

„Sehe mich selbst anders“

1. **Wie haben Sie erfahren, dass Sie eigentlich LinkshänderIn sind?**
Konnte mich erinnern, dass ich anfangs mit links geschrieben habe, habe mehr oder weniger freiwillig umgeschult, war als 6jähriger kein Problem
2. **Was waren die ausschlaggebenden Gründe, eine Rückschulung zu machen?**
Diverse gesundheitliche und psychosomatische Probleme, das Rückschulungsbuch „Der umgeschulte Linkshänder“, das ich damals entdeckt habe.
3. **Wie ist der Prozess der Rückschulung für Sie praktisch verlaufen?**
Welche Hilfsmittel, Unterstützungen, Übungen hatten Sie dabei? Mag. Hayek Schwarz, ergonomisch angepasste Stifte, Mal- und Schreibübungen, bewusstes Einsetzen der linken Hand bei Alltagstätigkeiten (PC, Tischtennis,..)
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?**
Wiederholungen, Übungen, bis es unbewusst geht. Rechte fühlte sich zeitweise taub und überflüssig an. Praktische Hindernisse: es blieb lange so unleserlich, das ich bei einfachen Dingen (Unterschrift) auf rechts zurück musste.
5. **Was passierte im Zuge der Rückschulung auf psychischer Ebene für Sie**
Fühlte mich stark unter Stress, schlecht geschlafen, Alpträume, als dann noch größere Schwierigkeiten im Privatleben auftraten (war unabhängig von der Rückschulung), hab ichs dann sein lassen.
6. **Wie reagierte Ihr Umfeld auf Ihre Entscheidung?**
 - a) Familie: war nicht informiert oder desinteressiert
 - b) Freundeskreis: war nicht informiert oder desinteressiert
 - c) berufliches Umfeld: war nicht informiert
7. **Was hat sich für Sie seit dem Beginn der Rückschulung verändert?**
Ich bin nicht mehr so streng mit mir, habe akzeptiert, dass ich gewisse Tätigkeiten (feinmotorisch, schreiben, zeichnen, handwerklich) nie wirklich gut ausüben werde können, sehe mich selbst anders, versuche meine unerschlossenen Teile auf andere Art zu erreichen.
8. **Wie beurteilen Sie aus heutiger Sicht ihre Entscheidung, sich rückzuschulen?**
Entscheidung war richtig, vielleicht war ich zu ungeduldig, vielleicht hätte ich ausdauernder sein sollen, da ich aufgrund der EDV sowieso kaum mehr händisch schreibe, waren mir die Übungen auf Dauer zu anstrengend. Ich habe auch recht bald keine Fortschritte mehr bemerkt, hatte das Gefühl immer wieder bei 0 anzufangen, v.a. wenn ich Pausen eingelegt habe.
9. **Was waren für Sie die schönsten Momente im Zusammenhang mit Ihrer Rückschulung?**
Erleichterung, die man hat, wenn man sich nicht mehr für alles die Schuld geben muss, da man eine „wissenschaftliche/medizinische“ Erklärung für diverse Defizite hat, die das Umfeld auch akzeptiert.

(Anonymus – Daten sind der Redaktion bekannt)