

Bilder: © Fotolia.com

Was ist KINESIOLOGIE?



Kinesiologie ist eine ganzheitliche Methode zur Gesundheitsförderung (im Sinne eines körperlichen, geistigen, sozialen und energetischen Wohlbefindens) und zur Unterstützung persönlicher Prozesse und Ziele.

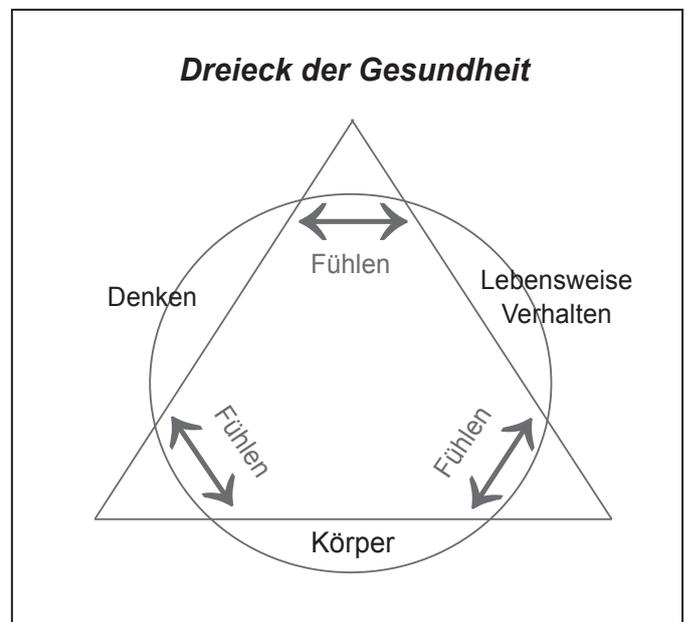
Text: Mag. Sabine Seiter

Das Wort entstammt dem Griechischen. „Kinesis“ heißt Bewegung und „logos“ bedeutet soviel wie: das Wort, die Lehre. Kinesiologie ist daher die „Lehre von der Bewegung und den Bewegungsabläufen“. Gemeint sind damit körperliche Bewegungsabläufe, aber darüber hinausgehend auch solche, die nach außen hin oft nicht sichtbar sind, wie z. B. die Atmung, der Blutkreislauf oder der Stoffwechsel. Das Verständnis von Bewegung geht über das rein körperliche hinaus und bezieht auch mentale-emotionale und energetische Bewegungsaspekte sowie unser Verhalten mit ein.

Die klassische Kinesiologie orientiert sich am sogenannten **Dreieck der Gesundheit**. Die Basis des Dreiecks bildet der Körper, gemeinsam mit unserem Denken und Fühlen sowie unserer Lebensweise ergibt sich ein Abbild unserer Energie. Die einzelnen Bereiche werden als zusammengehörend und in ihrer Wechselwirkung gesehen.

Ziel der kinesiologischen Balancen ist es unter Berücksichtigung dieser ganzheitlichen Betrachtung des menschlichen Seins einen Ausgleich auf all diesen Ebenen zu erzielen. Dadurch reduziert sich im „Gesamtsystem Mensch“ vorhandener Stress und die Selbstregulationsfähigkeit des Körpers wird unterstützt.

Das wichtigste Instrument der Kinesiologie und integrativer Bestandteil aller klassischen Kinesiologierichtungen ist der Muskeltest. Dr. George Goodheart (Chiropraktiker/USA)



Bildquelle: Wiener Schule für Kinesiologie - Mag. Sabine Seiter - 2018

hat den Muskeltest als Biofeedback des Körpers etabliert und ca. 1960 die „Applied Kinesiologie“ begründet. Er erkannte, dass der menschliche Organismus auf jede Art von Belastung mit einer Veränderung des Spannungszustandes der Skelettmuskulatur reagiert.

In seiner Praxis testete er zahlreiche Methoden zur Stärkung der Muskel und fand so u. a. Reflexzonen und eine Verbindung der Muskulatur mit dem Akupunktursystem und der Meridianlehre der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). Die Energielehre der TCM besagt, dass einem Kanalsystem gleich, Lebensenergie (Qi) in Energieleitbahnen (Meridianen) durch den Körper fließt. Jeder Meridian hat auch einen Bezug zu den Organen und durch Überbelastung (= Stress, z. B. bedingt durch unsere Lebensweise, die Art unseres Denkens, belastende Emotionen, Krisen, ...) kommt es zu sogenannten „Blockaden“ und entsprechenden Symptomen.

Mithilfe des Muskeltests ist es der/m Kinesiologin/en möglich vorhandene meist unbewusste Stresspotentiale, die die Entstehung von Symptomaten auf körperlicher, emotionaler, mentaler Ebene und im Verhalten begünstigen, aufzudecken, gleichzeitig aber auch die geeigneten Interventionen (je nach Kinesiologierichtung z. B.: Aktivierung bestimmter Reflexzonen, Halten von Akupunkturpunkten, Arbeit mit den Meridianen und/oder bestimmten Muskeln, Affirmationen, Körperübungen, ...) zum Ausgleich auszutesten.

Die kinesiologische Praxis kann die schulmedizinische in keinsten Form ersetzen, ist für sich genommen aber eine wertvolle Unterstützung der Gesundheit und eine hervorragende Ergänzung zu allen möglichen Therapieformen, weshalb über die Jahre viele verschiedene Kinesiologierichtungen, je nach Spezialisierung der zugrunde liegenden Berufsgruppe, entstanden.

Der Österreichische Berufsverband für Kinesiologie nennt unter anderem die folgenden klassischen Kinesiologierichtungen:

Touch for Health (Dr. John F. Thie),
Edu-Kinesthetik/Brain Gym® (Dr. Paul E. Dennison),
Three in One Concepts® (Gordon Stokes, Daniel Whiteside, Candace Callaway),
Hyperton-X (Frank Mahony),
Applied Physiology (Richard Utt),
LEAP (Dr. Charles T. Krebs),
SIPS (Ian Stubbings),

Alles Liebe und "Bleib in Balance"!
Mag. Sabine Seiter



Mag. Sabine Seiter

Lehrgangsführung der Wiener
Schule für Kinesiologie
Vorstandsmitglied des
Österreichischen Berufsverbandes
für Kinesiologie

Kegelgasse 40/1/45, 1030 Wien
T: 0676 507 37 70
E: info@kinesiologieschule.at
www.kinesiologieschule.at



WIENER SCHULE FÜR KINESIOLOGIE

Ausbildungen nach Maß



kompakt • individuell

Diplomausbildung Kinesiologie

Touch for Health
Brain Gym® • Hyperton-X

Start Sommersemester:

9. - 10. März 2019 • Wien

11 Module berufsbegleitend

*Das Diplom der Wiener Schule ist zu 100%
vom Österreichischen Berufsverband für
Kinesiologie anerkannt.*

Infoabend:

**30. Jänner 2019 • 18.00 Uhr
1140 Wien, Sampogasse 1**

Information & Anmeldung:

Mag. Sabine Seiter

Tel.: 0676 507 37 70

info@kinesiologieschule.at

www.kinesiologieschule.at