

MORO-REFLEX

Beschreibung

Was ist der Moro-Reflex?

Der Moro-Reflex, auch Schreckreflex genannt, ist ein angeborener Schutzreflex. Er ist bereits bei der Geburt vorhanden und wird durch plötzliche Reize wie laute Geräusche, unerwartete Bewegungen oder Veränderungen der Körperlage ausgelöst.

Typischerweise reagiert das Baby mit einem plötzlichen Ausbreiten der Arme und Beine, gefolgt von einem Zusammenziehen des Körpers. Häufig wird diese Reaktion von Weinen begleitet. Der Reflex hilft dem Säugling, auf mögliche Gefahren zu reagieren und Unterstützung durch die Bezugsperson zu erhalten.

Entwicklung des Moro-Reflexes

Der Moro-Reflex entwickelt sich bereits während der Schwangerschaft und sollte bei der Geburt vollständig vorhanden sein. Im Laufe der ersten Lebensmonate wird er durch die Reifung des Nervensystems zunehmend gehemmt und idealerweise bis etwa zum 6. Lebensmonat integriert.

Mit der Integration übernimmt der normale Schreckreflex des Erwachsenen, der deutlich kontrollierter abläuft und keine starke Stressreaktion mehr auslöst.

Woran kann sich ein aktiver Moro-Reflex zeigen?

Manche Kinder zeigen auch nach dem Säuglingsalter Anzeichen eines noch nicht vollständig integrierten Moro-Reflexes. Mögliche Hinweise können sein:

- starke Schreckhaftigkeit
- Schwierigkeiten bei Veränderungen oder Übergängen, mangelnde Anpassungsfähigkeit
- emotionale Überreaktionen
- Konzentrations- und Aufmerksamkeitsprobleme
- erhöhte Ängstlichkeit oder Unsicherheit
- Probleme mit Gleichgewicht und Koordination
- Überempfindlichkeit gegenüber Geräuschen, Licht oder Berührungen
- Schwierigkeiten Entscheidungen zu treffen

Diese Merkmale können verschiedene Ursachen haben und bedeuten nicht automatisch, dass ein Moro-Reflex noch aktiv ist. Sie können jedoch Hinweise liefern, die genauer betrachtet werden sollten.

MORO-REFLEX

Warum ist die Integration wichtig?

Bei jeder Aktivierung des Moro-Reflexes werden Stresshormone wie Adrenalin und Cortisol ausgeschüttet. Wenn dieser Schutzmechanismus dauerhaft aktiv bleibt, kann das Nervensystem schneller in Alarmbereitschaft geraten. Dies kann sich auf das Verhalten, die Aufmerksamkeit und die emotionale Regulation auswirken.

Ziel von Integrationsübungen ist es, dem Nervensystem zusätzliche Bewegungs- und Wahrnehmungserfahrungen anzubieten, die die neurologische Reifung unterstützen können.

Was können Eltern tun?

Im Alltag können spielerische Bewegungsangebote hilfreich sein, zum Beispiel:

- Schaukeln und sanftes Wippen
- Rollen über Matten oder den Boden
- Hampelmänner oder Sternsprünge
- Übungen auf dem Therapieball
- Hindernisparcours
- Balancier- und Koordinationsspiele

Wichtig ist, dass die Aktivitäten Freude machen, dem Entwicklungsstand des Kindes entsprechen und ohne Druck durchgeführt werden.

Wichtig zu wissen

Ein noch aktiver Moro-Reflex ist keine Diagnose. Er ist ein möglicher Baustein innerhalb der kindlichen Entwicklung. Bei Fragen oder Unsicherheiten kann eine Beratung durch entsprechend qualifizierte Fachpersonen (z. B. Ergotherapie, Physiotherapie oder Reflexintegration) sinnvoll sein.