

**Kinesiologie - eine ganzheitliche Komplementärmethode,
die der Natur des Menschen entspricht.**

Ausbildungen für die professionelle & private Anwendung

ergänzend für Menschen in beratender Tätigkeit oder aus Berufen im Gesundheitsbereich als eigenständige Ausbildung zur Begründung einer Selbständigkeit als KinesiologIn sowie für alle an Selbsterfahrung Interessierten, die ihre eigenen Prozesse unterstützen und ganzheitliche Instrumente auch für die Selbstanwendung kennen lernen wollen.

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

Methodische Schwerpunkte: Touch for Health, Brain Gym®, Hyperton-X.

Information zum Basislehrgang Brain Gym®/ Edu-Kinesiologie



„Wege entstehen dadurch, dass man sie geht.“
(Franz Kafka, Schriftsteller, 1883 - 1924)

Wiener Schule für Kinesiologie Ausbildungen nach Maß • kompakt • individuell

Brain Gym®

Brain Gym® wurde von Dr. Paul Dennison entwickelt, einem amerikanischen Erziehungswissenschaftler und wird mit Gehirn- oder Lerngymnastik übersetzt.

Brain Gym® wird seit etwa 1970 erfolgreich im Bereich des schulischen Lernens angewandt. Lernen ist jedoch ein Prozess, der uns ein ganzes Leben lang begleitet und für den wir dieselben Fähigkeiten, wie für den Erwerb von schulischem Wissen benötigen.

Paul Dennison sagt: **„Bewegung ist das Tor zum Lernen.“** Es ist eine Tatsache, dass Lernen ohne unseren Körper und all seiner Organe nicht stattfinden kann.

Mit speziellen Übungen und anlassbezogenen Aktivitäten wird die Integration unseres Gehirns mit unserem Körper als ausführende Instanz trainiert und aktiviert. In der Folge kommt es zur Steigerung und Verbesserung jener Fähigkeiten, die wir für das Lernen und unser Leben insgesamt benötigen, u.a.:

Kreativität, Denk- und Merkfähigkeit, Konzentration, konstruktiver Umgang mit Stress und Emotionen, Leistungsfähigkeit in Beruf und im Sport, Kommunikation, Motivation.

Durch die gezielte Ausführung der Brain Gym®-Übungen werden vorhandene Potenziale freigesetzt und (re-) aktiviert, sowie die persönliche Entwicklung und das individuelle Wachstum gefördert.

Nachfolgend finden Sie weitere Information zu Brain Gym® und den Kursinhalten.

Bei gegebenem Interesse freue ich mich Ihnen im Rahmen der Ausbildung zu begegnen.

Alles Liebe

Sabine Seiter

„We must learn to move, so we can move to learn.“

Dr. Paul E. Dennison, Begründer der Educational Kinesiology

Dr. phil. Paul E. Dennison

„Paul E. Dennison ist Pädagoge, Pionier im Bereich der angewandten Gehirnforschung und Experte für kognitive Fähigkeiten. Nach seiner Doktorarbeit über Lesenlernen und Gehirnentwicklung arbeitete er im Bereich der Lehrplanentwicklung und der experimentellen Psychologie an der Universität von Kalifornien sowie als Lehrer an öffentlichen Schulen. Dann gründete er in Kalifornien insgesamt 10 Lernzentren für Leseförderung, die er rund 20 Jahre leitete.

Die Anfänge seiner Forschungen lagen in den sechziger Jahren des 20. Jahrhunderts. Damit wurde er zum Begründer eines Systems der Lernförderung dem er den Namen Educational Kinesiology (Edu-K[®]) gab. In der ersten Hälfte der achtziger Jahre entwickelte er - zusammen mit seiner Frau Gail - die Brain Gym[®] Übungen, das „Herzstück“ der Edu-K[®], ein Selbsthilfeprogramm aus einfachen Bewegungen, die Energie mobilisieren sowie Gehirn und Körper aktivieren und in Balance bringen“ (Paul E. Dennison, Brain Gym[®] - Mein Weg, VAK Verlags GmbH, Kirchzarten 2006).



Sabine Seiter & Paul E. Dennison, Mai 2008

„Es gibt keine Lernunfähigkeiten, sondern nur Lernblockaden.“

(Dr. Paul E. Dennison)

Brain Gym® Module

Brain Gym® (Gehirn- oder Lernttraining) ist ein Teilbereich der ebenfalls von Dr. Paul Dennison entwickelten Edu-Kinesthetik. Brain Gym® ist die Essenz aus Paul Dennison's Forschungsarbeit, basiert auf neuesten Erkenntnissen aus der Gehirnforschung und der experimentellen Psychologie. In den letzten Jahrzehnten wurde die Methode besonders erfolgreich im Bereich des schulischen Lernens angewandt. Unser ganz normaler Alltag und die sich daraus ergebenden Herausforderungen sind jedoch nichts anderes als ein beständiges Lernen, ein Prozess, der uns ein ganzes Leben lang begleitet und für den wir dieselben Fähigkeiten, wie für den Erwerb von schulischem Wissen benötigen.

Brain Gym® hilft uns für das Lernen/Leben wichtige Systeme zu aktivieren und mit Stress und belastenden Situationen in allen Bereichen des Lebens konstruktiv und förderlich umzugehen. Durch die Ausführung der Brain Gym®-Übungen werden vorhandene Potenziale freigesetzt und aktiviert, sowie die persönliche Entwicklung und das individuelle Wachstum gefördert.

Brain Gym® ist das Programm zur tatsächlichen Veränderung unserer blockierenden Denk- und Verhaltensmuster und somit ein wertvolles Werkzeug in der beratenden Tätigkeit.

Die Kurse richten sich an alle Menschen, die Brain Gym® für sich selbst und ihr Umfeld anwenden wollen, Pädagogen, Menschen in beratenden Berufen und Therapeuten, die die Möglichkeiten der Kinesiologie in ihren Wirkungsbereich integrieren wollen und an all jene, die eine kinesiologische Berufsausbildung anstreben.

Brain Gym® ist eine eingetragene Marke von Breakthroughs International (ehemals Educational Kinesiology Foundation) und unterliegt deren Richtlinien und ethischen Grundsätzen. Die Kurse dürfen ausschließlich von durch diese anerkannte Instruktoressen gelehrt werden. Am Ende der Kurse erhalten die Teilnehmer entsprechende durch die Foundation vorgegebene Zertifikate, die wiederum zum Besuch der aufbauenden Kurse berechtigen.

Brain Gym® 1

In diesem Basiskurs wird vor allem an der Dimension der Lateralität, der Zusammenarbeit der linken und rechten Gehirnhälfte unter Einbeziehung der Wahrnehmung und des Körpers gearbeitet. Unter der Einwirkung von Stress reduziert eine Gehirnhälfte zugunsten der anderen ihre Aktivität und damit fehlt dem Betroffenen der Zugang zu seinem grundsätzlich vorhandenen Potenzial. Der Kurs vermittelt Wege zur Verbindung der Gehirnteile und Aktivierung aller für das Lernen wichtigen Systeme.

Die wesentlichen Themen sind: Positive Haltung, Sehen und Wahrnehmungsfähigkeit, Hören und Ohren, Hand/Augenkoordination und Schreiben sowie Körperbewegung.

Sie erlernen den Muskeltest, Aktions-Balancen zu den Themen sowie wichtige Basis-Übungen aus Brain Gym®.

Voraussetzung: Interesse

Wiener Schule für Kinesiologie Ausbildungen nach Maß • kompakt • individuell

Brain Gym® 2

In diesem aufbauenden Kurs geht es um die Aktivierung aller Gehirnareale. Zum einen wird die Dimension der Lateralität (rechts-links, Kommunikation) vertieft und wir arbeiten an zwei neuen Dimensionen: der Zentrierung (oben-unten, Organisation, Zusammenarbeit der Gehirnhälften mit dem Gefühl) und dem Fokus (hinten-vorne, Verständnis).

Sie erlernen weitere Aktions-Balancen für die Integration der Emotionen (Abbau von emotionalem Stress), für den Alltag, eine zusammenfassende Balance sowie neue Übungen.

Voraussetzung: Brain Gym® 1

Brain Gym® 3/ Vertiefung

Dieser Kurs ist der 3. Schritt im Brain Gym® - Ausbildungsweg. Sie intensivieren Ihr „Know-how“ und erweitern Ihren Aktionsradius für die professionelle Anwendung: Vertiefung und Wiederholung der Inhalte aus Brain Gym® 1 und 2, tiefer gehendes Verständnis der 3 Dimensionen - Das dynamische Gehirn, Sicherheit in der Test- und Balancepraxis, der effektive Umgang mit dem Repertoire, Noticing - Wahrnehmung unseres Selbst und anderer Menschen, Ziele finden, formulieren und umsetzen, Lernen und Stress, die 5 Lernprinzipien nach Dennison, Balancen zur Lösung von Blockaden bei uns selbst, eigene Potenziale aktivieren, Anregungen für die Arbeit mit Klienten

Voraussetzung: Brain Gym® 2



Organisatorisches

Bitte mitbringen: Wohlfühlkleidung, dicke Socken, Skripten aus vorhergehenden Kursen, Schreibzeug, Wasserflasche, ev. Decke, Matte.

Kursort: 1140 Wien, Sampogasse 1 bzw. nach Vereinbarung

Kurszeiten: Samstag 10.00 - ca. 19.00 Uhr, Sonntag 9.00 - ca. 18.00

Termine siehe Kurskalender oder nach Vereinbarung

Kursbeitrag: € 280,- pro Teilnehmer und Seminar.
€ 780,- bei Buchung aller 3 Seminare und Bezahlung vor dem ersten Modul.
Pauschale für Institutionen nach Vereinbarung.

Brain Gym® nach Dr. Paul Dennison

Kursinhalte im Überblick

Brain Gym® 1 - Lateralität

Bahnung der Seitigkeiten
Großhirnrinde - linke & rechte Gehirnhälfte
Zusammenarbeit logisches und vernetzendes Denken
mit dem Körper als ausführende Instanz

Brain Gym® 2 - Die 3 Dimensionen

3 Dimensionen-Bahnung
Lateralität
Zentrierung
Mittelhirn/limbisches System und Großhirnrinde
oben & unten
denken & fühlen
Fokus
präfrontaler Kortex & Hirnstamm
vorne & hinten
klares zielgerichtetes Denken/Handeln & Instinkt

Brain Gym® 3 - Synthese

Vertiefung
fit werden für die Praxis
effektiver Umgang mit dem Repertoire

Muskeltest - Noticing - Pace - Ziele & Ziel-Pace
Gehirn: Dynamik und Funktionen - Lernen
Stress und Stressmechanismus
12 Aktionsbalancen
26 Brain Gym® Übungen zu den 3 Dimensionen
Ethik - Tipps und Tricks für die Praxis

Kinesiologie

Brain Gym® ist eine bedeutende Methode der Kinesiologie, die etwa 1960 durch die Forschungen und Arbeiten von Dr. George Goodheart begründet wurde.

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“**. Das Verständnis von Bewegung geht über die „sportliche“ hinaus und bezieht auch mentale-emotionale, sowie energetische Bewegungsaspekte mit ein.

Das wichtigste Instrument der Kinesiologie und integrativer Bestandteil aller Kinesiologieformen ist der Muskeltest.

Dr. George Goodheart (Chiropraktiker) hat den Muskeltest als Biofeedback des Körpers etabliert und die Angewandte 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 Akupunkturssystem und der Meridianlehre der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM).

Die Energielehre der TCM entstand vor etwa 5000 Jahren. Danach fließt Qi in Energieleitbahnen, den Meridianen - einem Kanalsystem gleich - durch den Körper. Jeder Meridian hat Bezug zu den Organen. Wir sind gesund, wenn die Energie in den Meridianen frei fließt. Bei Blockaden, welche oft durch Überlastung eines Systems entstehen (Lebensweise, Stress, Muskelüberlastung, Fehlhaltung, negatives Denken, ...), kommt es zu Über- bzw. Unterenergie und entsprechenden Beschwerden und Symptomen.

Die kinesiologische Praxis ist eine hervorragende Ergänzung zu allen möglichen Therapieformen, weshalb auch über die Jahre viele verschiedene Kinesiologierichtungen, je nach Spezialisierung der zugrunde liegenden Berufsgruppe, entstanden: Touch for Health, Edu-Kinesthetik/Brain Gym®, Verhaltenskinesiologie, Hyperton-X, 3 in 1 Concept, Health Kinesiologie, Psycho-Kinesiologie, Eternal Movement Kinesiologie, Sport Kinesiologie, Musik Kinesiologie. Alle kinesiologischen Methoden sind das Ergebnis jahrzehntelanger empirischer Forschung.

Kinesiologie wird mittlerweile weltweit in über 40 Ländern praktiziert.

Der Muskeltest – Bio-Feedback

Der Muskeltest kommt in allen anerkannten Kinesiologieförmn zur Anwendung und gibt uns direktes natürliches Körperfeedback.

Dr. John Diamond, einer der Protagonisten der Kinesiologie und Begründer der Behavioralen Kinesiologie sagt: „**Der Körper lügt nicht**“. Tatsächlich sind all unsere Erfahrungen, unser gesamtes Leben, auch in unseren Körperzellen gespeichert.

So ist es mithilfe des Muskeltests möglich auch unbewusste oder vergessene Inhalte unseres Daseins aufzurufen und sichtbar zu machen.

Den ganzen Tag über empfangen wir eine Unzahl von Reizen und ein großer Teil dieser Informationen wird von uns unbewusst aufgenommen, da wir sonst überfordert wären. Unser Gehirn sendet aufgrund dieser Reize Botschaften an unsere Organe und Muskeln, die diese dann zu bestimmten Reaktionen veranlassen.

Der Muskeltest ist ebenso eine Reaktion auf Signale unseres Gehirns, die sich zum großen Teil unserem Bewusstsein entziehen (wie z.B. auch unsere Atmung, bestimmte Bewegungen, unsere Mimik oder Gestik ...). Wir nehmen diese Reize/Informationen über unsere Sinne wahr und das Gehirn sendet seine Befehle über elektrochemische Impulse.

Bewegungen, Anspannung, Gedanken, Emotionen, Bilder, Gerüche werden miteinander gespeichert und in unserem Körper geankert. Im Verband mit negativen Erlebnissen ist auch dieser Stress in unserem Körper gespeichert.

Schon die Mayas kannten angeblich den Muskeltest zur Feststellung der Trinkbarkeit von Wasser. Ebenso verwendete der griechische Arzt Hippokrates vor 2000 Jahren den Muskeltest um neurologische Verletzungen bei Soldaten zu diagnostizieren.

Der Muskeltest gibt daher Information über den Zustand der Muskulatur, die Energie, aber auch über den Gesundheitszustand des gesamten Organismus inklusive der Emotionen.

Der Muskeltest ist für jeden Menschen leicht erlern- und anwendbar. Natürlich erfordert er, wie jede andere Technik auch, viel Übung und die Beachtung bestimmter Grundregeln.

Lehrgangsleitung & Organisation

Mag^a. Sabine Seiter
Kinesiologin in freier Praxis
Instructor für Touch for Health & Brain Gym®



Arbeitsschwerpunkte

- Ganzheitliche Beratung und individuelle Strategien für Problemstellungen auf körperlicher, mentaler, emotionaler, energetischer und spiritueller Ebene
- Persönlichkeitscoaching
- Prozessbegleitung in Veränderungs- und Krisensituationen
- Lebensbegleitendes Lernen
- Work-Life-Balance
- Potenzial- und Kreativtraining
- Stressprävention und -reduktion
- Mental- und Emotionenmanagement
- Bewusstseinsbildung
- Initiation von Selbstheilungsprozessen
- Leben im Einklang mit dem Selbst

Aus- und Weiterbildungen

- Studium der Wirtschafts- und Sozialwissenschaften
- Instructor für Touch for Health & Brain Gym®
- EM-K Kinesiologie, Hyperton-X, Three in One Concepts, RESET
- Zertifizierte Kreativtrainerin
- Mental-Emotionalmanagement/Morphokybernetik
- Psycho-Physiognomik nach Carl Huter
- Lithotherapie, Feng Shui
- Mal- und Gestaltungstherapie
- Integr. Lebens- und Sozialberatung

www.brainbody.at

*„Das Natürliche ist richtig. Das Leichte ist richtig. Du selbst zu sein ist richtig.
Du selbst zu sein ist alles, was du wirklich sein kannst. Alles andere geht in die Irre.“
(Bhagwan Shree Rajneesh)*

Literatur Empfehlungen

Kinesiologie allgemein

- Dennison, Dr. Paul E., **Befreite Bahnen**, Verlag für Angewandte Kinesiologie Gmbh, Freiburg, ISBN 3-924077-01-0.
- Diamond, Dr. John, **Der Körper lügt nicht**, Verlag für Angewandte Kinesiologie Gmbh, Freiburg, ISBN 3-924077-00-2.
- Krebs, Charles T., **Wieso der Muskeltest funktioniert**, Verlag für Angewandte Kinesiologie Gmbh, Freiburg, ISBN 393209834-X.
- Silva, Kim da und Rydl, Do-Ri, **Kinesiologie, Das Wissen um die Bewegungsabläufe in unserem Körper**, Droemersch Verlag, München, ISBN 3-426-87072-X.

Touch for Health

- Thie, John f. und Thie, Matthew, **Touch for Health in Aktion, Grundtechniken und neue Dimensionen**, VAK Verlags GmbH, Kirchzarten bei Freiburg, ISBN 3-935767-21-8.
- Thie, John f. und Thie, Matthew, **Touch for Health, Das umfassende Standardwerk für die Praxis**, VAK Verlags GmbH, Kirchzarten bei Freiburg, ISBN-13: 978-3-935767-82-8, ISBN-10: 3-935767-82-X.
- Thie, John F., **Gesund durch Berühren, Touch for Health schnell im Griff**, VAK Verlags GmbH, Kirchzarten bei Freiburg.
- IAK, Galton, Toni, **Touch for Health, Praktische Übungen, Arbeitsbuch 1, Kompetenzaufgaben für Tfh I und Tfh II**, IAK - Institut für Angewandte Kinesiologie GmbH, Kirchzarten bei Freiburg: +49 (0)76 61-98 71-0, info@iak-freiburg.de
- IAK, Galton, Toni, **Touch for Health, Praktische Übungen, Arbeitsbuch 2, Kompetenzaufgaben für Tfh III und Tfh IV**, IAK - Institut für Angewandte Kinesiologie GmbH, Kirchzarten bei Freiburg: +49 (0)76 61-98 71-0, info@iak-freiburg.de

Brain Gym®

- Dennison Paul E. und Gail, **Brain Gym®**, VAK Verlags GmbH, Kirchzarten bei Freiburg, ISBN 3-924077-75-4.
- Dennison, Dr. Paul E., **Brain Gym® - Mein Weg, Lernen mit Lust und Leichtigkeit**, VAK Verlags GmbH, Kirchzarten bei Freiburg, ISBN-13: 978-3-935767-63-7, ISBN-10: 3-935767-63-3.
- Dennison, Paul E. & Gail E., **Brain Gym® - Das Handbuch**, VAK Verlags GmbH, Kirchzarten bei Freiburg, ISBN-13: 978-3-86731-071-0.

Nützliche Internetadressen:

- VAK Verlags GmbH:** www.x-sachen-katalog.de, www.vakverlag.de
Touch for Health: www.ikc-info.org **Brain Gym®:** <https://breakthroughsinternational.org/>
Österreichischer Berufsverband für Kinesiologie (ÖBK): www.öbk.at

Sonstige

- Batmanghelidji, Dr. med. F., **Sie sind nicht krank, sie sind durstig! Heilung von innen mit Wasser und Salz**, VAK Verlags GmbH, Kirchzarten bei Freiburg, ISBN 3-935767-25-0.
- Batmanghelidji, F., **Wasser die gesunde Lösung, Ein Umlernbuch**, VAK Verlags GmbH, Kirchzarten bei Freiburg, ISBN 3-924077-83-5.
- Batmanghelidji, F., **Wassertrinken wirkt Wunder, Erfolgsberichte von chronisch Kranken, Ein Mutmachbuch**, VAK Verlags GmbH, Kirchzarten bei Freiburg, ISBN 3-935767-38-2.
- Silva, Kim da, **Der inneren Uhr folgen, Mit der Organuhr zu einem gesunden Tagesrhythmus**, Wilhelm Goldmann Verlag, München, ISBN 3-422-14199-0.
- Silva, Kim da, **Richtig essen zur richtigen Zeit**, Droemersch Verlag, München, ISBN 3-426-72234-8.