

ICH SPÜRE MICH- ICH SPÜRE DICH

Präsenz und Körperwahrnehmung als Anker
und Basis für eine spielerische Entwicklung





Ein Baum ist nur so stark
wie seine Wurzeln...

UNSERE WURZELN

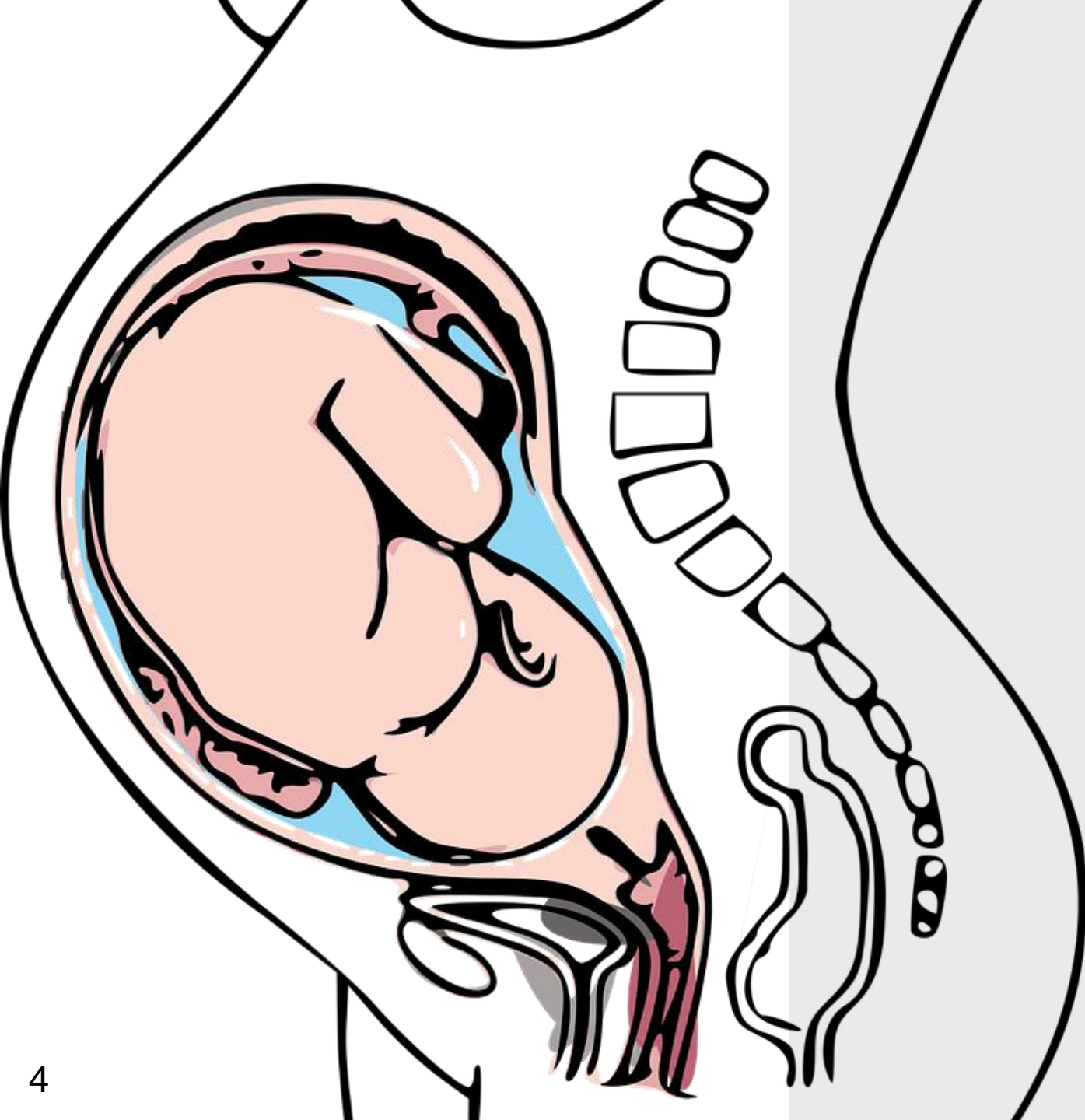
Was bieten Wurzeln?

- Nahrung
- Halt
- Sicherheit
- Stabilität
- Zentrierung

Unsere Wurzeln (Basissinne) bieten
ähnliches für unsere Entwicklung!

WAS SPÜREN WIR IM MUTTERLEIB?





BASSINNE IM MUTTERLEIB

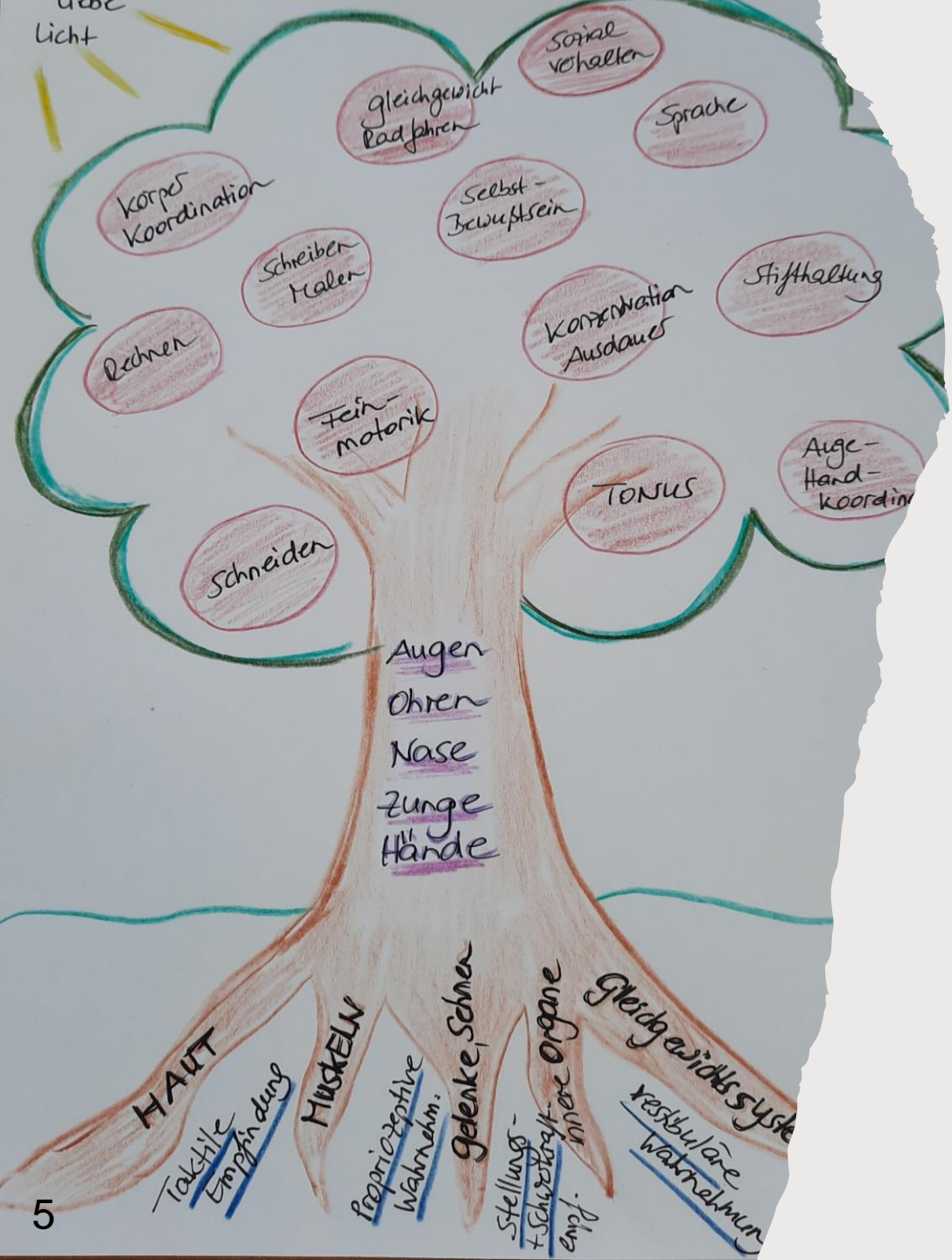
Enger, begrenzter und sicherer Raum
Tiefensensibilität

Passive und aktive Bewegungen im
Mutterleib

Vestibulärer Bereich

Berührungsreize

Taktiler Bereich



WAHRNEHMUNGSBAUM

Unsere Wurzeln sind die Basissinne

Die Basissinne bilden die ersten Sinne schon im Mutterleib. Wir sind über diese Sinne also auch häufig in Kontakt mit dem präverbalen, und prä-, peri- und postnatalen Bereich

Sinnesorgane in der Haut, Muskeln, Gelenken, Sehnen und Gleichgewichtssystem informieren über

- **Tiefensensible Wahrnehmung** / Propriozeption
- **Gleichgewichtssinn** / Vestibuläres System
- **Oberflächensensibilität** / Taktiler System

- Die Basissinne bilden die Wurzeln unserer kognitiven, grob- und feinmotorischen, aber auch sozialen und psychischen Fähigkeiten.
- Eine korrekt ablaufende Wahrnehmungsverarbeitung ist ein neurologischer Vorgang, der die auf den Körper einwirkenden Sinnesreize aufnimmt, sortiert, miteinander verknüpft und im Gehirn korrekt interpretiert
- „Straßenkreuzung“ mit oder ohne Ampel / „Chaos im Gehirn“
- Kinder mit Problemen in der Basissinnverarbeitung landen zudem häufig bei Psychologen, da die Verhaltensauffälligkeiten vordergründig sichtbar werden:

Ängste

Aggressivität

Grenzenloses Verhalten

ADHS, ADS

Autistische Züge

Schulschwierigkeiten/ Schulverweigerer

STÄRKUNG DER BASISINNE

- Wenn die Verarbeitung der Basissinne eingeschränkt ist, tritt häufig eine Auffälligkeit im Bereich der „ Stammsinne“ und bei den „Früchten“ auf. z.B. ungeschickte, grenzüberschreitende aber auch hochsensible, reizüberflutete Kinder
- Eine Stärkung und geordnete Integration der Basissinne wirkt daher regulierend auf unsere Wurzeln, die „Stammsinne“ und fördert das „Fruchtwachstum“
- Spezielle Therapie mit sensorischer Integrationstherapie (SI)
- Vervollständigung und Nachholen von Erfahrungen aus dem Mutterleib und der frühen Säuglingszeit ist ein natürliches Bedürfnis eines jeden Menschen



ENTWICKLUNGSFÖRDERUNG ÜBER DIE BASISSINNE

Es gilt den vorsprachlichen, prä-, peri- und postnatalen Bereich nachzunähren.
Dies ist direkt über den Körper und die Basissinne möglich:

Pucken

In feste Matten einrollen

Festhaltespiele

Höhlen

Schaukeln

Hängematte eng

Nestbau

Körper als Resonanzkörper

Berührungsreize /Matschen





**BASISMATERIAL
(INKLUSIVE EIGENER KÖRPER)**









RAUFEN, KÄMPFEN

ICH SPÜRE MICH - ICH SPÜRE DICH KONTAKT UND PRÄSENZ

Wie spüre ich mich selber mehr und welchen Einfluss hat diese Präsenz auf das Kind, den Kontakt, das Lernen und die Entwicklung des Kindes?

Meine körperliche Präsenz bietet:

- Stabilität
- spürbare Sicherheit
- Landeplatz
- Kontakt / Grenzen
- Halt
- Verwurzelung/ Basis

Dafür brauche ich als Therapeut/ Begleiter ein Bewusstsein über meinen eigenen Körper, meine eigenen Basissinne und meine vorsprachlichen Bedürfnisse um selber in mir diese Qualitäten zu nähren!

IN SICH , IN SICH...IN SICHERHEIT

- Was hindert uns daran bei uns im Innen, verankert zu sein?
Medien, Handy, Reizüberflutung, Vegetative Überlebensmodi , Ablenkung
→ Zu viel im Außen!!!
- „Innen?...Da war ich noch nie“
- Landeplatz und Anker in sich finden

Wir sind nur dann ganz bei Sinnen, wenn wir uns be-SINNE-n

WIE STÄRKEN WIR UNSERE EIGENEN WURZELN?

Wir brauchen auch immer wieder eine Stärkung der Basissinne und können dies häufig zusammen mit den Kindern stärken

Ziehen- Schieben / Raufen Lang ziehen	Festhaltespiele spielerisch
Massagekörnchen	Klebespiele
Spinnenspiel	Pezziballspiele
Klettern	Hängematte
Gewichtsdecke	Geburtsspiele
Matschen / Berührungsreize	Paket packen/ in Decke einwickeln



ODER AUCH SO...



IN SICH, IN SICH... IN SICHERHEIT

Im Überlebensmodus kann ich nur sehr eingeschränkt mit mir und meinem Körper in Kontakt sein und auch deutlich eingeschränkt mit meinem Gegenüber.

Kontakt zu mir und zu anderen geht nur wenn wir uns SICHER FÜHLEN

PRÄSENZ

Systemischer Kontext

BASSISINNE UND VEGETATIVES NERVENSYSTEM

Fluchtmodus

Hippelig, unkonzentriert, abwesend, immer in Bewegung, viele Gedanken

Erstarrungsmodus

Niedriger Tonus, wenig TS, herabgesetztes Schmerzempfinden, unterinformiert in den Basissinnen, wenig Kontaktaufnahme
Vermeiden von Blickkontakt

Angriffsmodus

Aggressiv, laut, um sich schlagen, grenzüberschreitend

KÖRPERWAHRNEHMUNG IM KONTAKT

Für mich	Für mein Gegenüber
Im Gleichgewicht / Muskeltonus	Stabilität und Fels in der Brandung sein
Im Körper anwesend / innerer Landeplatz Sich selber spüren	„Landeplatz“ sein Spürbar sein
Orientierung in mir und der Welt	Bezugs- und Orientierungspunkt sein
Kontakt/ Verbindung zu mir	Kontakt/ Verbundenheit



FRAGEN???

**HINWEIS ZU
WORKSHOP AM
16.3.24**

Kontakt

Birgit Ruhe-Püll
Heilpraktikerin, Ergotherapeutin und
Cranio-Sacraltherapeutin
Praxis für Körpertherapie
praxis@birgit-ruhe.de
www.birgit-ruhe.de

LITERATUR

JEAN AYRES:
BAUSTEINE DER KINDLICHEN ENTWICKLUNG

QUELLEN DER BILDER

Seite 1,2,3, 4, 8, 9,19 und 22

Pixabay

Seite 5,10,11,12,13,14 und 18

Birgit Ruhe-Püll