



**Dr. Svetlana  
Masgutova,  
utemeljiteljica  
svetovno znane  
metode MNRI**

# Poškodovani otroci so nam pokazali pot!

Ruska doktorica psihologije je metodo nevrosenzomotorične integracije refleksov MNRI odkrila po naključju, ko je po eni najhujših železniških nesreč v Rusiji na vsak način že lela pomagati hudo poškodovanim in opečenim otrokom. S to metodo otrokom z razvojnimi zaostanki, učnimi težavami in ljudem po težkih travmatičnih izkušnjah, kapeh, ob izgorelosti, anksioznosti in drugih težavah pomagajo tudi že številni slovenski terapevti. Raziskovanje se še danes nadaljuje, metoda pa dosega velike uspehe, s primeri ponazarjajo njene učenke. Pred kratkim nas je dr. Svetlana Masgutova spet obiskala in s svojo metodo med drugim pomagala ljudem, ki so ob nedavnih poplavah doživeli travmatične trenutke.

Tekst: KATJA BOŽIČ, foto: ŠIMEN ZUPANČIČ

**R**uska doktorica psiholoških znanosti Svetlana Masgutova je svoje življenje posvetila pomoči ljudem. Ko pomaga in je priča dobrim rezultatom, je to zanjo največja nagrada in motor, ki jo žene naprej tudi v najtežjih trenutkih njenega življenja, teh je bilo namreč kar nekaj. V Slovenijo vedno rada pride, ker ima tukaj zelo motivirane učence, ki si želijo vedno več novega znanja. Čeprav je bila v času nedavnega obiska zasedena od jutra do večera, je vseeno opazila

čudovito naravo okoli sebe. »Že ko pristajaš na ljubljanskem letališču in vidiš vse zeleno, si nekako pomirjen,« se je nasmenila. Obiskala nas je prav v času po katastrofalnih poplavah, ko je ogromno ljudi utrpelo tako fizično škodo kakor tudi psihičen stres in travmo. Zato je bila njenja prva delavnica namenjena prizadetim ob poplavah.

**Nočna mora.** Psihologija jo je privlačila že od otroštva. »Spreševala sem se, zakaj se ljudje ve-

dejo tako, kot se, zakaj govorijo nekaj, delajo pa povsem drugače, zanimali so me človekov notranji svet in čustva, pa kaj lahko naredimo v položaju, ko že mislimo, da ni izhoda, in kako nemogoče spremeniti v mogoče. Študirala sem celo več jezikov, da sem lahko preučevala psihološke izsledke iz drugih držav. V okviru študija smo imeli triletni študij medicine, ki nam je pozneje zelo koristil. Študenti smo opravljali prakso v bolnišnicah in spoznavali fiziologijo, anatomijsko. S

skupinami različnih psihologov je pomagala ljudem, ki so doživele najhujše travme, denimo otrokom in družinam po katastrofi v Černobilu. Najbolj pa jo je zagotovo zaznamovala ena največjih ruskih železniških nesreč ob trku in eksploziji dveh vlakov v bližini mesta Ufa. Eden od vlakov je bil poln nagrajenih nadar-



**Razveseli se vsakega napredka otrok.**  
Njena metoda pri odpravljanju telesnih in duševnih travm v športu je pomagala tudi vrhunskemu športniku, deskarju na snegu Roku Flandru.



### Primera delovanja MNRI:

»Na sliki vidimo primer triletnega dečka, ki se je skoraj utopil.

Utrpel je poškodbe možganov, bil je v zakrčenem položaju, spastičen. Zdravniki niso mogli napovedati, ali bo preživel. Po letu dni dela po programu MNRI se je telo sprostilo, otrok je neverjetno napredoval.

jenih otrok, ki so se peljali na počitnice na obali Črnega morja. Ogromno otrok je umrlo, še več pa jih je utrpelo hude poškodbe. »Imeli so hude opeklime, bili so brez oči, ušes, imeli so začgane dihalne poti in bili v groznih bolečinah,« se spominja. S specialisti prostovoljci iz različnih držav je priskočila na pomoč. »Stanje tam je bilo podobno nočni mori. Tisti otroci, ki niso spali zaradi narkoze, so kričali od bolečin. Od sedemnajstih psihologov sva na koncu ostali samo dve.«

**Nič ni pomagalo.** Ker nič od tistega, kar so do takrat poznali, ni delovalo, otroci so bili preveč

► v šoku, da bi kaj lahko naredili s pogovorom, jih je stanje prisililo odkriti nekaj novega, da bi otroci preživeli, kajti vsak šesti otrok je umrl v rokah zdravnikov. Na koncu so jim prav najmlajši pokazali pot. »Dotakni se me, dotakni se me,« so vpili, 'bolj globočno, močneje! Pa sem rekla, da ne morem zaradi opeklina. Potem sem našla zdrav del kože in storila, kar so žeeli. 'Dotakni se me, imej me rada!« so govorili, ne samo eden, isto si je žeel še drugi, tretji, četrti otrok ... Kaj se dogaja, sem razmišljala, očitno je neki mehanizem v našem taktilnem in mišičnem sistemu. Začela sem spraševati družinske člane, zdravnike, za podatke in skupaj smo študirali. Delala sem s študenti medicine, več nas je bilo na enega otroka. Ko smo imeli dobre rezultate na glavnem oddelku, so nas poslali na oddelk za nujne primere, kjer so otroci ležali v posebnih posteljah in se jih nismo smeli dotikati. Kazala sem jim vaje in jim govorila, naj jih v mislih ponavlja, in je delovalo. Kako je mogoče, da me otrok le gleda in je videti napredok v njegovem telesu, me je zanimalo. Bili so neverjetni primeri. Korak za korakom smo s pomočjo otrok začeli odkrivati, zakaj so vaje delovale. Imela sem močno motivacijo, gnalo me je srce in nisem se hotela predati. Psihologija v tistem času ni imela informacij, kako ravnati s stanjem po tako hudih travmah, s posttravmatskim sindromom.« Po vrnitvi v Moskvo je številnim centrom po državi razposlala ugotovitve in naloge, da bi odkrili, zakaj je tisto, kar so počeli, delovalo. Ugotovili so, da so bili vse to gibi, ki spominjajo na refleksne vzorce. To so bili začetki njene metode MNRI (nevrosenzorična integracija refleksov).

**Nazaj v sedanost.** »Na dočeno čutno stimulacijo dobimo točno določen motorični odziv. Na primer refleks podpore rok nam pomaga, da ob padcu zaščitimo trup in glavo. Če tega refleksa nimamo, ni integriran, se pri padcu lahko poškodujemo, ker se ne bomo zaščitili z rokami. Z integracijo refleksov ponovno vzpostavimo pravilen refleksni vzorec in telo naučimo, kako ga aktivirati. Pomembna vloga refleksov námreč je, da nas zaščitijo pred nevarnostjo. Ob travmatičnih izkušnjah, kot so denimo poplave, se takoj vzpostavi vzo-



»Deklica na sliki je stara enajst let in pol. V tako zakrčenem položaju je bila šest let in po samo petih dneh dela z našimi strokovnjaki je lahko iztegnila noge. Še vedno je seveda potrebnega veliko dela, je pa izjemni uspeh, da je po toliko časa iztegnila noge!«



rec plavanja, ki zamenja vzorec podpore rok, s katerim se v vodi ne moremo zaščititi. V vodi možgani tako preklopijo na drug refleks. Ker je človeku pomagal pred nevarnostjo, ga možgani ohranijo, ne zaupajo več drugim refleksom. Vendar nas s tem vračajo v preteklost, mi pa moramo biti v sedanosti. Zdaj sem na varnem, torej moram delovati na tleh, ne v vodi, možgani pa hočejo še vedno uporabljati tisto, kar je človeka rešilo. To se dogaja tako pri odraslih kakor tudi pri otrocih. Ko smo v stresu, se bojujemo z reakcijami: na zunaj želimo biti močni, v možgani pa ves čas poteka boj. Govorimo si, da se moramo smejeti, možgani pa sporočajo, da smo v katastrofi, in skušajo voditi naše misli, nadzorovati stanje in telo se na to odziva z vse več reakcijami. To se dogaja tudi po hudih travmah: ljudje ne morejo sproščeno delovati v družbi, so nemirni, nelehko nadzorujejo stanje, preverjajo, ali je vse varno, ali denimo ni več vode. Voda je že davno odtekla, vendar bo v spominu še dolgo ostala. Mi želimo, da se ljudje vrnejo v sedanost in da ne živijo več v svojih travmatičnih vzorcih, da prevzamejo nadzor nad življenjem! Z integracijo refleksov MNRI treniramo pravilen gibalni odziv in povežemo senzorični predel s pravilnim delovanjem možganov.«

**Nikoli ni prepozno.** Če se dočeni refleksi ne integrirajo (integracija pomeni, da refleksi postanejo naša nevirofiziološka podpora za nadzor gibov za držo telesa, zaznavanje, pozornost, spomin in druge kognitivne procese...), ima človek lahko težave v motoričnem razvoju, je čustveno preobčutljiv, ima težave v medsebojnih odnosih, motnje na področju pozornosti in koncentracije, motnje avtističnega spektra, govorno-jezikovne in psihične težave, težave pri okrevanju po izgorelosti, stresu, posttravmatski motnji, oslabljeni imunski sistem, različne nevrološke diagnoze ... Stanje lahko popravimo kadar koli

v življenju, pravi Masgutova. Refleksi se veliko hitreje integrirajo v zgodnjem obdobju, če je treba, takoj po rojstvu, sicer pa takoj po travmatičnih izkušnjah, poškodbah, bolezni, operacijah, po infarktu. Učinkovitost metode MNRI je podkrepljena s številnimi znanstvenimi raziskavami, ki jih je mogoče najti v uradnih publikacijah.

**Po svoji poti.** Masgutova že od leta 2010 živi na Floridi, kjer je sedež njenega centra, tja se je preselila iz Poljske. Pred več desetletji se je namreč zaradi tragične smrti njene tretje sestre (druga sestra, profesorica in imunologinja Nelli Akhmatova) je od vsega začetka del njenega tima) preselila v Poljsko. Država si je izbral njen sin Denis, ki je vseeno želel ostati v bližini staršev. Več kot desetletje je potrebovala, da je prebolela tragedijo, pri tem so ji bili v veliki pomoč starši, ki se niso nikoli predali, pravi. Najbolj pa je vsemu pripomogla velika ljubezen, ki povezuje družinske člane. Ta ji skupaj z zadovoljstvom, ko vidi, kakšne uspehe prinaša njeno delo, pomaga premagovati ovire. »Neverjetna sreča je videti, da je človek spet srečen, da je otrok shodil, da bo rasel, da ne bo poškodovan. Ko vidiš katastrofe, kakršne sem videla sam, spremeniš svoje cilje, želje in pogled na življenje. Želim si, da ljudje lahko razvili vse svoje možnosti, ki jih imamo, a jih ne znamo uporabljati.« Zato si bo še naprej prizadevala uresničevati svoje načrte in vizijo. Čeprav se ji na pot postavlja veliko ovir, se ne predra, ker je tako zelo prepranjana v svojo pot! ■

ŠTEVILKA 08 | AVGUST 2023 | 4,20 EUR

# Obrazzi

ŠE VEDNO NE RAZUMEM, ZAKAJ ME IMA KDO RAD

DAMJANA GOLAVŠEK NE, PRI 50 SE MLADOSTNE SANJE NE KONČAO

BRONJA ŽAKELZ

Zdi se mi, kot da bi leta 2018 odsanjala

Primarij Janez Poles DENARJA V SLOVENSKEM ZDRAVSTVU JE DOVOLJ

AKTUALNO: BLIŽNJO DO BLIŽINE NI

LUKA BASI V resnici sem predvsem bolj zadržan

TINA GORENJAK KO GRE ZA LJUBEZEN, NI GARANCIJE

BRANJE Z ZANOSOM

ŽE V PRODAJI

www.salomongroup.si