

Sensual Awareness.

1. Ausgangslage & Verortung

Problematik: Psychosoziale Folgen multipler Krisen & Kinder- und Jugendalter
25 % der Kinder und Jugendlichen in der BRD fühlen sich mental belastet.
 (Robert-Bosch-Stiftung, Deutsches Schulbarometer 2025)

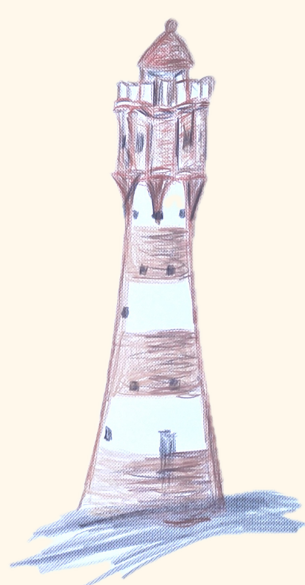


Jüngere deutschdidaktische sowie psychologische Positionen zu **Resilienz** (von Glasenapp et al. 2024; Ihde 2016), **Embodiment** (Frickel/Zepter 2023), **Artefakt- bzw. extradiegetischen Emotionen** (Olsen 2011; Kieckhöfel 2024), **„Emotion Ekphrasis“** (Nikolajeva 2014), Lerndimensionen wie der **Emotionsregulation** (Kain 2006) oder der **Ekpathie** (Olsen 2023) verbinden literarische Lernprozesse mit dem Interesse an *Emotional Literacy* und *Life Skills*.

Sensual Awareness im Umgang mit spezifischen **multimodalen Texten** modelliert über Form und künstlerisch-kompositorische Gestaltung eine gerichtete, wertungsbefreite Aufmerksamkeit für den **literarischen Resonanzraum** (z. B. Odendahl 2022; ders. 2020) als **Selbst- und Gegenstandspräsenz** (Zirfas 2015, S. 27). Sie fordert attentives Sehen (Dehn 2007) sowie Transformationsprozesse heraus. Im Literarischen Gespräch (Härle/Heizmann 2019) werden Transformationserfahrungen versprachlicht und text- sowie identitätsorientiert (Frederking 2024; Spinner 2013) für die Lernenden erfahrbar.

- LITERATURDIDAKTIK - FORSCHUNGSFRAGE – SENSUAL AWARENESS -
 „Wie gestaltet sich (Mit-)Gefühl mit sich selbst als
 individuelle und geteilte Praxis?“

2. Ziele & Vorgehen

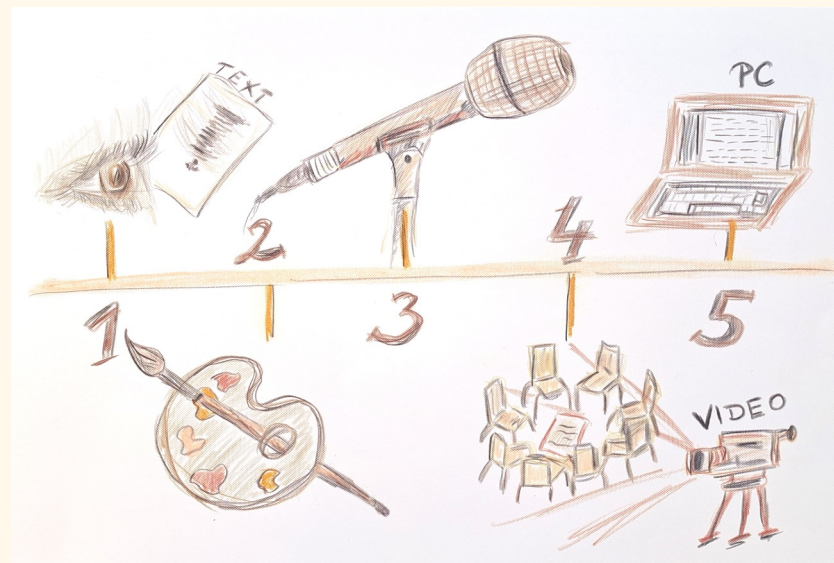


[geplanter Pre-Test: November 2026]

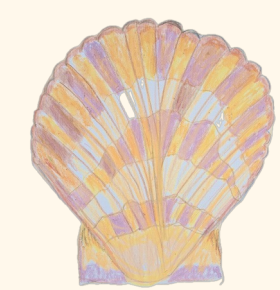
- 1) Aufnahme I: Individuelle Texterfahrung **vor** jeglicher Intervention, „Lautes Denken“
- 2) Intervention: Individuelle Texterfahrung / handlungs- bzw. produktionsorientierte Aufgabe (siehe „Appetizer“)
- 3) Aufnahme II: Versprachlichung der bewussten Erfahrung **nach** der Intervention
- 4) Videographie: **Literarisches Gespräch** im Nachgang zu 2)

5) Auswertung: Spielarten des Mit-Gefühls und ihre Entwicklungen

- in individuellen und kollektiven Erfahrungsräumen
- unter Berücksichtigung der Körpersprache
- unter Einsatz der Dokumentarischen Methode (Fallvergleich) (Bohnsack 2014)



3. Literaturunterricht neu denken



Die **Stärkung literarischer Erfahrungen** im Deutschunterricht der Zukunft geht damit einher, im inklusiven Sinn **Raum für individuelle Bildungserfahrungen** zu schaffen und das katalysatorische **Potenzial von Literatur für Sensual Awareness in Bezugnahme auf Core-Life-Skills** (WHO; 1994; 2005) und **Mental Health** anzuerkennen.

Ich sitze still am Strand
Gedichte vom Meer

Ich sitze still am Strand

Ich sitze still am Strand
Das Leben ist ein weites Land

So viele Wege zu gehen
So viele Gefühle zu verstehen
So viel zu erleben
So viel zu geben
So viel zu verstecken
So viel zu entdecken
So viel zu denken
So viel zu verschenken
So viel zu lachen
So viel zu machen
So viel zum Zu-zweit- und Allein-Sein
So viel zum Glücklich-Sein

Ich sitze still am Strand
Das Leben ist ein weites Land



35

Herzlichen Dank an den Verlag Jungbrunnen in Wien für die Unterstützung. Quelle: Heinz Janisch / Linda Wolfgruber: *Ich freue mich furchtbar sehr.* © 2025 Verlag Jungbrunnen Wien
 www.jungbrunnen.co.at

➤ Appetizer: ‚Sensual Awareness‘ im Selbstversuch

1. Verändert die Betrachtung des Textbildes im gegenwärtigen Moment Wahrnehmungen a) in **Ihrem Brustraum** b) in **Ihrem Bauchraum** c) **Ihre Atmung** betreffend? **Finden Sie Worte**, um die Wahrnehmungen in a), b) und c) zu beschreiben? Welche **persönliche Stimmung** nehmen Sie nun wahr?
2. **Zum QR-Code:** Hören Sie das Gedicht so, als wäre es in einer Ihnen unverständlichen Sprache verfasst. Konzentrieren Sie sich **allein auf den Klang und Rhythmus. Niemand will von Ihnen Auskunft über den Inhalt.** Welche Resonanzen finden Sie zwischen der bildlich dargebotenen Situation und dem Gedicht?
3. **Wie stehen Sie nun in der Zeit?** Lesen Sie den Text jetzt bewusst. Hören Sie in sich hinein: Welchen **persönlichen Sinn** schreiben Sie nun dem Vers „Das Leben ist ein weites Land“ (V. 2 und 16) zu?



Audioaufnahme
 - Appetizer -



Wiss.
 Literaturangaben