

Educational Kinesiology und Wohlbefinden

Dr. Paul und Gail Dennison

Uebersetzung: Hans Barth

23. Januar 2004

Educational Kinesiology (Edu-K) ist ein eigener und dynamischer Teilbereich des Edukativen und gründet sich auf dem Prinzip, dass Bewegung die Basis allen Lernens ist. Das lateinische Ursprungswort educare ("erziehen") kommt von educere ("herausziehen"). Kinesis wiederum meint Bewegung. In der Edu-K sagen wir, dass Bewegungsmuster die Funktion beeinflussen, während die Funktion ihrerseits die Bewegungsmuster beeinflusst. Die Edu-K-Verfahren sollen ein ganzhirniges Lernen erleichtern: im akademischen, geschäftlichen, sportlichen Bereich und in weiteren Alltagsaktivitäten.

Menschliche Wesen haben ein körperliches Funktionieren gemeinsam, das zugleich wunderbar einfach und zutiefst komplex ist. In der Edu-K konzentrieren wir uns auf die körperlichen und mentalen Fertigkeiten ebenso wie auf die emotionalen Qualitäten, die wir unterstützen möchten. Auf Einzelzeugnissen basierende Forschung zeigt, dass viele Menschen, die dieses Programm für sich anwenden, erhöhte Leistungsfähigkeit und erhöhtes Wohlbefinden - ein allgemeines Gefühl von guter Gesundheit - erfahren. Und dies als natürlichen Nebeneffekt ihres verbesserten Selbstausdrucks und einer grösseren Leichtigkeit in der Ausübung alltäglicher Funktionen.

Edu-K, einschliesslich des Selbsthilfeprogramms Brain Gym® und seines Begleitverfahrens Educational Kinesiology in Depth: Die sieben Dimensionen der Intelligenz. wird vor allem von Bewegungspädagogen benutzt. Solche Anwender wissen sehr wohl, dass dieses Studienfeld Einzelpersonen einen Weg bietet, sich mit ihrer angeborenen Intelligenz wieder zu verbinden und sowohl körperliches wie auch mentales Funktionieren zu entwickeln oder wiederherzustellen.

Edu-K wird auch oft von Aerzten, von Fachleuten auf dem Gebiet der psychischen Gesundheit, von Fachleuten im paramedizinischen Bereich und von andern angewendet, um die Gesundheit ihrer Patienten und Klienten zu fördern und zu erhalten. Solche Fachleute können dabei entweder in einem nicht-medizinischen Modell der Gesundheitsförderung arbeiten oder in einem medizinischen Modell (sei dies akademisch oder komplementär), vorausgesetzt, sie sind darin ausgebildet und verfügen über die entsprechende Befugnis. Beide, die Fachleute des medizinischen Sektors und die Fachleute der Gesundheitsförderung wissen, dass Edu-K die Menschen befähigt zur Definition und Verwirklichung ihrer Ziele im Bereich des Wohlbefindens und im Bereich des effizienten Lesens, Schreibens und Kommunizierens; dass Edu-K die Menschen unterstützt in

ihrem Bestreben, Fertigkeiten, Wünsche und Bedürfnisse aufeinander abzustimmen; dass Edu-K die Fähigkeit von Menschen erhöht, Stress abzubauen und ein Gleichgewicht zu finden.

Und auch wenn Edu-K in diesen Zusammenhängen genutzt wird, bleibt sie doch eine nicht-medizinische Methode, die ausschliesslich ihre eigenen, gut eingeführten edukativen Begriffe benutzt (wie z.B. PACE, Noticing, Spiel, Koordination und Integration). Diese Begriffe geben auf präzise Weise das wieder, was Edu-K-Arbeit und -Prozess ist. In der Edu-K wird kein Gebrauch gemacht von medizinischen Begriffen (wie z.B. Therapie, Symptome, Diagnose oder Behandlung), von irgendwelchen medizinischen (wie z.B. Krebs, Arthritis, heilbar oder nicht-heilbar) oder akademischen Klassifizierungen (wie z.B. hyperaktiv, Aufmerksamkeitsdefizit-Syndrom mit Hyperaktivität, Dyslexie oder Dyspraxie).

Brain Gym Instruktoren haben keine Befugnis, irgendeine Krankheit zu diagnostizieren, zu behandeln oder den Versuch zu machen, sie zu heilen. In der Edu-K betrachten wir menschliche Wesen und ihre Körper als dynamisch, nicht statisch; wichtig für uns ist, wie eine Person tatsächlich funktioniert. Damit meinen wir: was ist die Beziehung zwischen dem Ziel oder der Absicht eines Individuums und seinen täglichen Bewegungsmustern?

So ist die Educational Kinesiology nicht Teil eines, wie auch immer definierten, medizinischen Modells. Es ist eine rein edukative Form menschlicher Interaktion, angelegt zur Vervollständigung eines jeden Prozesses des Lernens oder der Persönlichkeitsentwicklung. In der Edu-K beobachten wir, dass Gesundheit aus der Fähigkeit des Körper-Geist-Systems entsteht, ganzheitlich und kreativ zu funktionieren. Diese Art von Gesundheit ist mehr als ein Fehlen von Krankheit. Es ist die Fähigkeit, in seinem Leben Wesentliches zu tun und angemessen zu handeln und dabei die nötige Ruhe und Erholung einzuschliessen.