

SENSOMOTORISCHE INTEGRATION

Auswirkungen auf das emotionale und
körperliche Gleichgewicht



AUSBILDUNGSZENTRUM BETTINA B. BRENCIC
b.brencic@lernberatung.eu.com
+43 664 58 33 878
www.3b-methode.at



AUSBILDUNGSZENTRUM Bettina B. Brencic



- Evolutes Didaktik Training nach der 3B- Methode®
- Heilfrequenz-Coaching
- Lern- und Entwicklungsberatung
- Sensomotorische Integration

Morellenfeldgasse 4

8010 Graz

b.brencic@lernberatung.eu.com

+43 664 58 33 878

www.3b-methode.at





3B-METHODE®

Wir gehen in **Beziehung**, erschaffen
das **Bewusstsein**, und kommen in **Bewegung!**

(Das eine bedingt das andere)

Inhalt

1. Definition
2. Was ist SI?
3. Nahsinne (Fernsinne)
4. Bewusstsein für Reizsucher und Reizvermeider entwickeln
5. Nahsinne – Taktil, Propriozeptives System, Gleichgewicht
6. Integrierte erlebte Sensomotorik - Resultat
7. Auf was ist in der Praxis zu achten?



Was ist gemeint mit Sensomotorischer Integration?

Definition

Die Sensorik (Reizaufnahme) beschäftigt sich mit der Wahrnehmung, Beschreibung und Bewertung von Eigenschaften der Sinnesorgane.

Die Sensomotorik beschreibt das Zusammenspiel zwischen Reizaufnahme (Sensorik) und Reizantwort in Form von Bewegung (Motorik).

Überall in unserem Körper befinden sich Rezeptoren, die auf Reize wie Berührung, Druck, Temperatur, Schmerz usw. reagieren.

Diese Reize werden durch Nerven in das zentrale Nervensystem geleitet und zur Verarbeitung, in die entsprechenden Areale delegiert.

Die Folge ist eine "Reizantwort", in der z.B. Muskelspannung verändert wird.



Was ist sensomotorische Integration?

Durch das Sammeln vieler unterschiedlicher Reize aus den verschiedensten Sinnesbereichen lernen wir unseren Körper kennen und einschätzen.

Diese Erfahrungen müssen mit Bewegung verknüpft werden. Nur so können wir unsere Umwelt richtig wahrnehmen und können angemessen auf sie reagieren.

Nahsinne:

taktile Reize (tasten, berühren)

kinästhetische Reize (Muskeln, Gelenke, Bewegung, Eigen-Tiefenwahrnehmung)

vestibuläre Reize(Gleichgewicht)

Fernsinne:

visuell oder auditiv, riechen, schmecken



„Treten wir mit Menschen in Kontakt bzw. in
Verbindung,
ist es wichtig,
Unterschiede wahrzunehmen und zu respektieren.“

„Jeder Mensch entwickelt seine
sensorischen Systeme aufgrund
seiner eigenen Erfahrungen, auf eigene Weise!“



Motorik - Bewegung

Bewegung:

Unsere Sinne (Sensorischen Systeme) stellen durch Bewegung **UNTERSCHIEDE** fest.

- wir bewegen uns selbst
- Bewegung kommt aus der Umwelt
dadurch entsteht ein **sensorisches Feedback!**

- Kinder, die **Probleme mit dem Spüren** haben zeigen meist auch in der **motorischen Entwicklung Probleme**.
- Kinder mit **Problemen in der motorischen Entwicklung** zeigen meist auch **Probleme in der Sinnesverarbeitung**.

= manche **bewegen sich sehr viel** um sich sicher spüren zu können(ADHS)

= manche **bewegen sich sehr wenig** da sie ansonsten **aus dem Gleichgewicht** kommen



Reizsucher :: Reizvermeider

Reiz-Sucher:

SUCHEN in einer oder mehreren Sinneserfahrungen
STARKE REIZE.

Bsp: Nahsinne: taktil, kinestetisch, Gleichgewicht

Bsp: Fernsinne: sehen, hören, riechen, schmecken

Reizvermeider:

MEIDET REIZE einer oder mehrerer Sinneserfahrungen.

-> Lösung langsame Annäherung(Gegenstände dazwischen)



Nahsinne: taktile Reize

Im Mutterleib entwickelt sich das taktile System als **erstes sensorische System**.

Zum Tastsinn gehört die **Berührungswahrnehmung**, aktiv oder passiv:

Passiv- über unterschiedliche Materialien der Kleidung

Aktiv - über Berührung

Die Ausreifung der Berührungswahrnehmung ist ausschlaggebend für unsere Entdeckerfreude. Unterschiede von Materialien, Formen und Größen werden wahrgenommen. Als erstes erkunden wir den eigenen Körper (Hand, Fuß, Mund)

Über die Haut nehmen wir auch Temperatur und Schmerz (mehr oder weniger) wahr.

Reizsucher – bevorzugen starke Reize

*Sie wollen nicht vorsichtig angefasst werden, sondern klar,
fest und eindeutig*

Reizvermeider – taktile Abwehr, will nicht angefasst werden

Gegenstände zwischen Kind und uns helfen, Vertrauen aufzubauen

Der Tastsinn ist mit allen anderen Sinnen sehr eng verbunden.



Taktiler System - Maisstärke



Taktiler Reiz - Bürste



Taktiler Reiz - Körpermalstifte



Interventionen:

Viele Materialien für die Sinneserfahrungen anbieten:

- Creme, Cremelotion (unterschiedliche Konsistenzen)
- Maisstärke, Kartoffelstärke
- Rasierschaum, Rasiergel
- Pinsel
- Kleister
- Fühlsäcke, Fühlkiste
- kleine Seifen
- Schminkstifte
- Vogelsand
- Knete
- Ton
- Glasnudel
- Linsentopf (später kann man Murmeln darin verstecken)
- Taststraße für die Füße
- Kastanienbad
- Bohnenkiste
- Verschiedenste Bürstchen



Nahsinn: Kinästhetisches System

- **Propriozeptives/kinästhetisches System**

Druck-Zug (Ü: Tiefenwahrnehmung)

Druck und Zug setzt sich im Körper fort, passiert unbewusst, wird trotzdem vom Gehirn als Reiz verarbeitet.

!Starke Reize über Druck und Zug überdecken Berührungsreize!

- **Stellungs- und Bewegungssinn**

Auch ohne Augen spüren wie die Lage und Stellung der Gelenke zueinander ist und wie sie sich durch Bewegung verändert.

Vorstellung haben wie sich der Körper im Raum befindet.

- **Kraft und Spannungssinn**

Wieviel Muskelkraft braucht man um eine Bewegung auszuführen, bzw. um Gelenke in Stellung zu halten und mit Gegenständen umzugehen.

Muskelspannung zwischen Anspannung und Entspannung wechseln können.

Ü: Diagonale in Körper bringen – Fuß Boden Druck



Zug Diagonale - schwere Tasche



Zug setzt sich im Körper fort - Diagonale



Wichtig:

- Kinder, die ein Thema in der Eigenwahrnehmung haben, suchen den Kontakt zu Kindern und Erwachsenen über Kraft. Sie boxen, rangeln und raufen. Sie zeigen uns ganz genau, was Sie brauchen, nämlich, ihren Körper durch Druck und Zug spüren zu können.
- Dadurch sind diese Kinder auch ständig in Bewegung, denn nur so nehmen sie ihren Körper wahr.

„Durch Unwissenheit wird hier den Kindern allzu oft Unrecht getan. Sie werden als Raufbolde, Kinder mit Aggressionen und mit der Diagnose ADHS schubladiert“



Interventionen:

- verhältnismäßig starke Massagen
- Bewegungen des ersten Lebensjahres
- Bewegungsparcours (Krabbeln und Diagonalen, alle Basisübungen)
- Reizsetzung über Druck
- Reizsetzung über Zug

*Werden taktile und kinästhetische - propriozeptive Reize gut verarbeitet,
entsteht ein ICH- Gefühl,
die Basis für das Selbstbewusstsein.*



Nahsinne: Vestibuläres System (Gleichgewicht)

Gleichgewichtssystem ist wichtig für:

- Auseinandersetzung mit der Schwerkraft
- Aufrechterhaltung des Körpers
- Orientierung im Raum
- Beschleunigung und Drehbewegung (dynamisches, bewegtes Gleichgewicht)



Wir unterscheiden:

- Die lineare Bewegung: Vor – Zurück – Hin - Her

Das Kind zeigt, dass es nicht gerne schaukelt und es fällt ihm schwer, rückwärtszugehen.

- Die Drehbewegung:

Das Kind hat Körperkoordinationsprobleme und kreuzt die Körpermittellinie schwer oder vermeidet es ganz.

- Orientierung im Raum: (Zauberpunkt!)

Das Kind fühlt sich in Räumen nicht sicher, es sitzt an einem sicheren Ort auf einem Stuhl mit Lehne. Es wechselt nicht gerne den Raum. Das Kind kann Richtungen nicht benennen (oben, unten, neben, ...)

Wir achten auf das statische Gleichgewicht (STAND), das dynamische Gleichgewicht (BEWEGUNG) und auf das Objektgleichgewicht.

Das Objektgleichgewicht meint den Umgang mit Materialien bzw. Gegenständen im statischen und dynamischen Gleichgewicht.



Das statische und dynamische Gleichgewicht muss in Balance sein, damit sich ein Mensch wohlfühlt. Ist diese Waage nicht im Gleichgewicht, kommt hyperaktives Verhalten, oder aber sehr reduziertes Bewegungsverhalten zustande.



Auch im vestibularem Bereich achten wir auf die Reaktionen der Kinder:

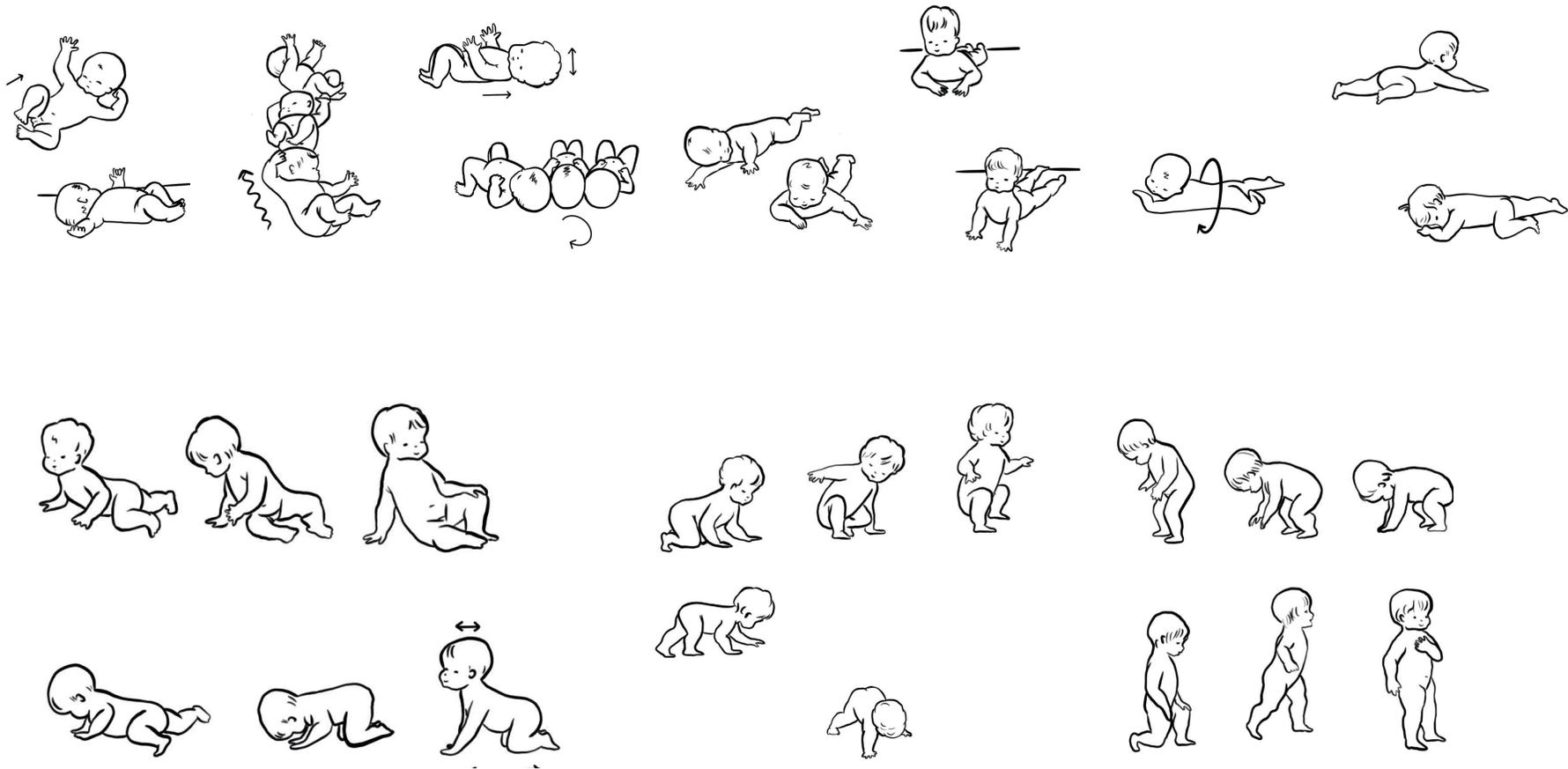
Sind sie unterempfindlich- also als Reizsucher?

Sind Schreibabys und wollen nicht liegen? Starker Bewegungsdrang und starker Gleichgewichtsreiz wird gelebt (z.B. Schaukeln, Wippen, Drehschaukeln). Sie sind furchtlos, springen von hoher Höhe (Aufsprung = Tiefenwahrnehmung). Erledigen alles schnell!

Sind sie überempfindlich- also Reizvermeider?

Sie werden als ruhige, zufriedene Babys beschrieben, die Spiele wie z.B. „Hoppe, Hoppe Reiter“ und „Hoch in die Luft werfen“ nicht mögen. Vermeidung von schaukeln, balancieren und klettern, sowie Kreisspiele mit Gleichgewichtsschwerpunkt. Vorsichtiges und ängstliches Verhalten. Sucht Kontakt zu Gegenständen: Wand, Stuhl, Tisch, ...

3 Gleichgewichte - die kindliche Aufrichtung



DIAGONALERFAHRUNG! Beeinflusst die Drehbewegung, das Krabbeln, das Aufstehen und auch das Gehen.

Gleichgewicht- Interventionen

Materialien und Interventionen:

- Lineares Gleichgewicht: Schaukel an 2 Punkten - auch Hängematten zur Körperbegrenzung
- Drehbewegung: Schaukel an 1 Punkt
- Dynamisches Gleichgewicht: Schaukel tief hängen!
- Oft erforschen Kinder das Schaukeln in Oberkörperauflage - selbstbestimmt!
- Trampolin (Körperspannung)
- Rollbrett (Körperspannung)
- Schrägen (für die Diagonalbewegung und Geschwindigkeit)
- Bewegungen aus der kindlichen Aufrichtung
- Creme Rutsche



Gleichgewicht – Cremerutsche



Integrierte Sensomotorik - Was daraus resultiert:

Bewegung, Verhalten, Lernen und Sprache,
Konzentration, Aufmerksamkeit,
Soziales Verhalten, Mut, Selbstvertrauen,
Verantwortungsgefühl für sich und andere,
emotionale Sicherheit, Vertrauen,
seelisches Gleichgewicht, Lebensfreude,
Optimismus....



Praxis Tipps

Wie wir den Reiz setzen:

- Erst wenn das Kind Bereitschaft zeigt wird ein Reiz gegeben!
- langsam
- klar und eindeutig
- ganzflächig
- in die Tiefe gehend oder berührend
- einen Moment verweilend/bleibend, langsam weggehen
- Pause !!!!!

Achten:

- Berührungsreiz- Druck reduzieren
- Tiefenwahrnehmung – Druck entsprechend fester



Praxis Tipps

Erkennungsmerkmale der Reizverarbeitung:

Gesichtsausdruck (Augen: wenn es spürt der Reiz kommt an-
hohe Aufmerksamkeit und Konzentration ersichtlich, Kind
schaut nach "innen")

Entspannungszeichen. Atmung, Körperspannung,

Sicherheit vermitteln:

Zuerst an sich selbst zeigen was man gerne machen möchte

Oder an einer Puppe

Achtung Reizvermeider über ein Kissen zb.



*„Wenn ich weiß was ich tu,
kann ich tun was ich will.“*

Moshe Feldenkrais

Herzlichen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit!

