

Unsere basalen Sinnessysteme wirken bei allen integrativen Leistungen mit. Deutlich wird das z.B. beim Blick, denn die Bestimmung der Richtung und des Orts des Objekts wird über das Gleichgewicht geleistet.

Das Gleichgewicht arbeitet demnach dem Sehen so gut wie immer zu.

Beim Sehen identifiziert und interpretiert man das Gesehene. Das kann man aber nur mithilfe der Erfahrungen, die man mit den anderen Sinnen gesammelt hat. Sind die Verbindungen vom Sehzentrum zu den anderen Zentren gekappt, so ist der Mensch *seelenblind* und gilt als blind.

Erst wenn man das Sehen „wegsperrt“, wird das Gleichgewicht sehr viel effizienter trainiert. Deshalb gibt es ein sehr einfaches Prinzip für die Förderung des Gleichgewichts:

Man kann bei vielen Bewegungen die Augen schließen: Gehen mit geschlossenen Augen, einen Ball werfen, eine Türe öffnen usw..

In einem *Fühlraum im Dunkeln* kann man sich mit offenen Augen bewegen, ohne sehen zu müssen. Einige Eckdaten zu dem Raum:

Größe: Im Grunde sind bereits sehr kleine Räume dafür geeignet, denn die Raumwahrnehmung im Dunkeln ist anders als im Hellen.

Gefahren: Der Raum muss gefahrlos zu durchwandern sein, es darf keine Stolperfalle geben.

Temperatur: Der Raum sollte nicht zu kühl sein.

Alter: ab 4 Jahre **Wiederholung:** Der Besuch kann oft wiederholt werden.

Taschenlampe: Den Raum abwechselnd im Dunkeln und anschließend mit einer Taschenlampe zu durchwandern, ist sehr beliebt.

Erwachsene: Sie sollten die Kinder am Anfang an die Hand nehmen.

Material: Es sollte einfach zu reinigen sein, denn es wird ja ständig betastet.

Bsp. Material/Einrichtung (erstellt von der Fa. Kameleon aus Buchholz)

Ein fleißiger Helfer beim Bau des Dunkelfühlraums in Murnau.

