

Was versteht man unter Kinesiologie?

von Jutta Lutz

Die Lehre von der Bewegung



Foto: Fotolia

Das Wort Kinesiologie kommt aus dem Griechischen und bedeutet Lehre von der Bewegung. Grundsätzlich geht es hier jedoch nicht um eine Bewegungstherapie. Kinesiologie ist ein Sammelbegriff für viele verschiedene Verfahren, bei denen der so genannte kinesiologische Muskeltest Anwendung findet. Ein amerikanischer Arzt und Chiropraktiker, George Goodheart, hat Anfang der Siebzigerjahre herausgefunden, dass sämtliche Einflüsse auf den Organismus Auswirkungen auf den Bewegungsapparat haben. Daraufhin hat er ein Testverfahren entwickelt, mit dem nicht nur Einflüsse, die Störungen im Organismus verursachen, herausgefunden werden können, sondern auch Einflüsse, die solche Störungen beseitigen.

Bei diesem Testverfahren wird nicht die Funktion eines Muskels überprüft, sondern sein Spannungszustand, und zwar im Verhältnis zu seiner momentanen Länge. Schädliche Einflüsse verändern dieses Verhältnis und dieser sogenannte Muskeltonus wird entweder zu stark oder zu schwach. Förderliche Einflüsse bringen dieses Verhältnis wieder ins Gleichgewicht.

Sämtliche Sinneseindrücke und Empfindungen, die das Nervensystem im Laufe des Lebens registriert, werden im Unterbewusstsein als Erfahrungen gespeichert. Auch diejenigen, die nicht in unser Bewusstsein gedrungen sind. (Würden sämtliche Eindrücke, die unsere Sinnesorgane in jedem Moment aufnehmen, bis in unser Bewusstsein

vordringen, wären wir total überfordert.) Aber das Unterbewusstsein kann sich an alles erinnern, und so eine unterbewusste Erinnerung genügt, um im Nervensystem die gleichen Reaktionen auszulösen wie bei einem tatsächlichen Erlebnis. Zu diesen Reaktionen gehört auch die Spannungsveränderung der Muskulatur. Daher lassen sich mit dem Muskeltest auch die Ursachen unterbewusster Erfahrungen aufdecken.

Das Ausschlagen einer Wünschelrute, eines Bio-Tensors oder eines Pendels beruht vermutlich ebenfalls auf unbewussten Spannungsveränderungen in den Fingermuskeln. Es ist daher nicht verwunderlich, dass der Muskeltest auch Einflüsse anzeigt, die von unseren Sinnen nicht wahrgenommen werden, weil sie sich nicht auf das Zentralnervensystem auswirken, sondern nur auf das Autonome Nervensystem. Solche schädlichen Einflüsse machen sich erst nach einiger Zeit durch Funktionsstörungen im Organismus bemerkbar.

Es handelt sich dabei um die Unverträglichkeit von Nahrungs- oder Genussmitteln, den Mangel an Vitaminen oder Spurenelementen, Belastungen durch Schwermetalle, Giftstoffe oder Lösungsmittel, Störungen durch Wasseradern oder Erdstrahlen, sowie Auswirkungen von Elektromog (Hochspannungsleitungen, Mobilfunk, Leuchtstoffröhren usw.)

Jede angenehme Erfahrung löst eine positive Erwartung aus, die zu dem Versuch

anspornt diese Erfahrungen zu wiederholen. Erst durch das Misslingen eines solchen Versuches erfährt ein Kind andere, neue Sinneseindrücke und Empfindungen, die neue Erwartungen wecken und den Ansporn zu weiteren Versuchen auslösen. Diese Spirale der Motivation ist die wichtigste Voraussetzung für die körperliche und geistige Entwicklung eines Menschen (bedenken Sie, wie oft ein Kind umfallen und sich wieder aufrichten muss, bevor es seinen Körper bei jeder Bewegung im Gleichgewicht halten kann). Andererseits ist es überlebensnotwendig und deshalb auch naturgegeben, dass ein Versuch, der unangenehme oder gar schmerzliche Empfindungen zur Folge hat, niemals freiwillig wiederholt wird. (Nur ein gebranntes Kind scheut das Feuer.) Deshalb bestimmt alles das, was wir auf Grund unserer eigenen Erfahrungen für wahr nehmen, unser persönliches Empfinden, unser Denken, unser Befinden und in weiterer Folge auch unser Verhalten.

Ein Beispiel: Eine Person, die bei der ersten Begegnung recht unsympathisch zu sein schien, entpuppt sich beim näheren Kennenlernen als äußerst liebenswerter Mensch. Erklären lässt sich die anfängliche Antipathie damit, dass das Unterbewusstsein beim ersten Eindruck irgend etwas an der äußeren Erscheinung dieser Person mit einer unangenehmen Erfahrung in Zusammenhang gebracht hat. Das hätte zum Beispiel die Form ihrer Nase, ihre Sprechweise oder, rein theoretisch, sogar die Farbe ihrer Socken sein können. Erst durch weitere und angenehme Erfahrungen beim näheren Kennenlernen wurde dieser Sinneseindruck gleichsam neutralisiert und weckt nun keine unangenehme Empfindung mehr.

Auf Grund dieser Erkenntnisse wurden verschiedene kinesiologische Verfahren entwickelt, die problembelasteten Menschen positive Erfahrungen vermitteln (durch die schmerzlichen Erfahrungen zwar nicht gelöscht, aber neutralisiert werden) oder sie beim Nachholen fehlender Erfahrungen (Entwicklungsdefiziten)

unterstützen können. Mittlerweile ist hinlänglich bewiesen, dass sich dadurch eine Menge persönlicher Probleme beheben lassen. Zum Beispiel:

- Unzureichender oder fehlender Lernerfolg (vorausgesetzt, es liegt keine Gehirnschädigung vor),
- auf Entwicklungsdefiziten beruhende Wahrnehmungsprobleme (noch bestehende Restreaktionen frühkindlicher Reflexe), die auch Probleme mit dem Schreiben, Lesen und/oder Rechnen zur Folge haben,
- eingeschränkte Aufmerksamkeit und Konzentrationsstörungen, verminderte Merkfähigkeit oder plötzliche Gedächtnisausfälle in Prüfungssituationen,
- zu wenig Selbstvertrauen, unangebrachte oder übertriebene Ängste, sowie das Gefühl hilf- oder wehrlos zu sein,
- wiederholte unangemessene aggressive Reaktionen sowie unvernünftige oder widersinnige Verhaltensweisen,
- Partnerschaftsprobleme (sowohl im privaten als auch im beruflichen Bereich),
- das Gefühl von Überforderung oder Erschöpfung und viele andere Beeinträchtigungen des körperlichen Wohlbefindens, deren Ursachen medizinisch nicht begründet werden können.

Weil durch die Arbeit des Kinesiologen das seelische und körperliche Gleichgewicht seines Klienten wieder hergestellt werden kann, bezeichnet man seine Tätigkeit als *BALANCIEREN* und die jeweilige Arbeitseinheit als *BALANCE*.

Voraussetzungen für den Erfolg einer Balance

Mit Kinesiologie kann man nur dann etwas ausrichten, wenn jemand ein persönliches Problem hat. Solange z. B. der Misserfolg oder das Verhalten eines Kindes ausschließlich das Problem seiner Eltern oder Lehrer ist, lässt sich nichts machen. Wer selbst mit einer Situation kein Problem hat, ist weder bereit noch fähig, etwas daran zu ändern. Es wäre daher sinnlos, jemandem eine Balance (kinesiologische Einzelsitzung) aufzuzwingen (oder auch nur einzureden).

Trotzdem garantiert die Bereitwilligkeit alleine noch nicht die Bereitschaft zur Veränderung. Es könnte nämlich sein, dass jemand ein unterbewusstes Selbst-Sabotage-Programm entwickelt hat. Dann muss zuerst an diesem Problem gearbeitet werden, bevor das offensichtliche Problem in Angriff genommen werden kann.

Stressfreie Arbeitsbedingungen sind unbedingt erforderlich, aber nicht gegeben, wenn jemand unter Zeitdruck steht. Egal, ob das der Klient oder der Kinesiologe ist. Daher ist sorgfältige Terminplanung nötig, und Pünktlichkeit nicht nur ein Gebot der Höflichkeit. Bei Kindern ist bei der Terminvereinbarung außerdem noch darauf zu achten, dass sie wegen einer Sitzung nicht auf ein anderes, ihnen wichtigeres Ereignis verzichten müssen (das geliebte Fußball-

training oder eine Geburtstagsfeier zum Beispiel).

Mit dem Argument, diese Sitzung sei wichtiger, kann man keinem Kind den Stress nehmen, den ihm dieser unfreiwillige Verzicht bereitet. Den Erfolg so einer erzwungenen Sitzung kann man von vornherein abschreiben. Überdies besteht dabei noch die Gefahr, dass dieses Kind auch die weiteren Sitzungen nur mehr mit Widerwillen über sich ergehen lassen wird, was auch weitere unbefriedigende Ergebnisse zur Folge haben wird.

Eine weitere Voraussetzung ist die gute zumindest neutrale Beziehung zwischen Testperson und Tester. Antipathie verursacht Stress, und Stress würde die Testergebnisse beeinflussen. KinesiologInnen haben in der Regel ihre traumatischen unterbewussten Erfahrungen schon im Zuge ihrer Ausbildung soweit neutralisiert, dass sie niemanden von vornherein unsympathisch finden. Von einem Kind, das gegen seinen Willen zu einer wildfremden Person geschleppt wird, darf man das aber nicht erwarten. Daher müssen Kinder sowohl über die Person, die aufgesucht wird, als auch über den Zweck, der erreicht werden soll, informiert werden.



Kinesiologie als Erziehungs- und Lernhilfe

Dieses Buch ist als Einstiegshilfe in den großen Themenkreis der Kinesiologie gedacht und bietet Einblick in die Grundlagen dieses Wissensgebietes.

erhältlich beim
Österreichischen Berufsverband für Kinesiologie
unter der

Tel.Nr. 0676 / 409 19 50 oder per
E-Mail: sekretariat@kinesiologie-oebk.at

€ 10,--*

zuzüglich Versandkosten

Angebot: 12 Exemplare zum Preis von 10



Jutta Lutz

Kinesiologin
Dipl. Legasthenie-Trainerin

Mollram - Am Stiegl 13
A - 2620 Neunkirchen
Tel/Fax: 02635 / 68498
Mobil: 0650 / 27 28 310

* Mit dem Erlös des Buches wird das Projekt von Jutta Lutz gesponsert, Kinder aus finanziell schwachen Familien Zugang zu Balancen zu ermöglichen.