

„Bin wesentlich milder und nachsichtiger mit mir selbst.“

- **Wie haben Sie erfahren, dass Sie eigentlich LinkshänderIn sind?**

Über Umwege: Aufgrund eines ö1-Beitrags im Herbst 2012 ist mir aufgefallen, dass meine Tochter Linkshänderin sein könnte und ich habe sie austeste lassen. In der Folge ist mir dann bewusst geworden, dass ich ebenfalls selbstumgeschulte Linkshänderin bin.

- **Was waren die ausschlaggebenden Gründe, eine Rückschulung zu machen?**

1. Unterstützung meiner Tochter - ich hatte die Hoffnung, es fällt ihr leichter, wenn ich auch Rückschule.
2. Neuquier
3. Wunsch nach meiner Veranlagung zu leben

- **Wie ist der Prozess der Rückschulung für Sie praktisch verlaufen? Welche Hilfsmittel, Unterstützungen, Übungen hatten Sie dabei?**

Gemeinsames üben mit meiner Tochter, einmalige Beratung durch Händigkeitsberaterin, Notizen in meinem persönlichen Notizbuch in Spiegelschrift, einfach links schreiben statt rechts.

- **Wie lernt die linke Hand feine motorische Abläufe, wie geht es der rechten mit ihrer neuen Stellung als „Gehilfin“? Gab es dabei praktische Hindernisse, wenn ja welche?**

Habe nur Schreiben umgestellt; ansonsten mache ich die meisten Dinge mit der rechten Hand, weil ich da mehr Kraft hab. Kann dazu nicht viel sagen.

- **Was passierte im Zuge der Rückschulung auf psychischer Ebene für Sie**

Entspannung.

- **Wie reagierte Ihr Umfeld auf Ihre Entscheidung?**

- a) Familie
- b) Freundeskreis
- c) berufliches Umfeld

Falls sie es überhaupt bemerkten, mit (mehr oder weniger) Interesse.

- **Was hat sich für Sie seit dem Beginn der Rückschulung verändert?**

Bin wesentlich milder und nachsichtiger mit mir selbst; Perfektionismus stark reduziert.

Ansonsten nicht viel; meine Rückschulung ist auch nicht wirklich abgeschlossen - ich beginne oft rechts zu schreiben und erst wenn's mir auffällt, greife ich auf links um.

- **Wie beurteilen Sie aus heutiger Sicht ihre Entscheidung, sich rückzuschulen?**

Bin zufrieden mit dieser Entscheidung. Auch wenn's vielleicht keine wirkliche Rückschulung war... (s.o.)

- **Was waren für Sie die schönsten Momente im Zusammenhang mit Ihrer Rückschulung?**

Bei einem Workshop (dessen Inhalt ich grundsätzlich schon kannte), habe ich - relativ bald nach meiner Rückschulung - versuchsweise mit links Notizen gemacht. Und dann hatte ich plötzlich ein Aha-Erlebnis: Zum ersten mal in meinem Leben konnte ich gleichzeitig mitschreiben und zuhören. :-)

Und die vielen kleinen Augenblicke in denen ich bemerke, dass ich gütig mit mir selber bin. :-)

Angaben zur Person:

48 - Selbständige Trainerin (Kommunikation, Elternbildung)