

Text und Fotos: Mag. Christian Dillinger  
(Die Inhalte wurden während der **Touch  
for Health- und Brain Gym - Konferenz  
2015** in Kanada in einem Vortrag von  
Mag. Christian Dillinger präsentiert.)



# Die liebevolle Verbindung

**Die liegende Acht**, auch Lemniskate, steht für die Einheit, die aus der Zweiheit (Dualität) entsteht. Sie ist die liebevolle Verbindung und wird auch oft als ein Band der Liebe gesehen. Sie ist ohne Anfang und ohne Ende. Ihre Schwingungen lösen Imbalancen auf und schaffen ein harmonisches Ganzes.

- Das „Unendlich – Zeichen“ in der Mathematik
- Der Buchstabe „X“ mit zwei Bögen zu einer Schleife gebracht
- Ein Kreuzungspunkt im Zentrum zweier Bögen
- Eine Autorennbahn, die die Richtung ändert, in einer gleichmäßigen Abfolge einer Kurve links herum gefolgt von einer rechts herum
- Das Überkreuzen der visuellen Mittellinie
- Zwei sich berührende, ineinander gehende Ringe für eheliche Verbundenheit
- Tibetische Achten zur Anregung des Energieflusses
- Die Schleifen meiner Schuhbänder für mehr Halt in der Bewegung
- Eine Schleife an meinem Hals für den Opernball
- Ein Symbol für das Zusammenschalten und Zusammenarbeiten unserer beiden Gehirnhälften
- Ein Symbol für das Zusammenschalten und Zusammenarbeiten unserer beiden Körperhälften
- Das Ansprechen aller Gehirnnareale über ein Ausweiten des gesamten Blickfeldes

Viele – oft symbolhafte - Bilder begleiten uns, wenn wir die Figur der „Liegenden Acht“ zeichnen. Wir finden diese Form in vielfältigen Zusammenhängen wieder, vor allem, wenn es um eine Verbundenheit von zwei Anteilen und das Überkreuzen der auditiven, kinästhetischen und vor allem visuellen Mittellinie geht.

## Die kinesiologische Balance

zielt auf die Zusammenarbeit beider Gehirn- und Körperhälften und fokussiert auf die Integrierung des erarbeiteten Zieles in den Körper. Die Liegende Acht unterstützt diese: Sechs Augenmuskelpaare hinter den Augen führen die Blickrichtungen und haben die Aufgabe zu bewältigen, beide Augen zusammen, synchron auf ein Ziel auszurichten. Voraktivitäten – vor der kinesiologischen Balance – zeigen, dass beide Augen oft nicht gut zusammen tun: Ein Auge fokussiert auf das Ziel, das andere aber arbeitet nicht mit. In der stressbesetzten Situation scheint es manchmal leichter zu sein, nur eine visuelle Information – über ein Auge – verarbeiten zu müssen. Das andere bleibt draußen.

Die **Liegende Acht** aber kann diese Zusammenarbeit perfekt trainieren. Sie stellt eine Übung dar, die viele Aspekte fördert:

Die **Liegende Acht** bringt zwei Systeme in Kontakt miteinander und verbindet sie!

Die **Liegende Acht** hat keinen Anfang und kein Ende und fördert somit den Bewegungsfluss!

Die **Liegende Acht** unterstützt die Integration von Buchstaben in den Fluss eines Wortes, sie unterstützt die Zusammenarbeit beider Augen, Arme und Hände!

Die **liegende Acht** ermöglicht die Reflexion der Gedanken zwischen der linken und rechten Gehirnhälfte!

### Phänomen –

#### ein Blick auf die innere Organisation eines Menschen

Phänomene beobachten zu können ist eine wahre Offenbarung. Während ein Kind Liegende Achten zeichnet, können wir als Außenstehende eine Reihe von Merkmalen der Bewegungskoordination beobachten. Wir können einen Blick auf den Kern von Entwicklungsständen verschiedenster Ebenen werfen: Hat ein Kind, das per Gesetz schulreif ist, bereits innere Repräsentationen von Worten, Zahlen und Zahlenverständnis ausreichend für schulische Aufgabenstellungen entwickelt? Besteht Konstanz für feinmotorische Bewegungen, wie sie das Schreiben fordert? Gibt es ein ausreichendes räumliches Gefühl für Zahlenverständnis?

Über die Beobachtung der Phänomene, die beim Zeichnen der liegenden Acht zu beobachten sind, können wir wahrzunehmen, wie es um den Stand der Entwicklung in den Bereichen Bewegungskoordination, Teile des expliziten (deklarativen) und impliziten (prozeduralen) Gedächtnisses bestellt ist. Und in weiterer

Folge kann ja, wie wir aus unserer täglichen kinesiologischen Arbeit wissen, diese Entwicklung über die Liegende Acht unterstützt werden.



*Beispiel: Ein Blick auf das Bild nur mit dem rechten Auge als Zeichen für homolaterale Kompensation.*

#### Akademische Fertigkeiten wie das Lesen, Schreiben und Rechnen können über die liegende Achten in Fluss gebracht werden.

#### Bewegungskoordination - oder: wie wir unsere Bewegungen und Aktionen organisieren

Bewegungskoordination ist die Ordnung, ist die Organisation motorischer Aktionen in Ausrichtung auf ein bestimmtes Ziel, bzw. einen Zweck (Meinel 1977).

Ordnung bedeutet in diesem Zusammenhang die Abstimmung aller Bewegungsparameter auf die jeweilige Situation, im Fall des Lesens, Schreibens und Rechnens eben auf die Fähigkeiten des Verstehens, des Ausdrucks und des Gefühls für den Zahlenraum.

Die Aspekte, unter denen wir den Begriff der Bewegungskoordination für diese akademischen Fähigkeiten betrachten, betreffen den altersgemäßen Entwicklungsstand: „Unter einer altersgemäßen Bewegungskoordination ist das harmonische und möglichst ökonomische Zusammenwirken von Muskeln, Nerven und Sinnen zu zielgenauen, gleichgewichtssicheren Bewegungsaktionen (Willkürmotorik) und schnellen, situationsangepassten Reaktionen (Reflexmotorik) zu verstehen.“ (Kiphard 1982)

In Bezug auf die oben erwähnten Aufgaben heißt das, dass ein Schüler bestimmte Qualitäten dafür entwickelt haben muss, um diese akademischen Fähigkeiten zu beherrschen. Für die nähere Betrachtung wurden Merkmale aufgestellt, die eine spezifische Betrachtungsweise ermöglichen. Diese Einordnung in sogenannte „koordinative Merkmale“ dient dazu, spezifische Themen des gesamten Spektrums der Bewegungskoordination näher verstehen zu können. Welche Merkmale nun sind wichtig, um lesen, schreiben und rechnen zu können?

**Bewegungsrhythmus:** Um den geschriebenen, gesprochenen und gelesenen Wörtern in Sätzen Sinn und Bedeutung zu geben, benötigt es einen eigenen, individuellen Rhythmus, zum Beispiel in der Sprachmelodie.

**Bewegungsfluss:** Vom einzelnen Buchstaben zu einem zusammenhängenden Fluss von Silben und Wörtern, um fließend und Sinn erfassend schreiben, lesen und vorlesen zu können.

*Beispiel: Der Schüler soll eine liegende Acht zeichnen. Er legt das Papier statt quer, hoch vor sich hin, was ihm unmöglich macht, die liegende Acht über das gesamte Papier zu zeichnen. Er unterbricht immer wieder den Zeichenfluss und muss den Stift mehrmals neu ansetzen. Wir können somit annehmen, dass es ein Problem beim "Überqueren der Mittellinie" gibt. Der Daumen wird sehr steif gehalten, was ein mögliches Zeichen für die Verwendung der "falschen" Hand sein kann.*



**Bewegungstempo:** Von anfänglich geringem Tempo steigert sich die Lese-, Schreib- und Rechengeschwindigkeit in einen Fluss hinein.

**Bewegungspräzision:** Jedes Wort in einem Satz steht in der Zeile und nicht in einer Unordnung und ist für uns selbst und auch Außenstehende gut lesbar. Das Prinzip einer Ordnung und Orientierung werden erkennbar.

**Bewegungskonstanz:** Die Größe und Weite der Buchstaben und Zahlen werden mit zunehmender Reife immer mehr konstant. Das dient wiederum einem Ordnungsprinzip, um konstante Formen zu erschaffen und zu erhalten. Ursprünglich überschießende Korrekturen, die wackelige Schriftbilder ergeben, werden immer adäquater und kleinräumiger, die Bewegungen damit insgesamt runder und ausgeglichener.

Speziell bei männlichen Schülern am Beginn ihres Schreiben Lernens stellt der oft hinterher hinkende Entwicklungsstand der Feinmotorik eine große Hürde dar. Im Gegensatz zu vielen Mädchen dieses Alters, bei denen die feinmotorischen Fähigkeiten früher entwickelt sind, versuchen männliche Wesen in diesem Alter vermehrt über ihre besser entwickelte Grobmotorik zu schreiben. Nicht eine Bewegung aus den Fingern und Handgelenken sondern vermehrt aus den Armen und Schultern wird als Weg zum Ziel eingesetzt. Ein schwieriger Weg sicherlich, in der Verbindung der beiden Qualitäten Bewegungsumfang und Bewegungsstärke, für solch feinste und kleine Bewegungen, da die Bewegungen aus den großen Gelenken der oberen Extremität nicht so fein koordiniert werden können wie bei ausreichendem feinmotorischen Entwicklungsstand aus Handgelenk und Fingergelenken.

**Bewegungsumfang:** Gerade bei Schülern männlichen Geschlechts stellt der oft mangelnde Entwicklungsstand der Feinmotorik auch bei diesem koordinativen Merkmal ein Problem dar. Die ab der ersten Schulstufe geforderte Schriftgröße ist manchen männlichen Schülern, die zwar grobmotorisch gut, aber noch nicht ausreichend feinmotorisch entwickelt sind, viel zu einengend.

**Bewegungsstärke:** Das betrifft die Abwägung der Kraft, die beim Schreiben und Halten des Bleistifts angewendet werden soll, um ein gutes lesbares Ergebnis zu erhalten. In der Entwicklung zu einem adäquaten Krafteinsatz sehen wir bei Schülern beim Schreiben Lernen oft einen zu hohen, dann immer geringeren Krafteinsatz. Manchmal hat der Beobachter, der einem Kind beim Schreiben zuschaut das Gefühl, dass Schreiben mit zu viel Druck der beteiligten Finger auf den Stift passiert, was eine lockere, leichte Bewegung blockiert.

**Bewegungskopplung:** Wie leicht ist die Richtungsänderung in den Bewegungen, möglich, wie weit ein Aneinanderreihen von Buchstaben und Silben zu zusammenhängenden Wortgebilden? Mit fortlaufender Entwicklung werden immer mehr „Ganzteile“, wie etwa zusammengehörende Silben als Ganzes wahrgenommen.

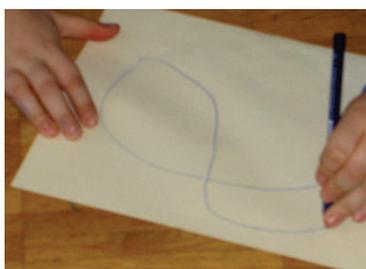
**Bewegungsgedächtnis:** Das Bewegungsgedächtnis ist die Voraussetzung dafür, verschiedenste Bewegungsmuster entwickeln und abspeichern zu können und daran gekoppelt, die Fähigkeit sie nach Aufgabe aus der Erinnerung, abrufen zu können. Die Zusammenarbeit mit der Qualität der Bewegungskopplung können dann ganze Teile in einer konstanten Weise, wie aus dem „Speicher“ und wie es scheint, vorgefertigt, reproduziert werden.

### Die Entwicklungsphasen beim Lesen- und Schreibenlernen

In der ersten Phase des Lesen Lernens führt der über die Zeile gleitende Zeigefinger die Augen über Buchstaben und Wörter. Jeder Buchstabe wird einzeln wahrgenommen. Von da an besteht die Aufgabe darin, immer mehr ohne dieses Hilfsmittel auszukommen und die Augen allein über die Zeilen gleiten zu lassen. Das Kind lernt immer mehr ganze Wörter zu erfassen und nicht mehr nur einzelne Buchstaben zu lesen.

Dafür benötigt es mehr und mehr den Aufbau innerer Bilder für gesamte Silben und Worte, darüber hinaus auch die Erstellung räumlicher Schemata im Gehirn für den Aufbau eines Zahlenraumes und Zahlenverständnisses.

In den Zeichnungen der Liegenden Acht in den Schulprojekten wurde immer wieder das Problem sichtbar, dass schulreif eingestufte Schüler, auch nach mehr als einem halben Jahr Schule nicht imstande waren, Achterschleifen zu zeichnen. Das lässt darauf schließen, dass diese Bewegung innerlich noch nicht im Bewegungsgedächtnis verankert war, sich noch nicht ins Gehirn geschrieben hatte. Oftmals ist zu beobachten, dass es zwar möglich ist, wenige Male in Folge Achterschleifen zu zeichnen aber nicht mehrmals hintereinander in der gleichen Qualität und Konstanz. Die noch nicht gespeicherte Bewegungsfolge geht immer wieder verloren und muss immer wieder neu aufgebaut werden.



Beispiel:

**„Negative Übertragung“** bei der Veränderung der Richtungen der Kurven. Sobald beim Zeichnen die Rechtskurve erwartet wird stellt sich eine Blockade ein, die es nicht möglich macht, eine weite Kurve nach links zu zeichnen.



Beispiel:

Die liegende Acht mit der **„falschen“ Hand** und bei geschlossenen Augen gezeichnet, zeigt auf, in welchem Entwicklungsstatus sich das Kind beim Zeichnen/Schreiben befindet und wie sich der Bewegungsablauf in der geistigen Vorstellung des Kindes aussieht.

### Lernstile/Lernkanäle: Visuell – Auditiv – Kinästhetisch

Liegende Achten weisen die unterschiedlichsten Formen aus. Sie sind bauchiger oder schlanker gezogen, symmetrisch oder asymmetrisch in der horizontalen bzw. vertikalen Achse.

Je nach Form einer gezeichneten liegenden Acht lassen sich Rückschlüsse auf den (momentan) aktivsten Sinneskanal schließen:

Gemäß den Augenzugangshinweisen aus dem Neurolinguistischen Programmieren sind wir bei einem - meist unbewussten

- **Blick mit den Augen nach oben** im **visuellen** Sinneskanal,
- **bei einem Blick in der Horizontalen nach links oder rechts** im **auditiven** und
- **bei einer Blickrichtung unterhalb der Horizontalen** im **kinästhetischen** Sinnessystem.

- Ein **Kreuzungspunkt der Acht unter der gedachten Mittellinie** spricht für einen momentan aktiven **visuellen** Lernkanal,

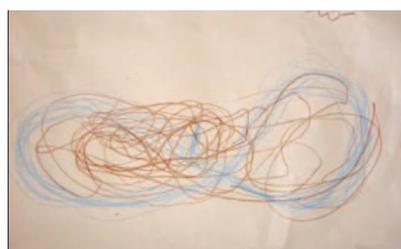
- eine **ausgewogene symmetrische Form** weist auf einen bevorzugten **auditiven** hin und

- **ausgeprägte „Bäuche“ nach unten mit einem Überkreuzung oberhalb der symmetrischen Linie** lässt auf einen **kinästhetischen** Lernstil vermuten.



Beispiel:

kinästhetischer Lernstil



Beispiel:

Blauer Stift: Die liegende Acht wird mit offenen Augen in einem visuellen Lernkanal gezeichnet.

Brauner Stift: Die liegende Acht wird mit geschlossenen Augen gezeichnet. Das visuelle Wahrnehmungssystem ist somit nicht mehr in der Lage,

das Zeichnen zu kontrollieren. Es ist offensichtlich besonders die räumliche Vorstellung noch nicht ausreichend im Gedächtnis verankert: Blockiert sind das Überqueren der Mittellinie, das gemeinsame Arbeiten der beiden Gehirnhälften und beiden Körperseiten sowie die Vorstellungskraft eines „inneren Bildes“ und des richtigen Bewegungsablaufes.

Damit liegt auch der Schluss nahe, dass bei unterschiedlich ausgeprägter Form der Liegenden Acht die Wahrnehmung bevorzugt über einen bestimmten Sinneskanal passiert. Von der Aufnahme des momentanen Lernkanals hin zum generell bevorzugten ist dann vielleicht nur ein kurzer Schritt.

### Breaking the brain ...

In einem meiner Schulprojekte zeichnen die Schüler spielerisch auf einem Blatt Papier mit einem Stift fortwährend liegende Achten wie bei einem Autorennen. An der Handhaltung und an der

Stellung der Finger, die den Zeichenstift halten, bekommt man als Beobachter oft den Eindruck davon, ob es sich bei der Hand, mit der der Schüler zeichnet, die von Natur aus angelegte Schreibhand handelt. Vereinfacht gesagt: Das „expressive“, das primär für das Schreiben und damit den Ausdruck zuständige Gehirn ist in diesem Fall auf der gegenüberliegenden Kopfseite lokalisiert. Oder aber wir finden eine kompensierte Handhaltung vor, wie sie oft bei angelegten Linkshändern, die mit der „falschen“ rechten Hand schreiben. In diesem Fall befindet sich das expressive Gehirn auf derselben Kopfseite wie die Schreibhand. In diesem Fall finden wir entweder eine Hakenhand (invertiert im Handgelenk) oder einen im Grundgelenk über streckten, steif gehaltenen Daumen an der Schreibhand.

In der Vergangenheit wurden vor allem Linkshänder auf die „richtige“ – rechte – Hand umgelernt, was nicht zu Unrecht im englischsprachigen Raum als „Breaking the Brain“, als Vergewaltigung des Gehirns bezeichnet wird.

Da wir im Überkreuzmuster angelegt sind, muss in diesem Fall der sprachliche Ausdruck beim Schreiben über den Umweg rechte Hirnhälfte – Corpus callosum – linke Hirnhälfte – rechte Hand nehmen. Man kann sich vorstellen, dass das in einer Situation, wo sich der Schüler im Stressmodus befindet, oft schwierig ist, die Verbindung zwischen linker und rechter Hirnhälfte aufrecht zu erhalten ist. Je tiefer sich der Schüler in die Stresssituation verstrickt, desto schwieriger wird es, das Potenzial des Ausdrucks und das Verstehen des Gelesenen bzw. des Zahlenraumes auch zu leben ...

Die liegende Acht stellt eine unendliche Geschichte in der Erhöhung der Fähigkeiten des Menschen dar, in den Fluss des Lebens zu kommen und zu bleiben. So wie Werkzeuge aus vielen anderen Bereichen wurde sie nicht von ungefähr in die kinesiologische Arbeit als Technik bzw. Übung geholt, um ihre Kraft zu entfalten. Wir erfahren in der täglichen Praxis ihre Qualität.

*Let's get in contact with it ...*

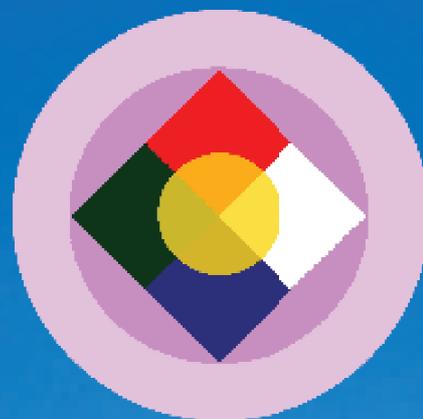
#### Literaturangaben

- Bandler, R.: neue Wege in der Kurzzeittherapie (Junfermann 2007)  
 Birkenbihl, V. F.: Jungen und Mädchen: wie sie lernen (Knaur 2005)  
 Buchner, Ch.: Brain Gym & Co. Kinderleicht ans Kind gebracht (VAK 1997)  
 Dennison, P.: Befreite Bahnen (VAK 1984)  
 Dennison, P.: Brain Gym Lehrerhandbuch (VAK 1995)  
 Dennison, P.: Optimale Gehirn Organisation Manual zu Kurs (VAK 2006)  
 Dillinger, Ch.: Gehirn-Körper – Spiele (unveröffentlichtes Manual zum Schulprojekt lernen mit AHA-Effekt)  
 Dornes, M.: Die frühe Kindheit Entwicklungspsychologie der ersten Lebensjahre (Fischer 2009)  
 Hannaford, C.: Mit Auge und Ohr mit Hand und Fuss (VAK 1998)  
 Kiphard, E. J.: Bewegungs- und Koordinationsschwächen im Grundschulalter (Hofmann 1982.)  
 Kiphard, E. J.: Motopädagogik Band 1 (Verlag Modernes Lernen 1979)  
 Kiphard, E. J.: Motoztherapie 1 und 2 (Verlag Modernes Lernen 1983)  
 Leuner H.: Lehrbuch Katathym Imaginative Psychotherapie (Huber 2012)  
 Meinel, K.: (Volk und Wissen 1977)  
 Thie, J. F., Thie, M.: Touch for Health (VAK 2006)  
 Wilson, F. R.: Die Hand – Geniestreich der Evolution (rororo 1998)



**Mag. Christian Dillinger**  
 Brain Gym® Faculty  
 Begründer der Integrierten  
 Wahrnehmungs-Kinesiologie

Kontakt:  
 Laimburggasse 3/2, 8010 Graz  
 Tel.: 0676 523 72 65  
 E-Mail: info@movinginstitut.at  
 www.movinginstitut.at



# WIENER SCHULE FÜR KINESIOLOGIE

Ausbildungen nach Maß



kompakt • individuell

## Diplomausbildung Kinesiologie

Touch for Health  
 Brain Gym® • Hyperton-X

**Start Sommersemester:**  
**5. März 2016 • Wien**  
 11 Module berufsbegleitend

*Das Diplom der Wiener Schule ist zu 100%  
 vom Österreichischen Berufsverband für  
 Kinesiologie anerkannt.*

#### Infoabend:

**27. Jänner 2016 • 18.00 Uhr**  
**1140 Wien, Sampogasse 1**

Information & Anmeldung:  
 Mag. Sabine Seiter  
 Tel.: 0676 507 37 70  
 info@kinesiologieschule.at

**www.kinesiologieschule.at**