

1 Introductie reflexintegratie

1.1 Als het goed is...

Wanneer je iets voelt, ziet, hoort, proeft of ruikt gaat er een signaal naar je hersenen. Als de verbinding tussen je zintuig en de hersenen goed is, gaat er een signaal terug naar een spier voor actie. Ook die verbinding moet in orde zijn om de gewenste reactie te krijgen.

Afbeelding 1: Foto Zenuwcel



1.2 Als het niet goed is...

Ogenschijnlijk is het simpel: er is een 'prikkel' en daarop volgt een 'reactie'. Maar er zijn nogal wat mogelijke hindernissen. Zo kan het zijn dat het signaal dat naar de hersenen gaat daar helemaal niet of verstoord aankomt. Misschien is de zenuwverbinding niet, verkeerd of niet helemaal aangelegd of is de verbinding slecht geïsoleerd (in vaktaal: slecht gemyeliniseerd). Ook de gewenste reactie uitblijven doordat het signaal naar de spier niet of niet goed aankomt.

Gelukkig kunnen zenuwcellen groeien en kun je met oefeningen proberen alsnog een verbinding te creëren. Dat geldt ook voor slecht geïsoleerde verbindingen; je kunt met oefeningen de myelinisatie van de zenuwen bevorderen. Dat kost wel tijd: myeline groeit slechts 1mm in 6-8 maanden.

Wetenschappers hebben nog niet zo lang geleden ontdekt dat er ongeveer 400 herhalingen nodig zijn voor het creëren van een nieuwe synaps (contactplaats tussen twee zenuwcellen) in de hersenen. Tenzij het leren spelenderwijs plaatsvindt, want dan zijn er maar 10 tot 20 herhalingen nodig. (Bron: ontwikkelingspsycholoog Dr. Karyn Purvis)

1.3 Primaire reflexen

Als een baby'tje net geboren is, reageert het meteen al op prikkels. Leg het op de buik van de moeder en het zal omhoog klauteren op zoek naar de borst. Er is geen sprake van bewuste bewegingen, alles gebeurt 'automatisch'. Dat komt doordat je geboren wordt met alle reflexen die je in je leven nodig hebt. Het kruipen naar de borst op zoek naar eten, is gewoon een reflex.

Die primaire reflexen hebben een eigen volgorde waarin ze zich ontwikkelen. Sommige zijn 'af' bij de geboorte, maar de meeste reflexen ontwikkelen zich in de eerste drie a vier maanden na de geboorte. Als een kind drie jaar is, zijn gemiddeld genomen alle reflexen -zoals dat heet- geïntegreerd.

Het doel van onze primaire reflexen

Het doel van primaire reflexen is bescherming. Biologisch zijn we ingesteld op het beschermen van onszelf. Biologisch gezien is ons doel ook eigenlijk alleen maar de in stand houding van de soort.

Uitdoven?

De reguliere wetenschap is van mening dat het werk van de primaire reflexen er dan op zit en dat ze 'uitdoven'. Ze zijn weg en komen nooit meer terug. Inmiddels is duidelijk dat die reflexen helemaal niet verdwijnen. Ze blijven 'slapend' aanwezig zodat ze in geval van nood weer actief kunnen worden. Ze houden dus je hele leven hun beschermende functie.

2 Ontwikkeling van een baby

2.1 'Normale' ontwikkeling

Als alle primaire reflexen goed werken, dan ontwikkelt een kind zich volgens een vast patroon. Een pasgeboren baby kan zijn eigen hoofdje nog niet optillen, maar na een paar weken zie je dat hij/zij dat ineens kan. Gemiddeld kun je de volgende stappen waarnemen:

1-2 maanden	Het kindje kan zijn hoofdje optillen
3-4 maanden	Het kind kan draaien van zijn zij op zijn rug
5 maanden	Het kind kan nu ook draaien van rug naar zij
7-8 maanden	Het kind kan draaien van rug naar buik en omgekeerd, het kan gaan zitten zonder hulp en het kan tijgeren
8-10 maanden	Het kind kan kruipen
10 maanden	Het kind kan zich optrekken en gaan staan
11-12 maanden	Het kind kan lopen aan de hand van een volwassene
13-18 maanden	Het kind kan zelfstandig lopen

Afbeelding 2



2.2 Een verstoorde ontwikkeling

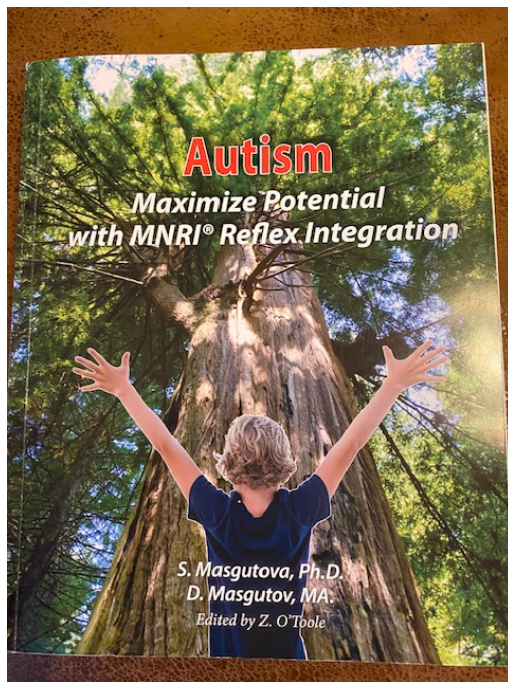
Het is niet vanzelfsprekend dat een kind een 'normale' ontwikkeling doormaakt. Er kan op heel veel fronten iets mis gaan. Een verstoring kan al ontstaan bij de bevalling. Als een kind via een keizersnede geboren wordt, dan heeft niet de spildraai gemaakt in het geboortekanaal. En die is nodig om bepaalde reflexen 'aan' te zetten. Waar merk je dat later aan? Het kind heeft bij voorbeeld moeite met leren fietsen, zwemmen en/of heeft moeite met leren op school.

2.3 Bijzondere 'verstoringen'

2.3.1 Autisme

Een bijzondere vorm van een verstoorde ontwikkeling is autisme. Uit langjarig onderzoek onder 54.000 kinderen is gebleken dat reflexen van kinderen met de diagnose autisme niet goed geïntegreerd zijn. Het onderzoek staat in het boek *Autism, Maximize Potential with MNRI® Reflex Integration* van Dr. Svetlana Masgutova Ph.D. en Dennis Masgutov MA. Deze wetenschap betekent dat in het geval van autisme ook vooruitgang kan worden geboekt door te werken aan verbetering van de primaire reflexen.

Afbeelding 3:



2.3.2 Trauma

Als er tijdens of ná de geboorte iets vervelends gebeurt, kan er sprake zijn van een trauma. Dat klinkt misschien zwaar maar zo is het niet bedoeld. Ik bedoel dat de 'normale' ontwikkeling ineens verstoord wordt. Overigens kan het zelfs voorkomen dat een baby al getraumatiseerd geboren wordt, bij voorbeeld doordat moeder een heftig trauma heeft opgelopen tijdens de zwangerschap.

Het unieke aan MNRI® is dat voor de aanpak van trauma wordt gewerkt met het lijf. Met praten kun je verstandelijk misschien prima begrijpen wat je is overkomen, maar je lijf reageert niet zoals je wil. Trauma raakt aan ons oudste stukje hersenen: het reptielenbrein. En het reptielenbrein kent maar drie opties: vechten, vluchten of bevriezen. Met speciale technieken uit de MNRI® kunnen we je reptielenbrein weer tot rust brengen en het sein geven dat je veilig bent.

Er is nog een logische verklaring waarom alleen praten niet helpt: spraak zit op een hele andere plek in je hersenen.

Voor wie wil, is er een gratis video beschikbaar om zelf aan de slag te gaan met trauma:

<https://youtu.be/vrewdUq30ZI?si=kAVsycTNLCMbfgk1>

2.3.3 Er zijn nog meer 'bijzondere verstoringen. Bij een volgende update van de website volgen nieuwe aanvullingen.

3 MNRI®

3.1 Wat is MNRI®?

MNRI® is een speciale vorm van reflexintegratie. De methode is ontwikkeld door de van oorsprong Russische ontwikkelingspsycholoog Dr. Svetlana Masgutova Ph.D.. Zij heeft haar kennis en ervaringen omgezet in een praktische methode om ontwikkelingsproblemen aan te pakken. Voluit staat MNRI® voor Masgutova's Neurosensorimotor Reflex Integration.

In stukjes:

Neuro verwijst naar het zenuwstelsel

Sensori is de prikkel die wordt waargenomen door een van de zintuigen

Motor wijst op de beweging die het resultaat is/moet zijn van de verwerking van de prikkel door het zenuwstelsel

Dr. Masgutova Ph.D. werkt natuurlijk niet alleen. Inmiddels heeft ze een uitgebreid team om zich heen dat helpt de methode verder te ontwikkelen. Haar helaas te vroeg overleden zoon Dennis Masgutov MA werkte ook mee aan de verdere ontwikkeling van MNRI® en deed veel onderzoek.

3.2 De wetenschap achter MNRI®

Dr. Masgutova Ph.D. heeft op veel gebieden onderzoek gedaan. Haar eerste ervaringen deed ze op bij de grote treinramp in Oefa -een stad in de Oeral- waarbij ze vooral kinderen hielp bij hun herstel. Door een gasexplosie kwamen 575 mensen om en raakten 800 mensen gewond. Doordat er ook kinderen waren die geen hulp kregen, kon ze het verschil in herstel aantonen. De kinderen die (de voorloper van) MNRI® van haar kregen, konden daardoor uit hun overlevingsstand worden gehaald en herstelden vervolgens beter en sneller. Op de website www.masgutovamethode.nl of <https://masgutovamethod.com/> kunt u veel meer over haar lezen. En als u geïnteresseerd bent in haar wetenschappelijke artikelen dat vindt u die hier [Articles | Masgutova Method, Dr. Masgutova, MNRI®, theory, application, use, disabilities, disorders, challenges](#).

Wat bijzonder is aan de kennis en kunde van Dr. Masgutova Ph.D. is dat ze ook grote Russische wetenschappers kent, wiens werk niet of nauwelijks vertaald is. De theorie omtrent klassieke conditionering Ivan Pavlov kennen veel mensen wel (bel - hond). Maar de naam Ivan Setchenov zal weinig mensen wat zeggen. Terwijl de man een enorme bijdrage heeft geleverd aan de ontwikkeling van de neuropsychologie! Hij toonde aan dat hersenactiviteit is gelinkt aan elektrische stroom en was de eerste die elektropsychologie introduceerde. Hij ontdekte tevens dat de hersenen reflexen van het ruggenmerg remmen (bron: Wikipedia).

Afbeelding 4: standbeeld Setchenov in Moskou

Ook in Nederland wordt er onderzoek gedaan naar de effecten van MNRI®. De Radboud Universiteit in Nijmegen doet onderzoek naar premature baby's en daarbij is MNRI®-collega Ellen Bulder betrokken. Zij heeft veel ervaring met MNRI® en baby's. Haar website vind je hier <https://www.adem-ruimte.nl/>. In het Wetenschappelijk Tijdschrift Autisme editie 1 van 2024 staat een essay waaraan MNRI-collega Carla van Wensen heet meegewerkt. Dat gaat over het inzetten van MNRI bij autisme en die ervaringen zijn positief [Lichaamsgerichte interventies bij autisme: een verkenning - Autisme Kennisbank](#). Het artikel is in te zien in de praktijk; kopen kan via uitgeverij SWP.

Voor wie goed Engels kan lezen én wat medische kennis heeft, is het boek Post Trauma Recovery van Dr. Svetlana Masgutova Ph.D. en Denis Masgutov MA interessant (<https://masgutovamethod.com/estore/featured/post-trauma-recovery-gentle-rapid-and-effective-treatment-with-reflex-integration>). Beter leesbaar én zeer interessant is het boek Autism: Maximize Potential with MNRI® Reflex Integration (<https://masgutovamethod.com/estore/books/autism-maximize-potential-with-MNRI-reflex-integration>).

Helaas duurt het vaak lang voordat nieuwe inzichten en technieken breed omarmd worden door de wetenschap. Nog erger is dat het wetenschappelijk bewijs dat in Amerika wél aanvaard wordt in

Europa niet geaccepteerd.... Mijn persoonlijke verwachting is dat reflexintegratie op termijn een vaste plek in de medische wereld zal krijgen. De aanpak is uniek en de resultaten zijn dat ook.

3.3. MNRI®-opleiding

Alle MNRI®-behandelaren worden opgeleid via Svetlana Masgutova's Educational Institute. Er zijn enkele online cursussen maar omdat de juist 'touch' essentieel is vinden de meeste lessen 'hands on' plaats. Een deel van de lessen bestaat uit theorie. Het is belangrijk dat je weet waarom je dingen wel of niet doet. Daarnaast word je praktisch getraind in het juist uitvoeren van MNRI®. De opleiding is op HBO+ niveau en is CRKBO erkend. In Amerika kun je ook op universitair niveau MNRI® studeren aan de Masgutova Graduate School of Neurodevelopmental Sciences ([Masgutova Graduate School](#)). Dr. Masgutova Ph.D. geeft ook zélf nog steeds overal ter wereld les.

3.4 Vergoeding van MNRI®

MNRI® wordt door de zorgverzekering helaas meestal niet vergoed. Er is volop Amerikaans bewijs is voor de werkzaamheid van de methode, maar dat wordt in Europa niet geaccepteerd. Daardoor zal MNRI® voorlopig worden beschouwd als 'alternatieve geneeskunde'. Ik verwacht echter dat op de lange termijn MNRI® reguliere geneeskunde zal worden, net zoals fysiotherapie inmiddels heel gewoon is geworden. In sommige gemeenten is het mogelijk om voor MNRI® een PGB te krijgen, maar die route is tijdrovend én frustrerend. Daarom werk ik niet meer met cliënten met een PGB; ik ben geen administratiekantoor.

3.5 Verschil MNRI® met andere methodes

Hét verschil met alle andere manieren om het lichaam te helpen met herstel, is dat het uitgangspunt primaire reflexen zijn in combinatie met diepgaande kennis over de werking van het zenuwstelsel. Als die niet naar behoren functioneren, kun je 'hogere' vormen van bewegen wel vergeten. Er is geen enkele andere methode die daar naar kijkt. MNRI® wordt daarom ook wel 'de ontbrekende schakel' genoemd. Het heeft ook geen zin om andere methodes in te zetten zolang de primaire reflexen niet goed geïntegreerd zijn. De 'winst' die gemaakt wordt, verdwijnt weer zolang de basis niet goed is. Je ziet dat bij voorbeeld bij jonge kinderen die langdurig fysiotherapie krijgen en waarbij ze de 'winst' die ze tijdens een behandeling boeken niet weten vast te houden.

3.6 Waarvoor kun je MNRI® gebruiken?

MNRI® is voor talloze problemen in te zetten. MNRI® kan helpen bij allerlei gezondheidsproblemen (ook bij psychische klachten), leerproblemen en gedragsproblemen. Eigenlijk kan MNRI® in iedere situatie verbetering bieden. Ook bij ADHD, autisme en het syndroom van Down en zelfs bij niet-fatale verdrinking en foetaal alcohol syndroom. Enkel bij (de meeste) genetische afwijkingen kunnen we weinig doen.

Hieronder volgt een lijst met "indicaties" waarbij MNRI kan helpen. De lijst is niet uitputtend, maar geeft een goede indicatie van de veelzijdigheid aan klachten die verholpen kunnen worden dan wel waar MNRI verbetering/verlichting kan geven.

Zie onder

3.7 Voor wie is behandeling/begeleiding met MNRI® geschikt?

Behandeling/begeleiding is geschikt voor iedereen van jong tot oud. MNRI-Collega Isabelle Renard-Fontaine werkt zelfs met veel te vroeg geboren baby's op de Intensive Care.

3.8 Wanneer merkt je resultaat van een MNRI®-sessie?

Als je jong bent, boek je met MNRI® vaak als snel resultaat. Soms zijn één of twee sessies al voldoende. Als het lichaam (weer) weet welke reactie er verwacht wordt, dan is het doel bereikt. Maar ook als je ouder bent, kan het effect direct of snel merkbaar zijn. Voor begeleiding van trauma zijn vaak meer en langere sessies nodig. Het beste is als je binnen twee weken na het ontstaan van het trauma begeleiding krijgt. Maar in de praktijk heb ik veelal te maken met trauma's die al jaren oud zijn. Gelukkig is ook dan vaak binnen enkele weken na behandeling vermindering van uw klachten merkbaar. Herstel is helaas geen rechte lijn omhoog. Er is regelmatig sprake van een tijdelijke terugval, omdat er bij voorbeeld weer iets vervelend gebeurt in je leven. Je lijf is nog niet klaar om dat weer te kunnen pareren.

3.9 Duur van een MNRI®-behandeling/-begeleiding

Herstellen van een trauma kost tijd. Vaak is het zinvol om in het begin meerdere keren per week behandeld te worden. Als er duidelijk verbetering is ontstaan in je welbevinden, kan het aantal sessies worden teruggebracht. Uiteindelijk is je lijf weer in staat alles zelf te reguleren. Overigens vinden veel cliënten het prettig om toch nog regelmatig terug te komen als een vorm van 'onderhoud'.

3.10 Kan ik zélf zien of MNRI® nodig is?

Vaak kun je zélf zien of iemand problemen heeft met een of meer niet of niet goed geïntegreerde reflexen. Echt testen blijft wel werk voor specialisten. Een makkelijk voorbeeld is het kind dat niet stil kan blijven zitten op zijn stoel. Het kind is niet vervelend en doet het ook helemaal niet expres. Er zitten hem een aantal houdingreflexen in de weg waardoor stil zitten echt niet lukt. Een ander voorbeeld is het kind waarbij de tong meebeweegt bij b.v. het schrijven. Het heeft last van een niet goed geïntegreerde Babkin reflex. De kans is groot dat dit kind als baby veel kwijlde en een grote bijtbehoefte had.

4 Reflexintegratiecentrum Nederland

Afbeelding 5:



4.1 Contactgegevens

Reflexintegratiecentrum Nederland, Traumadokter en Trauma Instituut en Long Covid Kliniek Nederland zijn ondernemingen van Pim Kaal. Op basis van mijn levenservaring en mijn kennis van MNRI® reflexintegratie en o.a. hoogbegaafdheid, trauma, depressie, burn-out en autisme probeer ik nu anderen te helpen.

Afbeelding 6:



Reflexintegratiecentrum Nederland

Nassaupark 42

3481HG Harmelen

0348-507779 of 06-55886516

info@reflexintegratiecentrum.nl

Behandelingen vinden in principe plaats in mijn praktijkruimte op de eerste verdieping van mijn huis. Uitzonderingen zijn bespreekbaar.

Afbeelding 7:



Afbeelding 8: Mijn assistent



Invoegen routeplanner

4.2 Diensten en tarieven

Wie een intakegesprek, behandeling of begeleiding wil, kan op afspraak terecht voor een persoonlijk consult. Ik adviseer echter ook instellingen en overheidsdiensten. Gelukkig zien ook die steeds vaker dat de échte hulp die mensen verder kan helpen niet voorhanden is in het reguliere circuit.

Intakegesprek/kennismaking (30 minuten)	kosteloos
Behandeling/begeleiding overdag	€ 68,00 per uur (inclusief BTW)
Avondtarief (25% opslag)	€ 85,00 per uur (inclusief BTW)

Zaterdagtarief (50% opslag)

€ 102,00 per uur (inclusief BTW)

Sessie op locatie (per uur)

op aanvraag

Goed om te weten: gemiddeld duurt een sessie anderhalf uur.

Reflexintegratiecentrum Nederland is aangesloten bij het CAT.

Afbeelding 9:



Voor grote problemen bestaan de MNRI® Educational Family Conferences. Op zo'n conferentie krijg je 6 uur per dag behandeling, gedurende 5 of 8 dagen. Zo'n week is de meest intensieve therapie die binnen MNRI® wordt aangeboden. Dr. Masgutova Ph.D. zelf is daarbij aanwezig met haar team en de beste specialisten vanuit de hele wereld. Twee keer per jaar is er een conferentie in Nederland. Voor meer informatie kunt u contact opnemen. Het is trouwens niet overdreven om te zeggen dat er soms wondertjes gebeuren tijdens conferenties.

4.3 Wie kan terecht bij Reflexintegratiecentrum Nederland?

Reflexintegratiecentrum Nederland is een allround praktijk in MNRI® reflexintegratie. Mensen van alle leeftijden kunnen er met al hun vragen en problemen terecht. Zo kun je hier terecht voor leerproblemen, gedragsproblemen, gezondheidsproblemen, zindelijkheid, autisme, trauma, long covid en andere onbegrepen ziekten.

4.4 Specialisatie Reflexintegratiecentrum Nederland

Reflexintegratiecentrum Nederland is zoals gezegd een allround praktijk in MNRI® reflexintegratie, maar soms zal ik je desondanks doorverwijzen naar een collega met een bepaalde specialisatie. Dat doe ik bij voorbeeld bij de allerkleinste baby's. Ik kan en mag die behandelen, maar ik heb collega's die dat heel vaak doen. En als je iets vaak doet, word je er ook vanzelf heel goed in. Ik vind dat ik je dan in ieder geval moet wijzen op het bestaan van collega-specialisten.

4.4.1 Trauma / (C)PTSS als specialisatie

Afbeelding 10:



Mijn specialisatie ligt op het terrein van trauma. Trauma is de lichamelijke en of geestelijke schade als gevolg van een gebeurtenis. In mijn definitie zit géén oordeel over de ernst die een gebeurtenis moet hebben om te leiden tot een trauma. En dat is bewust. Alleen jij kunt bepalen of een gebeurtenis voor jou traumatisch is. Ieder mens is uniek en daarmee heeft ook iedereen recht op zijn/haar manier om dingen te ervaren. Heel vaak worden gebeurtenissen uit jouw leven door anderen gebagatelliseerd. 'Ach joh, zo erg was het niet'. 'Ik ken iemand die....'. En dat bagatelliseren gebeurt niet alleen door familie, vrienden en (on)bekenden. Ook professionals als psychologen en psychiaters maken zich hieraan schuldig.

De gevolgen laten zich raden. Jij voelt je niet serieus genomen en je wereld wordt eigenlijk steeds kleiner, want er is niemand die je begrijpt.

Overigens kan het zelfs zo zijn dat jij je niks kunt herinneren van een trauma -bij voorbeeld omdat het overkwam toen je heel jong was- en dat je lijf er wel op reageert.

4.4.1.1 Langdurige stress

De gevolgen van langdurige stress zijn identiek aan die van trauma. Je lijf is dan al zo lang bezig met overleven dan je kunt stellen dat dat een vorm van trauma is. Daar waar op deze site trauma wordt genoemd, kun je dus lezen trauma of langdurige stress.

4.4.1.2 Gevolgen van een trauma

De gevolgen van een trauma zijn tweërlei. Het eerste effect is dat het je denken beïnvloedt. Wat je meemaakt, heeft effect op hoe jij de wereld vanaf dat moment ervaart. Het kan zijn dat je bang bent geworden. Het kan ook zijn dat je 'à la Pavlov' nog maar één manier van reageren kent op een vergelijkbare gebeurtenis of een vergelijkbare situatie.

Het tweede effect van een trauma is dat de stress van het trauma zich vast zet in je lijf. Deze gedachte wordt door de reguliere gezondheidszorg helaas nog nauwelijks onderkend. Er is echter wel degelijk wetenschappelijke ondersteuning voor deze visie. Een bekende onderzoeker op dit gebied is dr. Bessel van der Kolk. Voor wie meer wil weten, is zijn boek 'Traumasporen' een aanrader.

Afbeelding 11:



4.4.1.3 Voorbeelden van trauma's

Er zijn natuurlijk voorbeelden te bedenken waarbij meteen duidelijk is dat er sprake is van trauma. Maar er meer aan de hand. Aan heel veel ziekten ligt mijns inziens trauma ten grondslag. Die ziekten worden door de reguliere geneeskunde dientengevolge ook verkeerd behandeld. Ook verslavingen zijn vaak het gevolg van trauma. Dr. Gabor Mate heeft daarover een aantal jaar geleden al gepubliceerd.

Wat de één als traumatisch ervaart, hoeft voor een ander geen enkel probleem zijn. Daarin verschillen mensen. Ik vermoed dat ook je eerdere trauma's je perceptie beïnvloeden. Dat verklaart meteen ook dat sommige mensen heel lang heel sterk zijn (geweest) en dan ineens 'knakken' door iets relatief kleins.

4.4.1.3.1 *Gezondheidsproblemen/Ziekte*

Omgaan met ziekte of beperkingen valt lang niet altijd mee. Zelfs als je alles in je hoofd hebt verwerkt, kan de stress nog steeds doorwerken in je lijf.

4.4.1.3.2 *Depressie*

Bij een depressie heb je het gevoel dat je lijf je in de steek laat. Je krijgt in je hoofd niet meer uitgelegd waarom jouw leven loopt zoals het loopt. Vaak ontstaat een depressie als een optelsom van kleine trauma's. Geen gangbare visie wellicht, maar het zou mij niet verbazen dat er ooit wetenschappelijk bewijs komt voor mijn idee.

4.4.1.3.3 *Angststoornis*

Angsten zijn vaak ongrijpbaar. De een is bang voor een spinnetje en een ander voor de docent Nederlands. En of de angst nu reëel is of niet, je lijf protesteert in hevige mate. MNRI® kent een speciaal protocol voor angsten.

4.4.1.3.4 *Eetstoornissen zoals Anorexia/Boulimia/ARFID*

Een eetstoornis is een naar mijn idee een reactie van je lijf op een trauma.

4.4.1.3.5 *Misbruik*

Misbruik laat vaak lichamelijke sporen na. Veel erger zijn vaak de geestelijke gevolgen. Misbruik gebeurt vaak op plekken waar je juist veilig zou moeten zijn.

4.4.1.3.6 *Geboorte*

Er wordt wel gezegd dat je geboorte je eerste trauma is. Vanuit de veiligheid van de baarmoeder kom je op de wereld en word je overweldigd door nieuwe prikkels. En als alles goed gaat bij de bevalling, zul je weinig gevolgen ondervinden van je eerste trauma. Dat ligt meteen al heel anders als je geboren bent met behulp van een keizersnede. Het natuurlijke geboorteprocess is verstoord en dat heeft gevolgen.

4.4.1.3.7 *Pesten*

Gepest worden op school of werk leidt vrijwel altijd tot een trauma.

4.4.1.3.8 *Echtscheiding*

Het einde van een relatie kan een trauma opleveren. Dat geldt voor beide partners maar zeker ook voor kinderen. Hun wereld wordt zwaar op zijn kop gezet als ouders uit elkaar gaan.

4.4.1.3.9 *Werkloosheid*

Het verliezen van je werk kan ook een trauma veroorzaken, zeker als je zelf geen invloed had op je baanverlies. Je bent je dagelijkse routine kwijt en je hebt een stuk minder inkomen. Niet zelden gaan mensen dan ook erg twijfelen aan zichzelf en worden soms ook depressief.

4.4.1.3.10 *Dakloosheid/Thuisloosheid*

Ik denk dat duidelijk is dat het voor elk mens traumatisch is als hij geen dak boven zijn/haar hoofd heeft.

4.4.1.3.11 *Geldzorgen / Schulden*

Iedereen heeft wel eens te maken met een tekort in zijn/haar financiën. Maar als dat langer duurt en je eigenlijk geen oplossing ziet om uit de schulden te raken, dan kan dat een trauma opleveren.

4.4.1.3.12 *Hoogbegaafdheid*

Hoogbegaafden hebben vaak zo hun eigen problemen. Ze stellen hoge eisen aan zichzelf en aan hun omgeving. Vaak al op jonge leeftijd missen ze de aansluiting met klasgenoten. Gepest worden is een serieus risico. En later in werksituatie zien ze vaak waar problemen in de organisatie zitten, maar wordt hun visie niet gewaardeerd. Vaak zijn ze gefrustreerd omdat ze wél de oplossing weten, maar hun boodschap niet weten over te brengen. Vaak je neus stoten, leidt tot nog al eens tot een trauma.

4.4.1.3.13 *Ernstige ziekte van een dierbare of familielid*

Als iemand die je dierbaar is ziek wordt, kan dat ook jou raken. En die impact kan heel fors zijn.

4.4.1.3.14 *Verlies of ernstige ziekte van een dierbare of familielid*

Zeker als een verlies onverwacht komt, heeft dat een grote impact op een mens. Zelfs als je alles na een tijdje wat meer in perspectief kunt zien -in je hoofd dus-, blijft de lichamelijke stress-schade aanwezig.

4.4.1.3.15 *Getuige zijn van een (ernstig) ongeluk of misdrijf*

Op een ongeluk ben je nooit voorbereid. Dat maakt ook dat vrijwel iedereen die dat meemaakt daardoor getraumatiseerd raakt. Dat geldt ook voor politieagenten, brandweerlieden en medici.

4.4.1.3.16 Een uitkering ontvangen

Als je langdurig een uitkering ontvangt, dan heb je dagelijks geldzorgen. Het effect van langdurige stress is hetzelfde als dat van trauma.

4.4.1.3.17 Oorlog

Militairen en burgers in een oorlogssituatie zien vaak dingen die je niet wil zien. Die beelden zijn vrijwel altijd traumatiserend.

4.4.1.3.18 Niet aangeboren hersenletsel

Als je door hersenletsel niet meer kunt wat je voorheen wel kon, is dat vaak traumatiserend. Hoe eerder je met MNRI kunt starten, hoe beter schade kan worden voorkomen. Door het speciale protocol proberen we afsterven van zenuwen tegen te gaan.

4.4.2 Reguliere behandeling van trauma's

In de reguliere gezondheidszorg worden trauma's vooral behandeld met gesprekken. Uit en te na mag je vertellen over wat je hebt meegemaakt. En helpt dat? Soms wel. Maar mijn persoonlijke ervaring is dat dat onvoldoende is. Natuurlijk, voor kleinere trauma's volstaat het vaak dat je samen met een therapeut je gedachten weer ordent. Toch gaat hier al iets mis in mijn ogen: het lichamelijke effect van het trauma wordt genegeerd!

Voor zwaardere trauma's wordt in de GGZ bij voorbeeld EMDR ingezet. En het moet gezegd: er zijn zeker mensen die daar veel baat bij hebben. En dan is mooi! Maar ja... je zal maar bij die groep horen waarbij het niet het gewenste effect heeft.

4.4.3 Mijn behandelwijze

Mijn aanpak van trauma's is gebaseerd op het tot rust brengen van je lijf. Op de behandeltafel heb je gewoon je kleren aan, alleen je schoenen en soms je sokken moeten uit. Ik start met het werken aan je gevoel van veiligheid. Daarnaast probeer ik je lijf het sein te geven dat je veilig bent en dat het mag ontspannen. Ik gebruik daarbij verschillende technieken. Ik werk dus met je lijf; het is een lichaamsgerichte therapie. Praten mag, maar hoeft dus niet. Als je geen zin hebt om voor de zoveelste keer je verhaal te doen, dan hoeft dat dus ook niet en desondanks kan ik je toch behandelen. Soms krijg je oefeningen mee naar huis om thuis uit te voeren. En als het haalbaar is, is het fijn als ik ouder(s) of je partner bepaalde oefeningen kan leren. Thuis oefenen betekent sneller resultaat, maar ik besef dat dat echt niet voor iedereen haalbaar is.

Waarom werkt mijn aanpak? Omdat te begrijpen is het nodig dat ik iets vertel over de werking van onze hersenen. Onze menselijke hersenen zijn een doorontwikkeling van de hersenen van reptielen. We hebben ook nog steeds een zogenaamd reptielenbrein. En bij trauma's zie dat juist dat oude stukje brein overactief is! En dat reptielenbrein kent maar drie opties: bevriezen, vluchten of aanvallen. Wellicht herken je in jezelf hoe jij reageert op een onverwachte gevaarlijke situatie. Met mijn behandeling bewerk ik ook je reptielenbrein.

Er is ook een logische verklaring waarom praten niet helpt: spraak zit op een hele andere plek in je hersenen.



4.4 Alles al geprobeerd?

Tja, als je alles al geprobeerd hebt, zul je deze informatie met de nodige scepsis gelezen hebben. En dat is volkomen begrijpelijk. Maar misschien moet je jezelf deze kans toch gunnen. Om de kosten geen belemmering te laten zijn, is de kennismaking bij Reflexintegratiecentrum Nederland altijd kosteloos.

Hieronder staat ook een gratis video waarmee je je veerkracht bij stress en je immuunsysteem kunt verbeteren.

<https://youtu.be/ayql4Eko6l8?si=gkcUfLD24yKx6BIX>

4.5 Mijn MNRI®-modules

Voor een actueel overzicht van de door mij gevolgde lesmodules, kunt u kijken op de MNRI®-gids <https://mnrigids.masgutovamethode.nl/>. Alle behandelaren op de wereld zijn daar te vinden, met een overzicht van de lesmodules en stages die ze hebben gevolgd.

Op dit moment heb ik afgerond:

- ☐ Archetype Movement Integration (online) (2020: 24 uur)
- ☐ Breathing Reflexes Restoration and Integration (2023: 24 uur)
- ☐ Dynamic and Postural Reflex Pattern Integration (2019: 32 uur)
- ☐ Dynamic and Postural Reflex Pattern Integration (2022: 32 uur) als herhaling
- ☐ IPET NeuroTactile (2022: 32 uur)
- ☐ Introduction to Reflex Neuromodulation for Concussion Recovery (online) (2023: 8 uur)
- ☐ Lifelong Reflex Integration (2017: 32 uur)
- ☐ Neuro Tactile Integration (2021: 16 uur)
- ☐ Neurostructural Reflex Integration (2022: 32 uur)

- ☐ Oral Facial Reflex Integration Level 1 (online) (2021: 24 uur)
- ☐ Stress Hormones and Reflex Integration (2022: 24 uur)
- ☐ Trauma and PTSD Recovery (online) (2021: 24 uur)
- ☐ Treasure Box to Facilitate Learning (online) (2023: 6 uur)
- ☐ Visual and Auditory Reflex Integration (2023: 24 uur)
- ☐ Oral Facial Reflex Integration Level 2 (2023: 24 uur)
- ☐ IPET Archetypes (2023: 24 uur)
- ☐ Aqua Reflex Integration (2023: 24 uur)
- ☐ Children with Challenges (online) (2023: 24 uur)
- ☐ Reflex Neuromodulation for Concussion Recovery Advanced (online) (2024: 16 uur)
- ☐ Reflex Integration for Newborns (oktober 2024: 16 uur)

Op mijn verlanglijstje voor volgend jaar staat:

- ☐ Stage lopen op een Conference

Mocht u zélf meer willen leren over MNRI dan kunt u cursussen boeken via De Kleine Parel <https://www.dekleineparel-opleidingen.nl/c-4125911/mnri-svetlana-masgutova/>. Alle lessen zijn volledig in het Engels. Als u meer zou willen lezen over MNRI dan kunt u in Amerika diverse boeken bestellen. <https://masgutovamethod.com/courses-conferences-tools/estore>. Er wordt gewerkt aan een Nederlands vertaling van een boek over MNRI, maar dat is nog niet beschikbaar.

4.6 Ervaringen van cliënten:

- ☐ Na jaren van slaapproblemen kan ik eindelijk weer slapen.
- ☐ Ik kan mij helemaal nergens meer door ontspannen. Na één behandeling voelde ik me, voor het eerst in jaren, weer eens ontspannen. Al tijdens de behandeling voel ik de spanning uit mijn lijf stromen.
- ☐ Zeer zwaar getraumatiseerde mensen hebben ook baat bij de MNRI® .
- ☐ Pim heeft ervaring met complexe problematiek en gaat daar heel goed mee om.
- ☐ "Ik weet niet hoe hij het doet mam, maar het helpt wel!"
- ☐ Ik had 24 uur per dag hoofdpijn. Tijdens de eerste sessie was ik even een minuut of twee zonder hoofdpijn. Na 10 sessies kon ik stoppen met MNRI® omdat ik van mijn hoofdpijn af was.
- ☐ Ik had zowel thuis als op het werk veel stress. Bovendien had ik een blessure aan mijn heup waardoor ik pijn had bij het hardlopen. Na een sessie van één uur verliet ik helemaal zen het pand en ik kon drie dagen later weer pijnvrij hardlopen.

Hier onder staat een link naar een video waarin ouders hun ervaringen delen m.b.t. hun kinderen die op een MNRI Family Conference waren.

<https://youtu.be/yLFi-arV4EQ?si=Pf0GWW-1FH1z4jZX>

5 Reflexen (korte versie)

Op deze plek zal ik een groot aantal reflexen noemen en aangeven wat een teken kan zijn dat die reflex aandacht behoeft. Ik gebruik hier de Engelse namen, omdat een goede vertaling soms gewoon ontbreekt. Voor de duidelijkheid: de omschrijving is niet uitputtend. En wellicht zie je dezelfde 'indicaties' bij meerdere beschrijvingen van de reflexen. Dat komt omdat maar zelden één reflex het probleem is. Er is vaak een serie reflexen die samenwerken om te komen tot de juiste reactie.

5.1 **Abdominal reflex:** niet kunnen ontspannen, slaapproblemen.

- 5.2 ATNR reflex:** moeite met concentreren, problemen met balvaardigheid, beeld denken, moeite met lezen, rekenen en of dyslexie/dyscalculie, knoeien met eten, moeite met leren fietsen en zwemmen, een slecht handschrift/moeite met schrijven, laat gaan kruipen, houterig lopen. Al deze elementen zie je vaak terug bij kinderen die geboren zijn via een keizersnede.
- 5.3 Automatic Gate reflex:** moeite met bewegen, moeite met balans, geen nieuwe dingen willen proberen, moeite met grote motoriek, moeite met rennen, moeite met informatieverwerking.
- 5.4 Babinski reflex:** moeite met balans, zwakke enkels, knieklachten, neklachten, rugklachten, schouderklachten, platvoeten, algehele onhandigheid, atrose, scoliose, tandenknarsen, kaakspanning, letterlijk en figuurlijk op de tenen lopen.

Afbeelding 13



- 5.5 Babkin reflex:** ADD, ADHD, (drugs)verslavingen, bijten op val alles, duimzuigen, eetstoornissen, fobieën, kwijlen, mond niet goed dicht kunnen houden, nagelbijten, ziekte van Parkinson, voetproblemen, vuistklemmen, grote zuigbehoefte hebben.
- 5.6 Bauer Crawling reflex:** ADD, ADHD, moeite met balans, moeite met begrijpend lezen, dyslexie, dyscalculie, spraakachterstand, moeite met fietsen, houdingsproblemen, hypersensitiviteit, moeite met impulscontrole, laat gaan omrollen, laat gaan kruipen, weinig oog hebben voor je omgeving, V/P-kloof, laag zelfbeeld.

- 5.7 Bonding reflex:** niet alleen willen zijn, verlatingsangst, afhankelijkheid in relaties, bang in het donker, eenzaamheid, eetproblemen, geboortetrauma, adoptie, hechtingsproblemen, onbegrepen hoofdpijn, hoogsensitiviteit, hypersensitiviteit, snel huilen, chronische stress, passiviteit, niet van verandering houden, verlegenheid, zich afzonderen, zich wegcijferen.
- 5.8 Fear paralysis reflex:** angsten, depressie, driftbuien, dwangmatig gedrag, eetstoornissen, flauwvallen, fobieën, hyperventileren, migraine, nachtmerries, moeite met 'nee' zeggen, OCD, onhandelbaar zijn thuis, paniekaanvallen, perfectionisme, gevoelig voor reisziekte, slaapstoornissen, toevallen, trauma, vermoeidheid, zweten.
- 5.9 Flying & Landing reflex:** hoogtevrees, valangst, extreem sterke verbeelding, moeite met spraak, moeite met huppelen en springen, niet zachtjes kunnen neerkomen/landen.
- 5.10 Foot Grasp reflex:** laat gaan staan, moeite met balans, angsten, articulatie, houdingsproblemen, onzekerheid, knieklachten, rugklachten, zere scheenbenen, moeite met sporten, zwakke grove motoriek, oogsamenwerking niet goed, ingegroeide teennagels, geen rust in het hoofd.
- 5.11 Foot Tendon Guard reflex:** aarden, angsten, zwakke enkels, knieklachten, knieën op slot, rugklachten, chronische stress, op de tenen lopen, weinig zelfvertrouwen, zwart-wit denken.
- 5.12 Hand Grasp reflex:** scheef zitten, problemen met schrijven, stotteren, moeite met fijne motoriek, knakkende gewrichten, smakken met eten, zwakke blaas, moeite met communicatieve vaardigheden, TOS, vuist maken met duin in de vuist.

Afbeelding 14



- 5.13 Hands Pulling reflex:** moeite met springen, moeite met klappen in de handen, te hoge of te lage spierspanning, fysiek in contact, moeite met leren een instrument te bespelen, moeite met aanreiken en trekken, tennisarm, te toegeeflijk zijn.

Afbeelding 15



- 5.14 Hands Supporting reflex:** afstandelijk, kort lontje, ADHD, ASS, OCD, gedragsproblemen, laat met omrollen, passief, pester of gepest worden, vaak vallen, makkelijk slachtoffer.
- 5.15 Head Righting reflex:** moeite met het hoofd recht houden, scheef zitten, moeite met balans, leeft in een eigen wereldje, moeite met fijne en grove motoriek, laat gaan lopen, niet zelfstandig genoeg.
- 5.16 Landau reflex:** moeite met concentratie, moeite met balans, moeite met hinkelen, moeite met touwtje springen, ADD, ADHD, ASS, moeite met focussen op details, depressie, vermoeidheid, burn out, moeite met keuzes maken, moeite met initiatief nemen, schade aan organen, hangende schouders, nekklachten, rugklachten, moeite met organiseren, moeite met zien, weinig tijdsbesef.
- 5.17 Leg Cross Flexion Extension reflex:** moeite met balans, moeite met coördinatie, moeite met dansen, moeite met hardlopen, vallen met lopen, last van fobieën, dyslexie, dyscalculie, lage denksnelheid, moeite met informatieverwerking, beperkt inzicht in oorzaak en gevolg, moeite met lateralisatie, houdingsproblemen, oogsamenwerking niet goed, oorsamenwerking niet goed.

- 5.18 Moro reflex:** hekel aan (onverwachte) aanraking, moeite met affectie laten zien, geboortetrauma, in zichzelf gekeerd zijn, agressie, KNO-problemen, hekel aan labeltjes in kleren, PDD-NOS, Asperger, paniekstoornis, schrikachtig, sociaal functioneren is lastig, starheid in denken en handelen, stemmingswisselingen, zeer goed kunnen ruiken, auto-immuun ziektes, chronische ziekten, bijnieruitputting, galblaasproblemen, eczeem, jeuk, bronchitis, vaak buikpijn, chaotisch, oogknippen, nachtmerries.

Afbeelding 16



- 5.19 Pavlov orientation reflex:** angsten, nieuwsgierigheid, zelfvertrouwen, cognitieve en intellectuele ontwikkeling, gebrekkige motivatie.
- 5.20 Spinal Galant reflex:** ADHD, zwakke blaas, bedplassen, moeite met darmcontrole, bewegingsonrust, geheugenproblemen, houdingsproblemen, gewrichtsproblemen, onhandigheid, rusteloosheid, scheefgroei, scoliose, wiebelen, op stoel schuiven, niet stil kunnen zitten, moeite met luisteren, problemen met heupen, baarmoederverzakking, ziekte van Bechterew.
- 5.21 Spinal Perez reflex:** ADD, ADHD, PDD-NOS, ASS, Asperger, overgevoelig voor geluid, allergieën, hooikoorts, darmproblemen, incontinentie, eczeem, geboren met keizersnede, laat gaan kruipen, laag leertempo, ongeïnteresseerd overkomen, snel sportblessures, hekel aan strakke kleding.
- 5.22 STNR reflex:** W-zit, op de benen zitten, stoelpoot omklemmen, van stoel afglijden, moeite met zien, kokerblik, last van oren, whiplash, moeite met tandenpoetsen, apart tred bij lopen, onhandigheid, ontwijkgedrag, onderpresteren, moeite met schools leren.

Afbeelding 17



5.23 TLR reflex: angsten, moeite met afstand inschatten, moeite met snelheid inschatten, weinig besef van plaats in de ruimte, moeite met diepte waarnemen, weinig besef van tijd, depressie, dyspraxie, moeite met gooien, houterig lopen, hangen op stoel, hangen op tafel, hoofd ondersteunen, hoogtevrees, moeite met meerdere instructies, laatkomers, moeite met link of rechts, schrijven in spiegelbeeld, moeite met tafels leren, moeite met vangen en gooien van een bal, snel verveeld, last van wagenziekte, whiplash, zeeziekte.

5.24 Trunk Extention reflex: aarding, stuitbevalling, stortbevalling, geboren met keizersnede, ongepast gedrag, moeite met emotieverwerking, hoofdpijn, op de tenen lopen, veel fantasie, veilig voelen, onderprikkeld of overprikkeld zijn, overfocus op details.

6 Reflexen (uitgebreide versie)

Er zijn tientallen reflexen. Hiervoor heb ik een korte beschrijving gegeven van de belangrijkste reflexen. Op deze plaats geef ik van een aantal reflexen een uitgebreidere beschrijving.

6.1 ATNR (= Asymmetrical Tonic Neck Reflex)

De ATNR is een primaire reflex. Deze reflex doet zijn werk dus automatisch. En als het goed is, heb je daar veel plezier van, tot je ongeveer een half jaar oud bent. Daarna is hij niet meer nodig omdat dan geleerd hebt bepaalde handelingen heel bewust te doen. We zeggen dan dat de reflex is geïntegreerd.

Babytijd

Allereerst helpt de ATNR je om geboren te worden. Hij is belangrijk voor de spildraai die een baby maakt bij het geboren worden. Als een kindje geboren wordt via een keizersnede of als 'sterrenkijker', wordt de reflex vaak niet goed 'aangezet' voor zijn vervolgtaken.

De ATNR speelt een belangrijke rol bij de ontwikkeling van de juiste spierspanning, oog-hand-coördinatie en bij het vinden van je balans.

Testen van de reflex

Je kunt makkelijk herkennen of de ATNR nog actief is. Het kindje ligt op zijn rug. Als je nu het hoofdje naar links draait, zie dat de linkerarm en het linkerbeen zich strekken terwijl arm en been aan de rechterzijde zich ontspannen of ontspannen blijven liggen. Je ziet hetzelfde gebeuren als een kindje een geluid hoort: het hoofdje draait zich richting het geluid en arm en been bewegen mee.

Na 6 maanden

Doordat de ATNR reflex actief is, leert het kind een heleboel. Hij helpt bij het ontwikkelen van het gehoor, bij het kijken, bij het uitstrekken om iets te pakken en helpt bij het ontdekken van links en rechts enzovoort. Uiteindelijk worden dat allemaal bewuste acties en is de reflex overbodig geworden.

Een niet (goed) geïntegreerde reflex

Als de ATNR niet vanzelf verdwijnt, is dat erg lastig voor het kind. Als je je hoofd draait, bewegen je arm en been ongewild mee. Dat heeft ontzettend veel invloed op bijna alles wat je wil leren. Bekend voorbeeld is het kind dat leert fietsen en meteen omvalt zodra het niet recht voor zich uit kijkt.

Samengevat kun je zeggen dat de ATNR vooral raakvlakken heeft met leren, gedrag, horen en zien. De ATNR wordt ook wel de leerreflex genoemd omdat hij zoveel effect heeft op allerlei aspecten van leren op school. Overigens geldt voor alle genoemde kenmerken dat er ook andere reflexen een rol kunnen spelen. Het blijft altijd noodzakelijk om dat even te testen. MNRI® is maatwerk.

6.2 Babkin Palmomental Reflex

De Babkin reflex is een primaire reflex. Deze reflex doet zijn werk dus automatisch. En als het goed is, is de Babkin reflex actief tot je ongeveer vier maanden oud bent. Daarna is hij niet meer nodig omdat

dan geleerd hebt bepaalde handelingen heel bewust te doen. We zeggen dan dat de reflex is geïntegreerd.

Babytijd

De Babkin reflex is in eerste instantie essentieel voor de baby om te leren drinken en voor zijn gevoel van veiligheid. Hij speelt verder een belangrijke rol bij de ontwikkeling van de alle bewegingen met betrekking tot de mond en kaken en bij de ontwikkeling van je fijne motoriek.

Testen van de reflex

Je kunt makkelijk zien of de Babkin reflex actief is. Het kindje ligt op zijn rug. Als je nu drukt in de palm van zijn handjes, zal zijn mondje opengaan en beweegt hij zijn hoofdje naar voren. Hij gaat eigenlijk op zoek naar de borst van zijn moeder en is klaar om te gaan drinken. Als je slechts in een handje drukt, beweegt hij zijn hoofdje die kant op.

De reflex zorgt er ook voor dat hij in de borst van zijn moeder knijpt. Dat stimuleert de aanmaak van oxytocine bij beiden en bij de moeder stimuleert het de melkproductie. Krijgt de baby geen borstvoeding maar een flesje, dan zul je zien dat hij toch die grijpbewegingen maakt. Wat je ook kunt zien, is dat de teentjes van de baby opkrullen als hij zuigt.

Na 4 maanden

Doordat de Babkin reflex actief is, leert het kind zuigen en slikken en daarnaast bereidt de reflex het kind voor op bijten en kauwen. Zijn mond gebruikt hij ook om de wereld te ontdekken: baby's stoppen niet voor niets alles in hun mond. Dat bevordert de samenwerking tussen waarnemen en bewegen, ook wel sensomotorische ontwikkeling genoemd. Uiteindelijk worden dit allemaal bewuste acties en wordt de reflex overbodig.

Een niet (goed) geïntegreerde reflex

Als de Babkin reflex niet vanzelf verdwijnt, zie je vaak dat de tong nog een beetje een eigen leven leidt. We hebben allemaal wel eens iemand gezien, die tijdens het schrijven of bij voorbeeld knippen het puntje van de tong uit de mond heeft steken. Het lijkt alsof iemand hartstikke geconcentreerd aan het werk is, maar eigenlijk heeft hij last van een nog actieve Babkin reflex.

Samengevat kun je zeggen dat de Babkin reflex vooral betrekking heeft op alles met betrekking tot de mond en de fijne motoriek. Overigens geldt voor genoemde kenmerken dat er ook andere reflexen een rol kunnen spelen. Het blijft altijd noodzakelijk om dat even te testen. MNRI® is maatwerk.

Met MNRI® reflexintegratie kunnen we je helpen de reflex alsnog (of weer) te leren wat hij moet doen. Bij jonge kinderen wordt vaak al snel resultaat geboekt maar het is niet zo dat je lijf in een keer (weer) weet wat het moet doen. Meestal moet je een aantal keer terugkomen voor behandeling. Soms krijg je ook oefeningen mee voor thuis.

Vuistklemmen is een teken van spanning in het lichaam. Dat geldt voor kinderen en volwassenen. Soms duidt het op een nog actieve ATNR-reflex.

Bij een volgende update van de website zal ik proberen nieuwe uitgebreide beschrijvingen toe te voegen. Als je direct meer informatie wil lezen over een bepaalde reflex, kijk dan even op de website van MNRI®-collega Margreet Leeftang-Wobbles <https://www.kienenkundig.nl/reflexen-uitgelegd/>. Zij heeft uitstekende beschrijvingen gemaakt van de reflexen. Ze schrijft trouwens ook leuke artikelen (aanrader!).

7 **Achtergrondinformatie**

Voor wie graag meer wil weten, plaats ik hier interessante informatie. Die kan bestaan uit tekst, foto, video of een link naar een website.

- Zoek je een MNRI-collega? <https://MNRI®gids.masgutovamethode.nl/>
- Belangrijk voor het goed functioneren van je zenuwen is dat de zenuwbanen goed 'geïsoleerd' zijn. Dat noem je myelinisatie. [Myelinisatie - Brain Matters](#)
- Wetenschappelijk bewijs over het verband tussen ADHD en de werking van de ATNR-reflex: [Disinhibition of Primitive Reflexes in Attention Deficit and Hyperactivity Disorder: Insight Into Specific Mechanisms in Girls and Boys - PMC \(nih.gov\)](#)

Laatste update: 28-10-2024

"Indicatie"

A

Aandacht vasthouden

Aanhalig; erg ~ zijn

Aanpassingsvermogen; slecht

Aanraking; hekel aan (onverwachte) aanraking

Aarding, gronden

Absences

Academische vaardigheden

ADD

Adem inhouden

Adem vasthouden, Apneu

Ademhaling

Ademhaling; ondiepe/moeilijke

ADHD

Adoptie

Affectie laten zien; moeite met ~

Afgeleid zijn; snel

Afhankelijkheid

Afhankelijkheid in relatie(s)

Afstand houden

Afstand inschatten

Afstandelijkheid

Afzeggen; op het laatste moment

Agressie; kort lontje

Alert; voortdurend

Alleen; niet ~ willen zijn

Allergie

Angst in groepen

Angst(en)

Anti-zwaartekracht

Apathie

Armen altijd gebogen of gestrekt

Armen; slecht gereguleerde spierspanning

Articulatie

Asperger

ASS

Astma

ATNR (basis voor ontwikkeling)

ATRN integratie

Artrose

Audiovisuele integratie

Auditieve overgevoeligheid

Auditieve verdediging

Auditieve verwerking

Autisme

Auto-immuun ziektes

Automatiseren, moeite met

Autorijden

Autoriteit; moeite met

B

Baarmoederverzakking

Baas over eigen lijf; moeite met ~

Baby op je buik laten liggen

Balans tussen analyt./synth. verwerking

Balans; moeite met

Balvaardigheid

Bang in het donker

Bechterew; Ziekte van

Bedplassen

Beeld denken

Been coördinatie

Beenlengte verschil

Beenspieren

Begin maken; opnieuw beginnen

Begrijpend lezen

Begrip van ruimtelijke ontwikkeling

Begrip, begrijpen; moeite met

Bekken; geroteerd

Bekken; scheefstand

Bekkenmobiliteit

Benen overstrekken

Benen, op benen zitten

Benen; apart van elkaar kunnen bewegen

Benen; kramp in

Berengang (kruipen met gestrekte armen en benen)

Bescherming

Besef van beperkt bereik

Besef van je plaats in de ruimte

Besef van snelheid

Besef van tijd

Beslissingen; moeite met

Betrokkenheid, nieuwgierigheid

Bevallen zijn

Bevriezen bij uitgedaagd worden

Bewegen; evenwicht, balans

Bewegingsnauwkeurigheid bij reiken

Bewegingsonrust

Bewegingspatronen; inefficiënte

Bewegingspatroon; homolateraal

Bewustzijn, ruimtelijk

Bezorgd zijn

Bijnieruitputting

Bijten op pennen

Bijten op van alles

Bilaterale integratie

Billen schuiven

Blaascontrole, zwakke blaas

Black out

Blij, enthousiast zijn

Bloedcirculatie

Bloeddruk

Blokkeren bij uitgedaagd worden

Bovenlichaam; zwak

Bronchitis

Buikpijn; onbegrepen

Buikpijn; vaak

Buikproblemen

Burn Out

C

Centraal zenuwstelsel ontwikkeling

Cerebrale parese, hersenbeschadiging

Chaotisch zijn

Chronische ziekten

Cognitieve ontwikkeling
Cognitieve vaardigheden
Communicatie (algemeen)
Communicatie (eigen manier)
Communicatie; moeite met
Communicatieve vaardigheden

Concentratie
Confrontatie(s) mijden
Contact vermijden
Coördinatie
Coördinatie; slechte
Creativiteit

D

Dagdromen
Dansen
Darmcontrole
Darmproblemen
DCD
Denksnelheid
Denkvermogen
Depressie
Details; overfocus op
Diepte waarneming
Doelen bereiken
Doelgerichtheid; moeite met ~
Dominantie; te weinig
Dominantie ontwikkeling
Doorzetten
Downsyndroom
Driftbuien
Drugsverslaving

Druk, druk, druk zijn

Dubbel zien

Duimzuigen

Dwangmatig gedrag

Dwangneurose, Obsessieve compulsieve stoornis

Dyscalculie

Dysgrafie

Dyslexie

Dyspraxie

E

Eczeem

Eenzaamheid

Eetstoornissen, eetproblemen

Eigen wereldje

Eigenwaarde; lage

Ellebogen

Emotieverwerking

Emotionele stabiliteit

Enkel verstuikt

Enkels; zwakke

Erbij willen horen

Ernstige ziekte; mogelijk een

Eten, eetstoornissen

Eten, slikken; moeite met ~

Eten, smakken

Eten; knoeien met

Eten; moeite met bestek

Eten; moeite met textuur

Evenwicht

Evenwicht; snel verliezen van

Evenwichtsorgaan

Evenwichtsstoornissen

Extreem reageren

Extremen opzoeken

F

Faalangst

Fantasie, verbeelding; weinig

Fawn

Fietsen, moeite met

Fight

Fijne motoriek

Fijne motoriek; aversie tegen

Flauwvallen

Flexibiliteit (lichaam)

Flight

Fobieën

Focussen

Focussen op details; moeite met

Freeze

Friemelen

Frustratie, snel gefrustreerd

Fysiek in contact naar anderen (duwen etc)

G

Galblaasproblemen

Geboortetrauma

Geborgenheid

Gedaanteverwisseling

Gedachten omzetten in beweging

Gedrag; onaangepast/instabiel

Gedragsproblemen

Geen geluid maken (baby)

Geen interesse in speelgoed/omgeving

Geen nieuw dingen willen proberen

Geheugen

Geheugenproblemen; korte termijn ~

Gehoor, horen

Gehoortontwikkeling

Gekoesterd worden

Gelaatsuitdrukking

Geluid; overgevoelig voor

Geluidgolven door je lichaam

Gespannen zijn

Gespannen zijn; overmatig

Gesteldheid; zwakke

Gevaar bemerken

Gevaar, gebrekkige controle bij

Gevaar, stress vermijden

Geven en nemen

Gewichtsverandering

Gewrichten; knakkende

Gewrichtsproblemen

Gezichtsvermogen (zie ook "zien")

Gooien (zie balvaardigheid)

Grenzen aangeven, grenzen stellen; moeite met

Grenzen respecteren; moeite met

Grijpen

Grip op je leven

Groei; persoonlijke

Grove motoriek

H

Hand tot hand, overbrengen

Hand-been coördinatie

Hand coördinatie; grove

Handen

Hand-hoofd draaien

Hand-mond coördinatie

Hand-Oog coördinatie

Handschrift; slecht leesbaar (zie ook schrijven)

Handvaardigheid; slechte

Hangen aan ouders; overmatig

Hangen op stoel

Hangen over tafel

Harde muziek in de auto

Hardlopen (zie ook rennen)

Haren kammen; moeite met ~

Hechtingsproblemen

Herkenning

Hersenbalk activatie

Hersendominantie

Hersenen: integratie van hersendelen

Hersenhelften; positie van

Hersenstam en cortex slecht verbonden

Hersenverwerking

Hersenvloeistofcirculatie

Heupen

Hinkelen

Hoge bloeddruk/Hypertensie

Hoofd ondersteunen; zwaar hoofd

Hoofd rechthouden

Hoofdcontrole

Hoofd-hand, arm, bovenrugspieren coördinatie

Hoofd-ledematen richtingsontwikkeling

Hoofdpijn

Hoofdpijn; onbegrepen

Hoofdpositie
Hoog sensitiviteit
Hoogteperceptie
Hoogtevrees
Hooikoorts
Horen met twee oren
Horen, gehoor
Houding
Houding
Houding; gebogen voorover/achterover
Houding; negatieve
Houding; slechte
Houdingregulatie
Houdingsproblemen
Houdingsstoornis
Houterig lopen (vangen, gooien)
Huilen; ontroostbaar
Huilen; snel
Huppelen; moeite met
Hurken
Hyperactiviteit
Hypergevoeligheid
Hypermobiliteit
Hypersensitiviteit (licht, geur, geluid, tast)
Hypertensie/Hoge bloeddruk
Hypertonie (te hoge spierspanning)
Hyperventileren
Hypoglycemie
Hypotensie/Lage bloeddruk
Hypotonie (te lage spierspanning)

Ideeën op papier zetten; moeite met

Immuunsysteem

Impulscontrole

Impulsiviteit

In beweging komen

In zichzelf keren

Incontinentie

Infecties

Informatie ontvangst

Informatieverwerking; nieuwe

Initiatief nemen; moeite met ~

Innerlijke rust

Insectenbeten; overgevoelig voor

Instructies; moeite met meerdere ~

Instrument bespelen

Intellectuele ontwikkeling

Interesse hebben, geïnteresseerd zijn

Inzicht in tijd, ruimte; moeite met ~

Inzicht, begrijpen

Isolatie (algemeen)

J

Jeuk

Junkfood; voorliefde voor (verslaving)

K

Kaakgewricht

Kaakklemmen

Kaakproblemen

Kaakspanning

Kauwen

Keizersnede; geboren met

Kennisgebrek

Kern, binnenste

Keuzes maken; moeite met

Kiss-syndroom

Klappen; moeite met in de handen ~

Klimmen

Klok kijken

Knieën op slot

Knieën, knieklachten

KNO-problemen

Kopiëren

Koppeltje duiken; niet kunnen ~

Koppigheid, standvastigheid

Kort lontje; agressie

Kriebels hebben

Kritiek; moeite met

Kruipen

Kruipen overgeslagen

Kruipen; laat gaan

Kruipen; niet kruipen, wel tijgeren

Kruipreflex

Kruislings bewegen (zie ook lateralisatie)

Kwijlen

L

Laatkomers

Labeltjes/Etiketjes in kleding, naden in sokken

Lage bloeddruk/Hypotensie

Lamgeslagen zijn

Landen/neerkomen; zachtjes kunnen

Lateralisatie; moeite met

Lawaai; last van (omgevings-)

Leermechanismen

Leerstijl (eigen manier)

Leertempo; traag

Leervaardigheden

Leervermogen

Leren, schools leren

Leunen; zijwaarts

Leverproblemen

Lezen; problemen met

Lichaam bewegen

Lichaam; spierreactie

Lichaamscoördinatie

Lichtgevoeligheid

Links-rechts onderscheid; moeite met ~

Links-rechts verwarring

Lipbijten

Lippen bewegen mee bij taken fijne motoriek

Logica; gebrek aan

Lopen in het donker; moeite met ~

Lopen, tred; manier van

Lopen; laat gaan

Lopen; sloom

Loslaten; niet kunnen

Luisteren

Luisteren met 1 oor ter bescherming

Luisteren, luistervaardigheid

Luisteren; moeite met

Luisteren; niet

Lusteloosheid

M

Maanden onthouden

Machteloos voelen

Makkelijk afgeleid

Middellijn vinden/kruisen

Migraine

Misvorming van de voet(en)

Mond open houden

Mondbewegingen, mondmotoriek

Mondgebruik

Motivatie; gebrekkige

Motoriek, grove

Motoriek; fijne

Motorisch geheugen; zwak

Multitasken; moeite met ~

Myelinisatie

N

Nachtmerries

Nagelbijten

Nee zeggen; moeite met ~

Negativiteit

Nekklachten

Niet gehoord worden; gevoel

Niet gezien worden; gevoel

Nieuwsgierigheid

Nooit genoeg melk hebben (baby)

O

O-benen

OCD

Ogen scherpstellen, focussen

Ogen; volgen met de

Omdraaien

Omgaan met obstakels

Omrollen; laat

Omrollen; niet kunnen ~
Onderpresteren
Onderprikkeld zijn
Ondersteuning
Ongeïnteresseerd overkomen
Ongemotiveerd
Onhandelbaar thuis
Onhandigheid
Onredelijkheid
Ontspannen; niet kunnen
Ontwijkgedrag
Onzekerheid
Oog voor omgeving; weinig ~
Oogcontact; geen ~ maken
Oog-Hand coördinatie
Oogknipperen
Oogsamenwerking
Oorsamenwerking
Oorzaak en gevolg; inzicht in
Oplossingen; moeite met ~ vinden
Oren
Organen; schade aan
Organiseren
Overgevoeligheid
Overgevoeligheid licht/geluid/aanraking
Overlevingsstand
Overprikkeld zijn
Overreageren
Oververmoeidheid
Overzicht houden

P

P/V-Kloof

Paniekaanvallen

Paniekstoornis

Parkinson; ziekte van

Passief zijn, passiviteit

PDD-NOS

Peesbeschermingsreflex

Peesplaatontsteking

Pengreep

Perfectionisme

Perifeer zenuwstelsel ontwikkeling

Persoonlijke ruimte

Perspectieven kunnen zien

Pesten/Gepest worden

Pijn

Pijnprikkels, vermijden van

Pincetgreep

Plannen, organiseren

Platvoeten

Polsklachten

Praten; binnensmonds

Praten; hard

Prikkelbaar zijn

Prikkelbare darm syndroom

Prikkelverwerking

Proprioceptieve, vestibulaire, visuele coördinatie

R

Reactiesnelheid

Reiken, aanraken, trekken; bewust

Reisziekte

Reisziekte (wagenziekte, zeeziekte)

Reisziekten; gevoelig voor

Rekenen

Rekenen; redactie-/verhaaltjes-sommen

Rennen; moeite met (zie ook hardlopen)

Richtingsbesef, richtingsgevoel

Rijtjes leren; moeite met ~

Roken

Rug; vervorming van/ kromme

Rug-bekken

Rugklachten

Rugpijn

Rugpijn; lage

Rugspieren; zwakke

Ruiken; zeer goed kunnen

Ruimtelijk inzicht

Ruimtelijke oriëntatie

Rust in het hoofd

Rusteloosheid

S

Sabbelen (op alles)

Samenwerken

Schedel

Scheefgroei

Scheenbenen; zere

Schizofrenie

Schoenen aantrekken (opkrullende tenen)

Schoolprestaties

Schouderblessures

Schouderklachten

Schouders; hangende

Schouderspieren

Schrijfproblemen

Schrijven

Schrijven in spiegelbeeld

Schrijven weigeren te

Schrijven; hekel aan

Schrijven; moeite met ~ (zie ook handschrift)

Schrijven; overschrijven v.h. bord kost veel tijd

Schrijven; pijn bij het

Schrijven; te veel druk op pen

Schrikachtig

Schrikreactie

Scoliose

Selectief mutisme

Slaappatroon

Slaapstoornissen

Slachtoffer; makkelijk

Slikken

Smakken

Snelheid inschatten

Sociaal functioneren is lastig

Socialiseren (geven en nemen)

Spasticiteit

Spelling

Spier-eigen reflexen; slecht basis van

Spijkramp

Spierontwikkeling

Spierspanning

Spijverteringsorganen

Sportblessures

Sporten

Spraak

Spraakachterstand

Springen

Springen, impulsief

Springen; moeite met omhoog ~

Staan

Staan, voorbereiden kind op

Staan; laat gaan ~

Staan; stil blijven

Stabiliteit

Stabiliteit; emotionele

Staren

Starheid (in denken en handelen)

Stemmingswisselingen

Stijfkoppigheid, volhardendheid

STNR-integratie

Stoel; schuiven op

Stoel; van ~ afglijden

Stoelpoot omklemmen

Stortbevalling meegemaakt

Stotteren

Strak zittende kleding; aversie tegen

Stress; chronische

Stress; negatieve bescherming en compensatie

Stress-tolerantie; lage

Structuur aanbrengen

Studietempo

Studievaardigheden

Stuitligging

Sympathisch zenuwstelsel

Syndroom van la Tourette

T

Taalachterstand

Taaluitdagingen

Taalvaardigheid

Tactiele gevoeligheid

Tafels van vermenigvuldiging

Tanden poetsen; moeite met ~

Tandenknarsen

Teennagels; ingegroeide

Tekenen

Tenen; lopen op de (letterlijk en figuurlijk)

Tennisarm, tenniselleboog

Teruggetrokken/passief gedrag

Tics

Tijdsbesef; weinig/geen

Tinnitus

TLR integratie

Toegeeflijk, meegaand (te)

Toevallen

Tong beweegt mee met fijn-motorische taken

Tong uitsteken, bijten/kauwen op tong

TOS

Touwtje springen

Traag zijn

Trage ontwikkeling

Traplopen; roltrap nemen

Trauma

Tweebenigheid

V

V/P-kloof

Valangst

Vallen tijdens hand in hand lopen

Vallen tijdens lopen
Vallen; vaak
Val-letsel
Vangen (zie balvaardigheid)
Veeleisend zijn
Veilig voelen, geborgenheid
Veranderingen; niet houden van
Verantwoordelijkheid; teveel
Verantwoordelijkheid; weglopen voor
Verbeelding, fantasie
Verbeelding; extreem sterke
Verlatingsangst
Verlegen; extreem
Verlegenheid
Vermoeidheid
Vermoeidheid; extreme
Verrassingen; niet houden van
Verslaving
Vertering; slechte
Vertrouwen
Verveling, saaiheid
Verwerkingssnelheid
Verwoorden van gedachten; moeite met ~
Verziendheid
Vingervermoeidheid
Vluchtgedrag
Voedselallergie
Voedselintolerantie
Voelen, denken en doen; eenheid in
Voeten
Voeten; gewichtsverdeling over ~ niet goed

Voetproblemen

Voetstabiliteit

Vol hoofd

Voorkeurszijde; geen

Voorkomen dat je ergens op gaat staan

Vuist maken met duim erin

Vuistklemmen (spanning in lichaam)

W

Waakzaamheid

Waarnemen; zeer goed kunnen

Waarneming eigen lichaam

Waarneming tijd en ruimte

Waarneming van zicht/zien

Wagenziekte

Wandelen

Wandelen en praten tegelijk

Wantrouwend zijn

Wervelkolom

Wervelkolom flexibiliteit

Whiplash

Wiebelen

Wiggenbeen

Wil alles direct

Wiskunde

Woedeaanvallen

W-zit

X

X-benen

Z

Zeeziekte

Zelfacceptatie en acceptatie van anderen

Zelfafwijzing

Zelfbeeld; laag

Zelfbescherming; slechte

Zelfregulatie

Zelfstandig; niet ~ genoeg

Zelfvertrouwen

Zelfwaarneming

Zich terugtrekken, zich afzonderen

Zich verdedigen; moeite met

Zich wegcijferen

Zicht; kokerblik

Zicht; moeilijk schakelen tussen ver en dichtbij

Zicht; onzekerheid mbt

Zicht; probleem met afstand inschatten

Zicht; scheef

Zicht; scherp zien in de verte

Zicht; vroege ontwikkeling van

Zicht; wazig

Zien

Zien 3D (algemeen)

Zien, gezichtsvermogen

Zien; diepte

Zien-horen integratie

Zindelijk worden

Zintuigen activeren

Zintuigen open

Zintuiglijke ontwikkeling

Zitten, Scheef zitten

Zitten; gaan ~ (tot zit komen)

Zitten; niet stil kunnen

Zitten; onderuit gezakt ~/ hangen

Zuigen, grote zuigbehoefte

Zwart-wit denken

Zwemmen; moeite met

Zwemmen; schoolslag

Zweten