



Repetition och sammanfattning av de begrepp och tekniker vi använder för att kunna testa och balansera klienten vid behandlingstillfälle

Nedanstående text är en sammanfattning av tekniker du använder i en kinesiologibehandling. För djupare enskild text kring nedanstående tekniker så titta tillbaks i materialet du fick i Introduktionskursens kompendium samt gå in i kurslitteraturen.

- Förbehandling/centrering
- Tonusförändring
- Indikatormuskel
- Terapilokalisering
- Pauslåsning
- Fingerkoder

Balanseringstekniker

- Muskelspolar
- Golgi senorgan
- Neurolymfatiska reflexer, inklusive tabeller
- Neurovaskulära reflexer, inklusive tabeller
- Näring
- Emotioner
- Energi, start-slutpunkt på meridian
- Homeopatmedel
- Zonpunkter
- Akupressur och massage



Mia Dalle Näf kommer guida dig igenom de teoretiska delarna inom den strukturella modulen.

En hel del praktiska övningar kommer levandegöra teorin.



Förbehandling/centrering

Eftersom manuell muskeltestning är en subtil teknik där vi känner responsen från samarbetet mellan muskel och nervsystem så är det viktigt att rensa bort så många störningsmoment som möjligt. Be klienten dricka vatten, var så neutral som möjligt, ta av smycken (även från dig själv) och försök skapa en lugn stämning i rummet. Det kan också vara bra att göra en förbehandling eller centrering för att lugna ner nervsystemet och få så rättvisa "muskelsvar" som möjligt.

Under introduktionskursen fick du lära dig ett effektivt sätt att lugna nervsystemet: *ESR* (emotional stress release), dvs neurovaskulära punkterna för PMC (i pannan): håll en hand i pannan och den andra över mellangärdet.

Vi kommer framöver visa dig två ytterligare centreringstekniker: *cloacals* och *gait**

* se i referensdel: bild på Gaitpunkter

Tonusförändring

Det vi hela tiden letar efter som kinesiologer är tonusförändringen. Dvs. en muskel går från svag till stark, eller från stark till svag, den *växlar tonus*.

Indikatormuskel

En indikatormuskel är en muskel vi använder när vi vill ha en enkel test av muskel som speglar hela kroppen – eller det vi låst in. Det är naturligtvis mycket viktigt att denna muskel är *HELT i balans* och inte har några strukturella obalanser. Därför kontrollerar vi alltid den muskel som vi valt att använda som indikatormuskel noggrant. Vi testar den och ser att den är stark, om inte behöver vi stärka den med hjälp av olika balanseringstekniker (se separat stycke). Därefter måste vi undersöka att muskeln inte är överfaciliterad ("överstark") och det gör vi genom att se om den kan inhiberas (försvagas/"stängas av") med hjälp av någon inhiberande teknik (se separat stycke).

Eftersom det är tonusförändringen som vi hela tiden letar efter så kommer ju tonusen hela tiden att växla från stark till svag till svag till stark etc. Eftersom det blir jobbigt att hålla reda på var man är så brukar vi alltid "ta ner muskeln" till svag. Det gör vi genom att dra ihop muskelspolarna i muskelbuken på indikatormuskeln.



Terapilokalisering

När vi håller på en punkt samtidigt som vi testar en muskel, så kan man säga att vi frågar kroppen om den vill ha behandling här, om det finns en obalans här. Om muskeln ändrar tonus (från stark till svag eller från svag till stark) så har vi fått ett ja-svar.

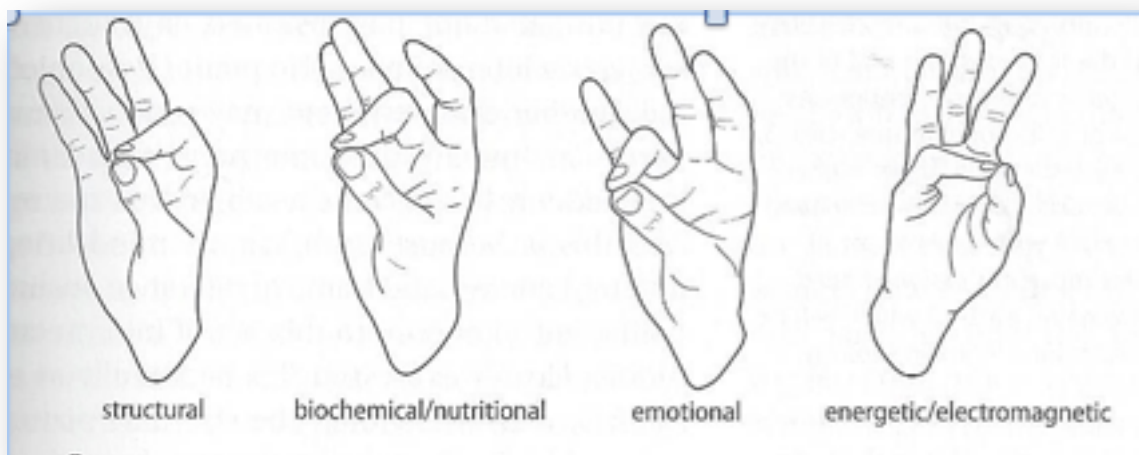
Pauslåsning

Med den här **tekniken*** kan vi få kroppen att fokusera på ett specifikt problem och/eller samla en mängd information som är relaterad till problemet (t.ex. emotionellt). Ofta börjar vi en behandling med att låsa in det som ska behandlas. Det kan vara svaga muskler, en rörelse som smärtar, en punkt som smärtar, en tanke, en känsla, en allergen etc.

* se praktik pauslåsning

Fingerkoder

Med hjälp av s.k. fingerkoder kan du snabbt hitta om du ska söka balanseringar inom struktur, näring, emotioner eller energi. Det finns även ett "mode" för prioritet och "more" om något mer ska läggas till i inlåsningen. Här nedan en bild inklippt från boken "Energetic Kinesiology", sid 147 som du har som kurslitteratur.





Balanseringstekniker

Som ni redan vet så delar vi in balanseringarna i fyra delar: struktur, näring, emotioner och energi. Det kan vara bra att själv göra en förteckning över vilka tekniker ni behärskar inom de fyra olika områdena och sedan fylla på efterhand. Härnedan listas vad vi hittills har vi gått igenom. Fyll gärna på de tomma raderna med dina individuella styrkor inom respektive område.

Struktur

Muskelspolar

Finns i muskelbuen. Jobba i fiberriktningen.

Excitera/stärka: dra isär muskelspolar

Inhibera/försvaga (stänga av): tryck ihop muskelspolar

Golgi senorgan

Finns på var sida av muskelbuen. Jobba med båda senorna samtidigt. Minns att muskler och senor jobbar omvänt, om muskeln ska kontrahera förlängs senorna, när muskeln slappnar av förkortas senorna.

Facilitera/stärka: tryck ihop senorganen

Inhibera/försvaga (upplevs som att stänga av funktionen, men vi gör fibrerna "upptagna" och därför ovilliga att arbeta ännu mer vid test): dra isär senorganen.

Neurolymfatiska reflexer

Finns huvudsakligen på bålen och på ryggen, dessa stimulerar lymfflödet till associerat organ/muskel. På Introduktionskursen har vi koncentrerat oss på de punkter som sitter på kroppens framsida. Sök gärna vidare efter de punkter som sitter på ryggen, använd då informationen i kurslitteraturen AK och EK.

Se referensdel där du hittar lista över Neurolymfatiska reflexer samt bild på ett skelett. Där kan du markera punkter på ditt eget sätt.

Längre fram i utbildningen då vi arbetar med energetiska tekniker kommer du få lära dig mer om fler lymfpunkter som används till att balansera större övergripande system, t.ex. meridiansystemet.

Neurovaskulära reflexer

Huvudsakligen på huvudet, stimulerar blodcirkulationen till associerat organ/muskel.

Se referensdel där du hittar lista över Neurovaskulära samt bild på tom skalle. Där du kan markera punkter på ditt eget sätt.



Näring

I nuläget har vi vid introduktionskursen enbart visat mycket enkel test för att se OM näring behövs. Mer avancerad testning finns, men visas senare i utbildningen under näringsmodulen. Det du gjort hittills för att testa behov, är att du lagt näringen/örten på naveln och testat ifall du får tonusförändring utifrån en svag indikatormuskel.

Du kommer senare att få lära dig att tänka till om varför näringsbehov överhuvudtaget finns, hur upptag och fördelning av näring sker, hur matsmältningssystem, hormonsystem och nervsystem påverkar klientens behov. Utöver det kommer du även få lära dig tester för att förstå doseringsbehov, men framför allt tester för att se hur viss kost både kan stärka och stressa en matsmältning.

Emotioner

Emotionella och psykologiska tekniker är stora områden i kinesiologin och vi har en modul i Yrkesutbildningen som fokuserar på dessa områden. Det vi "nosat på" hittills är ESR (emotional stress release), samma punkter som de neurovaskulära för PMC, i pannan. Håll en hand i pannan och den andra över mellangärdet. Det är mycket lugnande och kan som sagt hjälpa om ni råkar ut för mycket stress och otydliga muskeltester under behandlingen.

En annan enkel teknik är att låta klienten göra ögonrotationer. Se [praktik ögonrotationer*](#)





Energi

Meridianer

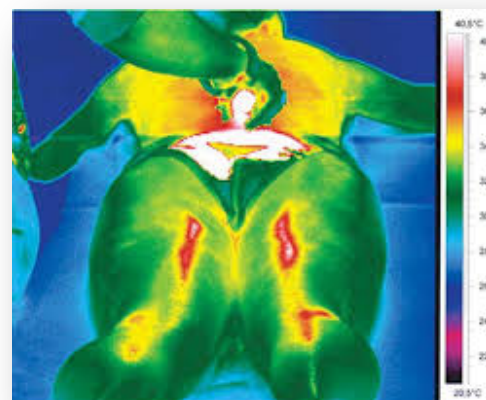
Vi kommer att visa start- och slutpunkter för de akupunkturmeridianer som är aktuella under kurshelgen. När vi haft våra tre kurstillfällen och praktikperioden för den strukturella modulen, så kan du start- och slutpunkter för 12 huvudmeridianer och 2 extra meridianer.

Akupunkturmeridianerna balanseras genom att mjukt hålla start- och slutpunkterna under någon/några minuter. Du kommer vid obalans kunna känna en subtil osynkroniserad puls, men efter en liten stund kommer pulsarna synkronisera, och då är flödet balanserat. Många gånger händer det något fysiologiskt för klienten i samband med att vi håller dessa punkter. En känsla kan komma starkt, både psykologiskt och fysiologiskt.

De 12 huvudmeridianerna har sina flöden på både höger och vänster sida av kroppen – balansera alltid båda dessa sidor, ett flöde i taget.

Eftersom det här är en energibalansering kan det vara bra att nämna att alla fingrar och vänster och höger hand verkar ha olika elektroniska polariseringar. (Även fram-/baksidan av handen växlar polaritet och tekniker för hur vi själva aktiverar eller slappnar av genom att andas in/ut genom höger eller vänster näsborre samtidigt som vi använder olika fingrar för att täppa för ena näsborren är väl använt inom yogatraditioner).

Kort kan vi säga att tummen är neutral, höger hands framsida negativ, höger pekfinger negativ, höger långfinger positiv, höger ringfinger negativ, höger lillfinger positiv. Vänster hand är helt omvänd. Om vi endast använder vår tumme eller två fingrar ihop tillsammans samtidigt, kommer vår stimulering av en klients punkt att bli neutral. Det här är en teoretisk bild, använd din känsla, säger den att du ska ha tre fingrar eller hela handen så gör så. En sätt att få en mycket stark behandling är att sätta ihop alla fingrar (även tummen). Mer om detta när vi läser energiblocket!



”Biophotonics in the Infrared Spectral Range Reveal Acupuncture Meridian Structure of the Body”



Homeopatmedel

Sorterar under energi, då de anses balansera energiflödet i hela kroppen. Favoriter som du teoretiskt kommer att få lära dig under den energetiska modulen är Bachdroppar (blomsterdroppar), cellsalter. Vi hoppas dock kunna introducera dessa fina medel redan under någon av de strukturella modulerna – innan teorin och djupförståelse för dem lärs ut.

Värt att känna till är att vi Sverige strikt håller homeopatin utanför sjukvården – i andra länder, t.ex. Tyskland, så används den av läkarkåren.

Zonpunkter

Reflexpunkter på fötterna är en hel terapeutisk utbildning. På praktiken är de dock guld värda, då de enkelt kan ges som "hemläxa" till en klient som behöver stöttning hemma mellan behandlingstillfällena hos dig som terapeut. Även dessa tekniker presenteras mer djupgående i modulen för energetiska kinesiologibalanseringar.

Några i klassen har fullfjädrad kunskap i denna terapi – grattis, det är bara att "köra på". Då du vill fråga kroppen om zonpunkt behövs för korrigerig, så sveper du med din hand över klientens fotsula och testar ifall du får en indikatorförändring. Utgå sedan från den meridian eller organrelation du testat ifrån när du väljer zonerterapi.

Akupressur/massage

Att hålla akupunkturpunkter med fingrarna eller att massera klientens anatomiska område i meridianens riktning är en typ av energibehandling. Vi har flera akupressurkunniga elever i klassen, så fråga gärna dessa för att få mer inspiration.

Du kommer på klientbehandlingarna se Sabine använda energibalanseringar som huvudstrategi oavsett problem. Under utbildningens gång kommer du att integrera kinesiologin med det unika i dig, och hitta ditt alldeles egna sätt som kinesiolog☺

