

Kinesiologie

Der Name geht zurück auf das griechische Wort für Bewegung. In der Medizin steht Kinesiologie für Bewegungslehre und die Untersuchung der Muskulatur.

Diese noch relativ junge Methode macht sich die Feedbackschleife des Körpers zunutze. Der Körper „sagt“ was er benötigt, da er selbst am besten weiß, was er braucht.

Der Chiropraktiker Dr. George Goodheart entdeckte, dass der Funktionszustand der Muskulatur mit physischen und psychischen Vorgängen zu tun hat. 1964 entwickelte er ein einfaches Verfahren, um die Muskelfunktion zu testen.

Dr. Goodheart fand heraus, dass die einzelnen Muskeln mit bestimmten Organen, Akupunkturpunkten, Energiebahnen, Emotionen und Nahrungsmitteln zusammen hängen.

Beim Muskeltest wird die zu testende Person aufgefordert, den Muskel gegen den leichten Druck des Tester zu halten. Daraufhin wird beurteilt, ob der Muskel „einrasten“ oder „halten“ kann.

Die Angewandte Kinesiologie betrachtet den

- Menschen als ganzheitliches Wesen.

Es werden folgende Komponenten betrachtet:

- Struktur
- Stoffwechselfvorgänge
- Psyche.

Alles hängt miteinander zusammen.

Die Kinesiologie kann in folgenden Bereichen eingesetzt werden:

- **Psychotherapie**

Hierbei kann die aktuelle Situation ausgetestet und die Ursache gefunden werden. Die Ursachen liegen oft in der Vergangenheit. Durch die Feedbackschleife werden gleichzeitig Methoden getestet, die dem Körper helfen, die Situation zu balancieren.



Aus dieser Balance können sich neue Lebenswege langsam entfalten. Wie eine Knospe wächst, so entwickelt sich das Leben in eine neue und positive Richtung.

Weiterhin setzt man die Kinesiologie in folgenden Bereichen des Sports ein:

- **Sportmedizin**
- **Sportpsychologie**

In der Sportmedizin kann die Kinesiologie helfen, muskuläre Ungleichgewichte zu identifizieren und diese gleichzeitig balancieren. Dadurch steigert sich die sportliche Leistung deutlich, die koordinativen Fähigkeiten werden verbessert und die Bewegungen werden ökonomischer.

Ebenfalls kann die Kinesiologie auf der psychologischen und mentalen Ebene eingesetzt werden. Die Leistung kann auf den Punkt genau abgerufen werden, mentale Schwächen werden beseitigt und die Emotionen können in entscheidenden Wettkampfsituationen kontrolliert werden.

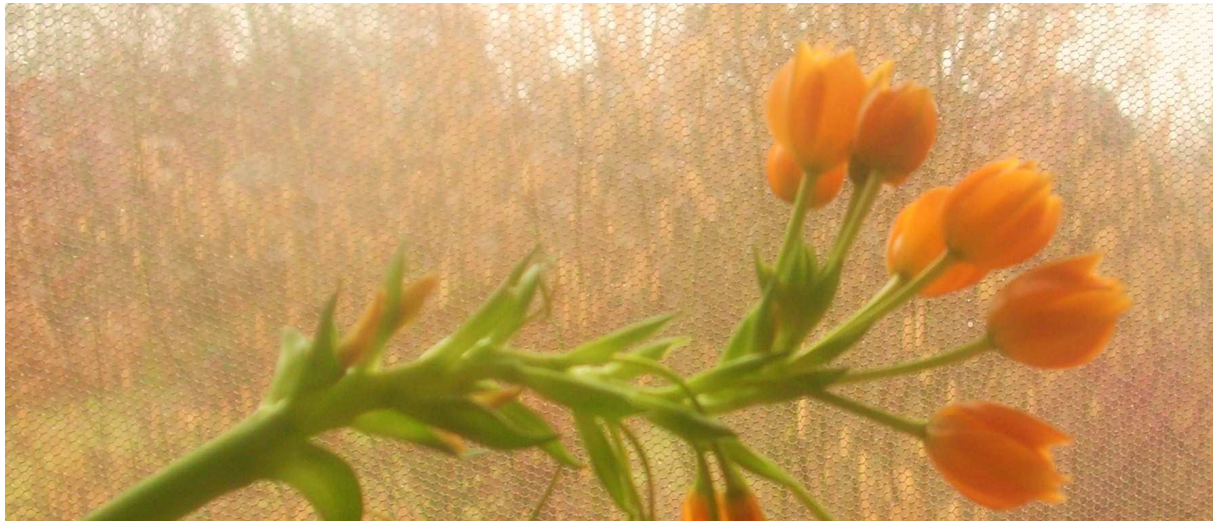
- **Pädagogik**

In der Pädagogik kommt der Edu-Kinestetik besondere Bedeutung zu. Hier vor allem die Brain-Gym-Übungen zur Förderung des Gehirns und der damit verbundenen Verbesserung des Lernens. Sie hilft auch bei Prüfungsangst und der Angst zu Versagen.

Die Kinesiologie unterstützt das

- **persönliche Wachstum**

und steigert somit die Lebensqualität.



Das Leben bewegt und entwickelt sich zur sonnigen Seite des Lebens.



**Akupunktur-Ambulanz Franken
Zentrum für Yoga**
Johann-Georg-Greb-Straße 7 – 96106 Ebern
Tel.: 09531 / 94 36 31
www.kraftundenergie.com