

Heidemarie R. Ehrke

## Kinesiologie? – Aufklärung tut not

Informationsmangel über Kinesiologie in der Öffentlichkeit führt zu Unsicherheit und erschwert es, ein klares Bild über Entstehung, Inhalte sowie die angewandten Techniken und Übungen der Kinesiologie zu gewinnen.

Diesem Informationsmangel entgegenzuwirken und in die Grundlagen der Kinesiologie einzuführen ist das Ziel meines Artikels.

Interessante Hintergrundinformationen und wissenschaftliche Arbeiten über Kinesiologie sind in englischer Sprache vor allem in den USA und in Australien erschienen. In Deutschland gibt es zwar bereits einiges an Literatur über Kinesiologie im Buchhandel, diese ist jedoch noch nicht so vielfältig, ausführlich und umfassend, wie es wünschenswert wäre.

Mein Ziel ist es, daß Sie sich am Ende des Artikels ein eigenes, klares und auf Fakten beruhendes Bild über Kinesiologie machen können.

### 1. Das Ziel der Kinesiologie: Der Mensch in der Balance.

Ziel der Kinesiologie ist der gesunde und glückliche Mensch, der körperlich, geistig und seelisch im Gleichgewicht, in der Balance ist.



Heidemarie R. Ehrke: Abitur in Bad Kissingen, Studium und Staats-examen an der Erziehungswissenschaftlichen Fakultät der J.-M.-Universität Würzburg in Pädagogik, Lern-, Entwicklungs- und Schulpsychologie und verschiedenen Schwerpunktfächern, ev. Religionspädagogik für das Lehramt an Grund- und Hauptschulen. Rund 20 Jahre unterrichtete sie als Lehrerin. Durch eine schwere Erkrankung kam sie auf Anraten ihres Arztes zur Kinesiologie. Sie selbst hatte anfangs kritische Vorbehalte gegenüber Kinesiologie, doch die sichtbaren positiven Auswirkungen dieser Methode überzeugten sie.

Heidemarie R. Ehrke lernte in vielen Seminarstunden kinesiologische Techniken in Deutschland und in den USA. Die meisten führenden kinesiologischen Experten kennt sie persönlich. Als ausgebildete Lehrerin für verschiedene kinesiologische Fachbereiche gibt sie Seminare in ihrem Institut für Bewegungspädagogik und Kinesiologie und hält Vorträge. Sie ist L.E.A.P.-Practitioner<sup>TM</sup>, Three-in-One-Facilitator sowie Instruktorin für Brain-Gym<sup>®</sup>, Movement Dynamics<sup>®</sup>, Gehirndominanzprofile, Touch for Health, Streßablösung – leicht gemacht, „Tibetische Energie“, und S.O.S. Streß-Observer-Specialist (USA).

Schwerpunkte ihrer Arbeit sind: Streßbewältigung, Pädagogische, kinesiologische Beratung bei Schul- und Lernproblemen, Prüfungsängsten, Hilfestellung beim Verändern eingefahrener Verhaltensweisen und Denkmuster, die den Erfolg blockieren, Entspannungstechniken. Professionelle Hilfe bei Konzentrationsstörungen, Zielsetzung und Zielerreichung. Für Management und Führungskräfte der freien Wirtschaft bietet sie spezielle kinesiologische Seminare und Vorträge, Einzel-, Teambewertung und Coaching an. In ihrer jahrelangen Arbeit mit den Techniken der Kinesiologie sammelte sie viele Erfahrungen, über die sie unter anderem in ihrem Vortrag anlässlich der 4. Internationalen Konferenz im Oktober 1997 an der Universität in Zürich über das Thema „Netzwerk Kinesiologie“ referierte. Sie ist Mitglied in der DGAK (Deutsche Gesellschaft für Angewandte Kinesiologie) und in der IASK (International Association of Specialized Kinesiologists).

Anschrift: Heidemarie-R.-Ehrke-Institut für Bewegungspädagogik<sup>TM</sup> und Kinesiologie, Silberstraße 3, 71299 Wimsheim, Telefon 0 70 44 - 94 08 80, Fax 0 70 44 - 94 08 81.

Um bei dem Bild des Puzzles zu bleiben: Stellen Sie sich im Zentrum eines runden Dreiecks ein Dreieck vor! Dieses Dreieck stellt symbolisch den Menschen dar.

Jede Seite des Dreiecks symbolisiert eine der drei Ebenen des Menschen: Körper, Geist und Seele. Ist der Mensch gesund, haben wir im Zentrum ein gleichseitiges Dreieck, also einen Menschen, der auf allen drei Ebenen im Gleichgewicht ist: körperlich, geistig und seelisch (siehe Bild 1).



Bild 1



Ein „Kinesiologie-Puzzle“ zum besseren Verständnis

Jede Verschiebung einer Seite hat immer auch Auswirkungen auf die anderen Seiten des Dreiecks, also auf die anderen Ebenen des Menschen.

Breche ich mir – auf der körperlichen Ebene – ein Bein oder einen Arm, so kann das auch Auswirkungen auf mein seelisches Befinden und meinen Geist (mein Denken) haben (s. Bild 2).



Bild 2

Hat der Schüler Angst vor Prüfungen, so leidet er nicht nur seelisch, sondern kann zum Beispiel auch Verdauungsstörungen bekommen (nervösen Durchfall, Erbrechen), verkrampfte Muskeln, körperliche Verspannungen und zitternde Knie oder Hände, was zu dem berühmten „Brett vor dem Kopf“ bis hin zu Prüfungsversagen führen kann (s. Bild 3).



Bild 3

In den meisten Darstellungen wird die körperliche Ebene als Basislinie gezeigt, da wir Menschen unsere Stabilität und Beweglichkeit durch die Körperstruktur erhalten.

Die Kinesiologie hat aufgrund ihrer ganzheitlichen Sichtweise das Ziel, Ungleichgewichte körperlicher, geistiger oder seelischer Art frühzeitig zu erkennen und auszugleichen, so daß der Mensch wieder auf allen drei Ebenen der Gesundheits-Triade<sup>1</sup> (Dreizahl/Dreieheit) in der Balance ist.

## 2. Was bedeutet der Name Kinesiologie?

**Kinesiologie = kinesis + logos** Kinesiologie setzt sich aus den griechischen Worten für Kinetik, „kinesis“ und „logos“ zusammen. Kinesis bedeutet Bewegung, logos in diesem Zusammenhang Lehre. Kinesiologie ist also die Lehre von der Bewegung.

## 3. Was ist Kinesiologie?

Kinesiologie ist eine ganzheitliche Methode. Ihre Grundlagen wurden von dem Chiropraktiker George Goodheart entwickelt. Die Kinesiologie verwendet den Muskeltest<sup>2</sup> (ursprünglich von den Professoren Kendall und Kendall entwickelt) zum Sondieren von energetischen Ungleichgewichten im System eines Menschen und zum Feststellen der benötigten Ausgleichskorrekturen. In die Kinesiologie wurden wie bei einem Puzzle Techniken aus vielen Bereichen integriert, beispielsweise aus der Chiropraktik, der Akupressur, der Ernährungswissenschaft, der chinesischen Meridianlehre, der Logopädie, der Erziehungswissenschaft, den neuesten Gehirnforschungen und der Sprachforschung. Sie ist folglich interdisziplinär und wird ständig weiterentwickelt.

„Angewandte Kinesiologie“ (Applied Kinesiology) ist eine Wissenschaft. Sie wird am ICAK, dem „International College of Applied Kinesiology“, von George Goodheart, dem Vater der Angewandten Kinesiologie, Sheldon Deal, John Thie und anderen weiter erforscht.

Das ICAK nimmt nur Studenten mit medizinischem oder naturwissenschaftlichem Hintergrund auf. Wer sich dort als Mitglied bewirbt, muß eine vierjährige medizinische Ausbildung mit der Befugnis zur Diagnose nachweisen. Alle Forschungsprojekte werden drei Jahre lang in der Praxis getestet, bevor sie von der „Applied Kinesiology“ als anerkannt weitergegeben werden.<sup>3</sup>

Für die Ärzte, die in Applied Kinesiology eine Prüfung ablegen wollen, ist Sheldon Deal aus Tucson/Arizona der Prüfungsvorsitzende. Er ist, wie John Thie und andere, ein Bindeglied zwischen den „medizinischen“ Kinesiologen und den Kinesiologen, die keine Therapeuten sind. So stellte er auf dem „2. Internationalen Kongreß der Kinesiologie“ in Garda/Italien im Jahre 1995 wichtige neue Forschungsergebnisse und Techniken zur Anwendung für jeden Kinesiologen vor.

## 4. Kinesiologie – Ursprung und Geschichte

Verschiedene Entdeckungen von George Goodheart führten zur Entwicklung der

Angewandten Kinesiologie. Man ging in der Chiropraktik davon aus, daß Verschiebungen an der Wirbelsäule durch Verkrampfungen, Verspannungen von Muskeln oder durch spastische Muskeln entstehen, vor allem der Skelettmuskeln. Es bestand die Auffassung, daß sich zuerst ein Muskel verspannt und daß durch diese Verkrampfung ein anderer Muskel, sein direkter Gegenspieler, geschwächt wird. Aber diese Auffassung wurde durch eine „revolutionäre“ Entdeckung ins Wanken gebracht. Goodheart fand genau das Gegenteil heraus.

### Die erste „revolutionäre“ Entdeckung von Goodheart:

Nach seiner Erfahrung wird zuerst ein Muskel durch irgendein Ereignis schwach, also durch einen Stressor auf einer der drei Ebenen der Gesundheits-Triade, weshalb sich dann der dazugehörige Gegenspieler-Muskel verspannt.

Goodheart entdeckte, daß man einen verkrampften oder verspannten Muskel direkt an seinem geschwächten Gegenmuskel, dem „Gegenspieler“ oder Antagonisten, korrigieren kann. In der Kinesiologie geht man davon aus, daß dieser Muskel durch eine energetische Blockade, verursacht durch Streß, geschwächt wird. Eine solche Energieblockade kann zum Beispiel durch „geschwächte“ Nackenmuskeln sichtbar werden: Der betroffene Mensch „läßt den Kopf hängen“. Gerät nur ein Muskel aus dem Gleichgewicht, kann er das ganze Körper-Geist-Seele-System aus der Balance bringen.

Oft wird in der Literatur dafür das Beispiel einer Pendeltür verwendet, die ursprünglich zwei gleichstarke Federn besitzt. Wird nun durch irgendein Ereignis eine Feder geschwächt und in ihrer Spannung ungleich, so hat es wenig Sinn, die noch starke, intakte Feder zu bearbeiten. Man muß die schwache Feder, die ihre Spannung verloren hat, verändern oder ersetzen.

Hat ein Mensch eine einseitige Muskelschwäche, beispielsweise am linken Gesäßmuskel, so kann er dadurch eine einseitige Hüft- und Schulterhöhe bekommen, bis hin zum Hinken und zu Brustschmerzen (s. Bild 4).<sup>4</sup>

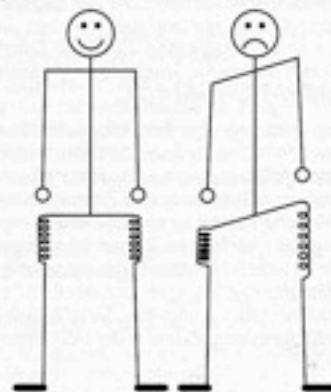


Bild 4

### Die zweite „revolutionäre“ Entdeckung von George Goodheart:

Er erkannte weiterhin Zusammenhänge, die man vorher noch nicht gesehen hatte: Aufgrund klinischer Beobachtungen fand er heraus, daß manuelle Muskeltests auch Aussagen über das Energiesystem eines Menschen zulassen.

Er entdeckte, daß die aus der chinesischen Medizin seit Jahrtausenden bekannten 14 Energiebahnen, die sogenannten Meridiane, nicht nur mit bestimmten Organen in Verbindung gebracht werden konnten, sondern auch mit den Muskeln.

So gehört zum „Magenmeridian“ das Organ „Magen“ und der Muskel „Pectoralis major clavicularis“, der „Große Brustmuskel“. Testet ein Kinesiologe diesen Muskel, weiß er, daß eine Schwächung dieses Muskels auch eine Beeinträchtigung des Magenmeridians aufzeigt.

Diesen Zusammenhang hat Goodheart als den „Muskel-Drüsen-Meridian-Komplex“ bezeichnet.

Die Meridiane können wir nicht sehen. Mit der radioaktiven Isotopen-Markierung, der Thermographie und der elektrischen Hautwiderstandsmessung konnte man aber ihre Existenz nachweisen.<sup>5</sup>

Goodheart erkannte weitere Zusammenhänge zwischen bestimmten Reflexpunkten und den Muskeln und nahm zum Stärken schwacher Muskeln noch weitere Techniken in sein kinesiologisches System auf:

#### a) Die Chapman-Reflexpunkte

Anfang dieses Jahrhunderts entdeckte Frank Chapman als erster die neurolymphatischen Reflexpunkte (Massagepunkte), die auf dem Körper verteilt sind, und belegte ihre Wirkung. Diese steuern, sozusagen wie „Schalter“, die Energie des Lymphsystems. Durch deren sanfte Massage werden die energetischen Blockaden gelöst, wodurch ein schwacher Muskel wieder gestärkt wird.<sup>6</sup>

#### b) Die Bennett-Reflexpunkte

Sie werden auch die „neurovaskulären Kontaktpunkte“ genannt. Das vaskuläre System ist das Blutsystem. In den 30er Jahren des 20. Jahrhunderts machte der Chiropraktiker Terrence Bennet aus Kalifornien eine genauso faszinierende Entdeckung wie Chapman. Als er bestimmte Punkte am Kopf berührte, schienen diese jeweils die Blutzufuhr zu bestimmten Organen zu beeinflussen. Er überprüfte dies, indem er sich selbst an ein großes Fluoroskop anschloß und so seine Entdeckung wissenschaftlich beweisen konnte. Seinen Mut und Forscherdrang mußte er allerdings durch die Strahlenschäden mit dem Leben bezahlen. Die Wirkungsweise dieser Reflexpunkte konnte auch Goodheart bestätigen: Vorher schwache Muskeln wurden wieder stark.

Goodhearts System der Angewandten Kinesiologie wurde von John Thie unter dem Namen „Touch for Health“ (Gesund durch

Berühren) zusammengefaßt. Goodhearts Bedingung für eine Veröffentlichung: *Es mußte für Laien verständlich sein!*

Mit der Erlaubnis von George Goodheart begann Thie 1970, dieses Lehrwerk zu entwickeln. Er hatte das Ziel, jedem Menschen sichere Methoden und Techniken an die Hand zu geben, die ihm helfen können, die eigenen Energien zu aktivieren und zu stärken. Die Geburtsstunde von „Touch for Health“ war im Jahre 1973, als Thie die erste Ausgabe veröffentlichte.

**„Touch for Health“ ist aus vier Bereichen zusammengesetzt:** der Chiropraktik (auch teilweise aus der Osteopathie), der Kinesiologie, der Akupressur und der Ernährungswissenschaft.<sup>7</sup>

Die Gründung der „Touch-for-Health-Foundation“ erfolgte in den 70er Jahren in Pasadena. Heute existiert sie weiter als eine weltweite Schule ohne feste Mauern und Wände, als das IKC, das „International Kinesiology College“, in Form einer Stiftung nach schweizerischem Recht. Der *Stiftungssitz ist Zürich und das Erziehungsdepartement des Kantons Zürichs ist die Aufsichtsbehörde.*

„Touch for Health“ wird in mehr als 15 Sprachen und mittlerweile in mehr als 40 Ländern unterrichtet und angewandt.

#### Ist der Muskeltest wissenschaftlich bewiesen?

Nur ein Beispiel: 1994 veröffentlichte die Ärztin Anna E. Gast in der Fachzeitschrift „Krankengymnastik“ wissenschaftliche Ergebnisse aus ihrer Doktorarbeit *„Angewandte Kinesiologie: Eine Doppelblindstudie zur Bewertung der Muskel-Meridian-Beziehung“.*

Die Angewandte Kinesiologie geht davon aus, daß das Verhalten von Muskeln direkt mit bestimmten Akupunkturmeridianen zusammenhängt. In ihrer Doktorarbeit untersuchte Anna Gast unter Doppelblindbedingungen die Hypothese, „daß sich das Verhalten von Muskeln im manuellen Test verändert, wenn das Energiesystem im betreffenden Meridian geschwächt wird“.<sup>8</sup>

Das Ergebnis ihrer Arbeit zusammengefaßt: *„Dies erlaubt die Schlußfolgerung, daß das kinesiologische Muskeltesten erfolgreich als zusätzliches Kommunikationsmedium zwischen Therapeuten und Patienten angewandt werden kann.“ (S. 1020)*

Anna Gast ist am „Centre for Movement Science and Sport Management, Faculty of Health Sciences“, University of New England/Australien, tätig.

#### Zum Nachdenken über die sogenannte Wissenschaftlichkeit:

In der westlichen Medizin ist ein hoher Prozentsatz dessen, was als medizinisches Wissen gilt und angewandt wird, nicht wissenschaftlich bewiesen, sondern stellt lediglich *bewährtes Erfahrungswissen* dar.<sup>9</sup>

Aufgrund von Erfahrungen gilt es zum Beispiel als bewiesen – und niemand stellt dies

heutzutage in Frage – daß Alkohol, regelmäßig in bestimmten Mengen getrunken, Gift für den Körper ist und schwere Schädigungen hervorruft. Allerdings ist die Medizin nicht in der Lage, dies nach wissenschaftlichen Kriterien zu beweisen. Der Alkohol, den der Mensch A trinkt, kann bei diesem die gleichen Symptome und Auswirkungen haben wie bei Mensch B oder C oder auch nicht. Es ist also nicht vorhersagbar. Die Vorhersagbarkeit ist aber eines der Kriterien, daß etwas als wissenschaftlich bewiesen anerkannt wird. Alkohol kann die Leber und/oder Gehirnzellen zerstören und/oder auf die Bauchspeicheldrüse schädigend einwirken oder auch nicht. Aber es ist nicht wissenschaftlich vorhersagbar, bei wem, wie, wann, ob und in welcher Art und Weise der Alkohol wirkt. Es ist also wissenschaftlich nicht beweisbar, daß *Alkohol den Menschen bei regelmäßiger Einnahme schädigt, sondern „lediglich“ ein Erfahrungswissen.*

Der Nachteil der heutigen westlichen Medizin ist: Sie sieht die Zusammenhänge im menschlichen Körper als lineare Prozesse von Ursache und Wirkung. Nach dem Verständnis der östlichen Heilkunst sind die Prozesse komplexer. Es gibt so vielfältige Faktoren, die Einfluß darauf haben, ob und in welcher Art ein Mensch durch Alkohol erkrankt, daß dessen Auswirkungen mit den derzeitigen wissenschaftlichen Methoden nicht vorhersagbar sind.

Ähnlich verhält es sich mit den Abläufen im menschlichen Körper bei der Arbeit mit den kinesiologischen Techniken. Sie sind so komplex, daß sie heutzutage mit den dafür ungenügenden Methoden der westlichen Medizin nur schwer beweisbar sind.

#### 5. Edu-K<sup>®</sup>: „Educational Kinesiology“ in der Schule. Hilfe zur Selbsthilfe!

Auf der Basis von „Touch for Health“ wurden viele Fachrichtungen entwickelt. Für den Einsatz in der Schule ist „Edu-K<sup>®</sup>“ oder „Educational Kinesiology“, die Pädagogische Kinesiologie von Paul Dennison, am bekanntesten.

Dennison lernte zuerst „Touch for Health“ und entwickelte ca. 1980 seine eigene Methode, wobei er auch Teile aus anderen Fachbereichen integrierte. Die einfachsten Techniken sind in *Brain-Gym<sup>®</sup>*, der „Gehirngymnastik“, enthalten und können von jedem ausgeführt werden.

Um die Übungen kinderfreundlich zu gestalten, und damit sich die Kinder diese leicht einprägen können, erfand Paul Dennison lustige und vor allem treffende Namen für die einzelnen Übungen.

Im Unterricht, in dem mit *Brain-Gym<sup>®</sup>* gearbeitet wird, gibt es „Elefanten“, „Eulen“, „Denkmützen“, „Fußpumpen“, „Gehirnknöpfe“ usw., und es gibt vor allem auch reines Wasser zum Trinken. Wasser ist unendlich wichtig, u.a. um Streß abzulösen<sup>10</sup>. Nachzulesen sind diese Übungen im *Brain-Gym<sup>®</sup>-Lehrerhandbuch*.<sup>12</sup>

#### 6. Wissenswertes Informationen aus „aller“ Welt

##### Aus Deutschland:

An der Universität Heidelberg werden in der Ambulanz für Naturheilkunde (Gründung 1992, ermöglicht durch die Karl und Veronica Carstens-Stiftung), in der Arbeitsgruppe von Professorin Gerhard neben der Homöopathie, die dort den Schwerpunkt darstellt, auch Therapien mit Akupunktur und Kinesiologie durchgeführt.

An der Westfälischen Wilhelms-Universität Münster, an der Klinik und Poliklinik für Allgemeine Orthopädie, wird eine „C3-Professur für Orthopädie, insbesondere Kinesiologie“, besetzt. Ausgeschrieben war diese Stelle in der Deutschen Universitätszeitung im Oktober 1995: *„In Forschung und Lehre qualifizierte Bewerberinnen und Bewerber mit ärztlicher Approbation sollen die interdisziplinäre klinische Forschung bei Erkrankungen des Bewegungsapparates mit dem Schwerpunkt kinesiologischer Methoden weiterentwickeln.“* Zur Zeit der Abgabe dieses Artikels lief das Auswahlverfahren.

##### Aus den USA:

Die Doktorarbeit von Jan Irving, R.N., Ph.D. ist die erste experimentelle Forschungsarbeit, die das „EK-Profil“<sup>11</sup> des PACE<sup>®</sup> als isolierte Variable benutzt. Diese Arbeit wurde 1995 an der Oregon State University in Corvallis/Oregon durchgeführt, unterstützt u.a. von Tom Evans, der Forschungsexperte der Erziehungsabteilung an dieser Universität ist. Der Titel: *Die Auswirkung von „PACE“ auf die selbstgeschätzten Prüfungsergebnisse und ihre Durchführung bei Krankenschwestern-Schülerinnen im ersten Ausbildungsjahr.*

Beim sogenannten PACE handelt es sich um nur vier insgesamt sechsmündige *Brain-Gym<sup>®</sup>-Übungen*<sup>13</sup> (gehirngymnastische Übungen), die in der Edu-K<sup>®</sup> bekannt sind und die in einer ganz bestimmten Reihenfolge durchgeführt werden. Dadurch wird ein entspannter Zustand für die Lernbereitschaft erreicht. Die Studie zeigte bedeutsame Ergebnisse: *„69,5%iger Rückgang von selbst eingeschätzter Prüfungsangst und eine Verbesserung von 18,7% in der Leistung bei Prüfung ihrer Fähigkeiten wurden in ganz klarem Zusammenhang mit der Ausübung des PACE gebracht.“*

##### Aus Afrika:

In Südafrika gibt es eine Schule nur für Epileptiker, einmalig in der Welt, an der mit Kinesiologie, und zwar durch *Brain-Gym<sup>®</sup>*-Techniken, erfolgreich gearbeitet wird.

So wurde an dieser Schule erreicht, daß die epileptischen Anfälle der Schüler, die vor allem bei Prüfungssituationen auftraten, erheblich nachließen.

Nach einem Jahr mit *Brain-Gym<sup>®</sup>-Übungen*, die die Gehirnfunktionen unterstützen, konnten Medikamente drastisch reduziert oder weggelassen werden.

**Aus Rußland:**

Svetlana Masgutova aus Rußland, Direktorin des „Ascent Institute for Psychological Assistance“, arbeitet im Raum Moskau intensiv mit Brain-Gym®. Sie lehrt am „High Pedagogical Institute in Orechovo-Zouevo“ und veröffentlichte 19 Arbeiten. In ihrer 15jährigen Tätigkeit als Psychologin und Rehabilitations-Therapeutin arbeitete sie u.a. mit 40 Kindern, die eine Zugkatastrophe überlebt hatten, die nahe der Stadt Ufa durch die Explosion einer Gas-Pipeline ausgelöst worden war. Sie berichtet, daß sie „den Kindern mit Brain-Gym®-Übungen helfen konnte, ihre Schmerzen zu lindern, ihre Aufmerksamkeit von den Verletzungen abzulenken und die höchst emotionalen Gefühle zu lösen“.

Masgutova schreibt: „Ich konnte es erreichen, so ernsthafte und schwierige psychologische Probleme wie zum Beispiel Mangel an Selbstannahme (als Folge der Verbrennungen oder anderer Verletzungen), die Phobie vor Feuer, Angst vor Eisenbahnfahrten oder vor Injektionen erfolgreich mit Brain-Gym® zu lösen.“ Dr. Masgutova erzählt weiter: „Die praktischen Auswirkungen der Brain-Gym®-Übungen waren für mich erstaunlich. Die Tatsache, daß Brain-Gym® eine solche Kraft als „Heilmittel“ hat, wurde für mich absolut lebendig. Die Ergebnisse meiner Arbeit veränderten mein Verständnis von den Koordinationsprozessen, die zwischen dem Körper und dem Bewußtsein, zwischen der Bewegung und der geistigen Entwicklung stattfinden, vollständig. Diese Ergebnisse veranlaßten, daß ich mich mehr zu einer körperorientierten Einstellung in der Psychologie näherte, einer Einstellung, von der ich jetzt sicher bin, daß sie erfolgreich sein wird, sofern sie auf dem Prozeß der Edu-Kinestetik basiert.“

**Aus der Schweiz:**

Verschiedene Schweizer Krankenkassen übernehmen bis 90% der Kosten für kinesiologische Sitzungen, wenn der Versicherte eine Zusatzversicherung für natürliche Heilmethoden/Alternativmedizin abgeschlossen hat und der Kinesiologie eine angemessene Ausbildung hat. Meistens werden vom Kinesiologen ca. 500 Seminarstunden erwartet und die Erfüllung der Kriterien des Schweizerischen Berufsverbandes der Kinesiologen, die auch denen der Deutschen Gesellschaft für Angewandte Kinesiologie, der DGAK<sup>16</sup>, entsprechen.

Vom 14. bis 18. Oktober 1997 fand in der Schweiz die 4. Internationale Kinesiologie-Konferenz an der Universität Zürich statt. Sie wurde unterstützt von: Professor Reinhard Saller, Ordinarius für Naturheilkunde der Universität Zürich, Regierungsrätin Verena Diener, der Vorsteherin des Gesundheitsdepartements des Kantons Zürich, und Professor Ambros Uchtenhagen, vom Institut für Suchtforschung in Zürich.

Dies sind nur einige Beispiele aus der Fülle der wissenschaftlichen Informationen.<sup>17</sup>

**Schlußwort und Ausblick:**

In den USA und Rußland, in Afrika und Indien, in Japan, Australien und Europa – in allen Kontinenten wird Kinesiologie, wie z.B. Brain-Gym®, gelehrt und angewendet, unabhängig von der religiösen, politischen oder sozialen Einstellung.

Ich bin der Überzeugung, daß Kinesiologie und speziell das kinesiologische Muskeltesten in wenigen Jahren eine ganz selbstverständliche Technik zum Wohle der Menschen sein wird.

Kinesiologie ist eine wertvolle Methode. Sie ist kein Allheilmittel, und auch sie kann nicht allein und isoliert Lernstörungen und Probleme lösen, die z.B. durch schwierige familiäre oder schulische Situationen entstanden sind. Hier ist die Zusammenarbeit mit anderen Fachleuten wünschenswert und wichtig.

Was nun Kinesiologie ist, ob medizinisch, therapeutisch, pädagogisch, lernpsychologisch, bewegungspädagogisch, seelsorgeisch, erzieherisch usw., und wie sie angewandt wird, hängt immer von der Person, die damit arbeitet, und deren Zielsetzung ab.

*Kinesiologie gibt Kindern und Erwachsenen die berechnete Hoffnung wieder, daß sie ihre Ziele erreichen können – vor allem aber, daß sie wieder Freude am Leben und Freude am Lernen gewinnen können.*

*Auch mit Kinesiologie sind keine Wunder zu erwarten, aber wundern Sie sich nicht, wenn manchmal erstaunliche Veränderungen geschehen. Die schönste Veränderung ist für mich, wenn ein Mensch wieder lachen kann.*

**Literaturhinweise**

1. Andrews, Elizabeth, 1993: Muskel Coaching, Freiburg
2. Dennison, Paul, 1989: Befreite Bahnen, Freiburg
3. Dennison, Paul, 1995: Brain-Gym®-Lehrerhandbuch, Freiburg
4. Doman, Glenn, 1980: Was können Sie für ihr himmverletztes Kind tun?, Freiburg
5. Ehrke, Heidemarie R., 1999: Schule für neues Lernen; Bewegungspädagogik und Kinesiologie, Wimsheim
6. Ehrke, Heidemarie R., 1999: Fachzeitschrift: Kinesiologie-Aktuell, Wimsheim
7. Gast, Anna E., 1994: Angewandte Kinesiologie: Eine Doppelblindstudie zur Bewertung der Muskel-Meridian-Beziehung. Krankengymnastik Nr. 8, München
8. Krebs, Charles, und McCrossin, S., 1994: L.E.A.P. Learning Enhancement Advanced Program, Melbourne
9. La Tourelle, Maggie, 1992: Was ist Angewandte Kinesiologie?, Freiburg
10. Lesch, Matthias, 1995: Kinesiologie. Aus dem Streß in die Balance, München
11. Masgutova, Svetlana, 1995: Brain-Gym®-Journal Nr. 1/95, Ventura/California
12. Meister-Vitale, Barbara, 1993: Lernen kann phantastisch sein, Bremen

13. Ormstein, Robert, 1995: Das Gehirn, Schlüssel zur Gesundheit, Freiburg

14. Ormstein, Robert, 1996: Evolution des Bewußtseins, Freiburg

15. Ormstein, Robert, 1986: Unser Gehirn: das lebendige Labyrinth, Reinbek

16. Owen, Charles, 1980, American Academy of Osteopathy, 4. Nachdruck

17. Thie, John F., 1995: Gesund durch Berühren, München

18. Topping, Wayne, 1993: Stress Release, Freiburg

19. Vester, Frederic, 1996: Denken, Lernen, Vergessen, München

20. Vester, Frederic, 1993: Phänomen Streß, München

**Anmerkungen**

<sup>1</sup> Lit.-Verz. Nr. 5

<sup>2</sup> Lit.-Verz. Nr. 5, 9, 10

<sup>3</sup> Lit.-Verz. Nr. 9

<sup>4</sup> Lit.-Verz. Nr. 1 und 5

<sup>5</sup> Lit.-Verz. Nr. 10

<sup>6</sup> Nachzulesen in dem Klassiker: „An endocrine Interpretation of Chapman's Reflexes“ von Charles Owen.

<sup>7</sup> Lit.-Verz. Nr. 5

<sup>8</sup> Lit.-Verz. Nr. 7

<sup>9</sup> Lit.-Verz. Nr. 5

<sup>10</sup> Edu-K oder EK ist die Abkürzung von Educational Kinesiologie, der Pädagogischen Kinesiologie – Fachrichtung von Dr. Paul Dennison. Oft wird sie auch Edu-Kinestetik oder Edu-Kinästhetik genannt.

<sup>11</sup> Brain-Gym oder Gehirngymnastik nennt Dr. Dennison die Übungen, die er in seiner Educational Kinesiologie (in EK oder Edu-K) entwickelt hat, um das Gehirn wieder zu aktivieren und Streßblockaden ganzheitlich zu lösen.

<sup>12</sup> Lit.-Verz. Nr. 3 und 5

<sup>13</sup> EK ist die Abkürzung von Edu-K, was von Educational Kinesiologie kommt, der Pädagogischen Kinesiologie – Fachrichtung von Dr. Paul Dennison. Oft wird sie auch Edu-Kinestetik genannt.

<sup>14</sup> PACE (engl.) bedeutet übertragen: Das Tempo bestimmen. Mit PACE meint Dennison, daß jeder Mensch sein ganz persönliches und ihm angemessenes Lerntempo hat. Dadurch wird ein entspannter Zustand für die Lernbereitschaft erreicht.

<sup>15</sup> Brain-Gym oder Gehirngymnastik nennt Dr. Dennison die Übungen, die er in seiner Educational Kinesiologie (in EK oder Edu-K) entwickelt hat, um das Gehirn wieder zu aktivieren und Streßblockaden ganzheitlich zu lösen.

<sup>16</sup> DGAK, Deutsche Gesellschaft für Angewandte Kinesiologie, Dietersbacher Straße 22, 79199 Kirchzarten, Telefon 076 61-98 07 56

<sup>17</sup> Lit.-Verz. Nr. 5

<sup>18</sup> s. Lit.: Krebs, Charles, und Brown, Jenny 1998: Lernsprünge, Kirchzarten bei Freiburg (s. Vita).

<sup>19</sup> s. Lit.: Psyhyrebel, 1998: Wörterbuch Naturheilkunde, Berlin; „Edu-Kinästhetik: Weiterentwicklung der angewandten Kinesiologie in Richtung einer Bewegungspädagogik; geistige und körperliche Übungsprogramme sollen u.a. zur Balance beider Gehirnhälften führen und damit auch intellektuelle Fähigkeiten positiv beeinflussen. Wissenschaftlich umstrittenes Verfahren; fehlender Wirksamkeitsnachweis.“