

Kapitel 6: Hilfestellungen für umgeschulte Linkshänder durch Aufarbeitung der Umschulungsfolgen

Für viele umgeschulte Linkshänder ist die Erkenntnis, dass ein großer Anteil ihrer Probleme durch einen kausalen Zusammenhang mit der oft schon lange vergessenen und verdrängten Umschulung der Händigkeit entstanden ist, zuerst ein Schock, dann aber eine ausgesprochen wichtige Erfahrung.

Sie sahen zuvor ihre Schwierigkeiten als ein hauptsächlich nur sie betreffendes, individuelles Problem an. Sie fühlten sich zwar irgendwie beeinträchtigt oder sogar behindert, konnten sich das aber nicht plausibel erklären, bzw. sie hatten sich allmählich daran gewöhnt, ihre Schwierigkeiten in Hinblick auf ihr eigenes Selbstwertgefühl negativ auszulegen.

Die Erkenntnis, dass *nicht sie allein* davon gezeichnet sind, sondern dass viele andere Menschen ähnliche Probleme haben und mit diesen kämpfen, aber auch *nicht darüber sprechen*, bewirkt oft Erleichterung und gleichzeitig auch vielfach eine starke depressive Reaktion: „Warum musste gerade mir das passieren?“

Häufig kommt es dann zu Wut auf die Verursacher, die Eltern, Lehrer oder andere nahestehende Personen, und oft diesen gegenüber auch zu massiven Vorwürfen, wobei sich die Angegriffenen häufig gar nicht mehr an den inkriminierten Umschulungsvorgang erinnern bzw. ihn aus ihrer Sicht schon lange als Belanglosigkeit vergessen haben. Dadurch erleben viele umgeschulte Linkshänder erneute Irritationen und werden so noch tiefer in ihre Probleme zurückgeworfen. Denn die beschuldigten, ihnen nahestehenden Menschen und manchmal auch Personen, die nicht die Verursacher der Umschulung der Händigkeit waren, reagieren auf diesbezügliche Vorwürfe meist aggressiv und halten sie sogar für ein nachträglich konstruiertes Alibi, mit dem der umgeschulte Linkshänder sich einen Vorteil in der Konkurrenz im tagtäglichen Leben, in der Partnerbeziehung

und am Arbeitsplatz erschleichen möchte. Sie werfen ihn durch diese Abwehr in weitere Selbstzweifel, Unsicherheiten und in erneut aufflammende Minderwertigkeitsgefühle. Leider kommt es so wiederum nicht zu einer pragmatischen Bewältigung der wahrgenommenen Probleme, zu einem Prozess der Aufarbeitung und der Umbewertung der eigenen Leistungsfähigkeit, der erreichten Erfolge und zu einer Änderung der festgefahrenen Verhaltensmuster bei den Betroffenen, die dringend notwendig wäre.

Für eine erfolgreiche Verarbeitung und einen akzeptablen Umgang mit der Problematik der Umschulung der angeborenen Händigkeit ist deswegen eine Selbstbeobachtung der Primär- und Sekundärfolgen grundsätzlich notwendig sowie deren Trennung von anderen, z. B. erzieherischen Impulsen, die in den bisherigen zwischenmenschlichen Beziehungen entscheidend waren.

Durch einen positiv durchlaufenen Prozess, wenn also eine Aufarbeitung, die auf eine richtige Bestimmung der Probleme und verschiedenen Zusammenhänge zielte, geleistet worden ist, kommt es bei vielen Menschen zu überraschenden und kontinuierlichen Besserungen sowohl bei den primären als auch bei den sekundären Umschulungsfolgen. Nach vielen, erstaunlich sich ähnelnden Äußerungen wird den Betroffenen oft förmlich eine „Last von den Schultern genommen“, eine Last von falsch verstandenen Kausalitäten, von unbegründeten Minderwertigkeitskomplexen, und sie können dann freier reagieren, sehen quälende Gedankenblockaden und Konzentrationsschwierigkeiten aus einem neuen Blickwinkel und reagieren anders darauf. Ihre typischen, bisher sich negativ auswirkenden Versagensängste projizieren sich mit weit geringerer Intensität auf ihre Leistungsfähigkeit, sodass es zu einer durchgehend als äußerst erleichternd empfundenen Besserung kommt.

Bei vielen Betroffenen werden also bereits durch die richtige Zuordnung der Zusammenhänge entscheidende Prozesse eingeleitet, mit deren Hilfe sie sich dann allgemein besser fühlen, sich etwas leichter integrieren und manches negativ sich auswirkende Verhaltensmuster, zumindest von Fall zu Fall, sprengen können.

Natürlich ist dadurch die Ursache – die Umschulung der angeborenen Händigkeit – nicht behoben, aber es kommt zu einem Prozess der reiferen Akzeptanz bestimmter Schwierigkeiten, ohne dass die Betroffenen sofort in Minderwertigkeitsgefühle und Depressionen abgleiten oder, wie es

manche tun, den aufgewendeten Leistungseinsatz noch derartig erhöhen, dass der physische und psychische Zusammenbruch in beängstigende Nähe rückt.

Allerdings wäre es falsch, eine Hoffnung zu wecken, dass dadurch die primären Umschulungsfolgen grundlegend zurückgehen werden oder ganz verschwinden. Sie treten weiter auf, und man muss weiter mit ihnen rechnen und sie als solche akzeptieren: als eine Behinderung, die man andauernd mit sich herumschleppt. Was aber weit wichtiger ist, zeigt die empirische Feststellung, dass gerade die negativen *Auswirkungen im Bereich der Sekundärfolgen sich massiv verringern*, und zwar vor allem durch die Durchbrechung der automatisch einsetzenden emotionalen Rückkopplung.

Hilfe durch Psychotherapie

Eine gezielt angewandte Psychotherapie kann in diesem Bereich viel bewirken und dem umgeschulten Linkshänder Rückmeldungen auf seine – häufig von ihm selbst überhaupt nicht wahrgenommenen – falschen Verhaltensmuster, Überkompensationen und überdosierten Anforderungen (an sich und andere) geben, die sonst sehr oft zu Missverständnissen und Überempfindlichkeiten führen (s. a. Kap. 8.7).

Voraussetzung ist aber, dass die Folgen der Umschulung dem Betroffenen geglaubt werden und nicht versucht wird, ihm diese real existierenden Benachteiligungen, aus welchen Gründen auch immer, auszureden. Alle Folgen müssen vom Therapeuten und Patienten akzeptiert werden, wie auch eine „normale“ Körperbehinderung akzeptiert werden muss, und man darf sie nicht bagatellisieren, nur weil sie nicht nach außen hin sichtbar sind. Das Leid und die Trauer müssen gemeinsam wahrgenommen und durchlebt werden, sonst bleiben sie als ein dauernder Störfaktor bestehen. Ansonsten können sich die Beschwerden verschieben und chronifizieren, es kann zur Umsetzung in verschiedene Krankheiten kommen, begleitet leider sehr oft auch von abgebrochenen Psychotherapien. Häufig haben solche Patienten schon mehrere Therapien erfolglos durchlaufen und sind gewissermaßen „übertherapiert“. Übrigens kommt es vornehmlich nicht so auf die Methode der Therapie an wie auf die *Akzeptanz der Schwierigkeiten*, mit denen der umgeschulte Linkshänder ständig leben muss.

Noch heute finden sich in den gängigen psychotherapeutischen Methoden praktisch keine Hinweise auf umgeschulte Linkshänder, sie werden ausge-

spart, und auch in der universitären Ausbildung stellen sie bisher kaum ein ihrer Problematik adäquates Thema dar. Indirekt hat sich die Psychotherapie selbstverständlich andauernd mit umgeschulten Linkshändern – vor allem im Hinblick auf die Sekundärfolgen der Umschulung – auseinandergesetzt (meistens mit einer vollkommen anderen, hineininterpretierten Störungsursache) und sie dann mehr oder weniger erfolgreich behandelt. Ihr fehlte aber der kleine Mosaikstein der kausalen Zusammenhänge bzw. der Kenntnis der richtigen Zuordnung von Folgen einer Umschulung der angeborenen Händigkeit für Schullaufbahn und Persönlichkeitsentwicklung des Betroffenen. Nur durch dieses Wissen kann man ihm gerecht werden und wirklich helfen, bestimmte Eigenschaften und Symptome richtig einzuordnen und in die therapeutische Behandlung einzubeziehen.

Selbsthilfegruppen und ihre Grenzen, gesetzt durch die Persönlichkeitseigenschaften des umgeschulten Linkshänders

Die therapeutische Behandlung umgeschulter Linkshänder gehört vor allem in die Hände von erfahrenen Fachleuten – vornehmlich Psychotherapeuten oder psychotherapeutisch ausgebildeten Ärzten. Selbsthilfegruppen können zwar auch oft eine wertvolle Hilfe leisten, aber sie bergen in einer Konfrontation mit den häufig gerade unter umgeschulten Linkshändern anzutreffenden Persönlichkeitseigenschaften (besonders dem Widerspruchsgeist und der „Ja-aber-Haltung“) gleichzeitig große Gefahren in sich. Was für den einen richtige Ergebnisse und Hilfestellungen sein können, sind gerade für den anderen Betroffenen, in seiner individuellen Lebenssituation, falsche oder sogar schädigende Ansätze. Durch eine Verunsicherung und den sich auswirkenden Gruppenzwang kann darüber hinaus eine an sich gut gemeinte Hilfeleistung von engagierten Laien zu noch negativeren Ergebnissen, zu einer noch größeren Unsicherheit und zu einem noch massiveren Ansteigen der Minderwertigkeitsgefühle bei dem Betroffenen führen.

Begleitet vom absolut notwendigen fachlichen Wissen und entsprechenden Erfahrungen, sind in einer therapeutischen Gruppe sehr, sehr strenge Regeln und Richtlinien notwendig, damit es nicht zu zusätzlich negativen Entwicklungen kommt, sondern ein Heilungsprozess eingeleitet werden kann, unterstützt von der Erkenntnis, dass man nicht allein mit seinem Beschwerdenkreis wehrlos der Willkür des Schicksals ausgeliefert ist.

Kapitel 7: Möglichkeiten und Gefahren einer Rückschulung der Händigkeit

7.1 Einführung

Was man früher als eine unumstößliche, der Tradition verpflichtete „Naturbedingtheit“ hingenommen hat, nämlich dass linkshändige Kinder auf den Gebrauch der rechten Hand umerzogen wurden und trotz aller möglichen aufgetretenen Schwierigkeiten ihr *ganzes Leben dabei bleiben müssen*, wird in den letzten Jahrzehnten zunehmend in Frage gestellt. Immer mehr Betroffene der verschiedensten Altersgruppen wagen heute den Schritt, sich wieder auf die vormals dominante linke Hand zurückzuschulen.

In der Fachliteratur findet man dazu allerdings sehr wenige kompetente Hinweise. Vornehmlich Sovak schildert Fallbeispiele, in denen Kinder, bis kurz vor der Pubertät, zurückgeschult wurden¹.

Da Sovak grundsätzlich gegen eine Umschulung von Linkshändern ist, hat er folgerichtig auch Rückschulungen auf die linke Hand vorgenommen und beschrieben. Zusammenfassend stellt er fest: „Für die Rückkehr zur linken Hand bei Linkshändern, die bereits früher umerzogen wurden, entscheiden in der Hauptsache die ermittelten und richtig beurteilten Folgen der Umerziehung. Die Rückkehr zu linkshändiger Tätigkeit, besonders zum Schreiben, führen wir so früh wie möglich herbei. Je früher wir damit beginnen, desto leichter ist die Arbeit mit dem Schüler und umso besser und dauerhafter sind die Ergebnisse. Wir zögern nicht, entsprechend der Bedeutsamkeit der Symptome, einen Versuch zur Rückkehr zur linken Hand auch bei älteren Schülern vorzunehmen. Bei weniger begabten Schülern bedenken wir sorgsam, ob eine Veränderung der erlernten Stereotypen durch die Rückführung nicht die bestehenden Schwierigkeiten noch verschlechtern könnte.“

¹ Sovak, 1968, S. 302 ff.