

Monika Bauer

Physiotherapeutin und Manualtherapeutin aus Peiting, D

Vortrag „Vom artgerechten Aufwachsen unserer Babys“

Unsere Babys kommen als „Traglinge“ auf die Welt. Vor allem bei der Regulierung ihrer Muskulatur sind sie auf die Hilfe ihrer Bezugsperson angewiesen. Sie können sich nicht allein fortbewegen und brauchen bei der Nahrungsaufnahme die Unterstützung ihrer Eltern oder anderer Erwachsenen.

In der ersten Zeit des Babylebens helfen frühkindliche Reaktionen, sich in der Welt der Schwerkraft zurechtzufinden. In der weiteren Entwicklung reifen die Stell- und Gleichgewichtsreaktionen. Diese ermöglichen dem Baby eine zunehmende Selbstständigkeit in der Sensomotorik. Die einzelnen Entwicklungsschritte werden mit zunehmender Hirnreife automatisch abgerufen und bilden ein solides Fundament für den aufrechten Gang und die kognitive Weiterentwicklung.

Damit diese Entwicklung stattfinden kann, benötigt das Baby eine „artgerechte“ Umwelt und eine „artgerechte Umgehensweise“ („Aufzucht“).

In der heutigen Welt gibt es viele Faktoren, die für unsere Babys nicht mehr „artgerecht“ sind. Wie kann man trotzdem dafür sorgen, dass es zu einer ungestörten Reifung des Gehirns und zu einer daraus resultierenden physiologischen, harmonischen Entwicklung der Sensomotorik kommt?

Literatur von Frau Bauer

Schritt für Schritt ins Leben, Vg. Goldegg 2009

Auf zwei Beinen in die Welt, Vg. Goldegg 2010

Von der artgerechten Aufzucht unserer Kinder, Vg. Goldegg 2005

Frau Monika Bauer ist Physiotherapeutin, Manualtherapeutin und Heilpraktikerin in eigener Praxis in Peiting in Bayern und leitet Weiterbildungskurse in der Schweiz, Süddeutschland und Österreich.

Zur Person

Monika Bauer

Sudetenstr.3

86971 Peiting

Tel 01601886987

Email: monika@bauer-kiss.de

Weitere Informationen finden Sie auf
www.inpp.ch/konferenz2019/referenten.html



INPP Österreich und Schweiz

Funkenbergweg 3

D-88459 Tannheim

Tel 0049 8395934229

Mail: a.vanvelzen@t-online.de

www.inpp.info

www.inpp.ch



Von der artgerechten Aufzucht unserer Kinder Schritt für Schritt ins Leben



Sensomotorische Entwicklung

- Vom Tragling



- Zum Zweibeiner



Anpassungszeit - artgerecht



- Fester Halt - Pucken
- Rhythmische Bewegung
- Reizarme Umgebung
- Möglichst wenige, immer gleiche Bezugspersonen zum Erlernen des tonischen Dialogs
- Erlernen von ersten Rhythmus (Trink-Schlaf-Rhythmus)

Anpassungszeit - heute



- Kein Halt
- Reizüberflutung
- Viele Bezugspersonen, Besuch....
- Kein Einhalten der „Schonzeit“ des Babys und auch der Mama

Daraus resultiert:

- Frühkindliche Reaktionen werden ständig „befeuert“, vor allem der Moro und der TLR
- Schreiattacken
- Hyperexzitabilität

Ist das artgerecht



Kleine Säuglinge brauchen das Tragen, weil



- ...sie so Mama riechen können
- ... sie Herzschlag, Atmung von Mama wie im Mutterleib fühlen können
- ...ihre Muskelspannung durch die rhythmische Bewegung besser regulieren können
- ...sie den äußeren Halt brauchen
-

Traglingzeit -artgerecht



- Möglichst liegend, ohne Belastung vom Becken und Wirbelsäule
- Mit klarem festem Halt
- Immer mit der Möglichkeit, die Reize ausschalten zu können

Tragen heute



- Belastung von Becken und Rücken
- Reizüberflutung
- Förderung des Strecktonus vor allem der Kopfextension
- Förderung von Asymmetrien

Daraus resultiert

- Asymmetrien der Wirbelsäule
- Deutliche Erhöhung des Strecktonus
- Befeuert statt Abbau der frühkindlichen Reflexe

heute - artgerecht



Die ersten vier bis sechs Monate



Erlernen der stabile symmetrische Rückenlage

- Voraussetzung für erste Fortbewegung wie Drehen, Rollen, Robben
- Position der Körperwahrnehmung
- Entwicklung des Körperschemas



Erlernen der stabilen Bauchlage



- Voraussetzung für das Erlernen von Robben und Krabbeln
- Training der Rückenmuskulatur
- Förderung der Hüft- und Fußentwicklung

Greifen



Was ist in diesem Alter artgerecht



- Das Baby sollte möglichst viele Wachphasen auf dem Boden verbringen, zu gleichen Zeiten auf Bauch und Rücken
- Gemütliche, weite Bekleidung oder auch mal ohne Bekleidung
- Der Körper von Mutter/ Vater und der eigene Körper sind das geeignete Spielzeug
- Taktile Spiele fördern die Körperwahrnehmung

Die ersten 4 -6 Monate heute



- Häufige halbschräge, angeschnallte Sitzposition
 - Reizüberflutung durch „light and Sound“ Spielzeug
 - Einengende, nicht zweckmäßige Bekleidung – textiler Widerstand-
- Daraus resultiert**
- Keine Beschäftigung mit dem eigenen Körper
 - Kein finden der Mitte
 - Keine stabile Ausgangsstellung für neue Fortbewegungen

Die zweiten vier bis sechs Monate



Zeit des Muskeltrainings

aus den Lagen und erste Fortbewegung
Rückenlage



- Bauchmuskeltraining
- Training der Körperwahrnehmung
- Training des Körperschemas

Bauchlage



- Training der Rückenmuskeln
- Training des Schultergürtels
- Training der Hüft- und Fußmuskulatur

Seitlage - Gartenzwerghaltung



- Training der seitlichen Rumpfmuskulatur
- Erste Teilbelastung des Fußes
- erste stabil – labile Ausgangsstellung
- Übung für den Ein – Bein – Stand

Erste Fortbewegungen



Drehen und Rollen



Robben



Was ist in diesem Alter artgerecht



- Bewegungsfreiheit auf dem Boden
- Wackelige und spürige Unterlagen –Natur-
- Bequeme Bekleidung oder viel textilfrei
- Wahrnehmungsreiche Umgebung
- So wenig wie möglich Abnehmen von Bewegungsübergängen z.B Hinsetzen

Die zweiten vier bis sechs Monate heute



- Nicht adäquate Spielsituationen
- Häufiges angeschnalltes Sitzen
- Wenig Bodenaktivitäten

Daraus resultiert

- Keine bzw. zu wenig Fortbewegung
- Kein bzw. zu wenig Rumpfmuskeltraining
- Frühkindliche Reflexe werden zu wenig abgebaut - umgebaut
- Wenig oder gar keine Rumpfrotation

Die dritten vier bis sechs Monate



Zeit des Krabbelns



- Training der Rumpfmuskulatur
- Training der Schultergürtel muskeln
- Stützfunktion des Schultergürtels – Feinmotorik
-

Zeit des Hinsetzens – Sitzvariationen



Zeit der Kabbelvariationen



Zeit der Krabbelvariationen



Zeit des unterstützten Stehens und Gehens



Zeit des freien Aufstehens



Zeit des freien Aufstehens



Freies Gehen



Was ist in diesem Alter artgerecht



- Bewegungsfreiheit in der Natur
- So wenig wie möglich angeschnalltes Sitzen
- Bis zum freien Laufen keine Schuhe, möglichst barfuß
- Kein Drängeln in Richtung Gehen
- Keine Überbehütung, selber Erfahrungen mit hoch-tief Innen außen.....in einem Kleinkindgerechtem Umfeld machen dürfen

Die dritten vier bis sechs Monate heute



- Gelenkte Bewegungsfreiheit
- Druck, laufen zu lernen
- Starke Überbehütung
- Zu viel zu oft angeschnalltes Sitzen
- Häufig keine oder nur sehr kurze Krabbelphase
- **Je mobiler unsere Erwachsenenwelt wird, um so immobilier wird die Kinderwelt**
- **Daraus resultiert**
- Qualitativ schlechte Sensomotorik,
- Vermehrte Restreflexe



Das zweite bis vierte Lebensjahr



Sensomotorik Rennen – rückwärts Gehen



- ⇒ Rotation des Rumpfes
- ⇒ Training der Fußmuskulatur
- ⇒ Voraussetzung für sportliche Betätigungen

Sensomotorik beidbeiniges Hüpfen



- ⇒ Training der Muskelkoordination
- ⇒ Überwinden der Schwerkraft
- ⇒ Voraussetzung für alle weiteren sportlichen Betätigungen und für höhere Koordinationen
- ⇒ Fußmuskulaturtraining

Sensomotorik Ein – Bein - Stand



- ⇒ Perfektionierung des Gleichgewichts
- ⇒ Stabilität der Fußmuskulatur
- ⇒ Stabil – mobile Ausgangsstellung

1 Bein Hüpfen



Körperkoordination rechts/links, vorne/hinten, oben/unten, diagonal



- ⇒ Voraussetzung zum Umsetzen in den zweidimensionalen Bereich
- ⇒ Beispiel Schrift
- ⇒ Beispiel schriftliche Rechenaufgaben

Das zweite bis vierte Lebensjahr artgerecht



- Zeit für Bewegungsspiele in der Natur
- Zeit, Gleichgewicht und Koordination zu trainieren
- Raumerfahrungen sammeln
- Ruhephasen finden
- Sicherheit im Familienverbund

Koordination, Gleichgewicht, Wahrnehmung



Körper-und Raumwahrnehmung



Zweites bis viertes Lebensjahr heute



- Lauffreude wird nicht gefördert
- Frühes Hinwenden zu elektronischem Spielzeug
- Gruppen mit gleichaltrigen Kindern überfordern häufig
- Überbehütung lässt keine Bewegungsfreude zu
- Insgesamt zu wenig freie Spielzeit besonders in der Natur

Naturerleben ??????



Schutzhelme für Kleinkinder nötig???



Hauptsache sicher



Und angeschnallt sitzen



Ausgereifte Sensomotorik

- Koordination in allen Ausgangsstellungen
z.B.: Hüpfkoordination vorne-hinten/ oben-unten/
rechts-links
- Gleichgewicht und posturale Haltefunktionen in
allen Ausgangsstellungen
- Sicheres, blindes Körperschema
- Raumwahrnehmung
- Körperlage im Raum
- Orientierung im 2-dimensionalen Bereich



Zeit, Liebe, Geborgenheit





www.bauer-kiss.de