

# ***Reflexintegrering***

## ***Detaljerad kursplan***

---

Vi lever i ett stressigt samhälle med datorer, tv, mobiltelefoner och till minuten schemalagda dagar. Vi har inte mycket tid att bara vara. Så är det även för gravida kvinnor och för det ofödda barnet. Det är i det ofödda barnet reflexer börjar utvecklas. Barnet behöver sina reflexer vid födelsen, under sitt första år och även resten av livet.

I det moderna livet saknas framförallt två saker: beröring och rörelse! Detta är några av orsakerna till många symptom som kan uppstå tidigt i barnets liv. Dessa "moderna" symptom har många namn som hyperaktivitet, ADD, ADHD DAMP, inlärningsproblem, sömnsvårigheter, depressioner. I det stressiga samhället, där barnets naturliga, nyfikna rörelser ersatts av mycket TV-tittande med många visuella intryck blir effekten att reflexer, primitiva reaktioner på yttre stimuli, som skulle samtränats med våra egna kroppsrörelser istället stör vår omvärldsuppfattning och vår förmåga att utföra komplicerade rörelser. Ofta diagnostiseras både barn och vuxna med koncentrations-, läs- och skrivsvårigheter som dyslektiker när deras motorik i själva verket styrs av reflexer och inte av deras vilja. Min erfarenhet är att i det flesta fall med ovan nämnda symptom är reflexerna bristfälligt integrerade. Det går att träna sig till ett integrerat rörelsemönster och få spädbarnsreflexer att upphöra som självständiga rörelser, även i vuxen ålder. Med de metoder vi tillämpar försöker vi upptäcka vilka av reflexerna som ännu inte är integrerade för att sedan genom beröring och rörelseträning integrera dem. Vi ser att många problem försvinner, en stor glädje för den som blir hjälpt!

Den metod som presenteras här är en kombination av olika skolor om reflexer, beröring och att rörelse. Vi har studerat dessa olika metoder och hittad en bra kombination av dem. Vi utgår dels från "den gamla skolan" från England, ledd av Peter Blythe och Sally Goddard (The Institute of Neuro-Physiological Psychology) och deras berömda bok: "Ett fönster in i barnets huvud". Carla Hannaford har varit en stor källa till inspiration ("Lär med hela kroppen", "Dominans Faktor", och "Global Parenting"), liksom Brain Gym. För insikten av vikten av beröring står Gunilla Birkestad ("Beröring i vård och omsorg") som utvecklat Taktil Stimulering och Kerstin Uvnäs Mobergs forskning ("Lugn och beröring, oxytocinets läkande verkan i kroppen") kring oxytocin och beröring. Den ryska skolan kring reflexer med Svetlana Masgutova som framträdande företrädare är dock den som ligger närmast kursen och arbetsmetoderna som här beskrivs har sitt ursprung därifrån.

---

## Mål:

Att kunna diagnostisera och integrera reflexer. Kursen integrerar teori och praktik. Efter en allmän genomgång av reflexers grundläggande syfte och betydelse diskuteras alla reflexerna i detalj. För varje reflex presenteras utvecklingsfaser, diagnostik och integrationsprogram.

## Innehåll:

- Reflexer – hur fungerar de, vilka är de, några av de viktigaste är
  - Moro-reflexen
  - Robinsons grip-reflex
  - Händernas drag/lyft reflex
  - Babkins palmomental-reflex
  - Fall-stöd reflex
  - Asymmetrisk tonisk nackreflex
  - Ryggradsreflexen
  - Perezes ryggradsreflex
  - Toniska labyrintreflexen
  - Symmetriska toniska nackreflexen
  - Bauers kryp-reflex
  - Thomas automatiska gång-reflex
  - Babinskyreflexen
  - Landau-reflexen
  - Flyga och landa-reflexen
  - Pavlovs orienterings-reflex
- Diagnostiska metoder  
För varje reflex presenteras en metod för att upptäcka och fastställa i vilken utsträckning den kvarstår.
- Behandlingsprogram/Integrationsträning
- Brain Gym-övningar
- Dominansfaktorn
- Hur våra hjärnhalvor kommunicerar
- Inverkan av stress och stresshormoner

**Omfattning:** Kursen omfattar 4 dagar och intyg utfärdas efter deltagande. Undervisningens längd är cirka 7 timmar per dag.

## Kurslitteratur:

- Kurskompendium.
- *Reflexer, inlärning och beteende. Ett fönster in i barnets huvud*, Sally Goddard, Cupiditas Discenti, 2004.