

Inhaltsverzeichnis

| | |
|--|----|
| Vorwort | 13 |
| Einleitung | 17 |
| | |
| Kapitel 1 | |
| WAS SIND FRÜHKINDLICHE REFLEXE? | 21 |
| | |
| Kapitel 2 | |
| DAS GEHIRN | 25 |
| Definition von Trauma | 31 |
| | |
| Kapitel 3 | |
| DIE SIEBEN WICHTIGSTEN REFLEXE | 37 |
| Der Furcht-Lähmungsreflex (FLR) | 39 |
| Mögliche Verhaltensweisen bei einem nicht hinreichend transformierten Furcht-Lähmungsreflex | 43 |
| Babinski-Reflex und Plantarreflex | 45 |
| Mögliche Verhaltensweisen bei einem nicht hinreichend integrierten Babinski-Reflex | 46 |
| Der Moro-Reflex | 51 |
| Mögliche Verhaltensweisen bei einem nicht hinreichend integrierten Moro-Reflex | 54 |

| | |
|---|----|
| Der Asymmetrisch Tonische Nackenreflex (ATNR) | 56 |
| Mögliche Verhaltensweisen bei einem nicht hinreichend integrierten ATNR | 59 |
| Der Symmetrisch Tonische Nackenreflex (STNR) | 62 |
| Mögliche Verhaltensweisen bei einem nicht hinreichend integrierten STNR | 65 |
| Der Tonische Labyrinth-Reflex (TLR) | 68 |
| Mögliche Verhaltensweisen bei einem nicht hinreichend integrierten TLR | 71 |
| Die Handgreifreflexe | 72 |
| Mögliche Verhaltensweisen bei nicht hinreichend integrierten Handgreifreflexen | 75 |
| | |
| Kapitel 4 | |
| DIE REGULATION DES AUTONOMEN NERVENSYSTEMS DURCH DIE KÖRPERLICHE ZENTRIERUNG | 81 |
| Überprüfung der Beobachtungen | 83 |
| Das vegetative Nervensystem | 83 |
| Beschreibung der Vorgehensweise zur körperlichen Zentrierung | 85 |
| | |
| Kapitel 5 | |
| ERFAHRUNGSBERICHTE | 89 |
| Persönliche Erfahrungen zur „Zentrierung im Alltag“ von Anna Panten-Petersen | 89 |
| Erfahrungsbericht eines Kursteilnehmers von „Zentrierung im Alltag“ bei Anna Panten-Petersen | 92 |

| | |
|---|-----|
| „Zentrierung im Alltag“ – Beobachtungen einer Trainerin | 95 |
| Erfahrungsbericht zur Zentrierung im Alltag von Martina Knufinke: Balance für Körper, Geist und Seele | 97 |
| | |
| Kapitel 6 | |
| DER KOPF AUF DEM ATLAS | 99 |
| Der Atlas | 100 |
| Mögliche Balancen für Neuroenergetisch® arbeitende Kinesiologinnen und Kinesiologen | 105 |
| | |
| Kapitel 7 | |
| BALANCEHIRO®-ÜBUNGEN | 111 |
| Die Basisübung – Pharaonenhaltung | 112 |
| Die Tau-Übung | 114 |
| Die Chi-Übung | 116 |
| Die Lambda-Übung | 118 |
| | |
| Kapitel 8 | |
| AUSBLICK | 121 |
| | |
| Quellen und Anmerkungen | 125 |
| Abbildungsverzeichnis | 128 |