

**Hans Barth**

# **Kinesiologie.**

**Was ist das?**

---

Cabinet de Kinésiologie  
Gd' Rue 16  
CH-1700 Fribourg  
hansbarth@bluewin.ch

## **Inhalt**

Das Wort ....

und was es bezeichnet.

Die Theorie dahinter.

Der Muskeltest.

Die kinesiologische Sitzung.

Anwendung: wann und wofür?

AnwenderInnen und ihre Ausbildung.

Wie finde ich gute KinesiologInnen?

Belege für die Wirksamkeit.

Grenzen und Risiken.

(Selbst-) Kritik.

Literatur.

Adressen.

## KINESIOLOGIE, was ist das?

### Das Wort ...

Das Wort “**Kinesiologie**” ist eine Neuschöpfung, in dem zwei altgriechische Wörter kombiniert werden: kinesis (κίνησις = Bewegung) und logos (λόγος = das systematische Studium, die Lehre). Kinesiologie bedeutet also: das systematische oder wissenschaftliche Studium der Bewegung oder auch die Lehre von der Bewegung.

### und was es bezeichnet.

**Sportwissenschaftliche Kinesiologie:** sie wurde als wissenschaftliches Studium der menschlichen Bewegung seit Ende des 19. Jahrhunderts in den USA entwickelt und ist heute Universitätsfach.

**Medizinische Kinesiologie:** eine chiropraktische Zusatzmethode (auch *Applied Kinesiology* genannt), die ausschliesslich medizinischen Berufen mit staatlicher Diagnoseerlaubnis vorbehalten ist. Entwickelt wurde sie ab 1964 von dem amerikanischen Chiropraktor *George Goodheart, DC*. Grundgedanke: über Muskeltests lassen sich beim Patienten funktionelle Störungen und entsprechende therapeutische Massnahmen finden. Allerdings nur dann, wenn der Muskeltest als **Ergänzung** zu allen nötigen medizinischen, auch labormedizinischen Tests eingesetzt wird.

**Nicht-Medizinische Kinesiologie :** Der Goodheart-Schüler *John F. Thie, DC*, stellte 1973 eine nicht-medizinische Kinesiologie vor unter dem Namen: «*Touch for Health*». Diese Methode setzt das kinesiologische Muskeltesten nicht-medizinisch ein: als Stressindikator, z.B. im Zusammenhang mit gesundheitlichen Beschwerden. Die von John F. Thie, DC, begründete klassische nicht-medizinische Kinesiologie wurde in den letzten Jahrzehnten zur heute weltweit bekannten professionellen kinesiologischen Gesundheitsförderung erweitert. Sie empfiehlt sich für Menschen, die unter Gesundheitsproblemen (mit oder ohne Krankheitsdiagnose) leiden. Bei intakter Gesundheit wird diese Kinesiologie präventiv eingesetzt.

### Die Theorie dahinter.

Die Theorie der nicht-medizinischen Kinesiologie verbindet die moderne medizinisch-psychologische *Stress-Theorie* und das Prinzip der *Selbst-Regulation (Selbstheilungskräfte)* mit Teilen der altchinesischen *Energielehre* (Meridian- und 5-Elemente-Lehre) und solchen der modernen *Reflexologie* (Chapman, Bennett).

Die Kinesiologie geht davon aus, dass gesundheitliche Beeinträchtigungen begleitet (d.h. bisweilen verlängert, verschlimmert oder in besonderen Fällen auch verursacht) werden von Stressoren und energetischen Ungleichgewichten. Die Natur solcher Ungleichgewichte kann **strukturell** sein (z.B. muskuläre Probleme), aber auch **ökologisch** (z.B. belastende soziale Kontakte), oder **emotional** (z.B. unverarbeitete Gefühle und Ereignisse) oder auch **energetisch** (z.B. Meridian-Störungen).

## Der Muskeltest.

Das kinesiologische *Muskeltesten* ist – neben der *Selbstbeobachtung* - ein wichtiges Arbeitsinstrument und dient zum Auffinden von Stressoren und möglichen Wegen zu Stressbefreiung und Energieausgleich. Der Muskeltest gibt ausschliesslich Hinweise auf die *subjektive Befindlichkeit* (z.B. "ich fühle mich abgelehnt"), nicht aber auf objektive Tatsächlichkeit (z.B. "ich werde abgelehnt").

**Deshalb hat der Muskeltest eine sehr begrenzte Aussagekraft und informiert nie darüber, ob etwas geschehen ist oder nicht, ob eine Krankheit vorliegt oder nicht, welche Medikamente genommen werden sollen oder nicht, welche Entscheidungen getroffen werden sollen oder nicht.**

Das Muskeltesten erfolgt in *fünf Phasen*: 1. *Gespräch/Thema*: (die KlientInnen werden mit einem möglichen Stressor konfrontiert; einem Wort, einer Erinnerung, einem Thema, einem Geruch, einem Geschmack, etc.). 2. *Testung*: über leichten Zug auf einen Muskel wird festgestellt, ob die Konfrontation mit dem Gespräch/Thema eine Muskel-Dysfunktion hervorruft. Wenn Ja, folgt 3. die *Interpretation*: die KlientInnen erarbeiten mit Begleitung der KinesiologInnen die Bedeutung der Stressreaktion. 4. *Ausgleich*: mit Ausgleichstechniken wird eine Stressbefreiung und Energieregulation angestrebt. 5. *Überprüfung*: eine erneute Konfrontation mit der Anfangs-Situation und Testung geben Aufschluss über den Erfolg.

**Ursprünglich wurde der Muskeltest nicht im Zusammenhang mit Fragen eingesetzt.** Eine befriedigende Erklärung und Methodologie dieses Frage-Test-Verfahrens (der Tester stellt verbal eine Frage und testet die Muskelreaktion) steht bis heute aus. Die gängige Interpretation: hält der Muskel, so entspricht das einem "Ja" zur gestellten Frage. Hält der Muskel nicht, so bedeutet das ein "Nein". **Dieses Ja-Nein-Testen öffnet Tür und Tor für so ziemlich jeden Missbrauch, wie man sich leicht vorstellen kann. Kombiniert mit der völlig abwegigen Vorstellung, der Körper lüge nicht, kann dann auf jede denkbare Frage eine unfehlbare Ja- oder Nein-Antwort getestet werden.** Und der Unsinn ist komplett.

Wird hingegen eine Frage wie jede andere Konfrontation (s. oben) getestet, dann zeigt ein nachgebender Muskel nichts anderes als Stress an. Die Frage-Inhalt „stresst“. Dieser Stress sollte dann verstanden und reduziert werden – im Gespräch mit den jeweiligen KlientInnen.

## Die kinesiologische Sitzung.

*Dauer*: Eine kinesiologische Sitzung dauert in der Regel 1 bis 1,5 Std.

*Ablauf*: In einem Gespräch werden Beschwerden und die erstrebte realistische Verbesserung geklärt. Bei der Abklärung derjenigen Stressoren und energetischen Ungleichgewichte, die mit den Beschwerden einhergehen (sie fördern, erhalten, verschlimmern) wird das Muskeltesten eingesetzt. Es folgt eine Phase der Stressbefreiung und Energie-Regulation. Dabei können z.B. Reflexzonen, Meridiane und Akupressurpunkte massiert und berührt werden. Aber auch Bewegungsübungen, Visualisationen und Bewusstseinsarbeit kommen zum Einsatz. In der Regel setzen die Klientinnen die in der Sitzung begonnene Arbeit zuhause selbständig fort.

*Anzahl*: Art und Umfang der Beschwerden sind entscheidend für die Anzahl der nötigen Sitzungen. Meist liegt sie zwischen 8 und 15 Sitzungen.

*Häufigkeit*: Die Sitzungen werden meist im Abstand von 1 bis 4 Wochen angesetzt.

## **Anwendung: wann und wofür?**

Als *Komplementär-Begleitung/Therapie*: Kinesiologie empfiehlt sich bei allen *gesundheitlichen Störungen* als komplementäre Massnahme zur Erlangung eines besseren körperlichen, emotionalen und mentalen Gleichgewichts. Ziel ist die *Förderung der Heilungsprozesse*.

Kinesiologie empfiehlt sich darüber hinaus bei allen *Lern- und Verhaltensproblemen* als – oft komplementäre - Stressbefreiung und Energieregulation. Ziel ist die *Förderung von Verhaltensänderungen*.

**Kinesiologie ersetzt in keinem Falle eine medizinische Krankheitsbehandlung oder Psychotherapie.**

Als *Prävention*: wer seine Gesundheit erhalten möchte, z.B. unter momentanen besonderen Belastungen, kann von einer kinesiologischen Begleitung profitieren.

## **AnwenderInnen und ihre Ausbildung.**

Professionelle KinesiologInnen haben eine Ausbildung von mindestens 500 Stunden (verteilt auf 3 Jahre) berufsbegleitend absolviert und danach eine Schulprüfung abgelegt.

Für die nur in der Schweiz mögliche Anerkennung durch Zusatzversicherungen der Krankenkassen werden von den Registrierstellen zusätzlich 350 bis 450 Stunden Anatomie, Physiologie, etc. verlangt.

## **Wie finde ich gute KinesiologInnen?**

In zwei Schritten.

**Erster Schritt:** *vermeiden* Sie unseriöse Angebote. Die erkennt man leicht – schon am Telefon - an unseriösen Versprechungen, wie z.B.: Kinesiologie könne Krankheiten behandeln; sei ganzheitlicher als andere Methoden; könne Ursachen finden und behandeln; könne zum Löschen (von Erinnerungen, Sabotageprogrammen, negativen Glaubenssätzen, Persönlichkeitsmerkmalen, etc. ) eingesetzt werden; könne frühere Leben austesten; könne feststellen, ob man Opfer von sexuellem Missbrauch geworden sei; etc.. Eine weitere Liste von unseriösen Versprechungen bezieht sich auf das Muskeltesten: der Körper antworte; das zelluläre Gedächtnis werde abgefragt; der Körper lüge nicht; etc..

**Hören oder lesen Sie diese oder ähnliche Ansichten, dann dürfen Sie davon ausgehen, bei Scharlatanen gelandet zu sein. Also: erst gar nicht hingehen.**

**Zweiter Schritt:** *wagen* Sie ein oder zwei Probesitzungen.

## **Belege für die Wirksamkeit.**

Solche Belege sind in der Zufriedenheit der zahlreichen KlientInnen zu finden. Einen wissenschaftlichen Wirkungsnachweis gibt es zur Zeit nicht.

## **Grenzen und Risiken.**

**Methodische Grenzen:** die Grenzen der Kinesiologie sind zunächst diejenigen der Methode selbst: sie ist auf Stressreduktion und Energieausgleich begrenzt.

Auf eine kinesiologische Begleitung sollte dann verzichtet werden, wenn das Thema/Ziel den Rahmen einer kinesiologischen Begleitung deutlich sprengt. Dies ist *inhaltlich* immer dann der Fall, wenn ärztliche oder psychotherapeutische Hilfe durch Kinesiologie ersetzt werden soll. *Zeitlich* wird der Rahmen dann gesprengt, wenn z.B. für das

Durcharbeiten eines Themas eine weit grössere Sitzungszahl nötig wäre, als zur Verfügung steht. Eine grosse Trauerarbeit in drei Sitzungen kinesiologisch 'erledigen' zu wollen, ist z.B. ein Verlangen, auf das KinesiologInnen nicht eingehen sollten.

**Persönliche Grenzen:** Zusätzliche Grenzen sind die der AnwenderInnen: ihrer Persönlichkeit und ihrer Ausbildung. Auch die KlientInnen, z.B. ihr Engagement im Prozess, ziehen Grenzen.

Auf eine kinesiologische Begleitung sollte verzichtet werden, wenn *KinesiologInnen* überfordert sind. Dies ist z.B. dann der Fall, wenn die nötige Distanz zu Thema und/oder KlientInnen-Persönlichkeit nicht gewahrt werden kann.

Auf eine kinesiologische Begleitung sollte auch dann verzichtet werden, wenn *KlientInnen* die Methode nicht nutzen können. Dies ist z.B. dann der Fall, wenn KlientInnen darauf beharren, "behandelt" zu werden und verlangen, ohne eigene Arbeit/Engagement "weitergebracht" zu werden. Oder auch, wenn KlientInnen selbst dann ärztlichen Rat nicht einholen wollen, wenn dieser unbedingt erforderlich ist (Beispiel: dauerhafte Schmerzen).

**Risiken** entstehen dann, wenn die Grenzen der Methode und des Muskeltestens nicht respektiert werden und z.B. Kinesiologie als – womöglich auch noch ausschliessliche - Krankheitsbehandlung angesehen wird.

### (Selbst-) Kritik.

Kritik an der Kinesiologie bezieht sich im Wesentlichen auf den leider weit verbreiteten *Missbrauch* der Kinesiologie:

- **Methoden-Wirrwarr.** Eines der grössten Ärgernisse in der nicht-medizinischen Kinesiologie ist ihre Aufsplitterung in voneinander getrennte Einzelsysteme (Konzepte), deren Zahl auf 200 bis 300 geschätzt wird. Dies macht die Kinesiologie für KlientInnen, aber auch für Behörden und Versicherer weitestgehend *undurchsichtig*. Wie kam es dazu? Vier Gründe:
  - *Personalisierung.* An der Spitze jedes dieser Einzelsysteme steht eine einzelne Person: der – mehr oder weniger allmächtige - Erfinder des Systems.
  - *Privatisierung.* Das System ist sein Privatbesitz: oft mit einem ® gekennzeichnet, mit dem allerdings nur der Name – nicht aber, wie immer wieder suggeriert oder sogar behauptet wird, der Inhalt - geschützt werden kann.
  - *Irrationalisierung.* Viele dieser Systeme enthalten soviel Irrationales und bisweilen Absurdes, dass andere ohnehin nicht bereit sind, das alles zu übernehmen. Solche Systeme richten sich dann auch eher an "Gläubige" und entwickeln bisweilen sektenartige Züge.
  - *Kommerzialisierung.* Diese Einzelsysteme sind zugleich kommerzielle Organisationen mit einer Hierarchie, Abgaben, Verträgen, Mitgliederbeiträgen, etc.. Kurz: es handelt sich auch um Geschäftsideen.

- **Pseudo-Medikalisierung:** diese Form der Scharlatanerie verkauft Kinesiologie als Methode zur Diagnose von Krankheiten und als deren Behandlung.
- **Esoterik:** eine Form der Scharlatanerie, in der alle möglichen Arten von Aberglauben und irrationalen Welt- und Persönlichkeitsbildern (Engellehren, Gesichtlesen, Handlesen, Astrologie, etc.) mit Muskeltesten verbunden werden.
- **Missbrauch des Muskeltestens:** z.B. als angebliches Mittel, um dem "Körper" ein angedichtetes Wissen über vergangene Ereignisse, frühere Leben, Krankheiten, Heilmethoden, richtige Entscheidungen, etc. zu entlocken.

### **Zahlt die Krankenkasse?**

*Grundversicherung:* nein.

*Zusatzversicherungen :* In der Schweiz können Zusatzversicherungen abgeschlossen werden zur teilweisen Rückerstattung kinesiologischer Leistungen.

## Literatur

Im Buchhandel finden Sie etwa 30 begeisterte Titel, die – ausser Information - meist viel Kritiklosigkeit bieten und insofern in die Sparte der Devotionalien gehören.

Eine kluge, distanzierte Darstellung finden Sie in einem Buch des Begründers der nicht-medizinischen Kinesiologie:

THIE, John F. & THIE, Matthew (2002) : Touch for Health in Aktion. VAK. Kirchzarten, 2003. Dort die Seiten 7-99.

Mit Gewinn – und Vorsicht - liest sich auch das Buch des nach John F. Thie wichtigsten Kinesiologie-Gründers:

DENNISON, Paul E. (2006) : Brain-Gym® - Mein Weg. Lernen mit Lust und Leichtigkeit. VAK. Kirchzarten, 2006.

(Das Original hat einen wesentlich abschreckenderen Titel: Brain Gym® and me. The birth of the world's most successful learning system.).

Siehe auch die klaren Aussagen der Kinesiologie-Begründer über den nicht-medizinischen Charakter der Kinesiologie:

THIE, John F. (2004) : Statement. [www.svnmk.ch](http://www.svnmk.ch) Dort unter: Ethik.

DENNISON, Paul & Gail (2004) : Educational Kinesiology and Wellness. [www.svnmk.ch](http://www.svnmk.ch) Dort unter: Ethik.

## Sekundär:

BARTH, Hans (1997) : Ethische Grundsätze für Kinesiologen. Institut für Kinesiologie. Fribourg, 1997.

- (2002) : Der ethisch-rechtliche Rahmen für ein Berufsbild der Kinesiologie. Institut für Kinesiologie. Fribourg, 2002.

- (2003) : Kritische Stimmen zu kinesiologischen Einzelsystemen. In : Kinesiologie-Forum, no. 26, Oktober 2003, p. 30

- (2004, 2005) : Die Sache mit dem Copyright. In: Co'Med 5/2005. Zu finden unter: <http://www.kinesiologie-verband.de/CoMed-Artikel/>

- (2004) : Zur Geschichte der Kinesiologie. [www.svnmk.ch](http://www.svnmk.ch)

- (2004) : Welches Modell und welche Terminologie für welche Kinesiologie? (Die Antwort der Kinesiologie-Gründer: Dr. George Goodheart, Dr. John F. & Matthew Thie und Dr. Paul dennison.) [www.svnmk.ch](http://www.svnmk.ch)

- (2007) : Zur Einordnung der alternativen Methoden in den Bereich der Gesundheitsförderung. [www.svnmk.ch](http://www.svnmk.ch)
- (2007) : Wird "Applied Kinesiology" an der Universität Potsdam unterrichtet?  
– Eine Richtigstellung. [www.svnmk.ch](http://www.svnmk.ch)
- (2007) : Stellungnahme zum "Struktur-Funktions-Konzept" in der Kinesiologie von Gordon Stokes & Daniel Whiteside : "Three-in-One-Concepts"; Andrew Verity : "Educating Alternatives – Neuro Training"; Coby Schasfoort : ""Lebensblindheit", "Wortblindheit", etc.. [www.svnmk.ch](http://www.svnmk.ch)
- (2008) : "3in1 Concepts": Kritik unerwünscht. Eine Stellungnahme und ein Briefwechsel. [www.svnmk.ch](http://www.svnmk.ch)
- (2008) : Brain Gym® verbreitet Pseudowissenschaft, sagen britische Wissenschaftler. [www.svnmk.ch](http://www.svnmk.ch)

FEDERSPIEL, Christa & HERBST, Vera & ERNST, Edzard (Schlussgutachter) (2005) : Die andere Medizin. "Alternative" Heilmethoden für Sie bewertet. Stiftung Warentest in Zusammenarbeit mit dem Verein für Konsumenteninformation, Oesterreich. (333 Seiten)

#### **Adressen:**

Der wohl einzige kritische Berufsverband für KinesiologInnen:

SVNMK/ASKNM: Schweizerischer Verband Nicht-Medizinische Kinesiologie,  
Bottmingerstr. 75, CH-4104 Oberwil, Tel. 0041 61 722 02 22, Fax 0041 61 722 01 45,  
Email: [info@svnmk.ch](mailto:info@svnmk.ch), Homepage. [www.svnmk.ch](http://www.svnmk.ch)