

Hellwach, mit voller Energie - Stress besiegen durch Angewandte Kinesiologie

„Wenn Du es eilig hast, dann gehe langsam Du erreichst um so mehr, je weniger du dich anstrengst.“ „Entschleunigung“ - das sind Schlagworte unserer Zeit, die dem heutigen Menschen oft das Äußerste abverlangt.

Seit den 70er Jahren hat sich das vermehrt Bedürfnis entwickelt, mehr darüber zu wissen, wer wir wirklich sind und warum wir so geworden sind wie wir sind. Die unterschiedlichsten, in diesen Jahren entstandenen Therapieangebote - eigentlich war und ist für jeden etwas dabei – sollen/wollen uns „auf den Weg“ bringen. Diese spannenden Entdeckungsreisen haben nicht nur zum Erfolg geführt, was auch eine Überforderung wäre, da die Anforderungen an unser Selbstkonzept und Lebensstrategien überproportional zu unserem Erkenntnisprozess zugenommen haben. Einige Stichworte: Globalisierung, rapide wachsende Scheidungsraten, Sinnentleerung und, sehr aktuell, Gewalt, Missbrauch, Essstörungen. In diesem komplexen Geschehen scheint nichts so richtig zu greifen.

Wir beginnen erst allmählich, die ganze Tragweite und Möglichkeiten unserer Ganzheitlichkeit zu realisieren. Wie immer helfen da auch Katastrophen, gleich welcher Art, nach. Dann stellen wir plötzlich fest, dass wir nicht nur auf unser eigenes System bezogen sind, sondern auch auf die ganze Welt und damit auf die ganzen Menschengeschichten.

Lösungen müssen einfach, schnell und effektiv sein

Unserer vielschichtigen Ganzheit konnten und können zahlreiche Therapieansätze nicht gerecht werden, weil ihnen oft die Mehrdimensionalität fehlt. Der gesunde, moderne Mensch mit seinen „modernen“ Problemen braucht ungewöhnliche Lösungen auf ungewöhnlichen Lösungswegen. Für diesen modernen Menschen, der sich in einer sich immer schneller wandelnden Welt bewegt, müssen die Lösungswege einfach, schnell und effektiv sein, eben wie die Angewandte Kinesiologie es ist.

Die enorme Weiterentwicklung auf dem Gebiet der Gehirnforschung hat uns bahnbrechende Erkenntnisse darüber gebracht, wie wir Menschen organisiert sind, wie wir funktionieren und welche unschätzbaren Möglichkeiten wir einfach brach liegen lassen. Wir nutzen derzeit nur einen Bruchteil unserer tatsächlichen Potenziale. Doch glücklicherweise sucht der Mensch nach wie vor nach dem Sinn seines Lebens und er sucht nach seinem genetischen Bauplan. Zum Vorschein kommt jetzt ein starker, von innen angetriebener Gestaltungswille in Verbindung mit einer, wie wir jetzt wissen, großen Gestaltungsfreiheit.

Die Methoden der Angewandten Kinesiologie beinhalten Elemente aus verschiedenen Lehren

Die Angewandte Kinesiologie ist ein komplexes Methodenset. Es werden neueste Erkenntnisse der neurobiologischen Forschung mit dem uralten Wissen der traditionellen chinesischen Medizin mit ihrer Elemente- und Meridianlehre und anderen verknüpft. Ferner gibt es Verknüpfungen mit der Chakren- und Farbenlehre, mit dem energetischen Wissen von Pflanzen, Blüten und Edelsteinen, mit der tiefen Wirkung von Symbolen und den genetischen Bedingtheiten, die sich durch Familienregeln, -traditionen oder -gesetzen entwickelt haben. Damit werden während einer kinesiologischen Balance umfangreiche Informationen zusammengetragen, die dann eine nachhaltige Stressablösung gewährleisten.

Das Handwerkszeug, mit dem diese Möglichkeiten für ein leichteres, gegenwärtigeres Leben ausgeschöpft werden, ist das Muskeltesten. Als Biofeedback-Methode, die Nachprüfbarkeit erlaubt, könnte es mit jedem Muskel vorgenommen werden, denn für jeden Muskel gelten die selben biologischen Gesetze.

Stressoren durch Muskeltest erkennen

Wir arbeiten vorzugsweise mit den Armmuskeln. Das Muskeltesten als Biofeedback des Körpers erlaubt, aktuelle, alte bis sehr alte Stressoren im Körper aufzudecken oder zu lokalisieren. Solche Stressoren vielfältig. Hier einige Beispiele: einseitig-negativ bewertete Erfahrungen, ungünstige Verhaltensweisen, Allergien, stoffliche bzw. nicht-stoffliche Suchtmittel, Gewalterfahrungen u.ä.. Zu den größten Stressoren gehören die Annahmen über unsere Person, die wir während des Aufwachsens übernommen haben. Diese Annahmen sind in einem bestimmten Gehirnareal abgespeichert und machen uns verwundbar. Freud nannte das „Über-Ich“, wir nennen es heute Glaubenssätze.

In einer gut aufgebauten kinesiologischen Sitzung, einem klar umrissenen Thema unter Berücksichtigung des Ursachenalters, ist es möglich, eine nachhaltig positive Veränderung zu bewirken. Diese positiven Veränderungen werden wiederum durch Muskeltesten ganzheitlich verankert. Sie stehen von jetzt an als Wahlmöglichkeit zur Verfügung.

Angewandte Kinesiologie bei Schulproblemen

Bei Schulproblemen mit unklaren Leistungsstörungen oder Funktionsausfall aufgrund von Stress, ist die Angewandte Kinesiologie eine bewährte Vorgehensweise, weil auch hier die Störungen von der Ursache her beseitigt werden.

Jeder Mensch trägt den „Stein des Weisen“ in sich und wenn er die Zugangswege zu öffnen lernt, wird er ihn auch finden. Deshalb machen der Klient und die Klientin die Vorgaben und der Berater folgt ihm mit seinem Wissen und Können, damit er/sie sein Ziel erreichen kann. Übersetzt heißt das, die Kontrolle bleibt beim Klienten, er seine innere Autonomie und erweitert sie ständig. Dadurch fühlt sich die Klienten nach jeder Sitzung wacher und freier. Auf leichte, schnelle und sehr effektive Weise nimmt die Handlungsfreiheit und Entscheidungskompetenz zu.

Krisen auf solide Art und Weise meistern

Durch die aufbauende Stressablosungen wachsen eine neuartige innere Zufriedenheit und echte Leistungsfähigkeit ungewohnt zügig an. Auf diese Weise lassen sich persönliche, berufliche und familiäre Krisen auf solide Art und Weise meistern.

Die Begründer und Entwickler von Three In One Concepts® GordonStokes/DanielWhiteside:

"Wir möchten, dass sich jeder jederzeit seine eigene Wirklichkeit erschaffen kann. Jede Person soll wissen, dass sie die Macht hat, das zu erschaffen, was sie im Leben erreichen will. Und jede Person soll wissen, dass sie immer eine Wahl hat, auch wenn die Situation im Moment ausweglos scheint. Mit Hilfe von Three In One Concepts®, sollen Sicherheit und Selbstvertrauen gestärkt werden, um diese Wahlmöglichkeiten in die Realität um zu setzen."

Viktoria Hammon Praxis für Kinesiologie & Mediation
Consultant & Instructor nach Three In One Concepts®
www.kinesiologie.viktoriamhammon.de
vh@viktoriamhammon.de

Hellwach, mit voller Energie - Stress besiegen durch Angewandte Kinesiologie

„Wenn Du es eilig hast, dann gehe langsam Du erreichst um so mehr, je weniger du dich anstrengst.“ „Entschleunigung“ - das sind Schlagworte unserer Zeit, die dem heutigen Menschen oft das Äußerste abverlangt.

Seit den 70er Jahren hat sich das vermehrt Bedürfnis entwickelt, mehr darüber zu wissen, wer wir wirklich sind und warum wir so geworden sind wie wir sind. Die unterschiedlichsten, in diesen Jahren entstandenen Therapieangebote - eigentlich war und ist für jeden etwas dabei – sollen/wollen uns „auf den Weg“ bringen. Diese spannenden Entdeckungsreisen haben nicht nur zum Erfolg geführt, was auch eine Überforderung wäre, da die Anforderungen an unser Selbstkonzept und Lebensstrategien überproportional zu unserem Erkenntnisprozess zugenommen haben. Einige Stichworte: Globalisierung, rapide wachsende Scheidungsraten, Sinnentleerung und, sehr aktuell, Gewalt, Missbrauch, Essstörungen. In diesem komplexen Geschehen scheint nichts so richtig zu greifen.

Wir beginnen erst allmählich, die ganze Tragweite und Möglichkeiten unserer Ganzheitlichkeit zu realisieren. Wie immer helfen da auch Katastrophen, gleich welcher Art, nach. Dann stellen wir plötzlich fest, dass wir nicht nur auf unser eigenes System bezogen sind, sondern auch auf die ganze Welt und damit auf die ganzen Menschengeschichten.

Lösungen müssen einfach, schnell und effektiv sein

Unserer vielschichtigen Ganzheit konnten und können zahlreiche Therapieansätze nicht gerecht werden, weil ihnen oft die Mehrdimensionalität fehlt. Der gesunde, moderne Mensch mit seinen „modernen“ Problemen braucht ungewöhnliche Lösungen auf ungewöhnlichen Lösungswegen. Für diesen modernen Menschen, der sich in einer sich immer schneller wandelnden Welt bewegt, müssen die Lösungswege einfach, schnell und effektiv sein, eben wie die Angewandte Kinesiologie es ist.

Die enorme Weiterentwicklung auf dem Gebiet der Gehirnforschung hat uns bahnbrechende Erkenntnisse darüber gebracht, wie wir Menschen organisiert sind, wie wir funktionieren und welche unschätzbaren Möglichkeiten wir einfach brach liegen lassen. Wir nutzen derzeit nur einen Bruchteil unserer tatsächlichen Potenziale. Doch glücklicherweise sucht der Mensch nach wie vor nach dem Sinn seines Lebens und er sucht nach seinem genetischen Bauplan. Zum Vorschein kommt jetzt ein starker, von innen angetriebener Gestaltungswille in Verbindung mit einer, wie wir jetzt wissen, großen Gestaltungsfreiheit.

Die Methoden der Angewandten Kinesiologie beinhalten Elemente aus verschiedenen Lehren

Die Angewandte Kinesiologie ist ein komplexes Methodenset. Es werden neueste Erkenntnisse der neurobiologischen Forschung mit dem uralten Wissen der traditionellen chinesischen Medizin mit ihrer Elemente- und Meridianlehre und anderen verknüpft. Ferner gibt es Verknüpfungen mit der Chakren- und Farbenlehre, mit dem energetischen Wissen von Pflanzen, Blüten und Edelsteinen, mit der tiefen Wirkung von Symbolen und den genetischen Bedingtheiten, die sich durch Familienregeln, -traditionen oder -gesetzen entwickelt haben. Damit werden während einer kinesiologischen Balance umfangreiche Informationen zusammengetragen, die dann eine nachhaltige Stressablösung gewährleisten.

Das Handwerkzeug, mit dem diese Möglichkeiten für ein leichteres, gegenwärtigeres Leben ausgeschöpft werden, ist das Muskeltesten. Als Biofeedback-Methode, die Nachprüfbarkeit erlaubt, könnte es mit jedem Muskel vorgenommen werden, denn für jeden Muskel gelten die selben biologischen Gesetze.

Stressoren durch Muskeltest erkennen

Wir arbeiten vorzugsweise mit den Armmuskeln. Das Muskeltesten als Biofeedback des Körpers erlaubt, aktuelle, alte bis sehr alte Stressoren im Körper aufzudecken oder zu lokalisieren. Solche Stressoren vielfältig. Hier einige Beispiele: einseitig-negativ bewertete Erfahrungen, ungünstige Verhaltensweisen, Allergien, stoffliche bzw. nicht-stoffliche Suchtmittel, Gewalterfahrungen u.ä.. Zu den größten Stressoren gehören die Annahmen über unsere Person, die wir während des Aufwachsens übernommen haben. Diese Annahmen sind in einem bestimmten Gehirnareal abgespeichert und machen uns verwundbar. Freud nannte das „Über-Ich“, wir nennen es heute Glaubenssätze.

In einer gut aufgebauten kinesiologischen Sitzung, einem klar umrissenen Thema unter Berücksichtigung des Ursachenalters, ist es möglich, eine nachhaltig positive Veränderung zu bewirken. Diese positiven Veränderungen werden wiederum durch Muskeltesten ganzheitlich verankert. Sie stehen von jetzt an als Wahlmöglichkeit zur Verfügung.

Angewandte Kinesiologie bei Schulproblemen

Bei Schulproblemen mit unklaren Leistungsstörungen oder Funktionsausfall aufgrund von Stress, ist die Angewandte Kinesiologie eine bewährte Vorgehensweise, weil auch hier die Störungen von der Ursache her beseitigt werden.

Jeder Mensch trägt den „Stein des Weisen“ in sich und wenn er die Zugangswege zu öffnen lernt, wird er ihn

auch finden. Deshalb machen der Klient und die Klientin die Vorgaben und der Berater folgt ihm mit seinem Wissen und Können, damit er/sie sein Ziel erreichen kann. Übersetzt heißt das, die Kontrolle bleibt beim Klienten, er seine innere Autonomie und erweitert sie ständig. Dadurch fühlt sich die Klienten nach jeder Sitzung wacher und freier. Auf leichte, schnelle und sehr effektive Weise nimmt die Handlungsfreiheit und Entscheidungskompetenz zu.

Krisen auf solide Art und Weise meistern

Durch die aufbauende Stressabläsungen wachsen eine neuartige innere Zufriedenheit und echte Leistungsfähigkeit ungewohnt zügig an. Auf diese Weise lassen sich persönliche, berufliche und familiäre Krisen auf solide Art und Weise meistern.

*Viktoria Hammon Praxis für Kinesiologie & Mediation
Consultant & Instructor nach Three In One Concepts®*

www.kinesiologie.viktoriamhammon.de

vh@viktoriamhammon.de

Tel.: 02131.52 52 748

Die Begründer und Entwickler von Three In One Concepts® GordonStokes/DanielWhiteside:

"Wir möchten, dass sich jeder jederzeit seine eigene Wirklichkeit erschaffen kann. Jede Person soll wissen, dass sie die Macht hat, das zu erschaffen, was sie im Leben erreichen will. Und jede Person soll wissen, dass sie immer eine Wahl hat, auch wenn die Situation im Moment ausweglos scheint. Mit Hilfe von Three In One Concepts®, sollen Sicherheit und Selbstvertrauen gestärkt werden, um diese Wahlmöglichkeiten in die Realität um zu setzen."