



Durch Bewegung zum Gleichgewicht

Die Kinesiologie befasst sich mit der Lehre der Bewegung. Sie fördert Bewegung auf allen Ebenen und unterstützt Gesundheit und Wohlbefinden im umfassenden Sinne. Mit Unterstützung von Muskeltests sowie Methoden aus der Traditionellen Chinesischen Medizin und westlichen Wissenschaften werden die Selbstheilungskräfte aktiviert und das energetische Gleichgewicht gefördert.

Dominik Schenker, für den Vorstand des Berufsverbandes für Kinesiologie KineSuisse

Die Kinesiologie ist eine Methode der Komplementärtherapie und hat ihren Ursprung in den 1960er-Jahren in den USA. Die Bedeutung des Namens (wörtlich «Bewegungslehre») weist darauf hin, dass sich die Kinesiologie im Wesentlichen mit Bewegung befasst. Manuell

ausgeführte Muskeltests dienen uns als Kommunikationsmittel sowie als Werkzeug für Befunderhebung, Intervention und Evaluation. In der Kinesiologie verstehen wir Gesundheit als Fähigkeit des Organismus, durch stetige Selbstregulation sein Gleichgewicht aufrechtzuerhalten.

ten. Lebensbedingungen, die mit übermässigen Belastungen verbunden sind, können den natürlichen Fluss der Energie stören und mit der Zeit unterschiedlichste Symptome auf körperlicher, geistiger oder seelischer Ebene hervorrufen. Ziel der Kinesiologie ist es, diese übermässigen Belastungen zu erkennen und den Energieausgleich wieder anzuregen. Dadurch werden die Selbstheilungskräfte und das Lernvermögen der Klienten im ganzheitlichen Sinne unterstützt.

Urväter und -mütter

Die Wurzeln der in der Kinesiologie gebräuchlichen Muskeltests sind Anfang des zwanzigsten Jahrhunderts an der Harvard Medical School (USA) entwickelt worden. Ursprünglich wurden Muskeltests im Rahmen der Chiropraktik und Physiotherapie durchgeführt, um die Kraft einzelner Muskeln zu testen. Später wurden

die Muskeltestabläufe so verändert, dass nicht die Stärke der Muskeln, sondern deren Tonusänderungen und neurophysiologische Aktivität getestet wurden. In diesem neuen Kontext konnten die Muskeltests eingesetzt werden, um die Reaktion des Organismus auf einen beliebigen Reiz zu testen, womit sich eine Fülle neuer Interpretationsmöglichkeiten eröffnete. Auf dieser Basis begründete der Chiropraktor Dr. George Goodheart in den 60er-Jahren die Applied Kinesiology als Methode für Ärzte, Zahnärzte, Heilpraktiker und Physiotherapeuten. Ab 1965 entwickelte ein Kollege von Dr. George Goodheart, der Chiropratiker Dr. John Thie, zusammen mit seiner Frau Carrie Thie die Idee, einfache Anwendungen der Applied Kinesiology Laien zugänglich zu machen. Diese Absicht führte schliesslich

die angemessene Lösung eines Ungleichgewichts und das Potenzial zur Veränderung im Klienten selbst zu finden sind. Der ganzheitliche Ansatz und die spezifische Vorgehensweise deckt eine grosse Breite möglicher Zielsetzungen ab:

- Aktivieren der Selbstheilungskräfte
- Erhalten und Fördern von Gesundheit
- Erkennen und Lösen von blockierten Energiemustern
- Entfaltung des eigenen Potenzials
- Fördern eines selbstverantwortlichen, reflektierten, zielorientierten Handelns
- Unterstützung von persönlichen oder systemisch vernetzten Entwicklungsprozessen
- Entwickeln eines Bewusstseins im Umgang mit Wohlbefinden, Beschwerden oder Krankheit.

kann durch manipulative Massnahmen nicht verkürzt werden.

Die vordergründig klare Aussagemöglichkeit des Muskeltests kann zu einem undifferenzierten Schwarz-Weiss- oder «Alles ist testbar»-Denken verleiten. Der Muskeltest ist aber keine objektive Informationsquelle, sondern basiert immer auf dem Kontext der beteiligten Personen. Lösungen stehen immer für bestimmte Entwicklungsschritte, welche in der gegenwärtigen Situation das dynamische Gleichgewicht fördern. Mit der weiteren Entwicklung des Klienten werden auch neue Herausforderungen und Lösungsmöglichkeiten auftreten.

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

Anwendungsgebiete

Typisch für die Kinesiologie ist der Einsatz kinesiologischer Arbeitstechniken und Balancen in bestimmten Anwendungsgebieten. Seit den Anfängen der Kinesiologie bewährten sich kinesiologische Vorgehensweisen hauptsächlich in folgenden Bereichen:

- Lernen: Sinnesintegration, Lernfähigkeiten, Lernförderung
- Distress – Eustress: Wahrnehmung, Wahlmöglichkeiten, Stressbewältigung
- Physio-psychische Integration: Wahrnehmung von Körper, Emotionen, Gefühlen, Denken, Wahrnehmungsintegration, interne Kommunikation
- Störungen der Selbstregulation: Begleitung bei Befindlichkeitsstörungen und Krankheiten
- Haltung und Bewegung: Wahrnehmung, Stärken aufzeigen, Veränderungen fördern
- Soziale Kommunikation: Wahrnehmung, Wahlmöglichkeiten, Strategien, Verhaltensänderungen
- Zusammenarbeit auf Anforderung von/mit: Ärzten, Zahnärzten, Lehrern, Physiotherapeuten, anderen Komplementärtherapeuten.

Grenzen der Methode

Die Kinesiologie arbeitet mit den Möglichkeiten des Klienten, seine Selbstregulation wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Dieser Prozess erfolgt naturgemäss im eigenen Rhythmus des Klienten und

Ausbildung

In der Schweiz gibt es verschiedene private Ausbildungsanbieter. Um einen Abschluss zu erlangen, welcher einen Eintritt in den Berufsverband für Kinesiologie KineSuisse ermöglicht, ist eine dreijährige Ausbildung mit folgenden Voraussetzungen gefordert:

- 500 Stunden methodische Ausbildung
- 350 Stunden Ausbildung in Schulmedizinischen Grundlagen (Anatomie, Physiologie, Pathologie, Pathophysiologie, Pharmakologie, Hygiene, Erste Hilfe, med. Anamnese und Diagnostik, Psychologie, Psychosomatik und Gesprächsführung, eidg. und kant. Gesetzgebung, Berufskunde)
- 120 Stunden praktische Anwendung
- 50 Stunden dokumentierter Eigenprozess zur Entwicklung der therapeutischen Persönlichkeit.

Seit einigen Jahren arbeiten die Berufsverbände von natürlichen Methoden im Gesundheitswesen an einem gemeinsamen eidgenössisch anerkannten Berufsabschluss KomplementärTherapie. Nach Annahme der Vorlage «Zukunft mit Komplementärmedizin» am 17. Mai letzten Jahres konnte die zuvor nach einem Bundesratsbeschluss blockierte Zusammenarbeit mit dem Bundesamt für Berufsbildung und Technologie BBT wieder aufgenommen werden. □

Kontakt:
verband@kinesuisse.ch
www.kinesuisse.ch



zu einer der weltweit am meisten verbreiteten Methoden der privaten Gesundheitsvorsorge, dem Touch for Health (TFH). Später entwickelte sich aus diesen beiden Systemen eine Vielzahl weiterer Kinesiologie-Konzepte mit unterschiedlichen Schwerpunkten. Aus den verschiedenen kinesiologischen Richtungen hat sich eine professionell eingesetzte Methode herausgebildet, die heute in der Schweiz nach den Prinzipien der Komplementärtherapie durchgeführt wird.

Therapieansatz und Wirkungsweise

Im Zentrum des kinesiologischen Therapieansatzes steht in jedem Fall das eigene Potenzial des Klienten. Die respektvolle Zusammenarbeit und das partnerschaftliche Erarbeiten von Zielsetzungen charakterisieren die kinesiologische Arbeit. Sie ist geprägt vom Grundgedanken, dass