

# Service

## Glossar

**Bewegungssinn (Seite 29):** Mit dem Bewegungssinn werden die eigenen, aktiven Bewegungen wahrgenommen und gesteuert. Diese Wahrnehmungen nennt man auch Propriozeption oder Tiefensensibilität. Sinnesorgan sind die Muskelspindeln in den Gelenken.

**Bindung (Seite 38, 39):** Eine Bindung ist ein emotionales Band zwischen zwei Menschen. Kinder entwickeln sichere Bindungen zu den Menschen, die besonders feinfühlig mit ihnen sind. Sichere Bindungen werden internalisiert, d. h., sie werden Teil der psychischen Struktur des Kindes, und sind ein wesentlicher Faktor für deren spätere Resilienz (»Krisenfestigkeit«) und Beziehungsfähigkeit.

**Bindungsbedürfnis (Seite 34, 51):** Das Bindungsbedürfnis ist ein eigenständiges existenzielles Bedürfnis nach Nähe, Trost und Schutz von Seiten der Bezugspersonen des Babys und Kleinkindes.

**Eigenwahrnehmungssinne (Seite 23, 34):** Die Eigenwahrnehmungssinne, auch Körpersinne oder basale Sinne genannt, dienen der Wahrnehmung des eigenen Körpers. Zu ihnen gehören der Tastsinn, der Vitalsinn, der Bewegungssinn und der Gleichgewichtssinn.

**Feinfühligkeit (Seite 32, 39, 46):** Feinfühligkeit besteht aus fest definierten Verhaltensaspekten – Wahrnehmen, Deuten, Angemessenheit der Reaktion – sowie emotionalen Qualitäten wie Wärme, Empathie und Wohlwollen.

**Fremdregulation (Seite 28):** Unter Fremdregulation versteht man das Beruhigen oder Aktivieren des Babys durch seine Bezugspersonen.

**Frühkindliche Reflexe (Seite 30):** Babys sind mit vielen Reflexen, wie z. B. dem Greif- oder Saugreflex, ausgestattet, die sich im Laufe der Zeit zurückbilden. Eine besondere Gruppe sind die sogenannten tonischen frühkindlichen Reflexe. Diese bzw. ihre Integration sind für eine gesunde Bewegungsentwicklung des Kindes wichtig.

**Gleichgewichtssinn (Seite 32, 101, 107):** Mit dem Gleichgewichtssinn nehmen wir den Zug der Schwerkraft, Beschleunigung und Beschleunigungsrichtung) des eigenen Körpers wahr. Sinnesorgane sind der Vestibularapparat im Innenohr, aber auch der Knochenapparat des ganzen Körpers.

**hyperton (Seite 32):** So bezeichnet man einen Muskeltonus mit zu viel Grundspannung.

**hypoton (Seite 32):** So bezeichnet man einen Muskeltonus mit zu wenig Grundspannung.

**Muskeltonusregulation (Seite 30, 100, 107):** Der Muskeltonus wird im ersten Lebensjahr von unteren Hirnregionen in eine Grundspannung gebracht, von der aus je nach Anforderung so viel Spannung wie nötig und so wenig Spannung wie möglich hergestellt wird.

**Parasympathikus (Seite 26, 138):** Der Parasympathikus ist der Teil des vegetativen Nervensystems, der uns schlafen, verdauen und regenerieren lässt.

**Reflexintegration (Seite 30, 103):** Inzwischen geht man nicht mehr davon aus, dass die frühkindlichen Reflexe abgebaut werden. Stattdessen spricht man von einer Integration in reifere und freie Bewegungsmuster.

**Rotiert/Rotation (Seite 105, 136):** Gesunde Bewegung zeichnet sich wie z. B. beim Gehen durch Rotation aus. Dabei werden Schultergürtel und Becken im Kreuzmuster gegeneinander bewegt. Das führt zu einer Rotation oder »Spiralisierung« der Wirbelsäule. Rotierte Bewegungen sind elementar für die Ausreifung der Muskeltonusregulation.

**Selbstregulation (Seite 26, 42, 65):** Das Baby bzw. kleine Kind lernt immer mehr, sich selbst zu regulieren, also sich zu beruhigen oder sich zu aktivieren.

**Stress (Seite 27, 39):** Stress ist ein physiologisches Geschehen im vegetativen Nervensystem, das zu einer starken Aktivierung des Sympathikus außerhalb des Stresstoleranzbereiches führt, oft gefolgt von einer parasympathischen Erschlaffung – ebenso außerhalb des Stresstoleranzbereichs.

**Stresstoleranzbereich (Seite 27, 28):** Der Stresstoleranzbereich ist ein individuell unterschiedlich großer Bereich, in dessen Mitte körperliches Wohlfühlgefühl empfunden wird bzw. in dem das vegetative Nervensystem mit Belastungen noch ohne Stress umgehen kann.

**Sympathikus (Seite 26, 138):** Der Sympathikus ist der Teil des vegetativen Nervensystems, der uns wach und aktiv sein lässt und mit dem wir Energie verbrauchen.

**Tastsinn (Seite 24):** Der Tastsinn ist der Eigenwahrnehmungssinn, mit dem die Grenze des eigenen Körpers wahrgenommen wird. Das Sinnesorgan ist die Haut.

**Vitalsinn (Seite 26, 29, 52):** Der Vitalsinn ist der Eigenwahrnehmungssinn, mit dem die Stoffwechselprozesse im eigenen Körper wahrgenommen und reguliert werden. Das Sinnesorgan ist das vegetative Nervensystem.

TRIAS, einer der führenden Ratgeberverlage im Bereich Gesundheit, gehört zur Thieme Gruppe, marktführender Anbieter medizinischer Fachinformationen und Services. Anspruch der Thieme Gruppe ist es, den im Gesundheitswesen tätigen Berufsgruppen sowie allen an Gesundheit Interessierten genau die Informationen und Angebote bereitzustellen, die sie in einer bestimmten Arbeitssituation oder Lebensphase benötigen. Durch die hohe Qualität und zielgruppenspezifische Relevanz der angebotenen Leistungen bereitet Thieme den Weg für eine bessere Medizin und mehr Gesundheit im Leben.