

Kinesiologie bringt die Energien zum Fliesen

Nicole Schwob Sennhauser ist nach einem Unfall an Vitiligo erkrankt und war danach in einer Art Hamsterrad gefangen. Sie habe nur noch funktioniert und sich selbst nicht mehr wahrgenommen. Durch ihre Tochter und einen schamanischen Lehrgang hat sie zur Kinesiologie gefunden. Heute hilft sie anderen von einer Hautkrankheit Betroffenen, besser damit umzugehen. (ce)

Hautsache: Frau Schwob Sennhauser, wie sind Sie zur Kinesiologie gekommen?

Das war sehr spannend (*schmunzelt*): über den Lehrgang «Schamanismus für Mensch und Tier». Hinzu kommt, dass meine Tochter und ich bereits sehr gute Erfahrungen damit gemacht haben. Als diplomierte Kinesiologin (Applied Physiology) kann ich nun die gelernten Techniken verbinden. Das Beste an der Kinesiologie ist, dass man nicht versucht, den Symptomen, sondern dem Ursprung einer Krankheit, eines Schicksalsschlags oder eines Traumas auf den Grund zu gehen. Ich bringe in Erfahrung, wo dieses Unwohlsein herkommt, was es ausgelöst hat und welche Themen dahinterstecken. Der Erfolg ist unter anderem die Verbesserung des Wohlbefindens: Ist der Prozess erst einmal in Gang gesetzt, wird sich der Umgang mit den Symptomen oder mit der Situation relativ rasch verändern.

Wie läuft eine Behandlung ab?

Die Behandlung beinhaltet vier Prozessschritte: Beim ersten, Begegnen und Besprechen, nehme ich beispielsweise Informationen zu

Kinesiologie kurz erklärt

Kinesiologie ist eine Körpertherapie, die das Gleichgewicht von Körper, Geist und Seele über das menschliche Energiesystem anstrebt und die Selbstregulierungskräfte anregt. Die kinesiologische Methode und ihre Techniken basieren unter anderem auf der chinesischen Medizin und der Chiropraktik. Äussere Umstände, Gedanken, Gefühle sowie Lebenseinstellungen können zu Ungleichgewicht, Blockaden, Schmerzen und Krankheit führen. Kinesiologie ist als Komplementärtherapie anerkannt und wird von den meisten Zusatzversicherungen teilweise übernommen.

einer Hautkrankheit auf, das kann Vitiligo oder Psoriasis sein. Ich frage nach Schmerzen, anderen Krankheiten oder psychischen «Anteilen». Die Symptome der Klientinnen und Klienten haben oberste Priorität. Ich höre ihnen zu, gehe auf sie ein und hole sie dort ab, wo sie stehen. Während des Gesprächs versuche ich, die positiven Ressourcen einer Person auszumachen und explizit auf diese hinzuweisen. Dies ist ein wesentlicher Teil meiner Arbeit.

Im zweiten Schritt, beim Bearbeiten, der sogenannten Balance, versuche ich, die Energien meiner Klientin oder meines Klienten zum Fliesen oder anders gesagt: Körper, Geist und Seele in Balance zu bringen. Dies geschieht durch Gespräche, Berührungen (Akupunkturpunkt-Stimulation) oder die Zuhilfenahme von Farben in Form von Folien oder Licht, von Klanggabeln wie auch Affirmationen und



Texten, welche die Klientinnen und Klienten lesen. Zu jedem Organ und jedem Muskel gehört ein Meridian (Energieleitbahn), der mit der Psyche verbunden ist. In der Kinesiologie geht es darum, negative Gefühle, Gedanken oder Einstellungen durch positive Gefühle und Glaubenssätze zu ersetzen oder zu «neutralisieren». Mithilfe des Muskeltests an den Armen, Beinen oder dem Hals gelange ich sozusagen in Kommunikation mit den Klientinnen und Klienten und ihrem Organismus.

Muskeln reagieren sehr rasch auf äussere und innere Einflüsse: Sie zeigen Stress, Blockaden oder ein Ungleichgewicht auf körperlicher und emotionaler Ebene an. Bei einer Hautkrankheit versuche ich herauszufinden, was die Symptome erstmals ausgelöst hat und ob sie physisch oder psychisch bedingt sind. War es ein Schock, ein Unfall, ein Verlust oder hat jemand etwas gesagt, was die Person zutiefst verletzt hat? So rücken meine Klientinnen und Klienten und ich zum Ursprung der Symptome vor und ergründen, was sie ausgelöst hat. Während der Balance werden, zusammen mit den positiven Ressourcen der Klientin oder des Klienten, das Bewusstsein und der Körper angesteuert: Es wird ein klares Ziel anvisiert, das die Veränderung im Leben mit sich bringen soll. Dies kann zum Beispiel ein neues positives Selbstbild beinhalten. Dabei gilt es auch loszulassen, was nicht mehr zu einem gehört.

Im dritten Schritt, beim Integrieren, geht es darum, alles, was dieser Person guttut, in die alltäglichen Muster einzubinden, damit Körper, Geist und Seele dies für die Zukunft verinnerlichen.

Im letzten Schritt, beim Transferieren, geht es darum, das definierte Ziel oder neu gewonnene Selbstbild wie auch das Erfahrene in den Alltag zu überführen. Dies geschieht mithilfe verschiedener Techniken aus der Kinesiologie, die die Person daran erinnern, was ihr guttut. Das Ziel ist, sich im eigenen Körper wohlzufühlen, positiv eingestellt zu sein und sich frei zu fühlen. Konkret kann dies bedeuten, dass sich jemand vornimmt, seine positiven Ressourcen mehr zu nutzen, zu meditieren oder sich die langersehnten Wellnessferien oder

Saunabesuche zu gönnen, die sie oder er früher aus Schamgefühl vermieden hat. Diese Umstellungen wirken sich im besten Fall auch positiv auf das eigene und weitere Umfeld aus. Wichtig ist ein Vorhaben auszuwählen, an dem die herbeigesehnte Veränderung gemessen werden kann.

Sie sind 2011 an Vitiligo erkrankt. Wie hat sich Ihre Einstellung dazu in den letzten Jahren verändert?

Ich fühle mich gesund und habe Frieden mit meinem Hautbild geschlossen. Ich sehe mich wieder als Nicole, als ganzen Menschen. Ich trage gemusterte, farbige Kleidung und verstecke mich nicht. Ich muss nicht der Norm entsprechen und gehe offen mit meinen Symptomen um. Ich nehme mir auch wieder mehr Zeit für mich – durch Meditation, Ausflüge in die Natur oder vermehrte Pausen im Alltag. Ich würde sagen, bei mir hat sich ein «bewussteres Leben» eingestellt. Sobald ich gestresst bin, zeigt sich das auch auf meiner Haut. Dann weiss ich, dass ich wieder besser zu mir schauen muss.

Wie hat Ihnen die Kinesiologie im Umgang mit Vitiligo geholfen?

Mir hat sie geholfen, hinter die Symptome zu blicken – zu sehen, woher die Vitiligo kommt, was sie ausgelöst hat. Denn erst wenn ich die Ursache kenne, kann ich sie angehen, vielleicht annehmen und damit umgehen. Ich bin an der Vitiligo gewachsen. Kinesiologie zeigt das Ziel und den Weg zu innerer Balance auf, aber Erfolg hat nur, wer dranbleibt. Hier kommen die Selbstverantwortung, die Selbstliebe und die Selbstregeneration ins Spiel. Es lohnt sich:

Denn wer zufrieden ist, strahlt dies aus – in der Familie, im Beruf, in Freundschaften und alltäglichen Begegnungen. Darüber hinaus hat mir der Austausch mit Betroffenen aus der Regionalgruppe der SPVG, die ich seit ein paar Jahren zusammen mit meiner Kollegin leite, sehr im Umgang und mit der Akzeptanz meiner Vitiligo geholfen.

Sie haben bereits Menschen mit einer Hautkrankheit mit Kinesiologie behandelt. Wie konnten Sie ihnen helfen?

Ich denke durch zwei wichtige Aspekte: Einerseits durch das Ansteuern von mehr Selbstliebe, was das eigene Hautbild betrifft, andererseits durch die Erkenntnis, dass das, was geschehen ist, sie weitergebracht hat. Der Auslöser mag zwar negativ gewesen sein, jedoch haben sie sich wahrgenommen, hingesehen und entwickeln sich nun weiter. Kinesiologie hilft keinesfalls nur bei Hautkrankheiten, sondern bei allen Lebensumständen: Job, Karriere, Lerntechniken, Liebesthemen, Allergien, Blockaden, Schock, Traumata, Verlust etc. Ich biete eine andere Sichtweise auf ein Problem oder Symptom als Fachärzte. Meine Klientinnen und Klienten und ich erkunden sozusagen in gemeinsamer Arbeit die Psyche und wie die Wahrnehmung des Körpers und der Seele verbessert werden kann. Zudem wird ihr Selbstheilungsprozess angesteuert. Wer sich dafür interessiert und sich darauf einlässt, kann in vielfältiger Weise profitieren.

Mehr Informationen unter:
<https://kiwi-raumundzeit.ch>