



SEHSCHULE FÜR KINDER UND ERWACHSENE

Für die Entwicklung eines Menschen ist das Sehen wichtiger als jeder andere Sinn. Da es alle Bewegungen steuert. Das Sehen ist untrennbar mit dem gesamten Aktionssystem des Körpers verbunden. Alle müssen nach der Geburt das Sehen zunächst einmal erlernen. Dabei wird das visuelle System - bestehend aus Augen, Sehbahnen und Gehirn - kontinuierlich bis ins Erwachsenenalter präzisiert. Während dieses vielschichtigen Lernprozesses sollten folgende vier Teilbereiche des Sehens gleichberechtigt und ineinander greifend ausgebildet werden.

1. **Die Augenbewegung** beim Verfolgen von Objekten und bei Blicksprüngen.
2. **Das Fokussieren** der Augen für einen scharfen Seheindruck.
3. **Das exakte Ausrichten** beider Augen auf einen Punkt.
4. **Die Wahrnehmung und Interpretation** des Gesehenen im Gehirn.

Die Qualität des Sehens wird nicht allein durch die Sehschärfe bestimmt. Daher kann eine herkömmliche Brille oder Kontaktlinse nicht in allen Fällen zum Erfolg führen.

(Das Risiko, dass Eltern eventuelle Sehverarbeitungsstörungen ihrer Kinder nicht bemerken und diese auch bei den allgemeinen Vorsorgeuntersuchungen unentdeckt bleiben, ist sehr groß. Häufig fallen die Sehprobleme erst mit dem Erlernen des Lesens und Rechnens auf.)

Welche Symptome können bei Störungen in der Sehverarbeitung auftreten? Anstrengungszeichen

Schnelles Ermüden bei Nahtätigkeiten
Konzentrationsschwäche, Blinzeln/Reiben
Lichtempfindlichkeit
bei Anstrengung/Ermüdung, dreht ein Auge weg
öfter Schmerzen (Zug / Druck) um die Augen

Körperbeherrschung

Gleichgewichtsprobleme
häufiges Anecken/ Stolpern
etwas umwerfen/ fallen lassen
allgemeine Ungeschicklichkeit
Höhenangst
ungeschickte Motorik
schlechte Auge-Hand-Koordination

In der Schule

Lese- und Rechtschreibprobleme
Schlechtes Schriftbild, Ratelesen
Leseunlust, häufige Flüchtigkeitsfehler
Buchstaben verwechseln, Buchstaben umdrehen
(d-b, p-q, n-m), Endungen weglassen

Verhaltensauffälligkeiten

schlechtes Gruppenverhalten
ungeduldig/aggressiv
aber auch introvertiert

Was sind mögliche Ursachen für Sehverarbeitungsstörungen?

Es kann verschiedene Ursachen für Sehfunktionsstörungen geben.

So können Umstände der Geburt oder eine Krankheit im frühen Kindesalter die Entwicklung des Sehens beeinflussen. Auch das Umfeld eines Kindes kann die Entwicklung des visuellen Systems unter- oder überfordern. Häufig fehlt es heutzutage an den Möglichkeiten grob- und feinmotorische Fähigkeiten zu entwickeln (z.B. Klettern und Balancieren). Diese Fähigkeiten sind für die Entwicklung der Augenbewegung notwendig.

Ebenso ist die Krabbelphase (6.-12. Monat) von Bedeutung. In dieser Zeit wird die Überkreuzvernetzung beider Hirnhälften (beider Augen) angelegt. Zudem kommen Kinder oftmals in einem Alter (6 Jahre) zur Schule, indem das Sehen noch nicht vollständig entwickelt ist. Lesen und Schreiben bedeuten dann ein enormes Stresspensum für sie.

Unser visuelles System ist für dynamische Sehaufgaben in mittleren und fernerer Distanzen ausgelegt. Heutzutage überwiegt jedoch in Freizeit und Beruf die Naharbeit (z.B. am PC).

Aber auch eine falsch angepasste Zahnsperre, Zahnersatz oder ein schiefer Rücken kann eine mögliche Ursache für Sehfunktionsstörungen sein.

Was können wir für Sie tun?

Wir erstellen für Sie eine visuelle Analyse (sofern keine Augenerkrankung vorliegt).

Sind visuelle bedingte Funktionsstörungen vorhanden, wird ein individuelles Visualtraining erstellt und/oder eine Spezialbrille gefertigt. Sind die Sehfunktionsstörungen nicht visuell bedingt, leiten wir Sie gern an entsprechende Spezialisten weiter.

Was ist Visualtraining?

In einem Zeitraum von ca. 6 Monaten (je nach Falllage) werden alle 4 Bereiche des Sehens trainiert. Alle 14 Tage werden die Übungen in Einzelstunden (ca. 45min) bei uns vermittelt.

Diese, sich ständig erweiternden Übungen, werden täglich für 10-15 min. zu Hause durchgeführt.

Dies ist kein Muskeltraining!

Ziel dessen ist es, ein beschwerdefreies Sehen durch eine bessere Verarbeitung des visuellen Inputs dauerhaft zu ermöglichen.

Janine Flor

(Vervielfältigung nur mit schriftlicher Genehmigung des Verfassers)