

Sensory Awareness in Nürnberg

im „Nassauer Haus“, Karolinenstr. 2-4, 2. OG (bitte bei Talarschneiderei läuten)
Freitags von 17:45 – 19:15 Uhr, zwischen den Schulferien in Bayern.

Weitere Informationen, genaue Termine und Anmeldung unter
Tel.: (0176) 2046 1048 e-mail: i.cisek@web.de

Weitere Möglichkeiten der Arbeit

Sensory Awareness biete ich an in

- Einzelarbeit
- Gruppenarbeit in freier Zusammensetzung und
- Institutionen

Wenden Sie sich bitte zur Vereinbarung von Gruppen und Einzelstunden an mich unter der oben angegebenen E-Mail-Adresse.

Erläuterungen zur Arbeit

Der Weg zu mehr Präzision in der Wahrnehmung des eigenen Verhaltens führt bei Sensory Awareness über die einfachsten, jedem bekannten körperlichen Lagen, Haltungen, Tätigkeiten. Ergebnisse können Erkenntnisse über sich sein, die über das rein Körperliche hinaus gehen und im besten Falle sich als Einheit erfahren lassen. Wenn man ein Ziel formulieren will, dann wäre das, die Bereitschaft zu entwickeln bei den Entdeckungen, die gemacht werden, mit wachem Interesse "Aha, so ist das!" zu empfinden und neugierig auf den nächsten Schritt zu sein. Auswirkungen, also Konsequenzen im eigenen Tun, außerhalb der "Stunden", werden eher unbeabsichtigt gemerkt.

Bewusstes anderes Verhalten ist vor allem dann nachhaltig wirksam, wenn es mit der Einstellung des Versuchs geschieht und das Beabsichtigte sich so verwandeln kann, wie die konkrete Situation es erfordert.

Durch die Genauigkeit mit der die angebotenen Versuche gemacht werden, vertieft sich die Empfindung für den eigenen Zustand, was die Wirkung haben kann, dass die Mitmenschen genauer wahrgenommen werden, deutlicher wird, wie mit ihnen umgegangen wird. Es wird unterscheidbarer, welchen Anteil schwierige Bedingungen von "außen" an dem haben, was erlebt wird und was von einem selber dazu beigetragen wird.

Woher die Arbeit kommt

Sensory Awareness geht zurück auf die Arbeit von Elsa Gindler (1885-1961). Charlotte Selver (1901-2003) war ihre Schülerin in Berlin, bevor sie 1938 in die USA emigrierte und dort diese Arbeit unter dem Namen Sensory Awareness einführte.

Elsa Gindler hatte aus gesundheitlichen Gründen angefangen nach dem zu forschen, was sie damals am dringendsten brauchte. Ihre Erfahrungen dabei, brachten sie weg von dem, was sie bis dahin als Gymnastik gelernt hatte und auch bereits unterrichtete. Von nun an vermittelte sie keine Übungen oder Training. Es lag ihr daran, dass die Menschen, die zu ihr kamen, mit Achtsamkeit

und Neugier sich forschend mit Gindlers Vorschlägen befassten.
Ab Mitte der 1920er Jahre arbeitete Elsa Gindler mit Heinrich Jacoby (1889-1964) zusammen. Zunächst am Beispiel der Musik gelangte dieser zu der Überzeugung, dass künstlerische und wissenschaftliche Kreativität und ihr Ausdruck, keine exklusive Angelegenheit von besonderer Begabung sind. Er konnte an vielen seiner Schülerinnen und Schüler nachweisen, dass den Menschen nur erlaubt sein muss, entsprechend wie sie "gebaut" oder "gedacht" sind zu funktionieren, damit den jeweiligen Interessen gefolgt werden kann - musizierend, im Labor, an der Staffelei usw.

Die Arbeit nach Gindler

Die Menschen, die bei Elsa Gindler und Heinrich Jacoby an sich gearbeitet hatten, fanden unterschiedliche Wege das Erfahrene weiterzugeben. Die einen arbeiteten vorwiegend mit Kindern wie Elfriede Hengstenberg (1893-1992), andere, wie Charlotte Selver, mit Erwachsenen, um diesen eine "Nachentfaltung" zu ermöglichen. Denn Erwachsene, die an sich selbst bewusst erfahren haben, was es bedeutet, sich in aller Ruhe zu erleben und zu entfalten, sind dann als Eltern oder Helfende eher bereit dem Kind oder Hilfsbedürftigen Raum, Zeit und Aufmerksamkeit zur freien Entfaltung zu schenken.

Emmi Pikler

Auch die ungarische Kinderärztin Emmi Pikler (1902-1984) war überzeugt, dass der Mensch so auf die Welt kommt, dass die Bewegungsentwicklung und die Entfaltung des freien Spiels selbständig geschehen können. Allerdings ist die angedeutete Entwicklung nur dann möglich, wenn die Erwachsenen sich derart um den kleinen Menschen kümmern, dass über die materielle Sicherung hinaus, eine vertrauensvolle Beziehung entsteht, in deren Geborgenheit das Kind sich und die Welt erkunden kann. In ihrer eigenen Familie und als Kinderärztin vieler Familien fand sie ihre Annahme bestätigt.

Das Pikler Institut in Budapest ("Lóczy") wurde von ihr als Säuglingsheim für verlassene Kinder nach dem 2. Weltkrieg gegründet. Es gelang ihr, die Erfahrungen in der Familie für das Säuglingsheim umzusetzen. Trotz der Heimsituation wurde 'im Lóczy' den Kindern die Achtung und Zuneigung gegeben, die sie brauchen – eine wichtige Grundlage zur Bewältigung der veränderten Situation, der sie nach ihrer Zeit im Säuglingsheim ausgesetzt worden waren. Seit seiner Gründung, aber auch seitdem das Pikler-Institut nur noch eine Krippe führt, werden mit großer Sorgfalt die dort tätigen Erwachsenen in ihre Arbeit eingeführt; stetige pädagogische und psychologische Begleitung unterstützt sie in ihrem Bemühen, jedem Kind mit seinen Eigenschaften und Besonderheiten gerecht zu werden.

Informationen zur Pikler-Pädagogik und Aus- und Fortbildungen (Termine, Orte etc) ist zu finden unter www.pikler-verband.org.

Bücherauswahl

Walter Biedermann

"Ohne Pfeil und Bogen – Ganzheitliche Pädagogik bei Heinrich Jacoby",
1998 Schaffhausen

Charles V.W. Brooks

"Sensory Awareness - The Rediscovery of Experiencing",

1982 Santa Barbara, CA, USA (deutsche Ausgabe neu herausgekommen)

Anna Czimmek
"Emmi Pikler - mehr als eine Kinderärztin",
2015, München

Emmi Pikler
"Lasst mir Zeit - Die selbständige Bewegungsentwicklung des Kindes bis zum freien Gehen", 1988 München

Herausgegeben von Peggy Zeitler:
"Erinnerungen an Elsa Gindler - Berichte, Briefe, Gespräche mit Schülern",
1991 München

Alle Bücher bestellbar auch über Wege der Entfaltung e.V., www.we-ev.de

Links:

www.we-ev.de

www.jacobygindler.ch

www.sensoryawareness.org

www.jgstiftung.de

Biographisches



Ioana Cisek
Geboren 1950, verheiratet.

Bei Peggy Zeitler lernte ich 1980 Sensory Awareness kennen. Seit 1992 gebe ich diese Arbeit in Einzelstunden weiter. Seit 1999 habe ich auch von Charlotte Selver die Erlaubnis die Arbeit weiterzugeben.

Weitere Erfahrungen: Sensory Awareness bei Charlotte Selver, Charles Brooks und Seymour Carter; Erwachsenenarbeit nach Emmi Pikler bei Anna Tardos und Peggy Zeitler; Erarbeitung von Grundlagen bei Yolande Deswarte, Coordination Motrice (Spiraldynamik); Theaterarbeit nach der Lee-Strasberg-Methode bei Hans Dieter Trayer; Gesang bei Bruno Hetzendorfer; Tai Chi Chuan bei Petra und Toyo Kobayashi.

Gründungsmitglied von we-Wege der Entfaltung e.V., Mitglied der Sensory Awareness Foundation und der Sensory Awareness Leaders Guild