

Wie eine sensorische Integrationstherapie einem jungen Menschen helfen kann



Das Fallbeispiel
Domi E.

ORAB

EIN PAAR WÖRTE

Ich habe beschlossen meine Geschichte aufzuschreiben, da ich selbst ein Betroffener einer SI-Störung bin, Schwierigkeiten im Alltag habe und viele Verständigungsprobleme mit meinen Eltern hatte, weil meine sensorische Integrationsstörung lange nicht erkannt worden ist.

Die sensorische Entwicklung des Kindes ist sehr wichtig für sein späteres Leben. Meine Eltern haben schon in meiner frühen Kindheit bemerkt, dass ich mich anders entwickle als gleichaltrige Kinder. Zum Beispiel war ich unverhältnismäßig tollpatschig, d.h. ich bin ohne Grund gestolpert und ständig fiel mir etwas runter. Ein weiteres Beispiel ist Fingernägel schneiden: Wenn meine Fingernägel kurz geschnitten werden, ist das für mich ein unerträgliches Gefühl. Da sich das für mich „normal“ anfühlt konnte ich mich nicht klar ausdrücken. Meine Eltern konnten sich meine Gefühle nicht vorstellen und haben oft gedacht, dass ich ungehorsam oder stur bin.

AUFFÄLLIGKEITEN

AB DEM KINDERGARTEN BIS ENDE 2. KLASSE

Ich brauche lange, um mich an neue Situationen zu gewöhnen (z.B. habe ich 7 Wochen gebraucht, um mich im Kindergarten einzugewöhnen)

Ich fühle mich unsicher, wenn sich etwas ohne Vorankündigung verändert (z.B. wenn eine andere Erzieherin wegen Krankheitsvertretung bei uns in der Gruppe war, habe ich mich unsicher gefühlt)

Tollpatschigkeit (Ich stolpere ohne Grund oder werfe Sachen um oder runter)

Ich leide unter mangelnder Körperwahrnehmung (Ich bin auf hohen Klettergerüsten unvorsichtig oder drehe das Karussell so schnell, dass anderen Kindern schlecht wird)

Fehlende Kraftdosierung (Ich schaffe es nicht mit Füller oder einem Minenbleistift zu schreiben da ich die Feder vom Füller immer verbiege oder die Mine vom Minenbleistift immer abbreche)

Ich kann nicht ordentlich ausmalen oder ausschneiden

Ich schaffe es nicht das Besteck richtig zu halten (Ich habe mein Besteck immer in der Faust wie ein Werkzeug gehalten)

Ich fühle mich schnell überfordert (Wenn etwas nicht auf Anhieb funktioniert oder wenn ich z.B. mehrere Aufgaben gleichzeitig bekomme, schaffe ich es nicht diese zu sortieren, sondern fühle mich schnell überfordert. Diese Überforderung führt schnell zu Wutausbrüchen (Melt Down))

Ich fühle mich in großen Menschenmengen unwohl (z.B. bei einem Faschingszug ist es laut und es sind viele Menschen um mich. Dort fühle ich mich unwohl)

Ich muss ständig toben, schaukeln oder Trampolin springen (Ich kann nicht ruhig sitzen bleiben, sondern brauche „Action“ auch während den Hausaufgaben, weil es mir hilft in meine Konzentration zurückzukommen.)

Ich mag nur warmes Essen (Ich mag kein kaltes Essen. Das Gefühl von kalter Wurst oder Käse in meinem Mund ekelt mich an. Meine Mama muss mittags und abends kochen.)

Ich wehre mich gegen Fingernägel schneiden, weil sich das Gefühl für mich unerträglich anfühlt.

PROBLEME IN DER FAMILIE

Für meine Eltern war der Umgang mit mir sehr oft herausfordernd.

Sie wussten nicht, dass ich eine SI-Störung habe und waren mit manchen meiner Verhaltensweisen überhaupt nicht einverstanden und dachten ich bin ungehorsam.

Neben der Überforderung mit meinen Besonderheiten machten sie sich auch Sorgen. Meine Eltern waren bei der Erziehungs- und Ernährungsberatung um sich „anleiten“ zu lassen.

Bei den U-Untersuchungen des Kinderarztes wurden fehlende motorische Fähigkeiten besprochen und darauf geschoben, dass ich Linkshänder bin und mich deshalb mit einigen Fertigkeiten schwerer tue als andere Kinder in meinem Alter. Der Kinderarzt hörte sich die Sorgen meiner Eltern zwar an, aber Handlungsbedarf sah er keinen.



ZUSÄTZLICHE AUFFÄLLIGKEITEN

AB DER 3. UND 4. KLASSE

Es gibt immer Streit, wenn ich duschen soll, besonders mit Haare waschen (Ich hasse es, wenn diese einzelnen Wassertropfen meinen Körper runter laufen.)

Ich kann nur bestimmte Kleidungsstücke tragen (viele Sachen kratzen, sind zu hart oder fühlen sich einfach unangenehm auf der Haut an)

Ich habe Probleme mit Mathe (Meine Dyskalkulie (Rechenstörung) kommt zum Ausdruck)

Ich habe unverhältnismäßige Probleme mit Planänderungen im Alltag (Wenn etwas anders als abgesprochen verläuft fühle ich mich komplett überfordert und es kommt zum Melt Down.)

Ich habe Konzentrationsschwierigkeiten (Ich kann mich einfach nicht konzentrieren. Ich brauche zwischen Hausaufgaben und beim Lernen viele Pausen zum Klettern, Trampolin springen oder Schaukeln)

Meine Entwicklungsverzögerung wurde bemerkbar (meine Eltern bemerkten, dass sich meine Freunde weiterentwickeln und mich sogar mein kleiner Bruder mit einigen Fähigkeiten einholt)
Daraus entwickelten sich weitere Probleme, zum Beispiel:

- im Sozialverhalten (Freundschaften gehen in die Brüche)
- Ich habe keinen Selbstwert (Ich habe kein Selbstbewusstsein)
- Ständig werde ich auf meine Körpergröße angesprochen

PROBLEME

IN DER 4. KLASSE

Zusätzlich hatte ich in der 4. Klasse eine Lehrerin, die meine sensorische Integrationsstörung richtig aus mir rausgeholt hat. Ich wurde ständig von ihr gestresst und sie hat keine Rücksicht auf mich und andere Schüler genommen. (Diese Lehrerin hatte ihre Lieblingsschüler und ihre „Hassschüler“.) Ich hatte Wutausbrüche wegen ihr und wenn irgendwas war, wurde teilweise die Schuld auf mich geschoben und mir wurde auch nicht geglaubt.

Auch zuhause hatte ich viel Stress. Ich musste mich auf die Prüfungen für die weiterführende Schule vorbereiten.

Meine Eltern haben mich zwischenzeitlich in einer psychologischen Praxis auf Autismus und ADHS testen lassen, weil einige meiner Verhaltensweisen dafürgesprochen haben. Bei der Auswertung der Tests konnte allerdings keine der beiden Diagnosen festgestellt werden. Auf Empfehlung des Psychiaters haben meine Eltern eine Psychotherapeutin für mich gesucht, die mir helfen sollte meine Probleme aufzuarbeiten, denn mittlerweile hatte ich gelernt gut zu schauspielern und niemanden merken zu lassen, wie es in mir aussieht. Die Psychotherapie sollte auch meinen Selbstwert stärken. Das 4. Schuljahr war sehr stressig und das nächste Jahr wurde nicht besser, obwohl ich mich richtig auf die 5. Klasse freute. Ich wechselte aufs Gymnasium und meine Familie und ich hofften auf einen Neuanfang.

Neue Schule, neue Klassenkameraden, neues Glück.



MOBBING

IN DER 5. KLASSE

Doch die 5. Klasse war wahrscheinlich mein schlimmstes Jahr. Ich wurde von Anfang an wegen meiner Körpergröße gemobbt und hatte ständig Stress und Angst. Ich wurde ausgegrenzt, durfte nur zu bestimmten Bedingungen mitspielen und war im Grunde der „Prügelknabe“ für meine Klassenkameraden. Ich hatte Stress und starken psychischen Druck wegen Tests und immer Angst vor dem nächsten Tag. Ich habe viele Dinge in der Schule nicht verstanden. Auch geschlafen habe ich in diesem Jahr nicht viel. Durch den Stress und die Angst bin ich immer um 3 Uhr aufgewacht und konnte dann kaum mehr schlafen. Außerdem hatte ich fast jede Nacht eine Panikattacke. Diese Zeit war auch für meine Eltern sehr anstrengend. Auch mein Aussehen hat sich sehr verändert. Ich war richtig blass und hatte Augenringe. Wegen der ganzen Sorgen hatte ich keinen Hunger mehr und wurde immer dünner. Aufgrund des psychischen Stresses habe ich sogar Asthma entwickelt.



AUFATMEN

IN DER 6. KLASSE

Meine Mutter hat irgendwann mit einer Freundin über meine Probleme gesprochen und so haben meine Eltern von der Montessori-Schule Büchenbach erfahren und mich dort angemeldet. Zum Glück wurde ich an der Schule angenommen.

Also bin ich zur 6. Klasse auf die Montessori-Schule gewechselt. Für mich war es ein ungewohntes Gefühl, dass mich alle so akzeptiert haben wie ich bin. Langsam habe ich mich wieder besser gefühlt und habe auch die Nächte wieder durchschlafen können. Ich fühlte keinen Druck und keine Angst mehr. Ich bin wieder gerne zur Schule gegangen. Mir ging es zum ersten Mal seit ein paar Jahren wieder richtig gut. Und sollte es in der Schule doch mal Streit zwischen uns Schülern geben, begleiten uns die Lehrer/Pädagogen und helfen uns unseren Streit zu klären. Die Montessori-Schule tut mir richtig gut.



KONTAKTAUFNAHME

MIT CAROLA WIESBAUER

Trotzdem gab es weiterhin Probleme, wenn ich duschen oder Nägel schneiden sollte. Auch meine teils heftigen Wutausbrüche in – für meine Eltern – harmlosen Situationen hörten nicht auf.

Mit meiner Mama hatte ich immer noch viel Streit, wenn es um Körperpflege ging oder ums Essen und viele alltägliche Situationen, in denen ich einfach Schwierigkeiten hatte.

Und dann hat Mamas Freundin ihr geraten mit Carola Wiesbauer in Murnau Kontakt aufzunehmen und mit ihr zu sprechen, ob es nicht eine sensorische Integrationsstörung sein könnte. Nach der ersten Kontaktaufnahme haben meine Eltern den Testfragebogen ausgefüllt und einen Termin für ein Wochenende vereinbart, da die Praxis in Murnau am Staffelsee für uns nicht gerade um die Ecke ist.



THERAPIEWOCHENENDE

BEI FRAU WIESBAUER

Mein erstes Therapiewochenende war im Oktober 2023. Nachdem wir unsere Ferienwohnung bezogen hatten, sind wir am Freitagabend in die Praxis gefahren. Frau Wiesbauer hat uns sehr nett empfangen und wir haben uns erstmal über meinen „Leidensweg“ der letzten Jahre unterhalten damit Frau Wiesbauer wusste, wie sie anfangen soll. Auch meine Mama wurde gefragt, wie es ihr mit dem allen geht und was sie sich von der Therapie verspricht. Nämlich, dass sie Angst hat mich wegen dem vielen Streit zu verlieren und weil sie so oft überfordert ist, weil sie nicht weiß, was mit mir los ist und wie sie mit mir umgehen soll. Wichtig war also zuerst unsere Mutter-Kind-Beziehung zu stärken, da unsere Konfliktsituationen sehr häufig eskaliert sind.

Für Eltern ist es deshalb auch sehr wichtig, dass sie in die Therapie eingebunden sind. Meine Mutter musste lernen, dass z.B. das Nicht-duschen-wollen kein „Ungehorsam“ ist, sondern eben eine Überempfindlichkeit. Sie musste lernen, dass das Gefühl von den Wassertropfen aus der Duschbrause auf meiner Haut für mich unerträglich ist. Ich musste lernen mit meinen Eltern über diese negativen Gefühle zu sprechen, um eine Lösung für das Problem zu finden. (in diesem Fall z.B. eine sanftere Einstellung oder einen anderen Duschkopf anbringen.)



THERAPIEWOCHENENDE

BEI FRAU WIESBAUER

Am Samstag ging es dann weiter. Unsere Mutter-Kind-Beziehung wurde mit folgender Übung gestärkt: Meine Mutter und ich saßen uns gegenüber, fassten uns an den Händen und haben uns in die Augen geschaut. Bei dieser Übung spürt man irgendwann eine Verbundenheit bzw. „es fließt Beziehung“. Dann konnten wir ohne Streit über unsere Probleme sprechen und dem anderen auch sagen, was wir nicht so gut finden. Meine Mutter hat mir zuerst gesagt, was sie an meinem Verhalten stört. Ich musste zuhören und danach wiederholen, was sie gesagt hat um sicher zu sein, dass ich es auch richtig verstanden habe. Und dann haben wir gemeinsam eine Lösung dafür gesucht. Danach war ich dran meiner Mutter zu sagen, was mich an ihrem Verhalten stört.



THERAPIEWOCHENENDE

BEI FRAU WIESBAUER

Außerdem wurde meiner Mutter gezeigt, wie sie mich mit einer Druckmassage unterstützen kann, mich an „festere Berührungen“ zu gewöhnen.

Meine Mutter wurde auch dazu angeleitet, wie es funktioniert ohne Streit zu lernen und wie man ein Kind mit viel Lob animieren kann selbstbewusst neue Dinge auszuprobieren und keine Angst zu haben wieder alles falsch zu machen.

Ich habe mit meiner Therapeutin auch ein kleines Experiment gemacht. Das Weitwurfexperiment: Ich konnte nicht gut Weitwerfen und wollte es schaffen den Ball ein bisschen weiter zu werfen. Am Freitagabend habe ich nicht sehr weit geworfen. Doch am Samstagnachmittag habe ich schon weiter geworfen als am Vortag.

Dieses Wochenende hat uns sehr gutgetan und geholfen. Ich habe es besser geschafft meinen Eltern klar zu sagen, womit ich Probleme habe und meine Eltern hatten endlich eine Erklärung für mein Verhalten und reagierten endlich geduldig, wenn ich mich gegen etwas wehrte.



INTENSIVTHERAPIEWOCHEN

IN DER BABY- UND KINDERTHERAPIEPRAXIS MURNAU

Im April und im Oktober 2024 sind wir jeweils noch eine komplette Woche zu einer Intensivtherapiewoche nach Murnau gefahren:

Der Vorteil einer Intensivtherapiewoche ist, dass man sich auf nichts anderes konzentriert als auf die Therapie, weil man sie auch mit einer kleinen Auszeit vom Alltag verbinden kann.

Die Therapiewochen sind so aufgebaut, dass an einem Tag immer die Themen „Lernen und Verhalten“ und „SI-Therapie“ behandelt werden.

Hier als Beispiel einer meiner Therapiepläne:

Uhrzeit		Therapieform	Therapeut	Minuten
Montag				
8:30	10:00	Lernen und Verhalten	CW	90
10:00	11:30	SI-Therapie	UJ	90
Dienstag				
8:30	10:00	Elternanleitung	CW	90
8:30	10:00	SI-Therapie	UJ	90
12:45	13:30	Vertiefen und Üben	CW	45
Mittwoch				
9:30	10:30	Lernen und Verhalten	CW	60
10:30	11:30	SI-Therapie	UJ	60
12:45	13:30	Vertiefen und Üben	CW	45
Donnerstag				
9:30	10:30	Lernen und Verhalten	CW	60
10:30	11:30	SI-Therapie	UJ	60
12:45	13:30	Vertiefen und Üben	CW	45
Freitag				
9:30	10:30	Lernen und Verhalten	CW	60
10:30	11:30	SI-Therapie	UJ	60

INTENSIVTHERAPIEWOCHEN

IN DER BABY- UND KINDERTHERAPIEPRAXIS MURNAU

In den Stunden „Lernen- und Verhalten“ wurden die Themen von unserem Wochenende noch einmal wiederholt und noch intensiver behandelt. Meine Mama und ich mussten gewisse Alltagssituationen nachspielen, die mit einer Videokamera aufgenommen wurden.

Zum Beispiel eine Lernsituation, die beim Lernen zu Hause immer im Streit geendet ist.

Meine Mama hat mir Kopfrechenaufgaben gestellt oder mich englische Vokabeln abgefragt. Während der Aufgabe wurden wir gefilmt.

Danach wurde das Video zusammen angeschaut und ausgewertet.

Auf dem Foto sieht man eindeutig die Erwartungshaltung meiner Mama. Bei diesem Anblick war ich schon vor der Abfrage ängstlich und nervös, dass ich etwas nicht richtig beantworten kann und dann Ärger bekomme.

Meine Mama war ziemlich überrascht, dass sie bei der Abfrage so streng aussieht, weil sie mir ja eigentlich keine Angst machen wollte, sondern nur wollte, dass ich etwas lerne.



INTENSIVTHERAPIEWOCHEN

IN DER BABY- UND KINDERTHERAPIEPRAXIS MURNAU

Als nächstes wurde dann geübt, wie es besser geht.

Genau so wurde auch noch einmal intensiv geübt wie man Probleme bespricht oder dem anderen seine Fehler sagt, wenn etwas nicht so gut gelaufen ist.

Wir haben auch sehr viel über unsere Verhaltensweisen im Alltag gesprochen und Strategien ausgearbeitet, wie wir besser klarkommen. Ich hatte immer Probleme damit sofort nach dem Mittagessen ohne Pause Hausaufgaben zu machen und zu lernen. Meiner Mama war es wichtig, dass die Sachen vor sportlichen Aktivitäten am Nachmittag oder anderen Terminen erledigt werden.



INTENSIVTHERAPIEWOCHEN

IN DER BABY- UND KINDERTHERAPIEPRAXIS MURNAU

Der neue Plan war, dass wir am Wochenende einen Essensplan für die kommende Woche zusammen erstellen an den sich gehalten wird. Nach dem Essen sollte Mama mit meinem Bruder und mir zur Entspannung ein Spiel spielen (eine Runde Uno, Kniffel oder ähnliches).

Danach ging es an die täglichen Aufgaben. Mit diesem Plan hat alles viel besser funktioniert.

Außerdem wurde ein Plan ausgearbeitet, wie ich es schaffe meine Aufgaben im Haushalt selbstständig zu erledigen.

In der Elternanleitung hat meine Mama Informationen bekommen, warum ich in bestimmten Situationen so reagiere, wie ich es eben tue. Meiner Mama wurde erklärt, was eine sensorische Integrationsstörung überhaupt ist und wie sie sich auf mich auswirkt.

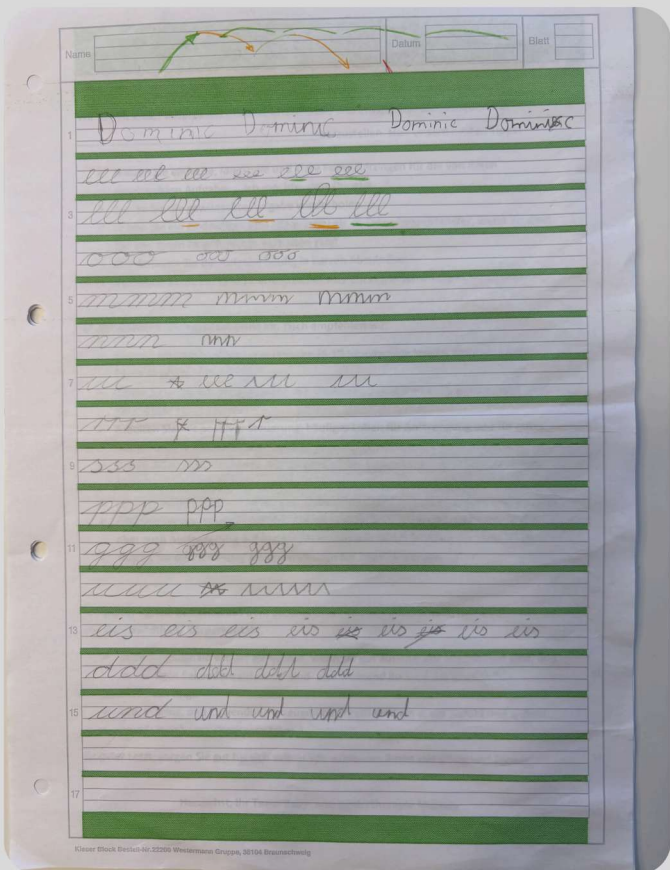
Dass mein Gefühlsempfinden anders ist als bei einem „normalen“ Kind und dass mir vieles einfach wirklich schwerfällt, was mein zwei Jahre jüngerer Bruder ganz selbstverständlich erledigt.

Sehr wichtig ist auch, dass ich immer gelobt werde, wenn ich etwas freiwillig und selbstständig mache, denn dadurch wird auch mein Selbstwert gestärkt.



**IN DER BABY- UND
KINDERTHERAPIEPRAXIS
MURNAU**

**Die Stunden
„SI-Therapie“ haben
mir am meisten
Spaß gemacht.**



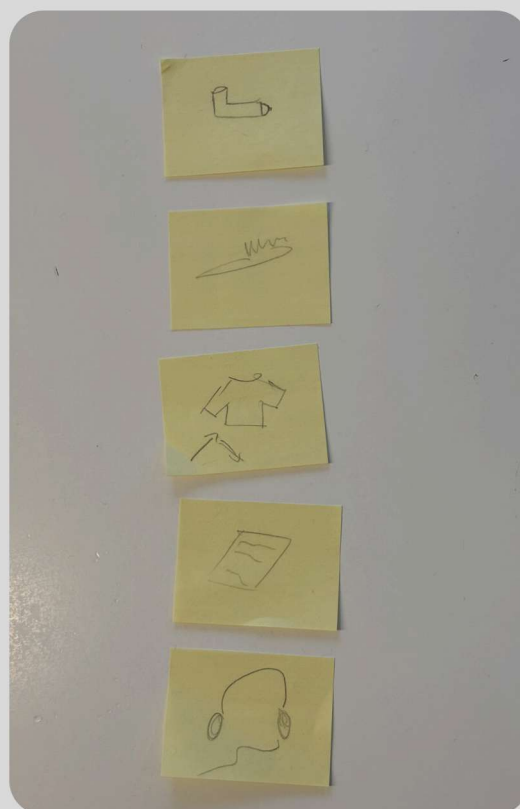
Im SI-Raum hat Fau Jung an meinen motorischen und taktilen Fähigkeiten gearbeitet. Ich musste die richtige Stifthaltung üben und mich bemühen nicht mehr so fest mit dem Stift aufzudrücken.

INTENSIVTHERAPIEWOCHEN

IN DER BABY- UND KINDERTHERAPIEPRAXIS MURNAU

Dann hat Frau Jung mir noch gezeigt, wie ich mich im Alltag besser organisieren kann. Meine Mama war immer gestresst, weil ich morgens nicht fertig wurde. Frau Jung hat mir geholfen meine Aufgaben in eine sinnvolle Reihenfolge zu bringen. Dazu habe ich erst einmal aufgezählt, was ich am Morgen nach dem Frühstück zu tun habe. Für mich war es wichtig, noch ein bisschen Hörspiel zu hören, bevor ich aus dem Haus muss. Mit Hilfe der Aufgabenzettel schaffte ich es eine sinnvolle Reihenfolge zu erstellen:

- Inhalieren
- Zähne putzen
- Anziehen
- Schultasche packen
- Hörspiel hören bis es Zeit ist zu gehen



INTENSIVTHERAPIEWOCHEN

IN DER BABY- UND KINDERTHERAPIEPRAXIS MURNAU

Bei Frau Jung habe ich auch den Umgang mit Messer und Gabel geübt. Zuerst hat sie mir noch einmal gezeigt, wie man das Besteck richtig hält und damit arbeitet. Ich sollte dabei eine Banane mit Schokosoße bestreichen und danach aufessen.

Meine Mama war bei diesen Übungen oft im Raum dabei und hat zugeschaut, wie Frau Jung mich dazu gebracht hat Sachen selbstständig zu machen, auch wenn ich ungeduldig, quengelig oder wütend wurde, wenn es nicht beim ersten Mal geklappt hat. Sie hat Mama erklärt, dass es normal ist, seinem Kind zu helfen, wenn es um Hilfe bittet. Besser ist es aber das Kind dazu zu bringen sich wieder zu beruhigen und es die Dinge selbst machen zu lassen. Das stärkt die Selbstständigkeit und den Selbstwert.

Während der SI-Therapiestunden wurden auch Strategiespiele gespielt, um meine Konzentration und Ausdauer zu üben. Wenn es manchmal richtig knifflig wurde, wollte ich oft aufgeben und hatte keine Lust mehr. Auch das hat sich schon sehr verbessert.

In den letzten 15 Minuten durfte ich mir dann immer aus den verschiedenen Zubehörteilen (Bällebad, Hängeelemente, Kissen, usw.) einen eigenen Parkour bauen, den ich dann überwinden durfte. Vorher wurden Regeln aufgestellt, z.B. zwischendrin den Boden nicht berühren. Manchmal fiel mir auf, dass ich ein Teil ungünstig verbaut hatte und änderte die Stecke so lange um, bis ich den Parkour schnell „durchflitzen“ konnte. So eine Herausforderung allein zu meistern hat mir auch geholfen mein Selbstvertrauen zu stärken.

INTENSIVTHERAPIEWOCHEN

IN DER BABY- UND KINDERTHERAPIEPRAXIS MURNAU

In dieser Spielsituation wurde gezielt an meinen motorischen Fähigkeiten gearbeitet. Durch Schaukeln und Klettern wird der Gleichgewichtssinn und die Koordination gefördert. Außerdem hilft das Spielen Stress und Ängste abzubauen. Zu Hause haben meine Eltern für mich eine kleine Hangelstrecke im Keller gebaut und eine Therapieschaukel aufgehängt. Außerdem habe ich ein großes Trampolin im Garten.



MEIN LEBEN

NACH DEN INTENSIVTHERAPIEWOCHEN

Wie ging es nach der Intensivtherapie weiter?

Für zu Hause haben wir gezielte Anleitungen bekommen, wie wir dranbleiben und das Erlernte im Alltag umsetzen können. Natürlich mussten auch mein Bruder und mein Papa mitmachen.

Die Therapie war sehr wichtig für mich und meine Familie, weil sie einfach geholfen hat, den anderen besser zu verstehen. Meine Eltern haben dadurch gelernt, wie sie mich anleiten können, mich weiterzuentwickeln.

Seit meine psychischen Belastungen „weggegangen“ sind, wurde mein Asthma ausgeheilt, ich habe angefangen weiter zu wachsen und habe zugenommen.

Für meine Familie und mich war die SI-Therapie ein großes Glück!

