



Das Tuning Board


und der Ausgleich zwischen rechter und linker Gehirnhälfte


Mit Dr. Darrell Sanchez*, (USA)



Das menschliche Gehirn scheint auf den ersten Blick vollkommen symmetrisch zu sein. Das reicht aus, um uns denken zu lassen, dass die Funktionsweise des Gehirns ebenfalls symmetrisch ist, auch wenn allgemein bekannt ist, dass die Gehirnhälften nicht unbedingt gleichmässig in ihren neuronalen Aufgaben festgelegt sind. Zum Beispiel haben wir beim Hören und Sehen eher eine dominante Seite, genauso wie bei der Rechts- oder Linkshändigkeit. Es ist nicht ungewöhnlich, dass ein Auge besser sieht als das andere oder dass ein Ohr besser hört als das andere. Mit dem Tuning Board können wir lernen, beiden Seiten gleichermassen Aufmerksamkeit zu schenken, sie stärker zu vernetzen und dadurch unsere neurologische Gesundheit zu stärken.

Das Tuning Board stimuliert den Hirnstamm durch initiierte Bewegungen.

 Nicht nur die Links- oder Rechts-Händigkeit kann die Asymmetrie der Hirnfunktion beeinflussen. Auch Lebenserfahrungen, wie z. B. ein körperliches oder emotionales Trauma können links und rechts die neuronale Funktion beeinflussen. Die Auswirkungen eines Traumas sind selten, wenn überhaupt, symmetrisch. **Die Schädigung von Gehirn- und Organewebe oder eine Dissoziation aufgrund traumatischer Beziehungen können die Funktionsfähigkeit des Gehirns mehr oder minder stark beeinträchtigen.**

 Die linke Gehirnhälfte enthält die Zentren, die mehr mit dem Erlernen von Sprache, dem Verstehen und dem Verbalisieren zu tun haben, während die rechte Gehirnhälfte eher mit dem Gleichgewicht und der Propriozeption zu tun hat. **Die linke Gehirnhälfte ist der verbale Kommunikator, während die rechte Gehirnhälfte der nonverbale Kommunikator ist.** Schwierigkeiten mit der rechten Gehirnhälfte können sich in Problemen beim Verstehen von Emotionen und bei der Kreativität äussern, während Schwierigkeiten mit

DATUM:

30. - 31. Mai 2026
(Samstag und Sonntag)

KURSZEITEN:

Jeweils von
10.00 – 13.00 und
14.30 – 17.30 Uhr

ORT:

Zentrum für Innere Ökologie,
Freischützgasse 1
8004 Zürich

KOSTEN: CHF 520.–

SPRACHE:

Englisch mit Übersetzung
ins Deutsche

BEDINGUNGEN:

Vorherige Teilnahme an
einem Basis-Kurs mit
Darrell Sanchez

KURSBEDINGUNGEN:

Die schriftliche Anmeldung mit hintenstehendem Talon ist verbindlich. Bei einem Rücktritt bis 21 Tage vor Kursbeginn werden Fr.100.- an Bearbeitungsgebühren fällig. Bei Abmeldung weniger als 21 Tage vor Kursbeginn müssen die ganzen Kurskosten bezahlt werden. Dies gilt auch im Krankheitsfall. Versicherung ist Sache der Teilnehmenden. Wir empfehlen eine Annullierungskosten-Versicherung.

der linken Gehirnhälfte sich in Problemen beim Verstehen von Sprache und beim Ausdruck zeigen können. Die Stärken der rechten Gehirnhälfte können sich darin zeigen, dass sie in der Lage ist, das Gesamtbild der Welt zu sehen, während sich die Stärken der linken Gehirnhälfte darin zeigen, dass sie eher in der Lage ist, Details zu erkennen.

Die Auswirkungen eines Traumas sind selten, wenn überhaupt, symmetrisch.

☞ Prof. Stephen Porges schreibt in seinem Buch die „Polyvagale Theorie“: *„Die Polyvagal-Theorie sagt voraus, dass, sobald die kortikale Regulierung der Hirnstammstrukturen, die am sozialen Engagement beteiligt sind, aktiviert ist, soziales Verhalten und Kommunikation spontan als natürliche emergente Eigenschaften des biologischen Systems auftreten werden. Diese Intervention ‚stimuliert‘ und ‚trainiert‘ die neuronalen Bahnen, die am Zuhören beteiligt sind, und stimuliert gleichzeitig die Funktion anderer Aspekte des Systems des sozialen Engagements.“*

☞ Robert Melillo („Disconnected Kids“) erklärt uns, dass die elektrischen Impulse zwischen den beiden Gehirnhälften aus dem Gleichgewicht geraten, wenn die rechte und die linke Gehirnhälfte nicht in gleichem Masse reifen und nicht miteinander kommunizieren, was zu einer

funktionellen Unterbrechung führt. Er sagt, dass die rechte und die linke Gehirnhälfte in Harmonie arbeiten müssen, damit das Gehirn normal funktioniert, und führt aus, dass eine der Säulen seines Programms sensomotorische, integrative Übungen zum Ausgleich des Gehirns sind.

☞ Das Tuning Board ist ein Werkzeug, das den Hirnstamm durch Bewegung stimuliert und ihm die Möglichkeit gibt, sensomotorische Stimulation und Integration auf der Mikro- und der grösseren Ebene zu üben. Mit dem Tuning Board werden wir die Ausdrucksweisen beobachten, die aus diesem Prozess hervorgehen, und diejenigen identifizieren, die mit der linken und rechten Gehirnhälfte und ihren integrativen Funktionen zusammenhängen. **So können wir lernen, Ungleichgewichte im Gehirn wieder in eine grössere Balance zu bringen.**

** Dr. Darrell Sanchez, der Erfinder der genialen Tuning Boards™, ist Bewegungs- und Psychotherapeut, Rolfer, SE- und Craniosacral Therapeut. Er ist auch professioneller Tänzer und Tanzlehrer. Seit 1974 bewegt er sich im Feld der heilenden Künste als Studierender, Praktizierender, Dozent und Therapeut. Das verbindende Element in dieser Vielseitigkeit ist sein Wunsch, kreative Transformation als Gesamterfahrung für den ganzen Menschen zu ermöglichen. Die kreative Arbeit von Darrell Sanchez wird von SE-Begründer Dr. Peter A. Levine in höchsten Tönen gelobt und empfohlen.*

Anmeldetalon: Ich melde mich gemäss den vorne genannten Bedingungen an für das Seminar **«DAS TUNING BOARD UND DER AUSGLEICH ZWISCHEN RECHTER UND LINKER GEHIRNHÄLFTE»** mit Dr. Darrell Sanchez vom 30. – 31. Mai 2026:

Name..... Vorname.....

Strasse..... PLZ/Ort.....

Beruf..... Telefon.....

E-Mail.....

Ort/Datum..... Unterschrift.....

Anmeldung senden an: Zentrum für Innere Ökologie (ZIO), Freischützgasse 1, 8004 Zürich
Tel. 044 218 80 80 • info@polarity.ch • www.polarity.se