

## **„... es steht mehr Energie zur Verfügung!“**

### **1. Wie haben Sie erfahren, dass Sie eigentlich LinkshänderIn sind?**

Durch Testung, aufgrund der Tatsache, dass ich viele Dinge mit der linken Hand erledigt habe, ausgenommen der Handschrift, die ich mit der rechten Hand gelernt hatte

### **2. Was waren die ausschlaggebenden Gründe, eine Rückschulung zu machen?**

Der Wunsch endlich mit der für mich richtigen Hand schreiben zu können.

### **3. Wie ist der Prozess der Rückschulung für Sie praktisch verlaufen?**

Welche Hilfsmittel, Unterstützungen, Übungen hatten Sie dabei?

Die Hilfsmittel waren der für meine linke Hand richtige Bleistift, der Linkshänder-Rollerball-Stift und die Unterlage zur richtigen Schreibhaltung. Das Übungsheft für Linkshänder von Fr. Sattler. Die Unterstützung durch die Linkshänder-Beraterin.

### **4. 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?**

Die feinmotorischen Abläufe mit der linken Hand werden durch oftmaliges Durchführen (täglich) trainiert und gehen immer besser, je länger der Ablauf durchgeführt wird. Praktische Hindernisse sind z.B. die richtige, d.h. Spiegelverkehrte Herangehensweise, wenn von rechts auf links umgelernt wird. Z.B. Bügeln, wenn man nicht weiß, ob man vorher die rechtshändige Variante oder eine Mischvariante zwischen links- und rechtshändige gemacht hat.

### **5. Was passierte im Zuge der Rückschulung auf psychischer Ebene für Sie?**

Die Nachspurübungen habe ich als extrem entspannend erlebt und bin somit entspannter und mit mehr Energie ausgestattet.

### **6. Wie reagierte Ihr Umfeld auf Ihre Entscheidung?**

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

### **7. Was hat sich für Sie seit dem Beginn der Rückschulung verändert?**

Entspanntere Herangehensweise; es steht mehr Energie zur Verfügung

### **8. Wie beurteilen Sie aus heutiger Sicht ihre Entscheidung, sich rückzuschulen?**

Sehr positiv

### **9. Was waren für Sie die schönsten Momente im Zusammenhang mit Ihrer Rückschulung?**

Als ich gemerkt habe, dass ich linkshändig die Tätigkeiten viel rascher und mit weniger Energieaufwand erledigen kann.