

## **Inhaltsverzeichnis**

### **Vorwort für Eltern und Lehrer**

#### **Die Geschichte von Tim**

Tims Nervenbahnen werden befreit  
Integration der Seitigkeit nach Dennison  
Lesen über die Mittellinie des Körpers  
Schreiben und Liegende Achten  
Überkreuzen der Mittellinie für das Hören und für das Gedächtnis  
Überkreuzen der Mittellinie bei Stress  
Positive Sprache

#### **Leitfaden für Eltern und Pädagogen**

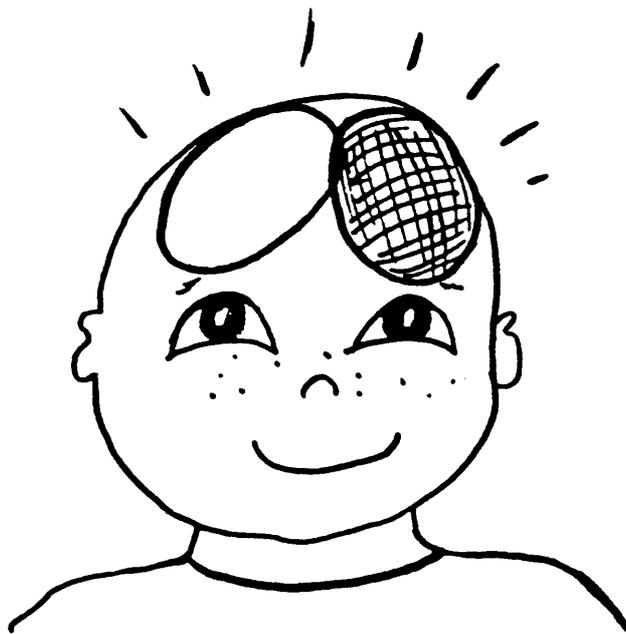
Warum EK funktioniert  
„Angeschaltet sein“ oder „abgeschaltet sein“?  
Die Blockierung der Mittellinie  
Sichtweisen von Kindern, die „einseitig“ denken  
Sichtweisen von Kindern, die „integriert“ denken  
Sichtweisen von Eltern und Pädagogen, die „einseitig“ denken  
Sichtweisen von Eltern und Pädagogen, die „integriert“ denken

#### **Methoden aus dem BRAIN-GYM<sup>®</sup>-Kurs:**

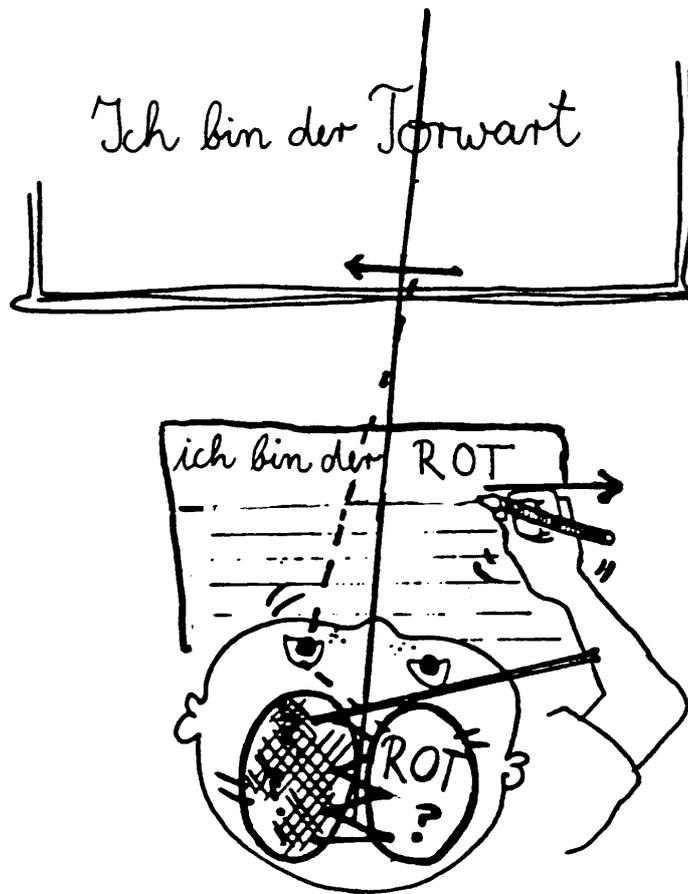
Die Kunst des Muskeltestens  
Die Lateralitätsbahnung nach Dennison  
Die Liegende Acht  
Die Positiven Punkte  
Die Cook-Methode  
EK bei spezifischen Lernproblemen  
EK mit einer Gruppe

#### **Begriffe, wie sie in EK häufig verwendet werden**

#### **Über die Autoren**



Guten Tag, ich bin Tim.  
Ich hatte immer Schwierig-  
keiten beim Lernen, egal wie  
sehr ich mich angestrengt habe.  
Dann traf ich Eddie. Er brachte  
mir EK bei. EK kann jedem  
helfen, Besser zu lernen.



## *Timms Nervenbahnen werden befreit*

*Das war ich in der Schule.  
Ich war immer durcheinander.  
Oft gingen meine Augen in die  
eine und meine Hand in die  
andere Richtung, ohne dass ich  
es überhaupt gemerkt habe!  
Wenn ich solche Fehler machte,  
fühlte ich mich dumm. Meine beiden  
Gehirnhälften arbeiteten einfach  
nicht zusammen. Ich konnte ent-  
weder nur die eine oder die andere  
benutzen.*

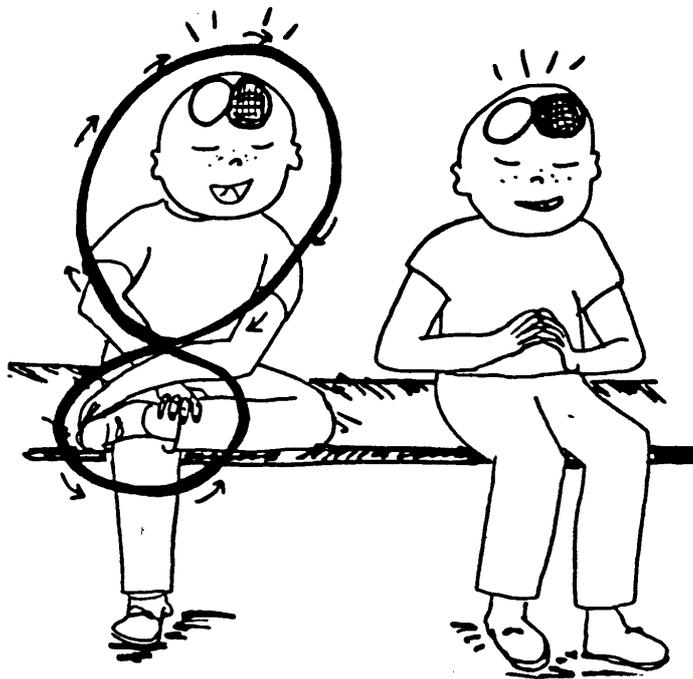
*Eines Tages kam ein neuer Lehrer  
in unsere Schule. Er hieß Eddie.*

*Er sagte, er würde mit mir EK  
machen. Eddie sagte, das würde mir  
beim Lesen und Lernen helfen.*



### *Gehirnknöpfe*

*Bevor Eddie meine Muskeln  
Aestete, bat er mich, meine Gehirn-  
knöpfe zu reiben. Sie liegen unter  
den Schlüsselbeinen und am Bauch-  
nabel. Ich fühlte mich wacher!*



*Bevor Eddie mich testete, sollte ich für eine Minute mit meinem Körper in einer 8 sitzen. Dann sollte ich für eine Minute meine Fingerspitzen zusammenhalten. Ich atmete tief durch. Meine Zunge war dabei am Gaumen. Jetzt war ich fit für das Lernen.*