonders eingegangen werden soll. Es sind drei Workshops mit insgesamt 70 Personen gleichzeitig möglich.

Die Workshops können auch in einem Schulhaus stattfinden. Dann beträgt der Zuschlag je nach Aufwand rund 300 Franken.

«Alles hat uns am besten gefallen»

Im Gespräch betonen die Wahrnehmungsexpertinnen, dass keine Normführungen abgespult werden. So sind die sprachliche Ausdrucksweise und die inhaltliche Tiefe der Erläuterungen

sentlich, im Workshop Gelegenheit zu erhalten, die eigenen Sinne im Hier und Jetzt zu spüren. Nach Absprache mit den Lehrpersonen können die Führungen Anregung zur nachfolgenden Vertiefung im Unterricht oder Ab-



In der Abteilung Hörgeröhr sind zur Kommunikation gegenseitige Absprachen sowie das Entwickeln von Strategien notwendig.

bei gleichen Objekten gruppenabhängig. Bei Jugendlichen, die das Gymnasium besuchen, wird mehr der Intellekt angesprochen, für Schülerinnen und Schüler von Sonderklassen steht das Staunen im Vordergrund. Die zwei Frauen empfinden das Anpassen von Inhalt und Sprache auf eine Gruppe als sehr spannend und herausfordernd. Für alle Besuchergruppen, ob die Teilnehmenden jung oder alt sind, ist we-

schluss eines behandelten Themenblockes in der Schule sein. Die Rückmeldungen der Besucherschar aller Altersklassen sind meist enthusiastisch, wie auch im Internet-Gästebuch nachzulesen ist.



Ein Zweitklässler aus Sulgen meinte in der Schlussrunde zu Renate Breu: «Alles hat uns am besten gefallen und sie haben es so gut gemacht!» Sinnwerk, Karolin Linker und Renate Breu, Walzmühlestrasse 49, 8500 Frauenfeld, www.sinnwerk.ch, info@sinnwerk.ch, Telefon 052 721 31 21.

TOCHTERTAG 2005

(ger) Am 10. November 2005 findet bereits zum fünften Mal der Nationale Tochtertag statt. Die Mädchen sollen einen Elternteil an den Arbeitsplatz begleiten und dabei unterschiedlichste Berufe kennen lernen.

Der Tochtertag wird empfohlen für Mädchen des 5. bis 7. Schuljahres. Die Knaben sollten den Tag mit ihrer Lehrkraft nutzen, einen anregenden Projekttag zum Thema Lebensentwürfe zu gestalten und dabei etwa auch über die Vereinbarkeit von Beruf und Familie nachzudenken. Eine neu erschienene Broschüre präsentiert Unterrichtsmaterialien und enthält Ideen und Tipps, wie Lehrpersonen den Tochtertag mit den Knaben in der Schule gestalten können. Ein Teil der Ideen eignet sich auch für Projekttag in Klassen mit Knaben und Mädchen. Die Broschüre ist per E-Mail zu bestellen unter info@tochtertag.ch und kostet 7 Franken zuzüglich Versandkosten. Weitere Informationen findet man im Internet unter «www.tochtertag.ch».

Diskussion anregen

Mädchen und Knaben wählen den künftigen Beruf mit unterschiedlichen Vorstellungen. Für viele Mädchen ist der Gedanke, ein Leben lang berufstätig zu sein, gar nicht selbstverständlich. Dabei bleiben bereits heute fast zwei Drittel aller Frauen nach der Geburt ihres ersten Kindes erwerbstätig. Knaben dagegen denken kaum darüber nach, wie sie Erwerbs- und Familienleben später einmal verbinden. Noch immer arbeiten nur sehr wenige Männer Teilzeit, und in kaum einem Haushalt liegt die Hauptverantwortung für die Familienarbeit beim Vater. Der Tochtertag regt die Diskussion über die Lebensperspektiven von Mädchen und Knaben an und fördert die Auseinandersetzung mit den gesellschaftlichen Rollen von Mann und Frau. Während eines Tages gehen Mädchen und Knaben getrennte Wege. Sie treffen sich wieder – um neue Erfahrungen und Erkenntnisse reicher.