

Wat is Reflexintegratie?

Reflexintegratie is een manier om het zelfherstellend vermogen van het lichaam te bevorderen door te werken met primaire reflexen en het stimuleren van het zenuwstelsel. Op die manier kun je het lichaam (weer) leren op de juiste wijze te reageren. Verstoring van de juiste automatismen kan al ontstaan bij de geboorte, maar ook door een intense gebeurtenis (trauma), ziekte of ouderdom.

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 staat voor 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

Reflexintegratie is een therapie gericht op het verbeteren van motorische en neurologische functies door het werken met primaire reflexen. Deze reflexen zijn natuurlijke bewegingen en reacties die bij de geboorte aanwezig zijn en normaal gesproken in de vroege kinderjaren worden geïntegreerd. Wanneer dat niet of niet volledig gebeurt, kan dit leiden tot diverse problemen op het gebied van lichamelijke, cognitieve en emotionele ontwikkeling.

Reflexintegratie is gebaseerd op het idee dat niet-geïntegreerde reflexen alsnog/opnieuw kunnen worden geïntegreerd. Daarbij worden specifieke reflexen gestimuleerd door middel van fysieke oefeningen en sensorische input (diverse soorten aanrakingen), waardoor de hersenen deze reflexen beter kunnen integreren en de samenwerking tussen lichaam en hersenen kan verbeteren.

Reflexintegratie wordt vaak ingezet bij kinderen en volwassenen met ontwikkelingsstoornissen, leerproblemen, ADHD, autisme en/of neurologische aandoeningen. De therapie kan helpen bij het verbeteren van motoriek, concentratie, sociale vaardigheden en ondersteuning van je emotionele balans.

Waarvoor kun je Reflexintegratie gebruiken?

Reflexintegratie kan nuttig zijn bij veel verschillende aandoeningen en uitdagingen, waaronder:

1. Gedrags- en emotionele problemen - zoals angst, prikkelbaarheid, en problemen met zelfregulatie.
2. Concentratie- en leerproblemen - zoals dyslexie, ADHD en aandachtsproblemen.
3. Motorische achterstanden - zoals een slechte fijne en grove motoriek, coördinatieproblemen, evenwichtsproblemen.
4. Spanning en stress - zowel bij kinderen als volwassenen, omdat Reflexintegratie kan helpen om het zenuwstelsel tot rust te brengen en de balans te herstellen.
5. Spraak- en taalstoornissen - doordat reflexintegratie de neuro-motorische basis versterkt die nodig is voor taalontwikkeling.

Het doel van Reflexintegratie is om de hersenen en het lichaam te helpen om reflexen volledig te integreren, zodat je beter in staat bent om vaardigheden te ontwikkelen en te functioneren op school, werk en in sociale situaties.

Reflexintegratie is niet of maar beperkt in te zetten bij de meeste genetische afwijkingen.

Waarom Reflexintegratie?

Hier zijn een paar redenen waarom je voor Reflexintegratie zou kunnen kiezen:

1. Reflexintegratie ondersteunt de neurologische ontwikkeling: Bij kinderen en volwassenen waarbij primaire reflexen onvolledig zijn geïntegreerd, kunnen deze reflexen storingen veroorzaken op het gebied van motoriek, concentratie, sociale vaardigheden en emotieregulatie. Reflexintegratie helpt bij het 'afmaken' van deze reflexontwikkeling.
2. Reflexintegratie is breed inzetbaar. Door de primaire reflexen te integreren, worden de voorwaarden voor verdere groei en ontwikkeling verbeterd.
3. Natuurlijke aanpak: Reflexintegratie is een vriendelijke/zachte fysieke benadering die werkt door specifieke bewegingen en stimulaties toe te passen die de natuurlijke reflexen activeren en integreren. Het proces is vaak laagdrempelig en wordt vaak als prettig ervaren.
4. Reflexintegratie verbetert coördinatie en motorische vaardigheden: Doordat primaire reflexen meer geïntegreerd raken, verbetert vaak ook de coördinatie en lichaamsbeheersing. Dit heeft voordelen voor activiteiten zoals sporten, schrijven en andere dagelijkse vaardigheden.
5. Positieve effecten op emotionele regulatie en stress: Een stabiel zenuwstelsel kan ook bijdragen aan betere stressregulatie en emotioneel welzijn. Dit maakt het makkelijker om kalm te blijven en emoties beter te reguleren in stressvolle situaties.

Ervaringen met Reflexintegratie

Enkele veelvoorkomende positieve resultaten die zijn waargenomen na de inzet van Reflexintegratie:

1. Verbeterde motoriek:
 - Toename in coördinatie en balans, wat vooral merkbaar kan zijn bij kinderen met motorische vertragingen of volwassenen met neurologische aandoeningen.
 - Vermindering van onhandigheid of houterigheid in bewegingen, wat helpt bij dagelijkse activiteiten en sport.
2. Betere sensorische verwerking:
 - Minder overgevoeligheid of ondergevoeligheid voor prikkels zoals geluid, licht, aanraking, geur en/of texturen.
 - Kinderen (en volwassenen) met sensorische problemen (ook binnen het autistisch spectrum) kunnen meer ontspannen omgaan met prikkels, wat hun dagelijks functioneren vergemakkelijkt.
3. Verhoogde emotionele regulatie en stressbestendigheid:

- Verbeterde vaardigheden om emoties te reguleren en stress te hanteren, wat kan leiden tot minder uitbarstingen of minder angst.
 - Betere sociale interacties door verminderde overreactie op stressvolle situaties of prikkels.
4. Verbetering in spraak- en taalontwikkeling:
- Voor kinderen met spraakvertragingen kan de integratie van reflexen die verband houden met de mondmotoriek en ademhaling een positieve invloed hebben op spraakontwikkeling en taalbegrip.
 - Een vloeiendere spraak en duidelijkere uitspraak, vooral bij kinderen met problemen in mond-motorische coördinatie.
5. Cognitieve verbeteringen:
- Verbeterd concentratievermogen, wat resulteert in meer focus en betere leerprestaties op school.
 - Een toenemende capaciteit om instructies op te volgen en taken te organiseren, wat vooral bij kinderen met aandachtsproblemen (zoals ADHD) kan helpen.
6. Verbetering in zelfvertrouwen en zelfredzaamheid:
- Doordat vaardigheden op verschillende gebieden toenemen, ervaren kinderen vaak meer zelfvertrouwen en voelen ze zich competent.
 - De verhoogde zelfredzaamheid helpt zowel op school als in sociale situaties.

Deze resultaten zijn vaak cumulatief en worden duidelijker zichtbaar na meerdere sessies. Reflexintegratie kan dus bijdragen aan een meer gebalanceerde neurologische basis, wat essentieel is voor algehele ontwikkeling en welzijn.

Waarom kiezen voor Reflexintegratie in plaats van reguliere therapie?

Reflexintegratie kan voordelen bieden boven reguliere therapieën, vooral als het gaat om ontwikkelings- en neurologische problemen. Hier zijn enkele redenen waarom mensen voor Reflexintegratie kunnen kiezen:

1. **Holistische benadering:** Reflexintegratie richt zich op de basisreflexen en hun invloed op het zenuwstelsel en de motorische ontwikkeling. In tegenstelling tot veel reguliere therapieën, die vaak focussen op specifieke gedrags- of motorische problemen, werkt Reflexintegratie met reflexen die de basis vormen voor verdere neurologische en fysieke ontwikkeling.
2. **Verbetering van sensorische verwerking:** Reflexintegratie helpt bij het herstellen van reflexen die betrokken zijn bij de sensorische verwerking. Dit kan voordelen hebben voor kinderen of volwassenen die gevoelig zijn voor sensorische prikkels, iets waar reguliere therapieën vaak niet of minder diep op ingaan.
3. **Dieper werkend effect:** Reflexintegratie richt zich op de primaire reflexen die al vroeg in de ontwikkeling ontstaan. Het herstellen van verstoorde reflexen kan diepgaande effecten hebben, zoals verbeterde lichaamshouding, motorische controle en emotionele balans.

4. Ondersteuning voor diverse ontwikkelingsproblemen: Reflexintegratie wordt vaak gebruikt bij kinderen en volwassenen met neurologische of ontwikkelingsstoornissen zoals autisme, ADHD, en leerproblemen. Veel reguliere therapieën richten zich op het aanleren van vaardigheden zonder de reflexmatige grondslagen van gedrag aan te pakken. Daarom bekliven die therapieën vaak niet.
5. Integratie met andere therapieën: Reflexintegratie is vaak compatibel met andere therapievormen, zoals ergotherapie, fysiotherapie en logopedie. Het wordt soms gebruikt als aanvulling, omdat het de basis vormt waarop andere vaardigheden kunnen worden ontwikkeld (eerst moeten je reflexen goed werken), terwijl reguliere therapieën zich meestal richten op het ontwikkelen of verbeteren van vaardigheden vanuit de gedachte dat je reflexwerking al in orde is.
6. Praktische, lichaamsgerichte technieken: De Reflexintegratie-technieken zijn lichaamsgericht en relatief eenvoudig aan te leren, zodat ouders of verzorgers ze ook thuis kunnen toepassen.

Tot slot

Voor vragen over Reflexintegratie of om een behandeltraject te bespreken, neem gerust contact op via info@Reflexintegratiecentrum.nl of vul het contactformulier in op de website [Contact – Reflex Integratiecentrum](#)

Pim Kaal



www.Reflexintegratiecentrum.nl

Laatst gewijzigd op 7-1-2025