

Teilnehmer- stimmen



Dagmar Barth

Holbeinstraße 14
68163 Mannheim
Tel.: +49 621 413363
Mobil: +49 160 6841246
E-Mail: dagmar.barth@t-online.de
www.barth-gehirngymnastik.de



**von
Erwachsenen**

X ∞

Auf jeden Fall sehr interessant,
die Menge ist bis zum Schluss geblieben.

Ich will durch diesen Kurs etwas für
mich ändern. Tagesstruktur, Konsequenz
Abnehmen. Ich werde üben und mich
gerne an diesen Kurs erinnern.

Vielen Dank an eine wunderbare Frau Zath.

Birgit Rehder-Metzen



Diplom-Psychologin
Prozessorientierte
Lerntherapie und Diagnostik
Tel.: 06202 / 923770
b.rehder@yahoo.de

B. Rehder-Metzen Lerntherapie
Hirschbrunnenweg 78b 68723 Schwetzingen

20.3.2013

Liebe Frau Barth,

ich möchte Ihnen noch einmal herzlich danken für Ihren überaus informativen und praxisnahen Einführungskurs in Brain-Gym.

Die klare Beschreibung der Anwendungsmöglichkeiten und die intensiven Übungsphasen haben es mir ermöglicht, etliche der Übungen direkt in meinen Tagesablauf einzubauen, was zum Beispiel zu einem für mich deutlichen Abbau von Müdigkeitsphasen und – bei entsprechenden Gelegenheiten – zu schnellerer Entspannung führt.

Auch bei meiner Arbeit mit an Teilleistungsstörungen leidenden Kindern sind die Übungen sehr effektiv: ich verwende die Übungen inzwischen regelmäßig zur Steigerung der Konzentrationsfähigkeit und zur Aktivierung. Das funktioniert sehr gut. Mehrfach konnte ich z.B. bei legasthenen Schülern eine sofortige Verbesserung der Leseleistung in der Förderstunde feststellen.

Viel Erfolg auch weiterhin bei ihrer Arbeit

Mit freundlichen Grüßen

B. Rehder-Metzen

Brain Gym

MAA

Mai 2011

Die Informationen über die Hirnfunktionen waren sehr interessant. Die Angewandte Kinesiologie und die Übungen haben mir geholfen mit besserer Konzentrationsfähigkeit und Entspannung der Muskeln im Nacken- und Schulbereich, dadurch habe ich weniger Schmerzen. Insgesamt: Sehr gut.

lw

Für mich waren die
3 x 2 Nachmittagsstunden eine
Bereicherung in jeder Hinsicht.
Die Zeit ging viel zu schnell
vorüber, war erfrischend,
die Bewegungen taten gut und
der Kopf musste auch mitdenken.
Frau Barth in ihrer erfrischenden
und fröhlichen Art hat die
Gehirngymnastik gut herüber-
gebracht.

Ich werde Frau Barth ^{gerne} weiter-
empfehlen und ich werde mich
bemühen, die Übungen konsequent
anzuwenden. Sie taten gut!

Ich möchte Frau Barth einfach
nur ein herzliches DANKESTICH
sagen, für

- das gut aufbereitete Übungsheft
- die Übungen, die immer wieder
wiederholt worden sind
- die praktischen Übungen, die
auch der ganzen Familie (groß & klein)
Spaß gemacht haben und nützlich
sind
- die Materialien zur Ansicht

Eine Kursleiterin, die sich auf dem
Gebiet gut auskennt und weiß wovon
sie spricht. Weiterhin viel Erfolg
und Freude bei Ihrer Arbeit!

Sabine S. —

~~15.07.2019~~ 15.07.2019

Auf Grund eines Burn-outs vor 2 Jahren, sind meine kognitiven Leistungen herabgesetzt.

Auch ^{mit} Stresssituationen konnte ich nicht wie früher umgehen. Ich war schnell gereizt, innerlich unruhig und angespannt.

Schon nach der 1. Woche flüssiges üben, konnte ich mir Namen besser merken, bzw auch an Namen besser erinnern. Das war eine erstaunliche Erfahrung für mich.

Ich bin auch ruhiger, gelassener geworden.

In stressigen Situationen bewahre ich einen ruhigen Kopf.

Ich bin sehr froh diese Methode erlernt zu haben.

Ich danke Fr. Barth für den tollen Kurs.

**von der
älteren
Generaton**

X ∞

Rückmeldung Brain - Gym,

Ich habe den Eindruck gewonnen,
daß mir diese Gymnastik sehr
gut tut,

meine Herz-Rhythmus-Störungen
sind seltener geworden,

Ich freue mich, daß ich diesen
Kurs bei Ihnen - sehr, sehr nett,
erfahren dürfte.

Der Brain-Gym-Kurs am
13.04. | 20.04. und 27.04.2016

war sehr gut -

ich habe viele Übungen kennen-
gelernt, die für mich hilfreich
sind, um mein immer schwächer
werdendes Gedächtnis aktiv zu
halten.

Ich möchte die Übungen
auch weiterhin machen -
hoffe mir, daß ich dieses Vorhaben
auch durchführe - - -

Die Erklärungen in. Hinweise
von Frau Barth waren
sehr gut.

Brain-Gym-Kurs 2012 in Heidelberg

Frau Barth hat uns Teilnehmer in einer abwechslungsreichen Weise nahegebracht, wie wir unser wertvolles Körperorgan - das Gehirn - anregen können, um besser und effektiver zu arbeiten. Mir persönlich haben die praktischen Übungen bzw. Bewegungen besonders gefallen. Ich habe eine Übung in meine Morgen-toilette übernommen. Die Zusammenstellung des Heftes finde ich übersichtlich und gut gegliedert, man kann sich schnell informieren und tätig werden. Die „Kopfarbeit“ wirkt anregend und war für mich erfolgreich.

Alles Gute für Frau Barth
Note: 1

12.12.2017

Liebe Frau Barth,

habe mit sehr viel Spaß an Ihrem BrainGymkurs teil genommen.

Habe das hauptsächlich für meine Enkel gemacht da es viel Spaß macht die Übungen zu machen, wobei ich gemerkt habe das der Kurs auch mich viel bringt, das einschlafen klappt viel besser und auch die Konzentration hat sich bei uns beiden gebessert!
Wir werden weiterhin üben und dabei öfters an Sie denken!

Vielen Dank und viel Erfolg weiterhin!!

Liebe Grüße

**von
Schülern**

X ∞

Liebe Frau Barth

Durch ihre Übungen habe
ich mich in vielen Fächern
verbessert :

Latein von 4 auf 1-2

English von 2-3 auf 2⁺

Mathe von 5⁺ auf 1

Erkunde von 3⁺ auf 1

Geschichte von 2⁻ auf 2⁺

Vielen, Vielen Dank, dass sie
mir so gut geholfen haben.

Der wichtigste Tipp war :

Jeden Tag 1,5 Liter Wasser am
Tag trinken. Dadurch war mein
Kopf wieder wach und ich konnte
mich besser konzentrieren ♡

Durch die Übung Nr. 27
der Gorilla war ich ein fröhlicheres
Kind. Auch in Stress Situationen
konnte ich die Dinge ruhig erledigen
Mathe meine Schwäche wurde zu
meiner Stärke. ♡

Vielen lieben Dank

Mein Sohn Sascha hat
letzte Woche während
dem Schreiben einer Arbeit
die Konzentrationsübungen
angewandt. Das Ergebnis
der Note war eine 1!
Wir waren sehr positiv
überrascht, denn sonst
hatte Sascha bei den
Arbeiten immer im
Durchschnitt eine 4,5.

Sascha ~~Schön~~, 8. Klasse

David K. I got a feeling!

Mathe $\rightarrow 6 \rightarrow 4,5$

Latein $\rightarrow 5/6 \rightarrow 2-$

Physik $\rightarrow 4^+ \rightarrow 3$

Obwohl meine letzte Mathearbeit nicht gut war, habe ich bemerkt, dass ich während dieser Arbeit ruhiger und deshalb auch etwas konzentrierter handeln konnte.

In MNT habe ich eine 2- geschrieben
der durchschnitt lag bei 4,6.
alle anderen waren nicht so gut die meisten
haben 5 und sogar 6 nur wenige haben 4+ oder
50.

Und ich habe mal eine Mahte arbeit geschrieben
habe die Übung Nr. 8 ausprobiert
und wir sind alle Vorzeichen wieder so gewusst
so das ich eine 1,0 geschrieben hab.

Mathe von 4 auf 3

Latein von 5-6 auf 3-

Englisch von 5- auf 3-4

Ich denke nicht mehr so negativ wie früher.

Ich arbeite konzentrierter und effektiver,

Nach den Brain-Gym Übungen viel mir das
Lernen leichter außerdem wurden meine Noten
besser durch das ständige wiederholen.
Es machte mir viel Spaß :)

Janina Frank

In Geschichte wo ich sonst nicht so gut bin
bekam ich eine 1,5 und wurde damit zur Klassenbeste

Bericht zu Veränderungen durch Brain Gym bei Caroline

Bei Caroline zeigten sich über die Schuljahre mehr und mehr Schwierigkeiten in der Bewältigung der geforderten Aufgaben. Sie hatte Probleme mit der Rechtschreibung (insbes. Lautverdopplungen und Dehnungen) als auch in der Mathematik, hier lagen die Schwächen in der Erfassung von Zahlenräumen und Sinnzusammenhängen. Für uns war das anfangs nicht ganz nachvollziehbar, da wir Caroline im häuslichen Umfeld wesentlich aufgeweckter erlebten. Da auch schulische Fördergruppen nicht wirklich halfen, nahmen wir an, daß bei Caroline eine Rechtschreibschwäche sowie eine Veranlagung zu Dyskalkulie vorliegen könnten und beschlossen, Caroline privat intensiver diesbezüglich zu betreuen. Leider brachte auch diese gezieltere Betreuung nicht die gewünschten Erfolge, im Gegenteil, Caroline verhielt sich zurückhaltender im Unterricht und hatte immer weniger Offenheit, sich auf die Dinge einzulassen. Vor Klassenarbeiten entwickelte sie zunehmend Bauchschmerzen und Kopfweh.

Ich suchte nach anderen Wegen und begegnete den Brain Gym Übungen über ein Buch. Ich probierte, sie in die Lernbetreuung einzuarbeiten, merkte schnell, daß die Übungen wertvoll sein könnten, ich aber mehr Informationen zur Ausführung benötigte. So sind wir mit Frau Barth in Kontakt gekommen. Caroline war von Anfang an ganz neugierig auf die Methode und konnte die erste Stunde kaum abwarten. Es ist erstaunlich zu sehen, wie schnell Carolines Verhalten sich durch die Übungen veränderte. Zuerst stellten wir fest, daß sie sich spontan wieder vermehrt Tätigkeiten wie Malen und Basteln widmete, Dinge, die sie vorher von sich aus immer gerne getan hatte. Wir bemerken eine neue Frische und Leichtigkeit am und beim Lernen, Hausaufgaben werden ohne größere Widerstände in kürzerer Zeit erledigt. Das bedeutet einen Zugewinn an Zeit, in der sie sich anderen Dingen widmen kann. Caroline erfährt eine Selbstbestätigung, daß sie sich leichter auf Klassenarbeiten einlassen kann, die Noten sich verbessert und auf ein kontinuierliches Niveau eingependelt haben. Dieses gestärkte Selbstbewußtsein zeigt sich sowohl in einer aktiveren Mitarbeit im Unterricht als auch in einem emanzipierteren Verhalten im Freundes- und Familienkreis. Wir haben endlich einmal das Gefühl, daß der Leistungsstand von Caroline dem ihres Intellekts entspricht und das bringt viel Entspannung und Entlastung mit sich. Zur Zeit hält sich noch eine ungebrochene Begeisterung, die Übungen zu machen, da verinnerlicht wurde, daß die Veränderungen mit den Übungen zusammenhängen; wobei uns auch klar ist, daß es gilt, diese Motivation über einen langen Zeitraum aufrecht zu erhalten. Dies mag vielleicht gelingen, wenn wir selber motiviert sind, diese Übungen regelmäßig zu machen. Zur Zeit jedenfalls probieren wir die Wirkung der Übungen, angesteckt durch Carolines Begeisterung, an uns selber aus!