



Methodenbeschreibung Kinesiologie

Kurzbeschreibung

Kinesiologie (wörtlich: Bewegungslehre) ist eine Methode zur Aktivierung der Selbstheilungskräfte und zum Ausgleich von physischen, emotionalen und mentalen Energien.

Die Kinesiologie entstand in den 1960er Jahren in den USA aus der Chiropraktik und basiert auf der Grundidee der „angeborenen Intelligenz“ des Organismus und der „Triade der Gesundheit“ von Struktur, Biochemie und Psyche. Wesentliche Instrumente der kinesiologischen Befunderhebung, Intervention und Evaluation sind Muskeltests. Diese werden als körpereigenes Rückmeldesystem („Biofeedback“) eingesetzt, um körperliche oder emotionale Ungleichgewichte und Dysfunktionen zu ermitteln sowie individuelle Therapiestrategien auszuwählen.

Geschichte und Philosophie

In der Kinesiologie geht man davon aus, dass das Wissen zur Selbstheilung im Organismus vorhanden ist. Der Begründer der Chiropraktik, Daniel David Palmer, verstand Struktur, Biochemie und Psyche – die „Triade der Gesundheit“ – als wechselseitig aufeinander einwirkende Bereiche, die beim gesunden Menschen in Balance sind. Er postulierte, dass durch die Behandlung eines Ungleichgewichts in einem der drei Bereiche auch die anderen Aspekte der Triade ausgeglichen werden.

Die in der Kinesiologie gebräuchlichen Muskeltests wurden zu Beginn des zwanzigsten Jahrhunderts von Dr. Robert W. Lovett von der Harvard Medical School entwickelt und in den dreißiger Jahren von den Physiotherapeuten Florence und Henry Kendall weiterentwickelt. Auf dieser Basis begründete Dr. George Goodheart 1964 die Applied Kinesiology, aus der direkt oder indirekt sämtliche weitere Kinesiologie-Konzepte entstanden. Dr. Alan Beardall veränderte das Muskeltestverfahren so, dass Muskeltests nun auch dazu eingesetzt werden konnten, die Reaktion des Organismus auf einen beliebigen Reiz zu testen. Seit 1965 entwickelte Dr. John Thie gemeinsam mit seiner Frau Carrie die Methode des „Touch for Health (TFH)“, mit der einfache Anwendungen der Applied Kinesiology auch Laien zugänglich gemacht wurden.

Zu den Kinesiologie-Konzepten der „zweiten Generation“ zählen unter anderem die Behavioral Kinesiology John Diamonds, die Wellness-Kinesiologie Wane Toppings, die Neurale Organisationstechnik (NOT) Carl Ferreris, die Health Kinesiology (HK) Jimmy Scotts, die Edukinestetik (Edu-K) Paul Dennisons, das Hyperton-X (HT-X) Frank Mahony's, das „Three in One Concepts“ (3i1) Gordon Stokes' und Daniel Whitesides, die Professional Kinesiology Practitioner-Ausbildung (PKP) des Neuseeländers Bruce Dewe und die Applied Physiology (AP) von Richard D. Utt.

Weitere Kinesiologie-Konzepte entwickelten sich – und entwickeln sich noch heute – auf der Basis eines oder mehrerer dieser Konzepte. Sie unterscheiden sich in der Gewichtung und Interpretation der Bereiche der Triade der Gesundheit oder setzen zudem das Energieverständnis der Traditionellen Chinesischen Medizin als übergeordneten Ansatz ins Zentrum.

Therapie – Wirkungsweise - Arbeitstechniken

Die kinesiologische Arbeit versteht sich als ein lösungsorientierter Prozess, in dem das Klientengespräch eine wichtige Stellung einnimmt. Dabei wird der Organismus als eine funktionelle Einheit betrachtet, dessen Teile in vielfältiger und vernetzter Weise miteinander in Beziehung stehen. Die Auswahl des Sitzungsthemas und der dazu passenden Interventionen kann sowohl über das Gespräch als auch über Muskeltests erfolgen. Auch die weitere Differenzierung des Befundes und die Überprüfung der durchgeführten Behandlungsschritte werden auf diese Weise durchgeführt.

Muskeltests zeigen jeweils sehr direkt und klar die Reaktion des Organismus auf eine bestimmte Information, einen Reiz oder eine Fragestellung. Die Resultate der Muskeltests werden aus der Sichtweise des jeweils angewandten Konzeptes interpretiert und führen gemäss dem gewählten Grundmodell durch sämtliche Phasen des Behandlungsablaufs (Befunderhebung, Intervention, Evaluation und Prozessunterstützung). Dabei können entweder bestimmte Körpersysteme wie Gehirn, Muskulatur, Meridiane, Organe oder aber Prozessfelder wie Wahrnehmung, Entwicklung, Lernen oder Beziehung angesprochen werden. Durch die Ermittlung von Verbindungen zwischen der körperlichen, der geistigen und der seelischen Ebene werden Zusammenhänge zwischen Befindlichkeit und Persönlichkeit der Klientin respektive des Klienten sichtbar.

Mit Hilfe von kinesiologischen Ausgleichstechniken aus verschiedenen Bereichen (z.B. Energiearbeit, Körperarbeit, Bewegungsübungen, Gespräch, Unterstützung des persönlichen Ausdrucks usw.) werden die Selbstregulationsprozesse unterstützt.

Neue, erwünschte Körper-, Energie- oder Verhaltensmuster werden im Rahmen der Evaluation zudem mittels Gesprächen und Muskeltests überprüft und als neue Möglichkeiten verankert.

Grenzen

Die kinesiologische Arbeit kann notwendige schul- und/oder alternativmedizinische Massnahmen unterstützen, jedoch nicht ersetzen.

Die auf den ersten Blick eindeutige Aussagefähigkeit eines Muskeltests birgt die Gefahr der Annahme, dass „alles testbar“ sei.

Muskeltests besitzen als solche wenig Aussagekraft und eignen sich deshalb nicht, um persönliche Entscheidungen zu fällen. Die Interpretation eines Testresultates muss für die Klientin respektive den Klienten entsprechend ihrem Erfahrungshorizont nachvollziehbar sein. Als Interpretationsgrundlage dient ein dazu geeignetes Kinesiologiekonzept.

Weiterhin ist zu beachten, dass ein kinesiologischer Behandlungszyklus stets kontextspezifisch zu sehen ist und damit die einzelnen Zielsetzungen und Vorgehensweisen immer für bestimmte Entwicklungsschritte stehen, welche in der gegenwärtigen Situation das dynamische Gleichgewicht des Menschen fördern.