

Psycho-Kinesiologie

nach Dr. med. Dietrich Klinghardt

Diese Methode kann krankheitsauslösende Konflikte und einschränkende Glaubenssätze aus der Vergangenheit aufdecken und heilen.

von
Britta Wallentowitz

Viele körperliche Erkrankungen haben ihren Ursprung ganz oder teilweise im Unbewussten, wo unter anderem alle konfliktbeladenen und krankheitsauslösenden Kindheitserinnerungen gespeichert sind. Der Schlüssel für den Heilvorgang liegt also demnach im Unbewussten des Klienten. Er kann mit Hilfe der Psycho-Kinesiologie aufgefunden und erinnert werden.

Emotionale Stressimpulse aus dem Autonomen Nervensystem werden bei der Psycho-kinesiologie an einem Indikatormuskel abgelesen. Der Test ist leicht durchzuführen. Der Klient lernt so, die Sprache des eigenen Körpers und der Seele zu verstehen.

Beispiel aus meiner Praxis

Ein 48-Jähriger kam wegen seiner Sprachstörung (Stottern), unter der er seit frühester Kindheit litt.

In der Chinesischen Medizin sind jedem Organ bestimmte Gefühle zugeordnet. In der psychokinesiologischen Sitzung testeten wir die Niere mit dem Gefühl »gelähmter Wille« und später die Leber mit dem Gefühl »mangelnde Anerkennung«.

Wir fanden heraus, dass damals, als er sieben Jahre alt war und allein mit seiner Mutter auf einem Bauernhof lebte, sein Leben aus vielen Verboten und Einschränkungen bestand. Er sehnte sich nach der Liebe seiner viel beschäftigten Mutter und wollte ihre Aufmerksamkeit auf sich ziehen, indem er ihr freudig und aufgeregt erzählen wollte, was er alles Neues in der Schule gelernt hatte. Sie hatte jedoch weder Zeit noch Interesse, fuhr im häufig über den Mund oder untersagte ihm, sich zu äußern. Das Kind erlebte die Grundhaltung seiner Mutter als ungeduldig und abweisend. Sie gab ihm das Gefühl, unwichtig zu sein und ließ ihn oft einfach stehen.

Während der Behandlung stiegen in ihm die alten Gefühle von Scham, Trauer und Demütigung wieder auf. Der Klient hatte das Gefühl, dass das, was er zu sagen hatte, grundsätzlich unwichtig sei und dass, wenn er etwas mitteilen will, er das sehr schnell tun muss, da er sonst keine Gelegenheit mehr dazu hat, weil die andere Person weggeht.

Die positiven Glaubenssätze, auf die sein Nervensystem mit starkem Stress reagierte, waren:

- Ich darf alles sagen, was ich sagen möchte.
- Was ich zu sagen habe, ist von Wichtigkeit.
- Ich habe Zeit, alles zu sagen, was ich sagen möchte.

Wir testeten eine »Entkoppelungstechnik«, die für diesen ungelösten Konflikt angemessen war.

Es war ihm möglich, seinen »alten Gefühlen« adäquat Ausdruck zu verleihen. Bereits nach der ersten Behandlung ging es ihm wesentlich besser.

Zwei Wochen später berichtete er, dass sich seine Sprachstörung deutlich gebessert hatte. Es ist ihm jetzt z.B. möglich, im Restaurant ohne Angst sein Essen zu bestellen.

Der ungelöste seelische Konflikt

Viele körperliche Erkrankungen wurzeln vor ihrer somatischen Manifestation im Unbewussten, in dem vergangene konfliktbeladene Erinnerungen gespeichert sind.

Diese ungelösten seelischen Konflikte sind Blockaden, die den freien Fluss der Empfindungen durch den Körper behindern und damit zur »Einpanzerung« auf emotionaler und körperlicher Ebene beitragen.

Der Konflikthalt bestimmt die Lokalisation und die Art der Erkrankung, während die Schwere des Traumas und der Zeitpunkt des Auftretens im Leben die Schwere der Erkrankung bestimmen. Zwischen dem Trauma und dem Beginn der Erkrankung können Jahre oder Jahrzehnte vergehen.

Das Unbewusste kann zwischen inneren Bildern und Vorstellungen und der Realität nicht klar unterscheiden. Daher kann das innere oder vorgestellte Bild, zum Beispiel einer Spinne, genauso Furcht erregend sein wie eine wirkliche Spinne.

Das Unbewusste speichert einmal gemachte Erfahrungen und hält an ihnen fest. Sie werden tief verdrängt und durch Abwehrmechanismen geschützt.

Es versteht sich von selbst, dass der Therapeut bei der psychokinesiologischen Behandlung jede Art von Werturteil und Kritik vermeiden und einen sensiblen, aber auch zielgerichteten Dialog mit dem Unterbewussten des Klienten führen muss.

Ein ungelöster seelischer Konflikt entsteht, wenn das Vertraute im Leben oder das, was fest erwartet wird, plötzlich durch ein als schockierend empfundenen Ereignis unterbrochen wird, während der Körper und das Nervensystem in einem Zustand verminderter Resistenz bzw. Stärke sind. Der Konflikt wird gut durch Abwehrmechanismen geschützt. Dadurch ist es möglich, alten Schmerz zu vermeiden und zu verhindern, dass traumatische Erlebnisse ungefiltert ins Bewusstsein dringen. Diese Strategie ermöglicht es den Menschen, mit einem traumatischen Erlebnis weiterzuleben.

Dem Klienten war es zum Zeitpunkt des Traumas nicht möglich, seine Gefühle zu empfinden und/oder in angemessener Weise auszudrücken. Das bewirkt zudem ein Gefühl der Isoliertheit.

Wenn sich über Jahre Wut oder Angstgefühle aufgestaut haben, ist es nicht mehr möglich, zu entspannen. Der permanent einwirkende Stress manifestiert sich an Organen und macht chronische Störungen.

Ereignisse, die einen ungelösten seelischen Konflikt hinterlassen:

- emotionale oder physiologische Ereignisse während der Schwangerschaft:
- schlechte Beziehung der Mutter zum Vater
- Alkohol- oder Drogenmissbrauch
- Armut
- Krankheiten
- angelegter aber verstorbener Zwilling
- Gedanken der Mutter an Abtreibung
- die Geburt selbst
- Geburt von Geschwistern
- zu frühes Abstillen
- (empfundenes) Verlassenwerden durch ein Elternteil oder beide
- körperlicher oder emotionaler Missbrauch

Die Liste lässt sich fortsetzen. – Ungelöste seelische Konflikte haben eine eigene Zeitqualität. Das bedeutet, dass der Konflikt sich durch das vermeintlich plötzliche Auftauchen eines Symptoms oder einer Krankheit meldet. Damit signalisiert er, dass er jetzt behandlungsreif ist. Die Manifestation erfolgt durch eine Lebenssituation (Auslösung), in der es zu einer erneuten Aktualisierung des Konfliktes kommt. Wird der Konflikt erkannt und behandelt, verschwindet meist das Symptom. Wird er nicht »gelöst«, verstärkt sich das

Symptom oder die Krankheit. In diesem Fall lebt der Mensch wie in einem permanenten Notfall, Spannungszustände und Überaktivität des sympathischen Nervensystems werden chronisch.

Die körpereigenen selbstregulatorischen Prozesse funktionieren nicht mehr und das Immunsystem wird geschwächt, was wiederum einen entscheidenden Einfluss auf die Empfänglichkeit für verschiedene Krankheiten und deren Verlauf hat (Psycho-Neuroimmunologie).

Neurophysiologische Hintergründe

Unter Stress wird der Sympathikus (Kampf- oder Fluchtsituation) aktiviert und damit die Blutzufuhr zu bestimmten Skelettmuskeln vergrößert. Während dieser Phase wird gleichzeitig eine Verminderung der Blutzufuhr zu den inneren Organen »in Kauf genommen«, weil die Muskelkraft Priorität hat. Eine dauernde Sympathikotonie führt also zu permanenter Minderdurchblutung verschiedener Organe. Dies führt wiederum auf lange Sicht zu organischen Erkrankungen und Blockaden:

Das limbische System und die Corpora Amygdaloidea spielen eine wichtige Rolle bei Gefühlsinhalten. Von hier aus gibt es zahlreiche Schaltverbindungen zum Hypo-

thalamus und damit auch mit dem autonomen Nervensystem (limbisch-hypothalamisches System).

Gefühle sind in erster Linie elektrische Ereignisse im Nervensystem, die sich vom Gehirn aus im gesamten Körper ausbreiten. Gefühle, die unterdrückt bzw. nicht ausgedrückt werden, bauen statische Ladungen im Gehirn auf, die Kernareale im Hypothalamus erregen und lösen sympathikotone Reaktionen aus, z.B. Verminderung der Blutzufuhr und erhöhte Schweißsekretion.

Bestimmte seelische Konflikte erregen immer ein und dasselbe Kernareal im Hypothalamus und konditionieren damit einen krankmachenden Einfluss auf ein bestimmtes, oft genetisch vorbestimmtes Organ, z.B. entstehen Magenbeschwerden bei Stress.

Solange der Konflikt nicht gelöst ist, baut sich die elektrische Spannung im Konfliktareal immer wieder auf. Dadurch kommt es zur chronischen Reizung einer der Hypothalamuskernareale und zur chronischen Funktionsbeeinträchtigung der Zielorgane.

Das Lösen der Konflikte

Durch einen strukturierten Dialog mit dem Unterbewusstsein des Klienten ist es möglich, dass er sich an das traumatische Erlebnis so präzise und vollständig wie möglich erinnert. Dies ist die Grundvoraussetzung für Heilung.

Der Therapeut bedient sich eines von Dr. Klinghardt entwickelten Flussdiagramms und tastet sich von Frage zu Frage immer weiter vor, bis ein Gesamtbild entstanden ist, das dem Klienten hilft, das Ereignis emotional wiederzuerleben und zu integrieren. Hierbei spielen drei Koordinaten eine außerordentliche Rolle:

- das Grundgefühl
- der Zeitpunkt
- die genauen Umstände des Traumas oder zugrunde liegenden Konfliktes

Das Gefühl

Über das kinesiologische Abfragen des Organatlas (Organscan) wird der Organregelkreis gefunden, der aktiviert bzw. unter Stress gesetzt ist. Der im Gespräch aktivierte, ungelöste seelische Konflikt führt zu einer Stressreaktion im zugeordneten Organkreis.

Der Therapeut testet mit einer Hand den Indikator Muskel (M. deltoideus), mit der anderen berührt er bestimmte Testareale am Körper und ermittelt das Organ, das in direktem Bezug mit dem Konflikt steht. Dieses Organ, das durch erhöhte elektrische Impulse im Sympathikus aktiviert ist, führt zu einer Schwächung des vorher starken Indikator Muskels.

Der Therapeut findet mit Hilfe des Indikator Muskels das spezifische Gefühl/die Eigenschaft aus einer Auswahl von Gefühlen/Eigenschaften. Z.B. werden der Niere folgende Gefühle zugeordnet: Angst

(als Hauptemotion), Schuldgefühle, das Gefühl der Machtlosigkeit oder der Demoralisierung, Enttäuschung. Der Leber entspricht die Wut (als Hauptemotion), Ärger, Unzufriedenheit, Handlungsunfähigkeit, mangelnde Anerkennung, Sich-übergangen-Fühlen, Unnachgiebigkeit, Selbsthass, Verzweiflung.

Der Zeitpunkt

Es wird der genaue Zeitpunkt des Konfliktes durch Abfragen ermittelt, beginnend mit dem Zeitpunkt der Konzeption, bis zur Geburt, bis zum aktuellen Lebensalter des Klienten.

Die genauen Umstände

Um ein möglichst genaues Bild der damals herrschenden Umstände zu erhalten, werden vier Kategorien abgefragt:

- die Beziehung zu Objekten: Geld, Karriere, Beruf, Schule oder Arten, Geld zu verdienen
- die Beziehung zu anderen Personen: aus der Ursprungsfamilie, Verwandte, Freunde, Bekannte, bis die Person, um die es sich dreht, gefunden und namentlich genannt ist
- die Beziehung zu sich selbst (intrapersonale Beziehung): Hiermit sind vor allem die »Rollen«, die man in der Gesellschaft spielt, gemeint, z.B. Tochter, Mutter, Angestellter oder Chef – und vor allem, wie wir sie selbst sehen und bewerten.
- die Beziehung zu Spiritualität

und Urbewusstsein: Meist sind die Klienten in ihrer Spiritualität gestört, die von den Eltern als Kleinkind physisch oder psychisch missbraucht wurden, da diese gerade in den ersten Phasen der frühkindlichen Entwicklung als allmächtig und gottähnlich wahrgenommen werden.

Wenn alle Mosaiksteinchen zusammengesetzt sind, entsteht für den Klienten ein lebendiges Bild, das den oft nicht mehr bewusst erinnerlichen Konflikt oder ein Ursprungserlebnis widerspiegelt. Dieses Bild wird häufig von tiefen Gefühlen und Sinneswahrnehmungen begleitet, die dann ausgedrückt und/oder mit dem Therapeuten besprochen werden.

Die Verarbeitung oder Lösung

In der Psycho-Kinesiologie wird der Konflikt oder das Ursprungsereignis mit folgenden Techniken gelöst:

Die Augenbewegungsmethode

Jedes Trauma hat eine bestimmte Augenbewegungsrichtung, durch die es wieder aktiviert werden kann. Der Therapeut testet die spezifische Augenbewegung, die zu einer Abschwächung des Indikator-muskels führt. Diese Methode kann auch bei posttraumatischen Stress-Syndromen schnell gute Ergebnisse erzielen. Sie ist in den USA unter dem Namen EMDR (Eye Movement Desensitisation Reprocessing) bekannt. Forschungsberichte dazu hat die Psychologin Francine Shapiro veröffentlicht.

Der Ursprung von EMDR beruht auf der Beobachtung, dass spontan wiederholte Augenbewegungen auf belastende Gedankenmuster oder Erinnerungen einen Informationsverarbeitungsmechanismus auslösen. Dies wird durch die klinische

Schlaf- und Traumforschung bestätigt: In der REM-Phase (rapid eye movement) lösen die Augenbewegungen des Träumenden einen Verarbeitungsmechanismus aus.

Wenn ein Mensch ein schweres psychisches Trauma erlebt, wird die Homöostase im Nervensystem gestört, wahrscheinlich durch Störungen im Bereich der Neurotransmitterproduktion. Durch diese Störung kann der Organismus seine Funktion nicht adäquat erfüllen, so dass die zum Zeitpunkt des traumatischen Ereignisses aufgenommenen Informationen – Bilder, Klänge, Affekte und physische Empfindungen – in belastender Form im Gehirn gespeichert werden. Diese drängen dann bruchstückhaft in Form von Alpträumen, Flashbacks und diffusen Gedanken ins Bewusstsein.

Das Informationsverarbeitungssystem strebt stets einen Zustand mentaler Gesundheit und Gleichgewichts an. Wird dieses System durch ein Trauma behindert, treten Störungen und Irritationen auf.

Mit der Augenbewegungsmethode wird eine Erinnerung an die Störung/das Trauma aktiviert, und eine Verbindung zwischen dem Bewusstsein und dem Areal im Gehirn hergestellt, in dem Informationen gespeichert sind. So kann der Organismus schließlich wieder ins Gleichgewicht kommen – die alten Wunden können heilen.

Die Farbbrillenmethode

Farben haben eine assoziierende, subjektive Bedeutung; bestimmte Erinnerungen sind farbkodiert. Farben haben aber auch eine objektive Bedeutung und eine Heilwirkung, wie der amerikanische Augenarzt Jacob Libermann beschrieben hat.

Viele Therapieformen machen sich die heilende Wirkung der Farben zu Nutze, z.B. Farbpunktur

oder Aura Soma. Farben wirken tief auf das limbische System und beeinflussen damit die Hirnstromwellen und das autonome Nervensystem. Jede Farbe hat ihren spezifischen neurologisch-psychologischen Effekt über die Netzhaut zum Hypothalamus (Retino-Hypothalamischer Trakt):

Blautöne stimulieren die vorderen Kerne des Hypothalamus und damit das Parasympathische System und die Entspannung. Alle Farben im Rotbereich bis Gelb stimulieren die hinteren Kerne des Hypothalamus – und damit den Sympathikus – und wirken anregend. Grün harmonisiert und balanciert zwischen beiden.

Die Methoden (Augenbewegungen/Farben) werden von einem erfahrenen Therapeuten kombiniert.

Das Wiederdurchleben von Erfahrungen hat einen doppelten Wert: Es ermöglicht, die frühen Ereignisse des Lebens im Zusammenhang mit seinen grundlegenden Erlebniswelt zu verstehen. Es wird möglich, die damals entstandenen Wunden allmählich zu heilen und die frühen Ereignisse endlich zum Abschluss zu bringen. Der Klient bekommt seine Autonomie und Kompetenz zurück und befindet sich nicht mehr in der Schleife, in der Ereignisse sich immer wiederholen.

Literatur:

Dr. Dietrich Klinghardt: Lehrbuch der Psychokinesiologie, Bauer
Jacob Libermann: Die heilende Kraft des Lichts, Piper
Francine Shapiro, EMDR in Aktion, Jungfermann Verlag
Alexander Lowen: Körperausdruck und Persönlichkeit, Goldmann

Verfasserin:

Britta Wallentowitz
Lessingstr. 19, 22087 Hamburg
Tel.: (040) 22717130 ■