

Frühkindliche Reflexe und Reaktionen

Oder: „Kannst Du nicht endlich mal still sitzen?!?“

Kennen Sie das? Die Kinder kommen nach der Schule nach Hause und nach einer mehr oder weniger ausgedehnten Verschnaufpause geht's ans Hausaufgaben machen. Könnte doch eigentlich ganz easy laufen: Hinsetzen – Material zurechtlegen – Überblick verschaffen – loslegen – fertig!

Ach ja...Wenn die lieben Kleinen denn einfach mal still am Tisch sitzen würden. Ohne verknottete Beine und halb auf dem Tisch liegend. Wenn auf dem Schreibtisch vor lauter Chaos denn mal wenigstens ein bisschen Platz für Heft und Stift wäre. Wenn sich das eben noch volle Wasserglas nicht zufällig und gaaanz aus Versehen über die Hefte und Bücher ergießen würde...

Bewegen und Wahrnehmen sind die Grundlagen für Lernen und Verhalten.

Um irgendwann einmal still sitzen zu können oder um bewusst ein Glas in die Hand zu nehmen - verantwortlich für die Kontrolle des Zusammenspiels von Körperhaltung und Bewegung ist das Zentralnervensystem (ZNS). Warum die Entwicklung und Reifung des ZNS so bedeutend ist, machen auch seine weiteren Aufgaben deutlich:

- Das ZNS ermöglicht Bewusstsein, Sprache, Denken (Verstand & Vernunft), Gedächtnis (Lernen & Erinnerung), Trieb, Gefühl und auch den Schlaf- und Wachrhythmus,
- Es ist für die Vermittlung und Verarbeitung von Nachrichten aus der Umwelt und dem Körperinneren zuständig.
- Das ZNS reguliert das gesunde Zusammenspiel aller lebensnotwendigen Systeme im menschlichen Körper, z.B. unseren Blutkreislauf und die Atmung.

Die Reifung des Zentralnervensystems folgt einem festgelegten Entwicklungsmuster, einem Fahrplan

und wird beeinflusst durch Stimulationen aus der Umwelt. Bereits im Mutterleib wird das Ungeborene passiv stimuliert durch die Atmung der Mutter und ihrem Herzschlag. Jedes Bewegen reift das Gehirn. Dem Ungeborenen dient das Kopfdrehen, das Daumenlutschen und das „Spiel“ mit der Nabelschnur der Gehirnreifung.

Menschen sind mit Reflexen ausgestattet.

Atemreflex, Blinzelreflex und Schluckreflex bleiben uns lebenslang erhalten.

Anders die frühkindlichen Reflexe. Jeder einzelne dieser frühkindlichen Reflexe hat eine bestimmte Aufgabe und bildet die Grundlage für spätere, bewusst gesteuerte Fertigkeiten. Diese Reflexe werden unbewusst durch Reize, z.B. Berührungen, Geräusche oder Lageveränderungen ausgelöst. Bestimmte Reflexe sollten irgendwann aufhören und in von uns bewusst gesteuerte Prozesse umgewandelt werden, damit wir bewusst steuern können, wann wir z.B. etwas festhalten möchten und nicht automatisch bei Kontakt mit der Handinnenfläche etwas festhalten und umklammern müssen. Wenn ein Reflex seine Aufgabe erfüllt hat, weil die bewusste



Steu-
erung einer
Fertigkeit
funktioniert,
wird
er „gehemmt“
und der nächste
für die Entwicklung
notwendige
Reflex kommt
als aktiver
Darsteller auf
die Bühne.



Frühkindliche Reflexe können aufgrund verschiedener Schädigungen oder Unreife des Gehirns aktiv bleiben.

Die frühkindlichen Reflexe verursachen meist unwillentliche Restmuskelreaktionen als Zeichen fehlender Nervenverknüpfungen im Gehirn. Dann sprechen wir von einer neuronalen Unreife, was bedeutet, dass dem Kind (oder dem Jugendlichen oder Erwachsenen) nicht all das Potential der verschiedenen Gehirnareale zur Verfügung steht.

Je nach dem wie stark eine Reflexaktivität noch vorhanden ist, kann es sich bemerkbar machen in den Bereichen:

Schul- und Verhaltensproblemen

- Lese- und Rechtschreibschwierigkeiten
- Unruhe- und Unkonzentriertheit
- Wahrnehmungsauffälligkeiten
- Fehlende Impulskontrolle
- Ausdrucksvermögen

Motorische Problematiken

- Schlechte Körperkoordination
- Verkrampfte Stifthaltung
- Ungeschicklichkeit
- Gleichgewichtsstörungen
- Grob- und feinmotorische Koordination

Die Folgen können auch bis ins Erwachsenenalter Probleme mit der Beweglichkeit, muskulären Ver-

spannungen, der Aufmerksamkeit, der Konzentration und der Fähigkeit still zu sitzen sein.

Die gute Nachricht:

Die Reflexe lassen sich auch noch nach Jahren – im Nachhinein – ohne Probleme integrieren. Also auch noch bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen. So gelingt die Nachreifung des Zentralnervensystems. Bewegung, Wahrnehmung, Denken, Erinnerung: Körperlich und geistig aktiv sein bedeutet eine ständige Bildung von neuen Synapsen im Gehirn.

Reflexintegration bedeutet für mich eine Kombination effektiver Methoden, um vorhandene Schul- und Lernprobleme sowie motorische Problema-



tiken zu benennen und zu lösen. Also zuerst einmal herauszufinden, an welcher Stelle Entwicklungsbedarf besteht. Es gilt festzustellen, welcher Reflex noch aktiv ist, welcher Schauspieler seinen Auftritt auf der Bühne beenden darf, damit der nächste die Bühne betreten kann.

Die Integration eines frühkindlichen Reflexes erfolgt über bestimmte Bewegungsabläufe und bei einigen Reflexen zusätzlich über isometrischen Druck und/oder bilateraler Hemisphärenstimulation. Für zu Hause wird ein kleines, individuelles Programm für's regelmäßige Üben zusammengestellt, das pro Tag etwa 5 Minuten trainiert werden sollte.

Der Moro-Reflex „Schreckreaktion“

Er bereitet das Nervensystem auf lebensbedrohliche Situationen vor. Kampf- oder Fluchtreaktion. Er erscheint pränatal etwa um die 12. Schwangerschaftswoche, entwickelt sich während der gesamten Schwangerschaft weiter und ist bei der Geburt vollständig vorhanden. Nach der Geburt sollte der Moro-Reflex etwa im 2.-4. Lebensmonat integriert sein um dann in die reife Schreckreaktion überzugehen. Beispiel für einen Reflex, der bei einem Schulkind nicht mehr aktiv sein sollte: Ziel: Eine normale Schutzreaktion bei Angst und Stress.

Anzeichen für einen noch aktiven Moro-Reflex:

- Lichtempfindlichkeit
- Tendenz zum Schielen
- Geräuschempfindlichkeit (Hintergrundgeräusche können schlecht ausgeblendet werden)
- Überempfindlichkeit auf Berührung
- Konzentrationsschwierigkeiten
- Überempfindlichkeit auf einen plötzlichen Wechsel der Position

Die Bedeutung des aktiven Moro-Reflex bei Schul- und Verhaltensproblemen:

- Aktivierung des Überlebensmusters: Ängstlichkeit und Panik, Schulangst (Bauch- und Kopfschmerzen)
- Gleichgewichts- und Koordinationsprobleme
- Reiseübelkeit
- Phasen von Hyperaktivität und Übermüdung
- Abneigung gegen Veränderungen
- Sensorische Empfindlichkeit, gesteigerte Wahrnehmungsempfindung
- Neigung zu wiederholenden Verhaltensmustern
- Schwierigkeiten, Kritik zu akzeptieren
- Schwaches Selbstwertgefühl

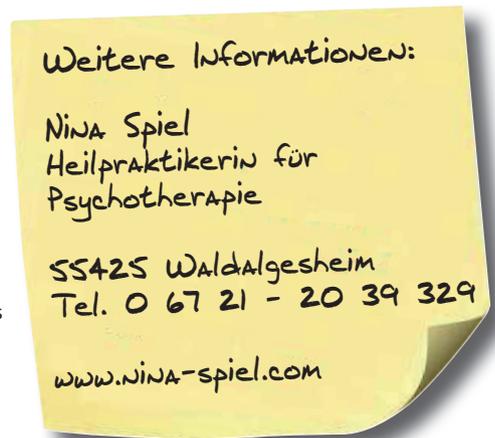
! Ein bereits integrierter Moro-Reflex kann in stressigen Situationen oder bei seelischem Leid wieder aktiviert werden. Dies ist meist bei Erwachsenen mit Burn-out oder chronischer Müdigkeit zu beobachten. Hier gilt es, den Reflex zu integrieren, um wieder neue Lebendigkeit zu spüren.

Reflexintegration verbessert u.a.:

- Die Konzentration
- Die Körperhaltung
- Das Gleichgewicht
- Die räumliche Orientierung
- Die visuell-auditive Spracherkennung mit Aussprache
- Die Auge-Hand-Koordination

Damit die tägliche Hausaufgabensituation sich entspannt. Denn manchmal kann ein Kind wirklich nichts für ein verschüttetes Glas Wasser. Es passiert „ganz automatisch“.

Herzlichst,
Nina Spiel



Weitere Informationen:

Nina Spiel
Heilpraktikerin für
Psychotherapie

55425 Waldalgesheim
Tel. 0 67 21 - 20 39 329

www.nina-spiel.com