

Kinesiologie

Die Angewandte Kinesiologie ist eine ganzheitliche Therapieform.

Der Name Kinesiologie kommt aus dem griechischen und bedeutet Bewegungslehre.

Kinesiologie befasst sich mit Unausgewogenheiten im Energiebereich wie zum Beispiel:

- Körperfehlhaltungen
- Lebensmittelunverträglichkeiten
- Lernstörungen
- Schmerzen usw.

Als Hauptwerkzeug bedient sich die Angewandte Kinesiologie des manuell ausgeführten Muskeltests. Dieses körpereigene Rückmeldesystem geht zurück auf Erkenntnisse des Amerikaners Dr. George Goodheart. Er beobachtete, dass sich Vorgänge innerhalb des Körpers auch im Funktionszustand der Muskeln widerspiegeln.

Die Ergebnisse eines korrekt durchgeführten Muskeltests lassen präzise Rückschlüsse auf eventuelle Energieblockaden zu, denen die getestete Person momentan ausgesetzt ist. Die Stressoren und deren Ursachen werden identifiziert.

Mit spezifischen, den individuellen Bedürfnissen des Körpers angepassten Korrekturen, werden dann die Energieblockaden abgelöst. Strukturelle, chemische und/oder emotionale Aspekte werden dabei gleichermaßen berücksichtigt, zumal diese sich jeweils gegenseitig beeinflussen.

Die Kinesiologen stellen keine medizinischen Diagnosen. Sie bieten ihren Klienten Hilfe zur Selbsthilfe an. So wird die Eigenverantwortung zu einem wichtigen Pfeiler des Heilungsprozesses.

Kinesiologie wird angewendet:

- um das allgemeine Wohlbefinden zu erhalten oder zu stärken
- bei körperlichen und psychischen Beschwerden
- zur Verbesserung des Lernvermögens
- zur Stärkung der Konzentration
- zur Überwindung von Ängsten (z.B. Prüfungsängste)
- bei persönlichen Entwicklungsblockaden und zur Stärkung vorhandener Fähigkeiten
- bei Blockaden in sportlichen Aktivitäten

Kinesiologie zur:

- Gesundheitsförderung
- Aktivierung der Selbstheilungskräfte und Unterstützung schulmedizinischer Therapien
- Unterstützung bei Allergien, Hautproblemen, chronischen Schmerzen, Kopfschmerzen, Verdauungsprobleme
- sportlichen Weiterentwicklung

Kinesiologie bringt:

- Harmonie für Körper, Geist und Seele
- allgemeines Wohlbefinden
- psychisch
- emotionalen Ausgleich
- Abbau von Stress, Ängsten und Nervosität

Craniosacral-Therapie

In der Craniosacral-Therapie wird davon ausgegangen, dass der rhythmische Fluss des Gehirnwassers für das Wohlbefinden des Menschen von grosser Bedeutung ist. Dieser Gehirnwasserfluss pulsiert normalerweise in einen Rhythmus von 6-8 Zyklen pro Minute vom Schädel (Cranio) zum Kreuzbein (Sacrum).

Die Therapie wird zur Behandlung einer Vielzahl von gesundheitlichen Problemen angewendet. Dazu gehören Beschwerden im Nacken und Rücken, Kopfschmerzen, chronische Müdigkeit, Gleichgewichtsstörungen, Augen-, Ohren- und Kieferbeschwerden, Koordinationschwierigkeiten und Hyperaktivität.

Es handelt sich um eine sanfte manuelle Technik, mit deren Hilfe ein Ungleichgewicht im craniosakralen System aufgespürt und korrigiert werden kann. Ein solches Ungleichgewicht kann die Ursache von Funktionsstörungen der Wahrnehmung, der Motorik oder des Denkens sein.

Dorn-Methode

Die Dorn-Methode wird nach Dieter Dorn benannt.

Sie hilft uns bei Rückenschmerzen. Ziel dieser Methode ist es, die Gelenke (Fuss, Knie, Hüfte, Wirbel, etc.) wieder in ihre ursprünglich richtige Position zu bringen. Mit gezieltem schmerzlosem Griff kann der Therapeut oder der Klient selber das Gelenk wieder in die optimale Lage bringen. Es wird sanft gedrückt, so dass weder Verletzungen noch Überdehnungen vorkommen. Weil die aus der Wirbelsäule austretenden Nerven auch innere Organe versorgen, können über die Dorn-Methode oftmals auch organische Funktionsstörungen behoben werden.

Nach Dorn lassen sich fast alle chronischen Rückenprobleme und viele akute Rücken- und Gelenkskrankheiten sanft, schnell, einfach, ohne Gefahren, ohne Nebenwirkungen und ohne Medikamente beseitigen.

Auch zur Selbsthilfe gibt es einfache Übungen.