

durch ein Loch in einem Blatt Papier mit dem linken Auge nichts sehen kann, wohl aber mit ihrem rechten. „Dein rechtes Auge ist Dein Chefauge“, erklärt die Visualtrainerin. „Jeder Mensch hat ein dominantes Auge, das sagt, wo es lang geht. Mit dem Blick durch eine kleine Öffnung kann man leicht bestimmen, welches Deiner Augen der Chef ist – nämlich das, mit dem Du das anvisierte Ziel sehen kannst.“

und Studenten ist der Test bei Lern- und Wahrnehmungsschwierigkeiten sinnvoll. Auch Personen, die täglich lange am Bildschirm arbeiten, empfehle ich den Test.“ Fehlentwicklungen beim ursprünglichen Sehen-Lernen oder eingeschlichene falsche Sehgewohnheiten können durch gezieltes Visualtraining vermindert oder auch ganz behoben werden.

Birgit Meyer empfiehlt: „Eine dauerhafte Verbesserung ist mit täglichen Übungen von zirka zwanzig Minuten über einen Zeitraum von sechs bis zwölf Monaten zu erreichen. Alle vierzehn Tage verändern wir den Schwierigkeitsgrad je nach bisherigem Trainingserfolg. Durchschnittlich sind zehn gemeinsame Übungsstunden angezeigt.“ Sie betont: „Visualtraining ist keine Zauberei zur Beseitigung von Fehlsichtigkeiten, sondern ein durchaus mit viel Mühe und Geduld verbundenes Üben verschiedener Funktionen und Verändern des Sehverhaltens.“

Still mit geschlossenen Beinen und Augen stehen, Zahlen auf Zeit vorlesen, Lichttest, beidhändig Linien auf einem Blatt Papier ziehen oder bestimmte Blickfolgen einhalten, für Maresi „babyeierleicht“ und mehr Spiel und Spaß als Ernst. Das ist vor allem der geduldigen und fröhlichen Art von Birgit Meyer zu verdanken.

Durch diese spielerischen Tests werden unter anderem das Zusammenspiel der Augen sowie die Koordination und deren genaue Ausrichtung überprüft, die Nah- und Fernscharfstellung in Qualität und Ausdauer gemessen und das visuelle Gedächtnis sowie die visuelle Reaktionsgeschwindigkeit ermittelt. Das Ergebnis bei Maresi: keine Auffälligkeiten in der Sehfunktion.

Visualtraining – Übung für die Augen

„Grundsätzlich ist ein Visualtest für alle sinnvoll, die das Gefühl haben, dass mit ihrem Sehen etwas nicht stimmt“, sagt Visualtrainerin Birgit Meyer. „Für Kinder, Jugendliche



Bei Interesse wenden Sie sich an Birgit Meyer:



BRILLEN AUS BARDOWICK
PIEPERSTRASSE 13 UND 22B
21357 BARDOWICK
0 41 31 - 129 269
info@brillen-aus-bardowick.de

Schlüsselfragen, die auf visuelle Wahrnehmungsstörungen hinweisen:

- Malt/bastelt Ihr Kind ungerne?
- Mag es keine Bücher anschauen?
- Stößt sich oder stolpert Ihr Kind häufig?
- Spielt Ihr Kind nicht gern Ball?
- Rutscht ein Auge öfter weg?
- Vermeidet Ihr Kind häufig Blickkontakt?
- Reibt es sich oft die Augen oder jucken sie?
- Hat Ihr Kind eine verdrehte Haltung beim Malen/Schreiben?
- Liegt ungleiches Sehen rechts/links vor?

