

Augendominanz

Flintenschießen: dreht sich wirklich alles um einen kleinen entscheidenden Punkt?



❖ In der Ausgabe 2/2015 des JAGDmag habe ich bereits über die Notwendigkeit einer korrekten Schaftanpassung (Gun-Fitting) und die Wichtigkeit eines optimalen Schützen-Setup berichtet. Kommen wir nun zu der berühmten Problematik der Augendominanz bzw. der Frage, ob beim Schießen mit der Flinte grundsätzlich beide Augen geöffnet sein müssen? Dreht sich alles wirklich um einen kleinen entscheidenden Punkt?

Diese Frage ist definitiv nicht mit einem einfachen Ja oder Nein zu beantworten, da zu viele Faktoren hierauf Einfluss haben. Verfolgt man die teilweise regen, polarisierenden aber auch amüsanten Diskussionen hierüber, stellt man meistens am Ende als Resultat nur einstimmig fest, dass zumindest nicht beide Augen beim Schießen geschlossen sein sollten. Mit diesem Zwischenergebnis möchte ich es nicht auf sich beruhen lassen.

Als erstes tragen wir daher ein paar Fakten zusammen: Das Schießen mit der Flinte gestaltet sich grundsätzlich anders, als das Schießen mit beispielsweise einer Büchse. In der Regel haben wir es bei der Flinte mit »mobilen« Zielen und bei der Büchse mit eher »statischen« Zielen zu tun. In den meisten Fällen befindet sich auf der Kugelwaffe eine Zieloptik oder zumindest eine Visiereinrichtung, die für ein akribisches und genaues Zielen mit einem Auge konzipiert wurde. Die Flinte hat mit ihrer Laufschiene keine vergleichbare Zieleinrichtung zu bieten, eine Flinte hat in der Regel kein Zielfernrohr mit einem fixen oder variablen Zoom-Faktor. Dies bedeutet also, dass sich der Schuss mit der Flinte an unserer natürlichen Gabe des Sehens und Erkennens orientiert.

Im täglichen Leben haben wir im Normalfall unsere beiden Augen geöffnet. Damit können wir alle Aufgaben meistern und Dinge wie Schreiben und Lesen, Beobachten, Erkennen und Ansprechen erledigen. Dies geschieht reflexartig, ohne dass wir uns Gedanken darüber machen. Für unser Gehirn also ein ganz »nor-

malen Modus«. Was spricht folglich dagegen, auch beim Schießen mit der Flinte beide Augen geöffnet zu lassen?

Erst einmal überhaupt nichts. Denn, schließt man zum Beispiel ein Auge oder verkantet noch zusätzlich den Kopf, funktionieren die einfachsten Dinge plötzlich nicht mehr wie selbstverständlich. Schließen Sie einfach mal ein Auge und versuchen Sie einen Brief mit sauberem Schriftbild mit einem Füllfederhalter zu schreiben. Sie werden, da dies für unser Gehirn kein »normaler Modus« ist, staunen, wie anstrengend und schwierig sich dies gestaltet.

Sind beide Augen geöffnet, ergeben sich keine Einschränkungen im Blickwinkel und im Blickfeld des Schützen. Daraus resultieren ein »besseres« Sehen und eine bessere Zielaufnah-



Die Flinte hat keine vergleichbare Zieloptik wie eine Büchse

me. Schützen, die mehr und besser sehen als andere, sind demzufolge grundsätzlich immer etwas im Vorteil. Entfernungen und Geschwindigkeiten von Zielen lassen sich besser einschätzen und bestimmen. Es kommt zu keiner Übermüdung des allein zielenden Auges. Ein besseres Gleichgewichtsempfinden mit vertrauten Seheindrücken bleibt dadurch ebenfalls erhalten.

Als Zwischenfazit lässt sich festhalten, dass ein Schießen mit beiden geöffneten Augen definitiv keine Nachteile mit sich bringt und somit nur von Vorteil sein kann.

Durch die Individualität eines jeden Menschen ist aber auch die Sehkraft und Sehstärke bei jedem etwas unterschiedlich gelagert. Jeder Mensch hat sein individuelles Sehvermögen sowohl im Bereich einer Fokussierung der Tiefenschärfe, als auch in der Verteilung der Sehkraft auf das linke und rechte Auge. Dementsprechend stellt sich auch das »Sehempfinden« und der »optische Eindruck« eines jeden Schützen, der mit beiden geöffneten Augen über die Laufschiene einer Flinte schaut, bzw. die Flinte im Anschlag hat, unterschiedlich dar.

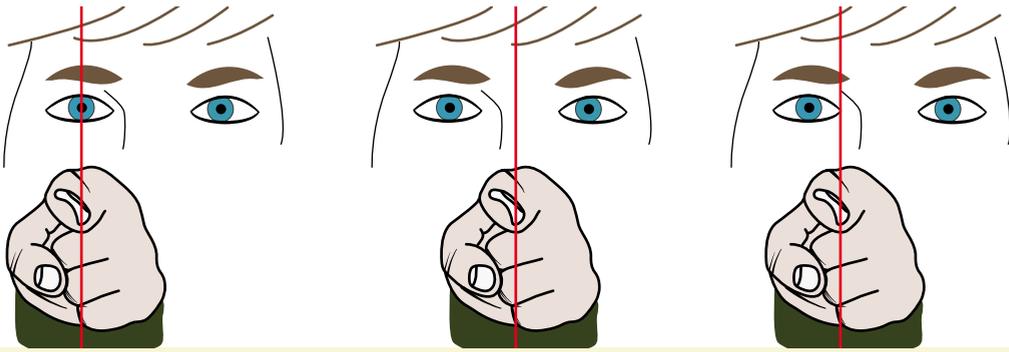
Um den Anhängern und Verfechtern »des intuitiven Schießens«, die nach eigenen Angaben zum regelmäßigen Treffen der Ziele oftmals weder Laufschiene noch Korn benötigen, an dieser Stelle gleich etwas Wind aus den Segeln zu nehmen, spreche ich bewusst vom »Sehen« und nicht »Zielen« über die Laufschiene. Das Thema Laufschiene und Korn wird noch ein

extra Thema werden, und würde an dieser Stelle zu weit führen. Nur einen anmerkenden Satz dazu: Wären Laufschiene und Korn überflüssig, würde sie kein Hersteller auf den Waffen montieren.

Um ein korrektes »Sehen« des zielenden Auges über die Laufschiene zu gewährleisten, ist es notwendig, dass das nicht zielende Auge deutlich weniger Sehkraft liefert als das zielende. Andernfalls wäre das gelieferte Bild des nicht zielenden Auges genauso präsent, wie das des zielenden, und der Schütze wüsste nicht mehr, welchem Bild er nun trauen kann. Noch schlimmer wäre es natürlich, wenn das nicht zielende Auge stärker ist als das zielende. Dann sind regelmäßige Fehlschüsse vorprogrammiert.

Mit den bekannten Selbstversuchen und Übungen zur Bestimmung der Augendominanz durch beispielsweise die Fingerzeige-Methode auf ein Ziel, bei der nach Peilung über den Zeigefinger am ausgestreckten Arm auf ein selbst definiertes Ziel abwechselnd das rechte und linke Auge geschlossen wird, um zu analysieren mit welchem Auge man denn nun gepeilt hat, erhält man leider nur einen groben Wert. Der gibt noch keinen genauen Aufschluss über die Sehkraftverteilung. In den meisten Fällen hat man bei dem ermittelten Ergebnis den Eindruck, weder mit dem rechten oder linken Auge gezielt zu haben, als vielmehr irgendwie mittig mit der Nase.

Über die Clay Pigeon Shooting Association (CPSA) in England habe ich an Untersuchungen über die Sehkraftverteilung bei Flintenschützen im Rahmen von Workshops teilgenommen. Das Ergebnis war erstaunlich. Die wenigsten Schützen hatten eine wesentlich stärker ausgeprägte Sehkraft auf einem Auge. Und nur in diesem Fall können wir folglich auch von einer vorhandenen Dominanz eines Auges sprechen. Die meisten Schützen hatten eine relativ ausgeglichene Sehkraftverteilung auf beide Augen, somit also keine Dominanz.



Selbstversuche mit der Fingerzeigemethode liefern zumeist nur grobe Werte. Die Rückpeilung durch eine zweite Person über Ziel und Position des Fingers kann das Ergebnis verfeinern.



1. Zwei Augen liefern zwei Perspektiven 2 u. 4 Die Sehkraftverteilung entscheidet wohin wir »zielen«. 2. rechtes Auge dominant 4. linkes Auge dominant



Schießbrille mit einer Auswahl an Folienpunkten

Durch eine über die CPSA bewährte Ermittlungsmethode zur Bestimmung der Sehkraftverteilung kann durch die Verwendung von kleinen Hilfsmitteln das nicht zielende Auge soweit geschwächt werden, dass das zielende an deutlicher Dominanz gewinnt und ein kontrolliertes, sicheres Schießen mit beiden geöffneten Augen ermöglicht.

Ich verwende hierfür kleine transparente Folienpunkte, die durch Erzeugung eines Vakuums dauerhaft zum Beispiel auf einer Schießbrille vor dem nicht zielenden Auge fixiert werden können. Hierdurch ist die Schießbrille sofort einsatzbereit, während bei der Verwendung von Klebstoffen oftmals noch eine Trocknungszeit eingehalten werden sollte. Ebenfalls bieten die nicht geklebten Folien einen deutlichen Vor-

teil bei einem Entfernen, bei Veränderung der Sehkraftverteilung und einer damit verbundenen Änderung der Folientransparenz. Die Folienpunkte sind im Grad ihrer Transparenz abgestuft, und auch in unterschiedlichen Größen erhältlich. Dadurch ist eine optimale und vor allem individuelle »Korrektur« der Sehkraftverteilung gewährleistet. Dem Schützen soll durch diese Maßnahme die zu stark ausgeprägte Sehkraft des nicht zielenden Auges etwas genommen werden. Durch diese übertriebene Reduzierung darf dieses Auge aber auf keinen Fall »lahmgelegt« werden. Für temporäre Korrekturen benutze ich kleine magnetische, Kunststoff ummantelte Scheiben in unterschiedlichen Größen, die auf jeder Brille sicher und beschädigungsfrei fixiert werden können.



Brille und Schießbrille mit magnetischen Kunststoffscheiben zu Ermittlung der Augendominanz

Die Verwendung von Schießbrillen bringt noch weitere Vorteile für das Flintenschießen mit sich. Der Kontrast zur Wurfscheibe kann sich bei Verwendung der jeweils richtigen Farbwahl des Brillenglases deutlich verbessern. Unterschiedliche Tönungen für unterschiedliche Witterungsbedingungen optimieren dies noch einmal.

Aus diesem Grund probiere ich in dem von mir angebotenen Flintenkursen mit den Kursteilnehmern die Wirkung der unterschiedlichen Brillen selbstverständlich aus. Ziel ist es, die vorhandene Sehleistung des Schützen so auszunutzen, dass daraus ein optimales Sehempfinden auf das Ziel erreicht wird.

Als eher laienhafte Alternativen findet man häufig den Hinweis auf den berühmten »Fettfleck« auf der Schießbrille, der vor dem Schießen mit einem Lippenpflegestift oder ähnlichem aufgetragen wird, oder das zum Teil sehr großflächige Plakatieren der Schießbrille mit Schussplastern oder ähnlichem. Vielerorts anzutreffen ist leider auch heute noch die gute alte schwarze Augen-

Anzeige

NAMIBIA

- Jagen ● Urlaub
- Safaris ● Leihwagen

OUTENIQA Tel. +49 (0) 95 62-40 02 49
 G Ä S T E F A R M Fax +49 (0) 95 62-40 02 51
www.namibia-privat.de



Stark gekröpfter Schaft für Rechtshänder mit linkem Zielauge

klappe. Betrachtet man den schon extrem unsicheren Gang einiger dieser Schützen zum Schützenstand wird jedem schnell klar, dass jemand mit unsicherem Gang und erkennbaren Gleichgewichtsproblemen wohl kaum in der Lage sein wird, sicher und kontrolliert, regelmäßig seine Ziele zu Treffen (siehe auch Artikel »Schaftanpassung«, Stichwort »waagerechte Augachse«). Vielmehr beschneidet der Schütze in diesem Fall seinen Blickwinkel und sein Sehfeld derart, dass er beim Aufnehmen diverser Wurfscheiben und Ziele, seinen Körper in keine optimale Zielaufnahme-Position bringen kann, und als Folge dadurch keine gute Zielaufnahme und Zielerfassung zur Verfügung hat.

Wie bereits erwähnt, ist die Zielsetzung, dem zielenden Auge des Schützen das »mehr« an Sehkraft zu geben, was er benötigt, um ein sicheres und kontrollierbares Sehfeld über der Laufschiene zu erhalten.

Verdunkelung ist absolut keine Lösung

Eine totale Überforderung und beschleunigte Ermüdung des einen Auges ist ebenfalls die Folge bei einem länger anhaltenden Abdecken des anderen. Gerade für ein Training und eine Vorbereitung auf sportliche Wettkämpfe, beim dem oftmals weit über 200 Wurfscheiben pro Trainingseinheit beschossen werden, wäre dies ein denkbar schlechter Grundstein.

Leider sind natürlich irgendwann einmal die Grenzen erreicht, was eine mögliche »Korrektur der Augendominanz« betrifft. Wenn das zielende Auge fast keine Sehkraft mehr liefert, bringt es natürlich überhaupt nichts, das nicht zielende Auge auf eine Sehleistung von fast null Prozent zu reduzieren.

In diesem Fall bleiben nur Alternativen übrig wie ein Umlernen des Schützen auf die andere

Anschlagseite, was ich bislang allerdings nur in wenigen Einzelfällen mit Schützen so erfolgreich bewerkstelligen konnte, dass eine adäquate Trefferquote erreicht wurde.

Empfehlenswerter ist in diesem Fall die Verwendung eines orthopädischen Schaftes. Hierfür halte ich mehrere Flinten mit unterschiedlich gekröpften Schäften vor, die für die Schützen angepasst und modelliert werden. Anschließend werden sie kopiert und von mir an die Kundenwaffe montiert und angepasst.

Hinweisen möchte ich natürlich noch auf mögliche Sehkraftveränderungen und Sehkraftschwankungen. Diese können hervorgerufen werden durch zum Beispiel Stress, die Einnahme von Medikamenten oder die Überlastung eines einzelnen Auges. Aus diesem Grund rate ich meinen Kunden, die mich ausschließlich zur Korrektur Ihrer Augendominanz aufsuchen, den Termin so zu wählen, dass keine Veränderungen der Augendominanz durch vorher genannte Einflüsse zu befürchten sind.

Abschließendes Fazit: Das Flinten-Schießen mit beiden geöffneten Augen bringt eigentlich auf der gesamten Linie nur Vorteile. Selbstverständlich ist ein Treffen von Zielen auf höchstem Niveau auch mit einem geschlossenen, nicht zielenden Auge, möglich. Es darf hier auch an keiner Stelle als Wertung verstanden werden. Während meiner Ausbildung von Jungjägern und bei »Startern« des Flintenschießen wird mir immer wieder die Frage gestellt: »Bin oder werde ich nun ein schlechterer Flintenschütze, weil ich beim Schießen ein Auge schließe?« Um Gotteswillen: nein! Wenn ein Schütze mit einem zugekniffenen Auge alle seine Ziele trifft, Bravo: »Never change a running system«.

Es liegt absolut in der Verantwortung eines geschulten, geprüften und professionellen Schießlehrers die Individualität eines Schützen zu

erkennen, und daraus ein optimales »Trainings- und Ausbildungspaket« für ihn zu schnüren, mit dem er nachhaltig, erfolgreich und mit Freude sowie Begeisterung seine Leistungen steigert und festigt.

Gute Ausbilder sind in der Lage, dem Schützen adäquate Alternativen anzubieten, sowie Optimierungen und Vorteile beim Schießen aufzuzeigen. Nicht umsonst ist die Ausbildung erfolgreicher Flintenschützen, vom Schützensetup über Waffensetup und Gunfitting die Königsdisziplin für Instruktoren und Schießausbilder, und stellt dementsprechend auch einen Höchstanspruch an diese dar.

Unser Autor

Dirk Otte, akkreditierter CPSA Instructor und
Büchsenmachermeister
www.flintenschule-otte.de

