

# Reflexintegration

---



## Passive Übungen als Grundübungen

Jede Übung 6 x 7 Sekunden durchführen.

Übung 3 wird 3x rechts und 3x links durchgeführt.

**1** RIT\* REFLEXINTEGRATION  
Rückenlage: Du wirst längs geschaukelt.  
<http://www.rit-reflexintegration.de/passive-uebung1>

**2** RIT\* REFLEXINTEGRATION  
Rückenlage: Du wirst mit angezogenen Beinen längs geschaukelt.  
<http://www.rit-reflexintegration.de/passive-uebung2>

**3** RIT\* REFLEXINTEGRATION  
Seitenlage: Du wirst auf beiden Seiten längs geschaukelt.  
<http://www.rit-reflexintegration.de/passive-uebung3>

**4** RIT\* REFLEXINTEGRATION  
Rückenlage: Passive Stimulation von den Schultern aus / Querschaukeln.  
<http://www.rit-reflexintegration.de/passive-uebung4>

**5** RIT\* REFLEXINTEGRATION  
Bauchlage: Deine Hüfte wird hin- und her geschaukelt.  
<http://www.rit-reflexintegration.de/passive-uebung5>

**6** RIT\* REFLEXINTEGRATION  
Rückenlage: Kopf von links nach rechts drehen, erst weit und langsam, dann kurz und schnell.  
<http://www.rit-reflexintegration.de/passive-uebung6>

... w. |  
hej@r

## BONDING REFLEX

♥ Ich liebe mich

♥ ich liebe mich nicht?!

Wie der bereits vorgestellte FLR und Moro Reflex, hat auch der Bonding eine ganz wichtige Rolle. Vorallem für die Emotionale und psychische Entwicklung spielt er eine riesige Rolle.

! Er bildet nicht nur eine überlebensnotwendige Ressource und den Grundpfeiler für psychische Gesundheit... sondern auch die Basis für Selbstvertrauen und Autonomie.. !

Der Bonding Reflex entsteht bereits in der 12. Schwangerschaftswoche und wird zwischen dem 8. und 10. Lebensmonat gehemmt. In dieser Zeit, ausgelöst durch die erste Stunde nach der Geburt, wird das Gefühl für die Körpermitte angelegt.

Durch den intensiven Körperkontakt mit der Mutter in den ersten Stunden nach der Geburt wird das



Leichter Leben - Leichter Lernen - Leichtigkeit erleben

Naturheilpraxis Solbach, Pia Wagener, Heidehof 1, 51597 Morsbach 02294/8752

Therapiezentrum corpus sanum, Kölner Straße 323, 51515 Kürten-Bechen, 02207-7040188

Baby emotional und psychisch genährt, es lernt die unabdingbare, reine Liebe zu empfangen und diese unbeschreibliche tolle Liebe zu geben.

Diese Annahme des Kindes durch die Mama schafft eine emotionale stabile Verbindung und so entsteht eine stabile Basis in dem Baby fürs Leben.

Manchmal, sogar sehr oft, ist dieser enge, innige Körperkontakt nach der Geburt jedoch nicht möglich. Kaiserschnitt, Komplikationen etc.

Auch wenn sowohl bei der Geburt sowie auch danach auf einen engen Körperkontakt geachtet wurde, können im späteren Alltag verschiedene Situationen (sogenannte Trigger) dafür verantwortlich sein, dass der Bondingreflex wieder aktiv wird.

Früher war es normal das die Kinder nach der Geburt erst versorgt wurden und nur zum Füttern zur Mutter kamen.

Somit gibt es heute sehr viele Menschen, die unter anderem, bedingt durch den restaktiven Bondingreflex, keine unabdingbare Liebe schenken oder empfangen können und auch mangelnde Selbstliebe empfinden.

[www.pia-wagener.de](http://www.pia-wagener.de)

[hej@pia-wagener.de](mailto:hej@pia-wagener.de)

Weitere Anzeichen für einen aktiven Bondingreflex sind:

☀️ Coabhängige Beziehungen

☀️ Abhängigkeit von sozialer Anerkennung

☀️ mangelndes Selbstvertrauen

☀️ geringe Stresstoleranz

☀️ Fehlender Selbstschutz

☀️ Probleme, alleine zu sein

☀️ Bei Kindern sind es oft die „Wutkinder“

😊 Der Bindungsforscher und Kinderpsychiater Brisch erklärt:

„Es gibt viele weitere Vorteile, die Kinder haben, wenn sie bindungssicher aufwachsen. Sie haben zum Beispiel eine bessere Sprachentwicklung,



Leichter Leben - Leichter Lernen - Leichtigkeit erleben

Naturheilpraxis Solbach, Pia Wagener, Heidehof 1, 51597 Morsbach 02294/8752

Therapiezentrum corpus sanum, Kölner Straße 323, 51515 Kürten-Bechen, 02207-7040188

Gedächtnisleistung, Lernleistung, Kreativität,  
Flexibilität und können Aufgaben besser lösen.“ 😊

😊 Eine nachträgliche Integration ist in jedem Alter  
noch möglich....es ist nie zu spät... 😊

Bei Fragen oder Interesse könnt ihr mir gerne eine  
Nachricht zukommen lassen. 📧

♥ Morgen, am 19.04.21 gibt es auch wieder eine  
Kostenlose Infoveranstaltung über die  
frühkindlichen Reflexe. Anmeldung per Mail,  
WhatsApp oder Messenger ♥

Infos für diesen Beitrag und über den Reflex  
gesammelt bei:

Meiner Ausbildung zum Kursleiter der indischen  
Babymassage nach Leboyer

[www.kinflex.de](http://www.kinflex.de)

Susan Phariss

Magazin by.windeln.de

[www.pia-wagener.de](http://www.pia-wagener.de)

[hej@pia-wagener.de](mailto:hej@pia-wagener.de)

## Furcht-Lähmungsreflex (FLR)

Der Furcht- Lähmungsreflex im nachfolgenden FLR genannt, entwickelt sich ca. ab der 5.-7. Schwangerschaftswoche und dient vorgeburtlich als Schutz, damit das Baby sich nicht in die Nabelschnur einwickelt. Aus dem Furcht- Lähmungsreflex entwickelt sich ab der 32. SSW der Moro-Reflex der den FLR hemmt. Unter der normalen vaginalen Geburt hat der Furcht-Lähmungsreflex als letzte Aufgabe die Sauerstoffversorgung des Gehirns sicherzustellen.

Seinen Namen hat dieser Reflex aus seiner nachgeburtlichen Einflussnahme, wenn er nicht vom Moro gehemmt wurde. Bei Auslösung des FLRs erstarrt die betroffene Person zu Stein, wobei die Facetten nuancenreich sind und Moro Einflüsse immer vorhanden sind. FLR und Moro sind mit allen Sinnessystemen verbunden, sodass sie weitreichende Spuren im emotionalen und sozialen Leben hinterlassen und auch kognitive Strukturen und Verhalten prägen. **Anzeichen für einen aktiven Furcht-Lähmungsreflex sind z.B. eine geringe Stresstoleranz, Stress bei Augenkontakt, Probleme mit dem Gleichgewicht, Empfindlichkeit gegenüber: Berührung, Licht, Geräuschen, Lageveränderung des Gesichtsfeldes, Geruch, Geschmack und Tiefensensibilität**

## Der Moro-Reflex

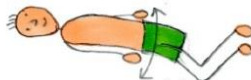
Der Moro-Reflex ist ein frühkindlicher Überlebensreflex. Es ist ein reflexhaftes Verhalten auf eine bedrohliche Situation. Normalerweise wird der Moro-Reflex durch die neuronale Entwicklung zwischen dem 2. und 4. Lebensmonat durch den erwachsenen Schreckreflex ersetzt. Manchmal bleibt der Moro-Reflex aber auch über diesen Altersabschnitt hinaus bestehen. Man spricht dann von einem persistierenden (verharrenden) Moro-Reflex. Die davon betroffenen Kinder sind sehr schreckhaft und werden dadurch nachts häufig aus dem Schlaf gerissen. Tatsächlich kann der Moro-Reflex manchmal selbst bei Erwachsenen noch nachgewiesen werden.

Ein persistierender Moro-Reflex hat häufig eine ganze Reihe unangenehmer Folgen. So kommt es zu Wahrnehmungsproblemen und in der Folge zu erhöhter Ängstlichkeit, Koordinationsstörungen, Gleichgewichtsproblemen, Fingernägelkauen, Lichtempfindlichkeit, schneller Ermüdung der Augen und zur Überempfindlichkeit auf Geräusche und Berührung. Aber auch rezidivierende Infekte im Hals-Nasen-Ohren-Bereich lassen sich auf den persistierenden Moro-Reflex zurückführen. Durch eine Stress- oder Schrecksituation kann es zu einer regelrechten Erstarrung kommen. Wenn der Moro ausgelöst wird, werden Stresshormone ausgeschüttet welche langfristig das Immunsystem schwächen. Je stärker der Moro agiert, desto schwächer ist das Immunsystem.

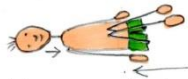


## Hausaufgabe FLR

Jede Übung 3x. Langsam und gleichmäßig



Beine angezogen von links  
nach rechts schwingen



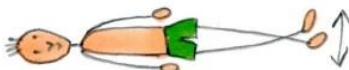
Beine angezogen auf den Bauch drücken,  
Kinn dabei anziehen / Embryostellung



Fuß mit Sohle Kontakt an der Wade des anderen  
Beines, langsam hochschieben und wechseln



Frosch / Fußsohlen aneinander legen und  
hochschieben



Beine abwechselnd über Kreuz legen

## Hausaufgabe Moro

- **Kopf bleibt auf der Unterlage liegen und überstreckt leicht nach hinten**
- **Knie werden vorne gefasst**
- **Hände über Kreuz (Knie aber nicht über Kreuz!)**
- **Tief einatmen und beim Ausatmen schieben die Beine vom Körper weg, werden aber durch den Druck der Hände gehalten, die das verhindern**
- **Die Übung 6x à 7 Sekunden lang**
- **Die Augen bleiben während den Übungen auf!**





- **Beine sind wieder angewinkelt, aber nicht über Kreuz**
- **Hände fassen wieder über Kreuz an den Beinen, dieses Mal aber vorne**
- **Tief einatmen und beim Ausatmen, Kopf anheben und Kinn Richtung Brust und die Beine Richtung Bauch ziehen, allerdings drücken die Hände dagegen, so dass dies verhindert wird.**
- **Die Übung 6x à 7 Sekunden lang**
- **Die Augen bleiben während den Übungen auf!**



Leichter Leben - Leichter Lernen - Leichtigkeit erleben

Naturheilpraxis Solbach, Pia Wagener, Heidehof 1, 51597 Morsbach 02294/8752

Therapiezentrum corpus sanum, Kölner Straße 323, 51515 Kürten-Bechen, 02207-7040188

**Wenn alle Übungen gemacht worden sind,  
nochmal ca. 5-10 Minuten mit der Musik  
über die Kopfhörer nachruhen (dabei  
können dann auch die Augen  
geschlossen werden).**

**Nach den Übungen mindestens  
½ Stunde kein Fernsehen,  
Handy, oder ähnliches!**

[www.pia-wagener.de](http://www.pia-wagener.de)

[hej@pia-wagener.de](mailto:hej@pia-wagener.de)



## LANDAU-REFLEX

Der **Landau-Reflex** wird ausgelöst, indem man das Baby **schwebend** in **Bauchlage** hält. Es **hebt** den Kopf, **streckt** die Wirbelsäule und Beine und **lacht** und jauchzt.

Wenn man den Kopf des Babys dann **nach unten beugt**, wird die Streckung im **Hüftgelenk** aufgehoben.

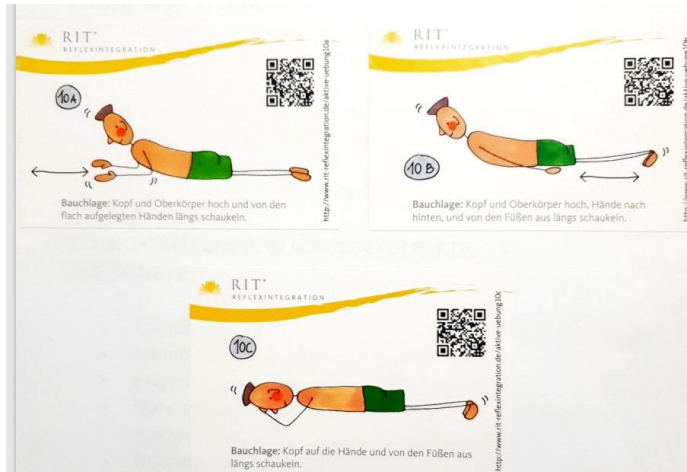
Ab dem 2. Lebensmonat hebt das Baby den Kopf und Oberkörper (**oberer Landau**) und ab dem 4. Monat hebt es zusätzlich noch die Beine (**unterer Landau**).

### **BEI NICHTINTEGRATION KÖNNEN FOLGENDE AUFFÄLLIGKEITEN AUFTRETEN:**

- neue Informationen können nicht gut aufgenommen und verarbeitet werden
- steife Körperhaltung
- den Körper nach vorne zu beugen fällt schwer
- da die Knie meist durchgedrückt sind
- Brustschwimmen zu lernen fällt oft schwer

# Übungen für Zuhause Landau

JEDE ÜBUNG 6X, JE 7 SEKUNDEN





Leichter Leben - Leichter Lernen - Leichtigkeit erleben

Naturheilpraxis Solbach, Pia Wagener, Heidehof 1, 51597 Morsbach 02294/8752

Therapiezentrum corpus sanum, Kölner Straße 323, 51515 Kürten-Bechen, 02207-7040188

## **TONISCHER-LABYRINTH-REFLEX - TLR**

Der **Tonische Labyrinth Reflex**, auch **TLR** genannt, hilft dem Baby durch den **Geburtskanal**.

Der Reflex wird durch die **Veränderung** der **Kopfposition** aktiviert.

Hierbei wird zwischen dem TLR vorwärts und rückwärts unterschieden.

**TLR vorwärts:** Das Baby beugt den **Kopf nach vorn** und der ganze Körper **beugt** sich sozusagen mit.

**TLR rückwärts:** Das Baby streckt den **Kopf nach hinten**, legt ihn also in den Nacken, und löst somit eine **Streckung** des ganzen Körpers aus.

Der TLR beeinflusst den **Muskeltonus** des gesamten Körpers, er ist für die **Kopfkontrolle** und die **visuelle Wahrnehmung** verantwortlich, steuert die **räumliche** und **akustische Wahrnehmung** und das **Gleichgewicht**.

[www.pia-wagener.de](http://www.pia-wagener.de)

[hej@pia-wagener.de](mailto:hej@pia-wagener.de)



Leichter Leben - Leichter Lernen - Leichtigkeit erleben

Naturheilpraxis Solbach, Pia Wagener, Heidehof 1, 51597 Morsbach 02294/8752

Therapiezentrum corpus sanum, Kölner Straße 323, 51515 Kürten-Bechen, 02207-7040188

## **BEI NICHTINTEGRATION KÖNNEN FOLGENDE AUFFÄLLIGKEITEN AUFTRETEN:**

- Gleichgewichtsstörungen
- Aufmerksamkeitsmangel
- langsames Arbeiten
- Muskelverspannungen
- Haltungsschäden
- Abschreiben von der Tafel ist mühevoll
- eingeschränkte Hörverarbeitung

### **TLR vorwärts:**

- Schlaffer Muskeltonus
- schlechte Körperhaltung
- fällt schwer sich zu organisieren
- Zeitgefühl ist eingeschränkt

### **TLR rückwärts:**

- Straffer Muskeltonus
- Zehenspitzenengang
- Überkreuzbewegungen werden verhindert
- Probleme mit räumlicher Wahrnehmung

[www.pia-wagener.de](http://www.pia-wagener.de)

[hej@pia-wagener.de](mailto:hej@pia-wagener.de)



## TLR Übungen für zu Hause

Je 6x7 Sekunden



## **SYMMETRISCHER TONISCHER NACKENREFLEX - STNR**

Der **Symmetrische Tonische Nackenreflex (STNR)** wird durch **Bewegung** des **Kopfes** nach vorne oder hinten ausgelöst.

**STNR vorwärts:** wird der Kopf des Babys **gebeugt** (nach vorne), beugt es seine Arme und streckt seine Beine.

**STNR rückwärts:** wird der Kopf des Babys **überstreckt** (nach hinten), streckt es die Arme und beugt die Beine.

Er trainiert die Fernsicht, Raumwahrnehmung, dass beidseitige Hören, das dreidimensionale sehen und die Zeitwahrnehmung.

**75 % der Kinder mit Legasthenie und Lernstörung haben einen noch aktiven STNR**

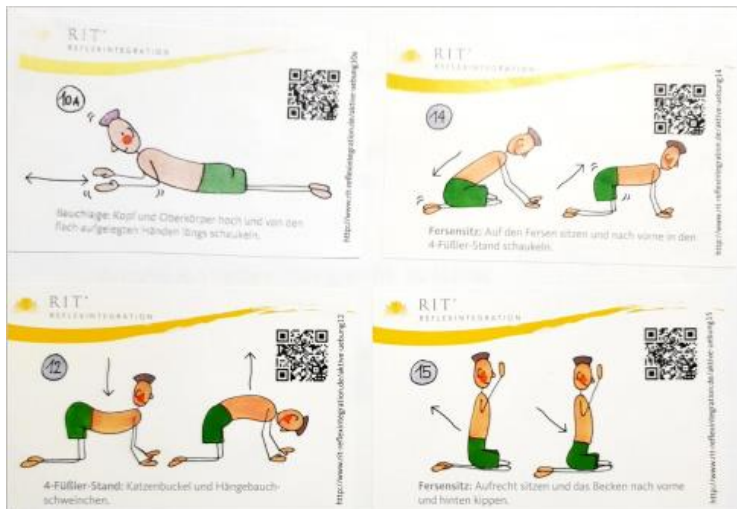
### **BEI NICHTINTEGRATION KÖNNEN FOLGENDE AUFFÄLLIGKEITEN AUFTRETEN:**

- Krabbeln wurde ausgelassen
- schlingt gerne die Beine um die Stuhlbeine
- Augen-Hand-Koordination beeinträchtigt
- Nah- und Ferneinstellung der Augen nicht ausgereift
- Nackenprobleme

- beeinträchtigte Wahrnehmung
- Gedächtnisprobleme
- beim Schwimmen sackt das Gesäß nach unten

## Übungen für zu Hause STNR

JE 6x 7 Sekunden





Leichter Leben - Leichter Lernen - Leichtigkeit erleben

Naturheilpraxis Solbach, Pia Wagener, Heidehof 1, 51597 Morsbach 02294/8752

Therapiezentrum corpus sanum, Kölner Straße 323, 51515 Kürten-Bechen, 02207-7040188

Bei LRS Übungen mit dem Stift machen, wie es bei mir gezeigt wurde.

## Amphibien Reflex

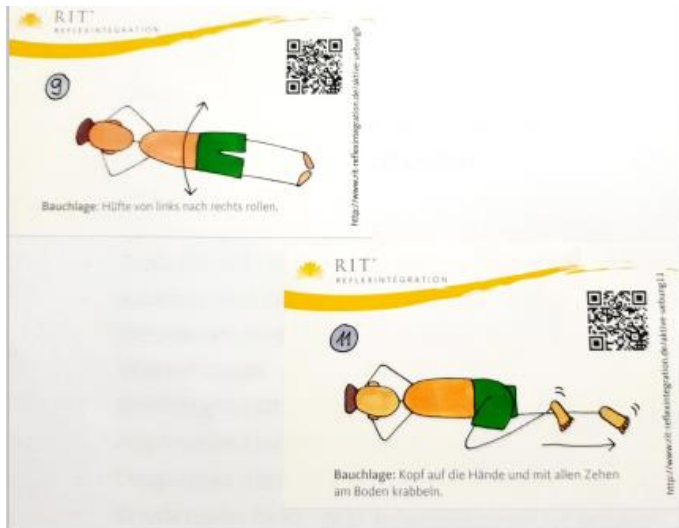
Dieser Reflex ist ein lebenslanger Haltungsreflex und muss aktiv sein.

Ist er nicht aktiv, sieht man es oft am schlurfenden Gang. Es wird generell ungern gelaufen.

## Amphibien Reflex Übungen für zu Hause

[www.pia-wagener.de](http://www.pia-wagener.de)

[hej@pia-wagener.de](mailto:hej@pia-wagener.de)





Leichter Leben - Leichter Lernen - Leichtigkeit erleben

Naturheilpraxis Solbach, Pia Wagener, Heidehof 1, 51597 Morsbach 02294/8752

Therapiezentrum corpus sanum, Kölner Straße 323, 51515 Kürten-Bechen, 02207-7040188

## Spinaler Perez

### **Biologische Funktion:**

Stimulus für den Kreislauf, der Flüssigkeit für die  
Wirbelsäule und Gehirn

Entgiftung des Körpers

Regulation des Muskeltonus im Körperzentrum

12 SSW

Aktiv beim Geburtsvorgang

Integration bis 6. Lebensmonat

[www.pia-wagener.de](http://www.pia-wagener.de)

[hej@pia-wagener.de](mailto:hej@pia-wagener.de)



Leichter Leben - Leichter Lernen - Leichtigkeit erleben

Naturheilpraxis Solbach, Pia Wagener, Heidehof 1, 51597 Morsbach 02294/8752

Therapiezentrum corpus sanum, Kölner Straße 323, 51515 Kürten-Bechen, 02207-7040188

## Anzeichen:

- Empfindlichkeit oder Verformung der Wirbelsäule durch mangelnden Muskeltonus im Rücken
- Probleme in der BWS, Kreuzschmerzen
- Verspätetes Krabbeln und Gehen
- Dysfunktionaler Schritt
- Spannung in den Beinen
- Schlecht auf dem Rücken schlafen können
- Auditive und taktile Hyperempfindsamkeit
- Bettnässen und mangelnde Kontrolle beim Wasserlassen
- Bevorzugtes sitzen mit dem Rücken zur Wand
- Allgemeine Unruhe/Hyperaktivität
- Langsames denken
- Wiedergabe bekannter Informationen ist schwer
- Ängste und Phobien

[www.pia-wagener.de](http://www.pia-wagener.de)

[hej@pia-wagener.de](mailto:hej@pia-wagener.de)

## **SPINALER GALANT-REFLEX**

Der **Spinale Galant-Reflex** wird durch eine Stimulation im **Lendenwirbelsäulenbereich** ausgelöst. Streicht man dem Baby, wenn es auf dem Bauch liegt, neben der Wirbelsäule vom Nacken zum Kreuzbein entlang, wird die Hüfte derselben Seite **gebeugt** und das **Bein** auf der gleichen Seite **angezogen**. Dieser Reflex ist besonders für den **Geburtsvorgang** bedeutsam.

### **BEI NICHTINTEGRATION KÖNNEN FOLGENDE**

#### **AUFFÄLLIGKEITEN AUFTRETEN:**

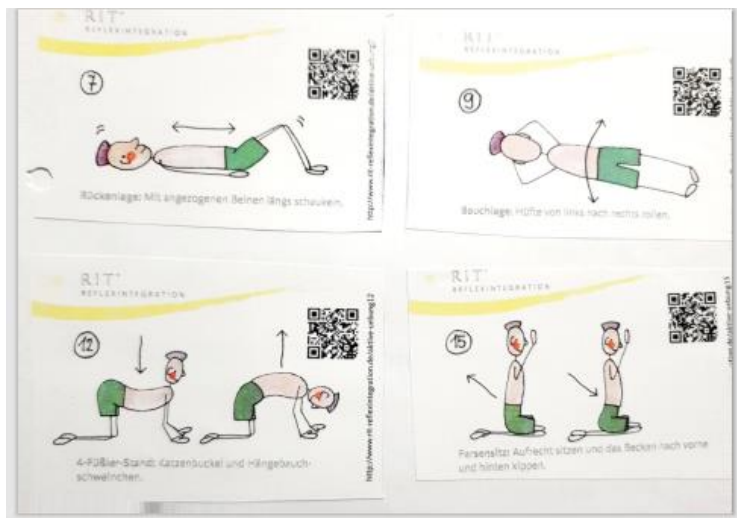
- Verdauungsstörungen
- Bettnässen (auch älter als 5 Jahre)
- mangelnde Blasenkontrolle
- das Kind mag keine enge Kleidung
- Unruhe beim Sitzen durch anlehnen an der Stuhllehne
- Hyperaktivität
- Konzentrationsprobleme
- schlechtes Schriftbild
- Kurzzeitgedächtnis beeinträchtigt
- Kind kann beim gekitzelt werden nicht zwischen Schmerz und Freude unterscheiden

Die Nichtintegration kann die Entwicklung des Amphibienreflexes und des Segmentalen Rollreflexes beeinträchtigen.



## Spinaler Galant Übungen für zu Hause

Je 6 x 7 Sekunden



## Babinski Reflex

auch: *Babinskischer Reflex*, ein bei Kleinkindern bis zum zweiten Lebensjahr normaler Reflex, der nach dem französischen Neurologen J. F. F. Babinski benannt ist: Bei Streicheln der Fußsohle, vor allem des Fußsohlenrandes, tritt eine Streckung der großen Zehe nach oben (statt einer Beugung der Zehe nach unten) bei gleichzeitiger Spreizung der übrigen Zehen auf. Tritt dieser Reflex später auf, gilt er als Anzeichen von Störungen bzw. Schädigungen im Bereich des Rückenmarks (Zentralnervensystem) und der Pyramidenbahn.

Anzeichen können sein:

- Plattfüßig und langsam
- Keine Lust zum laufen
- Schuhe an einer Seite abgenutzt/abgelaufen
- Auf dem Bauch liegend, sind die Füße/Zehen nach außen gedreht
- Die Knöchel können in Bauchlage sehr angespannt sein und berühren nicht die Unterlage

## Babinski Übungen für Zuhause

Je 6 x 7 Sekunden



Und viel Barfuß laufen



## **ATNR - Asymmetrisch Tonischer Nackenreflex**

### **„Tollpatsch Kinder“**

Es gibt einen Reflex, den ATNR (Asymmetrisch Tonischer Nacken Reflex), er entwickelt sich in der 13. Schwangerschaftswoche. Der Reflex wird durch die Kopfdrehung zur Seite aktiviert. Die gleichseitigen Extremitäten werden gestreckt, die Gliedmaßen der anderen Seite gebeugt. Das ist die Box- bzw. Trittbewegung des Ungeborenen, die eine Schwangere spürt. Dieses Bewegungsmuster unterstützt während der natürlichen Geburt die Wehen Kontraktion und verschafft dem Kind die darunter notwendigen Verschnaufpausen.

Während der ersten 7 Lebensmonate verbringt das Neugeborene ca. 80% seiner Zeit in dieser Reflexhaltung, denn sie ist für die neuronalen Verknüpfungen und die Muskelspannung immens wichtig. Dieser Reflex ist die Basis für die Entwicklung mehrerer kognitiver Systeme, wie die auditive und visuelle Wahrnehmung, die Raumorientierung und das Wahrnehmungsgedächtnis. Er ist für das Sprech- und Sprachzentrum der linken Gehirnhälfte sowie der Entwicklung eines weiteren Reflexes, dem STNR verantwortlich. Die Basalganglien hemmen zum natürlich vorgegebenen Zeitraum diesen Vorgang und das Kind wird den Kopf drehen können während der Arm entspannt bleibt.

Integriert der ATNR nicht vollständig, kommen bei Auslösung der Kopfdrehung sämtliche Streckmuskeln vom Kopf bis zu den Füßen auf der Gesichtsseite in einen Hypertonus (einem erhöhten Spannungszustand der Muskulatur). Von der Kopfhaut über Gesichtsmuskeln, Zunge, Schultern, Arme, den Körper hinunter bis zum Fuß. Auf der Hinterkopf Seite sind die Beugemuskeln gleichzeitig in einem Hypotonus (einer Erschlaffung der Muskulatur). Das ist sehr anstrengend, da das Gefühl der Mitte nicht erfahren werden kann.

Stellen wir uns ein Schulkind mit einem unvollständig integrierten, also aktivem ATNR vor. Das ist ein Kind, welches wenn es zur Seite schaut reflexartig auch den Arm und wahrscheinlich auch das Bein mit bewegt. Diese Kinder erscheinen uns immer so tollpatschig. Wir sehen seinen Bewegungen zu und wissen „gleich schmeißt er etwas runter“, „gleich wischt er den Tisch frei“, usw. Das Kind kann dieses Bewegungsmuster nicht ändern, da es ein Reflex ist, also muss es lernen, dieses Bewegungsmuster zu kompensieren. Es muss lernen den Arm fest zu halten, also wenn der Kopf gedreht wird, gleichzeitig die Armmuskeln anzuspannen, um den Arm ruhig zu halten.

Wenn wir uns nun mal überlegen was im Körper passiert, wenn bei Bewegungen Muskeln angespannt werden, die nicht dafür gedacht sind; dann können wir uns vorstellen warum all die Kopfschmerz-, Rücken- und Nackenproblematiken auftreten. Weil, wir vielleicht seit Jahren Reflexe kompensieren, die nicht integriert sind, denn sonst kämen wir im Alltag nicht zurecht.

Bei diesem ATNR Muster bedeutet die Reflexintegration, dass der Reflex gehemmt, also von willkürlichen Bewegungsmustern abgelöst wird, damit es dann möglich ist den Kopf zu drehen, ohne dass sich die Extremitäten mit bewegen.

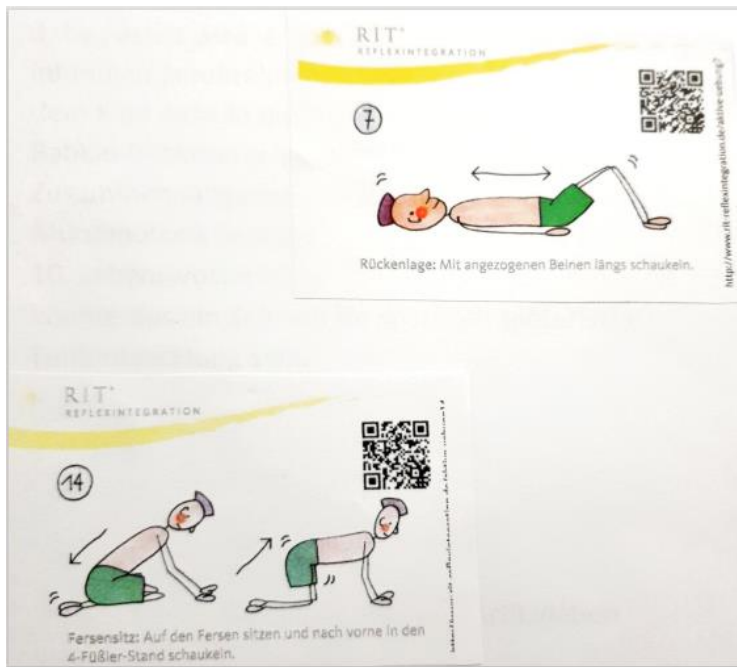
### **Anzeichen können sein:**

- Die Eigendynamik des Körpers verursacht viel emotionalen Stress und eine niedrige Frustrationstoleranz ist die Folge.
- Die vertikale Körpermittellinie kann nicht gekreuzt werden.
- Auditive und visuelle Wahrnehmung ist beeinträchtigt
- Eingegrenzte Raumorientierung
- Gedächtnis- und Merkfähigkeitsstörung
- Gleichgewichtsprobleme
- Schwierigkeiten in der Rechtschreibung, Grammatik, Rechnen
- Beim Lesen wird der Kopf mitbewegt, so dass oft Wörter und Buchstaben ausgelassen werden
- ADS & ADHS können sich entwickeln.

## ATNR Übungen für Zuhause

Bei diesen beiden Übungen bitte immer einen Stift von links nach rechts führen, damit der Blick/Kopf dem Stift folgen kann!

JE 6 x 7 Sekunden



## Babkin Reflex

Bei dem Babkin-Reflex drückt man mit dem Daumen beidseits in die Handfläche des Säuglings. Als Reaktion auf diesen Reiz öffnet sich der Mund des Kindes. Dieser Reflex ist behilflich beim Saugen an der Brust, wenn das Baby gestillt wird. Er persistiert manchmal bei der infantilen Zerebralparese, weshalb man beim Füttern dem Kind nicht in die Handinnenfläche greifen sollte. Die Babkin-Reaktion zeigt, dass neurologische Zusammenhänge zwischen der Handmotorik und Mundmotorik bestehen. Der Babkin-Reflex sollte bis zur 10. Lebenswoche integriert sein. Ab der 12. Woche könnte das ein Zeichen für spastisch-motorische Fehlentwicklung sein.

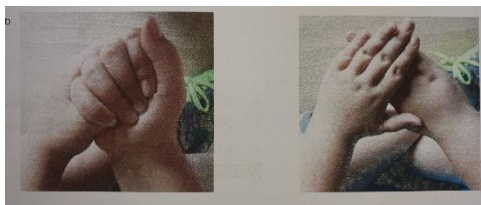
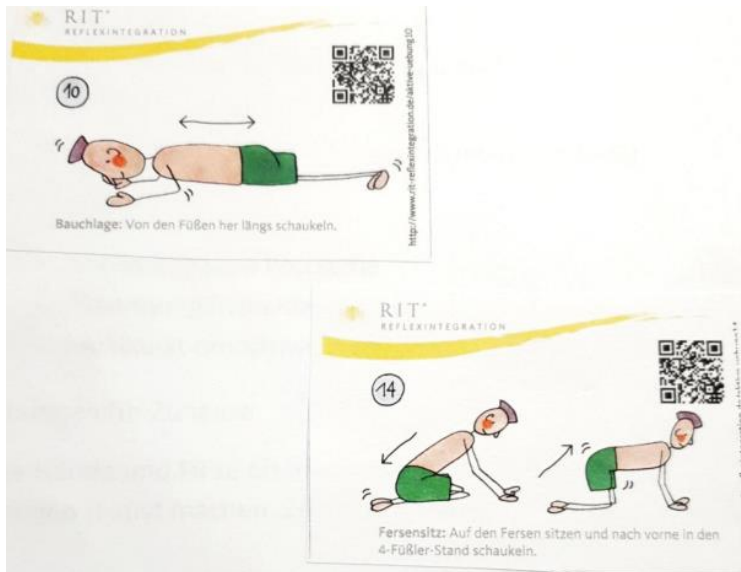
Anzeichen können sein:

- Schlechte Handschrift
- Falsche Stifthaltung
- Feinmotorische Probleme
- Probleme beim Sprechen/Artikulation
- Zähneknirschen
- Zungenbewegung in der Konzentration
- Störung bei der Wahrnehmung von Tönen



## Babkin Übungen für Zuhause

Je 6 x 7 Sekunden



Papier mit einer Hand knüddeln ohne Hilfsmittel



Leichter Leben - Leichter Lernen - Leichtigkeit erleben

Naturheilpraxis Solbach, Pia Wagener, Heidehof 1, 51597 Morsbach 02294/8752

Therapiezentrum corpus sanum, Kölner Straße 323, 51515 Kürten-Bechen, 02207-7040188

## Plantar Reflex

Der Plantar Reflex bereitet die Unterscheidung der linken und rechten Seite vor.

Zudem ist er für die Hand – Fußkoordination zuständig.

Anzeichen können sein

- Phonologische Probleme
- Spannungen im Kiefergelenk
- Artikulationsschwierigkeiten

Übungen für Zuhause:

Die Hände und Füße oft im Wechsel strecken und beugen (Faust machen, Zehen einrollen)

[www.pia-wagener.de](http://www.pia-wagener.de)

[hej@pia-wagener.de](mailto:hej@pia-wagener.de)

## Saugreflex

Der Saugreflex ist ein angeborener frühkindlicher Reflex, der in Einzelfällen bis zum Ende des ersten Lebensjahres nachgewiesen werden kann. Er verschwindet jedoch in der Regel gegen Ende des dritten bis vierten Lebensmonats.

Der Saugreflex des Neugeborenen wird durch Berührung der Lippen und der Zungenspitze ausgelöst. An der muskulären Ausführung wirken u.a. die Mundbodenmuskulatur, die Zungenmuskulatur und die mimische Muskulatur mit.

Der Untersucher klopfte den Mittelteil der Oberlippe auf Höhe der Schneidezähne. Als Reflexantwort kommt es zur Kontraktion der Wangenmuskulatur und des Musculus orbicularis oris.

### Anzeichen:

- Schlechte manuelle Geschicklichkeit
- Zunge bewegt sich bei Konzentration oder hängt aus dem Mund
- Mund generell oft offen
- Schmatzen
- Artikulationsprobleme

### Saugreflex Übungen für Zuhause:

- Viel durch einen dünnen Strohhalm trinken
- Zeigefinger über die Lippen, Mittelfinger unter die Lippen, zusammendrücken und Luft durchpressen
- Spaghetti einsaugen



shutterstock.com • 708755932

## Greifreflex

Der Reflex beeinflusst die Entwicklung der Grobmotorik der Hand und bereitet die Unterscheidung für links und rechts vor. Zudem ist er zuständig für die Koordination Hand – Mund und Hand – Fuß.

## Anzeichen

- Schlechte Handmotorik
- Schlechte Handschrift
- Mangelhafte Feinmotorik
- Falsche oder sehr feste Schriftführung
- Mitbewegung der Zunge und des Mundes bei Konzentration
- Unsichere Hand-Augen-Koordination

## Greifreflex Übungen für Zuhause

Je 6 x 7 Sekunden





## Hochziehreflex

Der Hochziehreflex löst den Greifreflex ab und hilft die Fähigkeit zu entwickeln Dinge in der Hand zu halten, sie zu nehmen und in den Mund zu stecken. Durch die Muskeltätigkeit des Reflexes, entwickelt sich die Feinmotorik. Damit kann das Baby lernen etwas von der einen in die andere Hand zu geben, dadurch werden beide Gehirnhälften integriert.

Durch das hoch ziehen und die Streckung wird das Raumbewusstsein verändert.

### Anzeichen:

- Besondere Muskelspannung in den Händen.
- Schlechte Handschrift
- Mangelhafte Feinmotorik und Ermüdung bei manuellen Tätigkeiten.
- Falsche oder sehr feste Stiftführung
- Rechtschreibprobleme durch Anspannung in den Armen
- Ständiges beugen der Ellbogen ist möglich

Quelle: Sieber und Paasch Institut