

GONGE[®] INSIGHTS

Gonge Air Board bei motorischer Unruhe

Von Physiotherapeutin Hannah Harboe

Kinder brauchen Bewegung. Sie hilft ihnen wach und aufmerksam zu bleiben. Manchmal ist Bewegung jedoch derart unruhig und andauernd, dass es dem Kind schwerfällt, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren. Diese motorische Unruhe kann Kontakt und Zusammenspiel erschweren.

Fordert man den Gleichgewichtssinn eines Kindes heraus, verändert dies seine Aufmerksamkeit und Konzentration. Die Herausforderung, das Gleichgewicht zu halten, kann dem Kind helfen, seine motorische Unruhe besser zu steuern und fokussiert zu bleiben.

Wenn das Gehirn registriert, dass wir dabei sind, aus dem Gleichgewicht zu geraten, wird der bewusste Teil unseres Gehirns aktiviert. Genau hier sitzen unsere Aufmerksamkeit und Konzentration.

Das Halten des Gleichgewichts erfordert viel Aufmerksamkeit und damit Energie. Aus diesem Grund dürfen Gleichgewichtsübungen nur in kürzeren Intervallen ausgeführt werden. Sie sind kein Mittel, das über längere Zeit zum Dämpfen motorischer Unruhe geeignet ist. Die Übungen können aber dazu verwendet werden, dem Kind das positive Gefühl zu vermitteln, dass es seine Unruhe zähmen und die Konzentration und Aufmerksamkeit über eine kürzere Zeit halten kann.

Das Air Board ist dafür gedacht, den Gleichgewichtssinn des Kindes ganz seinem Entwicklungsstand entsprechend zu stimulieren. Hierfür kann man entweder die Luftmenge im Air Board regulieren oder wahlweise die flache farbige Seite oder die runde weiche Seite nach oben drehen.

Fall auf Seite 2. >>



Fall:

Adam ist 5 Jahre alt und ein fröhlicher, energiegeladener Junge. Motorisch ist er zwar gut entwickelt, doch erleben sowohl er als auch seine Eltern, dass es ihm mit zunehmender Komplexität der motorischen Handlungen schwerer fällt, sich zu konzentrieren und die Aktivität über einen bestimmten Zeitraum zu wiederholen und beizubehalten. Das führt dazu, dass er leicht aufgibt und in seiner motorischen Entwicklung zurückgeworfen wird. Dies betrifft nicht zuletzt auch seine feinmotorischen Fertigkeiten wie Essen mit Besteck, Zeichnen und das Führen eines Bleistifts.

Adam fällt es schwer stillzusitzen. Während der Mahlzeiten steht er immer wieder auf und wird oft zurechtgewiesen, weil er auf dem Stuhl oder beim Vorlesen u. ä. nicht stillsitzen kann.

Die Eltern sind beunruhigt, wissen nicht, wie es gehen soll, wenn Adam in die Schule kommt. Das führte dazu, dass Adam häufiger ausgeschimpft wird, wenn er unruhig ist. Sie verlangen von ihm stillzusitzen, ansonsten könne er nicht in die Schule kommen wie seine Spielkameraden.

Die größeren Anforderungen an das stillsitzende Arbeiten frustrieren Adam und sein Verhalten wurde dadurch noch problematischer. Das macht ihn schnell traurig. Er findet sich selbst nicht gut, denkt, dass alle Erwachsenen böse auf ihn sind und gerät regelmäßig in Krisen, in denen er laut schreit und aggressiv wird. Als Adam zu mir in die Therapie kommt, baue ich mit ihm einen Motorikparcours auf. Und hier zeigt sich, was Adam richtig gut kann: sich bewegen und ein hohes Energielevel halten. Adam ist glücklich und stolz.

Beim Testen seiner Fähigkeit, einen Ball zu fangen und zielgerichtet zu werfen, kann Adam nicht stillstehen. Er schafft es weder den Ball zu fangen noch ihn in den Korb zu werfen, weil er nicht stillsteht, sondern ständig in Unruhe und Bewegung ist. Adam seufzt, knallt den Ball auf den Boden und ruft: „Ich kann das einfach nicht!“

Ich tröste ihn und sage ihm, dass es an mir lag, weil ich die Aufgabe zu schwer gemacht habe. Anschließend lasse ich Adam auf das Air Board steigen. Ich lasse ihn die Hände nach dem Ball ausstrecken, um zu sehen, ob die Herausforderung mit dem Stehen auf dem Air Board richtig dosiert ist. Das endet damit, dass wir zusammen ein wenig Luft aus dem Air Board ablassen, bis Adam das Gleichgewicht halten kann ohne herunterzufallen. Danach probieren wir es mit dem Werfen und Fangen von Bällen erneut. Obwohl zu der Aufgabe noch ein Balanceelement hinzugekommen ist, erlebt Adam, dass es geht. Er ist konzentriert und achtet



darauf, nicht vom Board zu fallen. Das Air Board gibt ständig Stimuli, die seine Aufmerksamkeit beeinflussen und seine Fähigkeit stärken, sich in Ruhe zu halten und zu konzentrieren.

Adam strahlt und ist stolz, von seinen Eltern und mir gelobt zu werden. Er merkt, wie er durch Üben schnell immer besser wird, während ich für die notwendigen Pausen Sorge und ihn stoppe, bevor er zu müde wird. Hinterher unterhalten wir uns darüber, wie schwer es ist, ruhig zu bleiben und wie wichtig es ist, das zu üben, was einem schwer fällt.

Die Eltern erhalten die Aufgabe zu messen, wie lange Adam es schafft, beim Essen still auf seinem Stuhl zu sitzen. Langsam aber sicher wird die Zeit länger, in der er es schafft, sich zu ruhig zu verhalten. Durch dieses Erfolgserlebnis ist es uns gelungen, die Negativspirale zu stoppen. Adam arbeitet und übt fleißig und bewusst an der Verbesserung seiner Fähigkeit, motorische Unruhe zu unterdrücken. Die Eltern begegnen ihm positiv, wenn ihn Unruhe überkommt und sorgen dafür, dass er nicht länger zum Stillsitzen gezwungen wird als sein energiegeladener Körper es verkraften kann.

Adam braucht nach wie vor viel Bewegung, doch wird Aktiv sein und Bewegung jetzt nicht mehr als Problem angesehen, sondern als etwas Positives und Bereicherndes.

**Auf Wiedersehen im
nächsten Gonge Insights
– oder besuchen Sie
www.gonge.com**

