

1. Was ist ROTA-Therapie?

Die **ROTA-Therapie** (auch Rotationstherapie) ist ein **neurophysiologisches Behandlungsprinzip**, das sich an den Grundzügen der frühkindlichen motorischen Entwicklung orientiert. Der Name „ROTA“ leitet sich von **Rotation** ab.

Ziel ist es, durch **Rotationsbewegungen** im Raum und in der **Wirbelsäule** das Gehirn anzuregen, die **zentrale Tonusregulation** (Körperspannung) optimal zu steuern. Das vermeiden Reflexmuster auszulösen (persistierende frühkindliche Reflexe oder erworbene abnorme Bewegungsmuster).

Gründerin: Doris Bartel (Physiotherapeutin und Heilpraktikerin), Autorin des Buches *ROTATION – Nahrung für das Gehirn*.

Wichtiger Grundsatz: „Es werden keine Funktionen geübt, die (noch) nicht möglich sind!“ – Die Therapie ist individuell, sanft und ressourcenorientiert.

2. Grundprinzipien

- **Rotationen** um die drei Körperachsen und der Wirbelsäule.
- Förderung freier **Kopfkontrolle** und Aufrichtung gegen die Schwerkraft
- **Reflexvermeidung** und Integration statt Kompensation durch Kraftaufwand.
- Wirkungskette: Beeinflusst Tonus → verbessert die Wahrnehmung → wirkt sich positiv auf die Funktion aus (Motorik, Kognition, Emotion).

Drei Säulen der Therapie (individuell angepasst):

1. **Rotationsübungen** (passiv und aktiv, einfach erlernbar).
2. **Alltagsgestaltung** (Lagerung, Tragen, Sitzpositionen, Alltagsintegration).
3. **Mundbehandlung** (große Repräsentationsfläche im Gehirn → starke Wirkung auf Tonusregulation, Essen, Sprechen).

3. Indikationen / Anwendungsbereiche

Geeignet für **alle Altersgruppen** (Säuglinge bis Erwachsene). Besonders hilfreich bei:

- **Säuglinge/Kleinkinder:** Frühgeborene, Risikokinder, Schreibabys, High-Need-Babys, Hüftdysplasie, Entwicklungsverzögerungen, Schädelasymmetrien, Ess-/Trinkschwäche.
- **Kinder:** Zentrale Koordinationsstörungen (ZKS), Spastische Problematiken, Wahrnehmungsstörungen, Konzentrations-/Lernstörungen, AD(H)S, Autismus-Spektrum, genetische Besonderheiten (z. B. Down-Syndrom).
- **Erwachsene:** Neurologische Erkrankungen (MS, Parkinson, Schlaganfall), Spastiken, Haltungsschäden (Skoliose, Beckenschiefstand), Tonusstörungen, Wirbelsäulen-/Gelenkprobleme. Schädel Hirn Trauma
- Allgemein: Reflex- oder Tonusbelastung, vegetative Störungen (Schlaf, Verdauung usw).

Beispiel: Ein unruhig sitzendes Kind, das schnell den Kopf abstützt → durch bessere Tonusregulation und Rotationsfähigkeit verbessern sich Haltung, Konzentration und Feinmotorik (Schreiben).

4. Wirkungsweise und Effekte

- Bessere **Tonusregulation** → weniger Kompensationsmuster (z. B. Anspannung in Händen/Füßen).
- Verbesserte **Sensorik und Motorik**.
- Positive Auswirkungen auf Kognition (Lernen, Aufmerksamkeit), Emotion (Sicherheit, Ängste) und vegetative Funktionen.
- Viele Übungen können zu Hause fortgeführt werden (Eltern-/Angehörigenintegration).

5. Weiterführende Informationen

- Offizielle Seite: www.rotatherapie.com
- Europäische Gemeinschaft für Rota Therapie EARTH, auf <https://www.facebook.com/rotatherapie/>
- Instagram: rotatherapie
- Therapeuten-Suche und Ausbildungen (für Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Logopäden, Ärzte).
- Anwender -Weiterbildung für Pädago*innen, Frühförder*innen, alle die mit Menschen arbeiten, ob Hebamme bis hin zu Cranio Praktiker*innen usw. geeignet.
- Bücher:
- *ROTATION – Nahrung für das Gehirn* von Doris Bartel.
- Rota im Alltag – Lernen und Entwicklung gezielt unterstützen von Michaela Roth | Buchschmiede
- Rota Handling im Alltag für Babys und Kleinkinder von Michaela Roth | Buchschmiede

Hinweis: Dieses Handout dient als Übersicht. Für praktische Anwendung immer qualifizierte ROTA-Therapeut*innen konsultieren.