



Gleichgewichtssinn bei Baby und Kind

Zur gesunden Entwicklung der Kinder gehört viel Bewegung. Wenn ein Kind heranwächst, wird es nicht nur größer, schwerer und älter, sondern auch stärker, geschickter und klüger. Damit erlangt es zunehmende Selbstständigkeit. Es wird mit der Zeit immer unabhängiger. Sein Aktionsradius erweitert sich, es erobert seine Umwelt.

Jede Handlung ist eine Mitteilung an die Außenwelt. Zum Handeln braucht man - wie das Wort schon sagt - vor allem die Hände. Es benötigt aber auch den ganzen Körper. Vor allem muss es sich selbständig von der Stelle fortbewegen können. Wie soll es sonst an die Erscheinungen der Umwelt herankommen? Im Laufe der Zeit lernt das Kind Geist und Körper immer besser zu gebrauchen. Mittels aller Sinne und Muskeln will es ständig neue Erfahrungen machen. Naturgemäß bringt dabei jedes Kind andere Lernvoraussetzungen mit. Es kommt aber ganz entscheidend darauf an, welche Lernangebote schon dem Säugling im Elternhaus gemacht werden.

Selbstvertrauen beim Kind fördern

Die Umwelt ist der natürliche Lehrmeister des Kindes. Jeder Hügel fordert zum Ersteigen, jeder Baum zum Erklettern auf. Jede Mauer reizt zum darüber balancieren, jeder Graben zum darüber springen. Jede Stange lockt zum Turnen, jedes Fahrzeug zum Ziehen, Schieben oder Fahren. Damit schult das Kind in immer neuen Situationen sein Körpergeschick. In der Entwicklung des Kindes gilt: Körperbewusstsein = Selbstbewusstsein, d.h. man kann das Kind in seinem Selbstvertrauen stärken, indem man sein Körperbewusstsein stärkt.

Gleichgewichtssinn beim Kind fördern

Alle auf dem festen Boden lebenden Lebewesen müssen sich der Anziehungskraft der Erde und mit der Beschaffenheit des Untergrundes auseinandersetzen. Die Voraussetzungen hierfür liefert das Gleichgewichtssystem. Der Gleichgewichtssinn ist auch beim Kind für die Aufrechterhaltung des Körpers und für die Orientierung im Raum verantwortlich. Er befähigt uns darüber hinaus Drehbewegungen und Beschleunigungen wahrzunehmen. Das Gleichgewichtsorgan (mit Sitz im Innenohr, genauer gesagt im „Vorhof“ - lat. Vestibulum) reagiert auf Lageveränderungen der Körpers. Diese Informationen werden an das Gehirn weitergeleitet, so dass von dort bei Bedarf Anpassungsleistungen ausgelöst werden.

Die Wahrnehmung der Schwerkraft entwickelt sich bereits im Mutterleib: Zwischen der 6. SSW und der achten Schwangerschaftswoche beginnt sich das Gleichgewichtsorgan herauszubilden. Der „Kampf“ gegen die Erdanziehung begleitet das Baby im ganzen ersten Lebensjahr, wenn es z.B. den Kopf zu heben versucht, aufrecht sitzen will oder die ersten Gehversuche macht.

Bis die Welt sich um mich dreht - Bewegungserfahrungen beim Kind schulen

Über das Stiegegeländer sausen, sich im Bürostuhl drehen, in einer Tonne den Hang hinuntersausen, auf einem kippeligen Brett das Gleichgewicht auf die Probe stellen - alle diese täglichen Spiele der Kinder stellen den Versuch dar, ihr Gleichgewicht auf die Probe zu stellen. Immer geht es darum zu sehen, wann einem schwindelig wird, wie die Anziehungskraft der Erde herausgefordert werden kann und wo sich der Punkt des Umkippens des Wackelbrettes befindet.

Auch das Schaukeln stellt für das Kind ein sinnliches Urerlebnis dar - bereits im Mutterleib wurden sie mit jeder Bewegung der Mutter hin und her bewegt. Als Babys wurden sie in den Arm genommen und gewiegt.

In der vestibulären Stimulation unterscheidet man 5 Grundbewegungsarten:

- ▶ **Bewegungen in der Senk- und Waagrechten**
Wippen, Trampolin, Kind hochwerfen und wieder auffangen, Kniereiterspiele
- ▶ **Pendel und Karusellbewegungen**
Schaukeln, Ringelspiele, Hängematte, „Flieger fliegen“, Schaukelwanne
- ▶ **Kipp- und Rollbewegungen**
Purzelbaum, Saltos, „Hosenumdrehen“, Felgaufschwung,...
- ▶ **Drehbewegungen um die Körperlängsachse**
In Schaukel eindrehen, Vom Berg kullern, Reifenwalze,...
- ▶ **Verbesserung der Gleichgewichtsreaktionen**
Gehsteigkante, Wackelbrett, Stelzen, Sandkisteneinfassung, Laufdollies, Pedalos, Moonhopper, Luftmatratze,....

Im Garten/auf dem Spielplatz gibt es unzählige Möglichkeiten, diese **Bewegungserfahrungen** zu schulen. Wichtig ist auch hier wieder, sich nicht voreilig in kindliche Bewegungsabläufe einzumischen. Warten sie ab und lassen sie das Kind allein probieren, nur so gewinnt es ein Wissen über sein eigenes Können bzw. über das was es sich traut und zutraut!

Autor: Elisabeth Mack

Weitere Artikel, die Sie interessieren könnten:

- ▶ [Meilensteine in der Entwicklung Ihres Babys](#)
- ▶ [Unser Kind lernt sprechen](#)

[zum Artikel Gleichgewichtssinn bei Baby und Kind](#)