



PRANA Germany e.V.

Superbrain Yoga und neurologische Entwicklungsstörungen bei Kindern

von Raina Koterba,
vorgestellt beim Pranic Healing Weltkongress in Mumbai, Mai 2006

Hintergrund:

Neurologische Entwicklungsstörungen bei Kindern können lebenslange Auswirkungen haben auf die Fähigkeit, Sinneseindrücke zu verarbeiten und zu beantworten, welches die gesamte Kommunikations- und Beziehungsfähigkeit beeinflusst. Ein Spektrum von kindlichen Störungen wie ADHS, Autismus und PDD stellt uns vor eine breite Palette von Symptomen und Herausforderungen, die sehr unterschiedlich ausgeprägt sein können.

Mittlerweile wird von vielen Quellen eine Autismus-Epidemie in den Vereinigten Staaten bestätigt. Die Verbreitungsrate von Autismus ist von 1 aus 2500 in den 1980-er Jahren auf 1 aus 250 im Jahr 1996 angestiegen. Nationale Studien bestätigen, dass eine frühe, intensive und nachhaltige, angemessene Intervention signifikante Verbesserung der Lebensqualität und Unabhängigkeit der betroffenen Kinder bewirken kann. Aufgrund dieser Erkenntnisse wurde die Superbrain Yoga Studie in Nord New Jersey ins Leben gerufen.

Ziel:

Die zweite Superbrain Yoga Studie wurde in Nord New Jersey durchgeführt an Kindern mit mäßigen bis schweren neurologischen Entwicklungsstörungen einschließlich Autismus, ADHS, PDD, traumatischen Hirnverletzungen und Lernstörungen.

Methoden:

Kinder im Alter von 5 bis 18 Jahren mit verschiedenen neurologischen Störungen übten Superbrain Yoga entweder im Klassenzimmer, während der Therapiesitzungen oder zuhause. Wir präsentieren hier einige Fallstudien, in denen die Kinder das SBY regelmäßig praktizierten und in ihren Tagesablauf integrierten. Vor und nach der Anwendung von Superbrain Yoga über 7 Monate wurde eine standardisierte Test-Reihe, DTVP-2 (*Developmental Test Visual Perception*), mit der visuelle Wahrnehmung und visuell-motorische Fähigkeiten getestet werden können, durchgeführt. Signifikante Verhaltensbeobachtungen wurden ebenfalls aufgezeichnet.

Ergebnisse:

Fallstudie Nr. 1:

Dyslexie (Lese- und Rechtschreibschwäche - Legasthenie) und emotionale Anfälle. JR ist sechs Jahre alt und der erste von Zwillingen. Er geht in die Regelschule und wurde diagnostiziert als Legastheniker und emotional gestört. Er zeigte allgemeine Entwicklungsverzögerungen und häufige emotionale Ausbrüche und Wutanfälle sowohl in der Schule als auch zuhause. Durch die Anwendung von Superbrain Yoga ist JR heute in der Lage, alle Buchstaben des Alphabets ohne Schwierigkeiten zu erkennen, auseinander zu halten und zu schreiben und beginnt jetzt auch, die Buchstaben zu verbinden und zu lesen. Der Lehrer bemerkte, dass er heute einer der besten Schüler der Klasse ist und ist sehr angetan von seinen Fortschritten. Seine allgemeine Konzentrationsfähigkeit hat sich verbessert. Seit 7 Monaten hat er keine emotionalen Ausbrüche oder Wutanfälle mehr gehabt.



PRANA Germany e.V.

DVTP-2 Vor SBY

Testkomponente	Gesamtpunktzahl	Altersvergleich	Prozentsatz
Augen-Hand-Koordination	110	4J 8M	25%
Nachahmen	13	5J 1M	37%
Räumliche Zuordnung	17	5J 2M	37%
Visuelle Bewegungsgeschwindigkeit	3	4J 9M	25%

DVTP-2 Nach 6 Monaten SBY

Testkomponente	Gesamtpunktzahl	Altersvergleich	Prozentsatz
Augen-Hand-Koordination	138	5J 9M	37%
Nachahmen	26	8J 1M	84%
Räumliche Zuordnung	40	9J 7M	95%
Visuelle Bewegungsgeschwindigkeit	13	8J 2M	84%

Fallstudie 2:

Autismus: MR ist JR's autistischer Zwillingsbruder und geht auf eine Sonderschule. Er kann nicht länger als 5 Minuten still sitzen ohne Überreaktionen und auto-aggressive Handlungen wie zwicken, beißen, schreien, Kopf schlagen und gegen Personen oder Gegenstände anrennen. MR konnte seit seiner Geburt die Nächte nicht durchschlafen, aber nach weniger als drei Wochen Superbrain Yoga konnte er bereits besser schlafen. Heute, nach 7 Monaten SBY, schläft er ohne Unterbrechungen. Seine sozialen Fähigkeiten haben sich dramatisch verbessert: er spielt angemessen mit seinen Spielzeugen und lässt sie sogar sprechen. Er drückt mit Hilfe seiner Spielzeuge seine Wünsche aus, als wären sie Menschen. Seine Eltern bemerkten, dass sein Augenkontakt sich verbessert hat und dass er sie öfter und länger anschaut. Er ist in der Lage, 45 Minuten zu sitzen und aufzupassen, ohne oder mit nur geringen Überreaktionen und auto-aggressivem Verhalten. Bei Aktivitäten am Tisch kann er sich 10 bis 15 Minuten auf eine Aufgabe konzentrieren, ohne das Bedürfnis, etwas Neues anzufangen. Er schreibt seinen Namen und kann alle Buchstaben, Farben und Zahlen erkennen. Seine allgemeine Aufmerksamkeit und Konzentration hat sich verbessert und er ist in der Lage, sich mit altersgerechteren Schreibtischaktivitäten zu beschäftigen.

Fallstudie 3:

Traumatische Hirnverletzung, Fehlen des Corpus Callosum (Balken, der die beiden Hirnhälften miteinander verbindet) und vergrößerte Ventrikel. BB ist sieben Jahre alt und hat eine Diagnose von traumatischer Hirnverletzung und CNS Anomalitäten. Er hat einen IQ von 79 (an der Grenze zu normal). Er hat Schwierigkeiten mit Wahrnehmung, Gedächtnis und allgemeine Lernschwäche. Seine Aufmerksamkeitsspanne ist sehr kurz und er ist extrem leicht ablenkbar. Sein Erinnerungsvermögen für neue Informationen ist sehr schwach, und er hat erhebliche Schwierigkeiten beim Erinnern von Details. Obwohl er alle Farben und Formen kennt, hat er immer noch Probleme mit dem Erkennen von Buchstaben. Mit visuellen Hilfen kann er jedoch alle schreiben. Ohne visuelle Hinweise ist er nicht in der Lage, mehr als eine Stufe von Anweisungen auszuführen. Er ist extrem verhaltensauffällig, mit häufigen Ausbrüchen und Verweigerung. Er isoliert sich von allen und blendet jegliche verbale Anweisungen aus. Man kann ihn kaum dazu bringen, sich mit einem einzelnen, geschweige denn einer ganzen Gruppe auseinander zu setzen.



PRANA Germany e.V.

Nach regelmäßiger SBY-Praxis kann BB heute 20 von 26 Buchstaben regelmäßig erkennen (im Gegensatz zu früher 4). Er kann besser zuhören und ist in der Lage, mit wenig oder keinen Schwierigkeiten bei Gruppenaktivitäten innerhalb des Klassenzimmers dabei zu sein. Die Lehrerin bemerkte ein verbessertes Selbstbewusstsein. Früher hat er das Ausprobieren von Neuem fast vollständig vermieden. Er bietet jetzt regelmäßig der Lehrerin oder Mitschülern seine Hilfe an, seine sozialen Fähigkeiten insgesamt haben sich verbessert. Sein Ausdruck von Gefühlen ist angemessener und er zeigt kein aufsässiges Verhalten mehr. Die Verbesserung seines gesamten Betragens wurde von den Eltern, Lehrern und Therapeuten bestätigt.

DVTP-2 Vor SBY

Testkomponente	Gesamtpunktzahl	Altersvergleich	Prozentsatz
Augen-Hand-Koordination	131	5J 5M	16%
Nachahmen	20	6J 5M	30%
Räumliche Zuordnung	40	9J 7M	84%
Visuelle Bewegungsgeschwindigkeit	0	3J 11M	50%

DVTP-2 Nach 6 Monaten SBY

Testkomponente	Gesamtpunktzahl	Altersvergleich	Prozentsatz
Augen-Hand-Koordination	152	6J 7M	37%
Nachahmen	31	10J 2M	75%
Räumliche Zuordnung	44	11J 2M	95%
Visuelle Bewegungsgeschwindigkeit	12	7J 9M	50%

Fallstudie 4:

Vorherrschende Entwicklungsverzögerung (PDD) und Aufmerksamkeits-Defizit-Hyperaktivitäts-Syndrom (ADHS). RS hat die Diagnose ADHS und PDD und einen IQ von 73 (Grenzwert). Er zeigt wiederholendes Verhalten, verweigert sich Veränderungen und zeigt ungewöhnliche Reaktionen auf die leichtesten Sinneseindrücke und fehlendes Interesse an anderen. RS ist ständig mit selbst-stimulierendem Verhalten beschäftigt wie Mundgeräuschen, Selbstgesprächen, Echolalie, Händeschlagen, Rennen, Hüpfen, Drehen. Dieses Verhalten wird gebraucht aufgrund seiner Unfähigkeit, vestibulare und propriozeptive Reize zu verarbeiten und zu beantworten. Während Schreibtischaktivitäten spielt er häufig mit seinen Händen oder kleinen Gegenständen, stampft mit seinen Füßen oder fällt vom Stuhl. Sekundär zu seiner Hyperaktivität ist RS unfähig, den Anweisungen des Lehrers uneingeschränkt zu folgen und sich auf die Schulaufgaben zu konzentrieren. Die allgemeine Qualität seiner Arbeit schwindet mit seiner Zerstreuung und Impulsivität, seiner Unfähigkeit abzuwarten, bis er an der Reihe ist. Dadurch werden seine Leistungen auf allen Ebenen behindert.

Seit der SBY-Praxis hat sich seine sensorische Steuerung verbessert und er erscheint ruhiger und konzentrierter. Seit er zur Schule ging, konnte er nicht lesen, aber nach etwa einem Monat kontinuierlicher Praxis der SBY-Übung stand er eines Tages auf und ging durchs Klassenzimmer wobei er alles vorlas, was auf der Tafel stand. Niemand wusste, dass er diese Fähigkeiten besaß. Als Folge seines erhöhten Erregheitszustands und seiner Unfähigkeit zur Selbst-Regulation, war er nie in der Lage, seine Stärken aufzuzeigen. Heute sind seine akademischen Leistungen und seine Selbst-Kontrolle erheblich verbessert.



PRANA Germany e.V.

DVTP-2 Vor SBY

Testkomponente	Gesamtpunktzahl	Altersvergleich	Prozentsatz
Augen-Hand-Koordination	125	5J 2M	9%
Nachahmen	17	5J 9M	25%
Räumliche Zuordnung	20	5J 5M	9%
Visuelle Bewegungsgeschwindigkeit	0	3J 11M	1%

DVTP-2 Nach 6 Monaten SBY

Testkomponente	Gesamtpunktzahl	Altersvergleich	Prozentsatz
Augen-Hand-Koordination	158	7J 6M	5%
Nachahmen	22	6J 11M	37%
Räumliche Zuordnung	31	6J 4M	16%
Visuelle Bewegungsgeschwindigkeit	21	7J 9M	84%

Zusammenfassung und Schlussfolgerung:

Nach einer 7-monatigen Studie und Anwendung des Superbrain Yoga bei Kindern mit moderaten bis schwerwiegenden neurologischen Entwicklungsstörungen können wir feststellen, dass diese Kinder signifikante Verbesserungen zeigen in der sensorischen Reizverarbeitung, visuellen Wahrnehmung, visuell-motorischen Fähigkeit, Sprache und Artikulation, Kommunikation und Sozialverhalten. Die Superbrain Yoga-Übung kann eine kritische Komponente der Gesamt-Therapie darstellen, da sie auch der Familie ermöglicht, an der Therapie ihres Kindes teilzuhaben.

Raina Koterba ist praktizierende Beschäftigungstherapeutin in Nord New Jersey. Durch die Kombination ihrer intuitiven Fähigkeiten mit professioneller Therapie, Pranaheilung und Superbrain Yoga versucht sie, Eltern und Kindern zu helfen, ihr Leben zu verbessern.