

Inhaltsverzeichnis



Liebe Kolleginnen, liebe Kollegen.....	9
Liebe Leserin, lieber Leser	10
Die Körpermittellinie	11
Die Überkreuzbewegungen.....	12
Beispiele zur Vermeidung von Überkreuzbewegungen	15
Die Förderung des Kindes zu Hause	16
Bildergalerie.....	18
Allgemeines zur Entwicklung und Förderung der Überkreuzbewegungen	20
Erste Schritte zur Unterstützung des Kindes	21
Weitere Schritte zur Unterstützung des Kindes.....	23
Empfehlenswertes	26
Bücher	26
Adressen.....	26
Für Ihre Notizen.....	27

Liebe Kolleginnen, liebe Kollegen,

diese Broschüre möchte Sie bei Ihrer Beratung und Begleitung von Eltern unterstützen, deren Kinder das Überkreuzen ihrer Körpermittellinie vermeiden oder nicht adäquat entwickelt haben. Um den Eltern den Umgang mit dem aus fachlicher Sicht komplexen Thema zu erleichtern, ist sie auf den Aspekt des Überkreuzens reduziert.

Die Broschüre ergänzt das persönliche Gespräch und ist als Gedankenstütze für die Eltern zu sehen, um diese zu aktiveren Partnern bei der Entwicklungsförderung ihrer Kinder zu machen. Sie stellt den Eltern Basisinformationen und Anregungen zur Verfügung, die ihre Handlungsfähigkeit in alltäglichen Situationen erweitern können.

Dabei soll den Eltern die ergotherapeutische Sicht auf Handlung vermittelt werden.

Die Anregungen orientieren sich an den Interessensgebieten fünf- bis sechsjähriger Kinder.

Individuelle Hinweise, die konkret Ihre Klienten betreffen, können Sie auf der Seite 27 notieren.

Der theoretische Ansatz der Broschüre basiert hauptsächlich auf dem Ansatz der Sensorischen Integration, des Canadian Model of Occupation Performance (CMOP) und des klientenzentrierten Arbeitens.

Die Handlungsvorschläge orientieren sich an den Performancebereichen Selbstständigkeit/Selbstversorgung, Produktivität und Freizeit. Ich hoffe, die Broschüre trägt dazu bei, Ihre Behandlungsprozesse zu bereichern. Über Ihre Rückmeldungen dazu freue ich mich ebenso wie über Verbesserungsvorschläge.

Sie erreichen mich per E-Mail unter:
irin.m@gmx.de

Ich wünsche Ihnen viel Spaß und gutes Gelingen!



Liebe Leserin, lieber Leser,

in Ihren Händen halten Sie eine Broschüre zur Entwicklungsförderung der Überkreuzbewegungen bei fünf- und sechsjährigen Kindern.

Sie entstand, um eine Brücke zwischen der ergotherapeutischen Behandlung und Ihrem Alltag zu Hause zu schlagen.

Sie, Ihr Kind und die Ergotherapeutin arbeiten partnerschaftlich, kompetent und verantwortlich am Gelingen des gemeinsamen Vorhabens.

Diese Broschüre will einen Beitrag dazu leisten, indem sie Ihnen Informationen und Anregungen zur Verfügung stellt.

Sie sind herzlich dazu aufgefordert, in ihr zu blättern, zu lesen, Ihre Anmerkungen und Ideen hineinzuschreiben. Die Seite 27 bietet Platz für Notizen.

Ein kritischer Blick kann es Ihnen ermöglichen, das aus der Broschüre herauszuholen, was in Ihrem Interesse liegt. Dieser wird Sie auch unterstützen, Fragen aufzuwerfen, die Sie gemeinsam mit Ihrer Ergotherapeutin besprechen, um somit Ihrem Ziel näher zu kommen.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß bei Ihrer Arbeit und gutes Gelingen.



Die Körpermittellinie

Die Körpermittellinie ist eine gedachte Linie. Sie verläuft durch die Mitte unseres Körpers, vom Kopf durch den Rumpf und das Becken und endet zwischen den Fußsohlen.



Die Mittellinie teilt den Körper in vorne und hinten sowie rechts und links. So liegen die Augen, Arme und Beine seitlich von ihr.

Die gedankliche Vorstellung dieser Linie ist eine gute Möglichkeit, um zu beobachten, ob es zu Überkreuzbewegungen der Körpermittellinie kommt.



Die Überkreuzbewegungen

Überkreuzbewegungen sind Bewegungen der Hände, Arme, Beine und Füße, bei denen die eigene Körpermitte zur gegenüberliegenden Seite hin überquert wird.

Auch der Blick überquert die Körpermittelinie beispielsweise beim Lesen, wenn er der Zeile über die Körpermitte hinaus folgt.

Die Möglichkeit, diese Überkreuzbewegungen zu gebrauchen, ist ökonomisch und durchaus „bequem“.

So ist es einfacher, den Arm noch ein wenig weiter nach oben zu strecken, um an das Buch im oberen Regalfach zu gelangen, als einen Fußschemel zu holen und daraufzusteigen.

Genauso verhält es sich beim Fensterputzen: Dabei nehmen wir den Lappen in die Hand, mit der wir am meisten arbeiten, und um nicht ein paar Schritte zur Seite gehen zu müssen, wischen wir über unsere Körpermitte herüber.



Überkreuzbewegungen sind also nichts Exotisches, sie sind in unserem Alltag selbstverständlich: beim Kratzen der Schulter genauso wie beim Haare kämmen.

Was so einfach und selbstverständlich klingt, ist eine Fähigkeit, die wir uns im Laufe unserer Entwicklung erworben haben.

Wenn ein Kind beginnt, seine Mittellinie zu überkreuzen, wird das als Zeichen seiner Weiterentwicklung verstanden, als Hinweis darauf, dass seine beiden Gehirnhälften miteinander arbeiten.

Eine gute Zusammenarbeit der Gehirnhälften ermöglicht es uns, Dinge zu tun, für die eine gute Kooperation unseres gesamten Gehirns und unseres Körpers Voraussetzung ist. Besonders gilt das für komplexe Handlungen wie Schreiben, Malen (hier gibt es viele Formen, die Diagonalen und Überkreuzungen haben, beispielsweise Dächer, das V, Fensterkreuze, das X, die 8), Lesen, Klettern, Flechten, Knoten und Schleifen binden; auch Kreis- und Singspiele und vieles mehr zählen dazu.

Da unsere linke Gehirnhälfte unsere rechte Körperhälfte kontrolliert und umgekehrt, ist es notwendig, dass die Informationen von einer Seite zur anderen Seite gelangen. Aber es ist ebenfalls notwendig, dass die Informationen von einer Gehirnhälfte zur anderen gelangen können, um sie umfassend zu verarbeiten und zu beantworten. Die Gehirnhälften verbindet ein Balken, über den die Informationen hin und her wechseln. Ein reges Hin und Her auf dem Balken sorgt dafür, dass die Informationen immer rascher und sicherer durchgeleitet werden.

Was geschieht, wenn Überkreuzbewegungen nicht flüssig und automatisch stattfinden, kann in verschiedenen alltäglichen Situationen beobachtet werden, beispielsweise beim Frühstück.



Um mit dem Messer an die Butter zu gelangen, wäre aufgrund der Position der Butter (Bild 1) eine Überkreuzbewegung die ökonomischste Lösung. Da das Kind diese nicht automatisch ausführt, kompensiert es die Bewegung, indem es die Butter auf die andere Seite stellt. Das, was in der Bildergeschichte umständlich aussieht, braucht Zeit, viel Aufmerksamkeit und Energie.

So kann es dazu kommen, dass ein Kind die Äußerungen der Eltern nicht zuverlässig hört, versteht und bedenkt. Erschöpfung und Missverständnisse, vielleicht sogar Zeitdruck, Anspannung und letztlich getrübe Stimmung stellen sich ganz unvermutet ein, und der Tag hat gerade erst begonnen. Werden Überkreuzbewegungen vermieden, wird der Alltag ein Stück umständlicher für alle Beteiligten.



Machen Sie ein Experiment.

Wenn Sie Lust haben, verzichten Sie morgen beim Frühstück auf Ihre Überkreuzbewegungen.

Achten Sie darauf,

- wie es Ihnen dabei ergeht
- wie zufrieden Sie mit Ihren Ergebnissen sind
- wie lange Sie brauchen
- wie viel Energie Sie in Ihr Frühstück investieren mussten

Sie können sich danach noch besser vorstellen, wie viele Kapazitäten ohne Überkreuzbewegungen schon besetzt sind. Ähnlich ergeht es Ihrem Kind; beispielsweise auch in der Schule, wenn das Schreiben erlernt wird, das später sicher und zügig vonstatten gehen soll.

Es ist gut möglich, dass Sie während Ihres Experiments andere Wege finden, das Überkreuzen Ihrer Körpermittellinie zu vermeiden, als Sie es in der Bildergeschichte auf Seite 13 präsentiert bekommen. Denn es gibt verschiedene Möglichkeiten, die Bewegung zu kompensieren. Dazu im Folgenden einige Beispiele.