

Praxisgespräch: Kinesiologie und Aufstellungsarbeit

Lisa Böhm und Barbara Innecken

Lisa Böhm: Es ist schon viele Jahre her, dass wir uns bei der Psychokinesiologie-Ausbildung kennengelernt haben. Damals hat uns zeitgleich das systemische Virus gepackt. Wie hältst du es denn inzwischen in deiner Praxis mit der Verbindung von Kinesiologie und Aufstellungsarbeit? Kombiniert du beides miteinander, oder sind das für dich zwei getrennte Bereiche?

Barbara Innecken: Ich bin sehr froh, in meinem „therapeutischen Werkzeugkasten“ sowohl vielfältige systemische Vorgehensweisen als auch die breit gefächerten Methoden der angewandten Kinesiologie und der Psychokinesiologie zur Verfügung zu haben. Ich kombiniere diese beiden Bereiche häufig in meiner Praxis und schätze dabei das kreative Potenzial und die synergetische Wirkung, die sich aus dieser Kombination ergeben. Mir geht es da wohl wie den meisten anderen Kollegen, die in ihrer täglichen Arbeit die ihnen zur Verfügung stehenden verschiedenen therapeutischen Methoden zu einem ihnen eigenen Ganzen zusammenwachsen lassen.

Lisa Böhm: An dieser Stelle interessiert mich, wie sich das Ganze bei dir genau gestaltet: Heißt das, dass du zum Beispiel in einer Einzelsitzung kinesiologisch und systemisch arbeitest?

Barbara Innecken: Ja, es gibt Einzelsitzungen, in denen ich beide Vorgehensweisen integriere. Beispielsweise hatte ich eine Klientin, die für sie selbst unerklärliche Panikattacken in ihrem Sommerurlaub hatte. In der kinesiologischen Austestung zeigte sich der Nierenmeridian geschwächt, das diesem Meridian zugeordnete Gefühl „Angst“ erwies sich als aus dem Familiensystem übernommenes Gefühl. Es handelte sich um die Angst des Bruders ihrer Mutter, der mit zwei Jahren erkrankte und dessen Panikgefühle die Klientin übernommen hatte. In diesem Fall habe ich also durch die kinesiologische Arbeit Hinweise auf die systemische Dynamik bekommen. Die Klientin konnte noch in der gleichen Sitzung in einer Aufstellung mit Bodenankern – ich arbeite hierbei meist mit dem Neuro-Imaginativen Gestalten, also mit Skizzen – ihrem Onkel begegnen. Sie konnte ihre Trauer und ihre Liebe zu ihm spüren und ein Rückgaberitual initiieren.

Lisa Böhm: Liegt das Ineinanderfließen von kinesiologischer und systemischer Arbeit immer so nahe beieinander wie in der Sitzung mit dieser Klientin?

Barbara Innecken: Nein, das ist nicht immer so. Beispielsweise kann es sein, dass die Kinesiologie erst den Weg „frei macht“ für den Blick in das Familiensystem. Wenn ich merke, dass ein Klient wenig Zugang findet zu den eigenen Gefühlen oder den Gefühlen der beteiligten Personen in einer Aufstellung in der Einzelarbeit, dann entscheide ich mich in den nächsten Sitzungen erst mal dafür, mithilfe der Kinesiologie Blockaden auszutesten und zu lösen. Menschen mit blockierten oder eingeschränkten neurobiologischen Funktionen haben auch nur eingeschränkte Möglichkeiten, eigene und fremde Gefühle wahrzunehmen und zu reflektieren. Gelingt es, einige dieser Blockaden kinesiologisch zu lösen, so fällt es dem Klienten in der Regel leichter, seine Seele dafür zu öffnen, sich selbst und seine Beziehungen zu anderen zu spüren. Manchmal kann ich auf diese Weise vermeiden, dass sich ein Klient durch das Aufstellungsgeschehen überfordert fühlt und innerlich oder äußerlich kündigt.

Natürlich gibt es auch Klienten, mit denen sich im therapeutischen Gespräch sofort ein eindeutig systemischer Bezug ergibt und mit denen ich gleich mit einer Einzel- oder Gruppenaufstellung einsteigen kann. Zeigt sich im Aufstellungsgeschehen dann eine Dynamik, die für den Klienten schwer nachvollziehbar, belastend oder traumatisch ist, so kann ich dieses Ereignis mit dem Klienten in einer sich anschließenden Einzelsitzung kinesiologisch bearbeiten.

Lisa Böhm: Kannst du für einen solchen Fall ein Beispiel geben?

Barbara Innecken: Ja, beispielsweise zeigte sich bei einer Klientin in der Aufstellung in der Gruppe eine unterbrochene Hinbewegung zu ihrer Mutter. Das Hinzunehmen der Großmutter machte der Stellvertreterin der Klientin zwar eine vorsichtige Annäherung an die Mutter möglich, die Klientin selber aber tat sich schwer, diese Schritte anzunehmen. In der anschließenden Einzelsitzung sprach sie voller Wut über verschiedene negative Erlebnisse mit ihrer Mutter. In der kinesiologischen Arbeit zeigte sich der Schilddrüsenmeridian schwach, der dem Gefühl „Erniedrigung“ zugeordnet ist. Die Klientin erinnerte sich daraufhin an ein Erlebnis als Jugendliche, bei dem sie sich extrem erniedrigt

fühlte: Sie sah ihren allerersten Freund, zu dem sie erste zarte Bande geknüpft hatte, eines Morgens aus dem Schlafzimmer ihrer Mutter kommen. Mithilfe der kinesiologischen Arbeit gelang es im Laufe der Sitzung, diesem Erlebnis einen Platz in der Jugend der Klientin zu geben, das heißt es hirnpfysiologisch vom Jetzt-Erleben zu trennen. Durch dieses Vorgehen wurde der Klientin eine auf gewisse Weise distanzierte Betrachtung des Geschehens möglich. In den folgenden kinesiologischen Sitzungen stiegen in der Klientin noch weitere belastende Erlebnisse mit der Mutter auf, die sie mit Methoden wie Klopfakupressur, EMDR in Kombination mit Farbtherapiebrillen bearbeitete. Der Prozess, mit der Mutter in Frieden zu kommen, wurde dadurch entscheidend gefördert, auch wenn er natürlich noch geraume Zeit erforderte.

Lisa Böhm: Dieser Fall lässt sich auch als ein Beispiel für die Nachbereitung einer Aufstellung mithilfe der Kinesiologie betrachten. Bereitest du Aufstellungen öfter kinesiologisch vor und/oder nach?

Barbara Innecken: Generell halte ich das Angebot der Vor- und Nachbereitung einer Aufstellung für sehr sinnvoll. Eine Vorbereitung gibt den Klienten die Möglichkeit, sich über den Kern ihres Anliegens klar zu werden oder Ängste in Bezug auf die Aufstellung abzubauen. Die Nachbereitung bietet den Klienten die Sicherheit, nach einer Aufstellung nicht alleine dazustehen, entstandene Fragen zu klären und Dynamiken, die sich in der Aufstellung gezeigt haben, in Einzelschritten zu bearbeiten. Ob die Vor- und Nachbereitung mit kinesiologischen oder aber anderen Methoden sinnvoll ist, davon lasse ich mich vom jeweiligen Einzelfall leiten.

Lisa Böhm: Für uns ist das kinesiologische Austesten eine Selbstverständlichkeit. Aber vielleicht können sich die Leser noch nicht vorstellen, wie der Muskeltest als Diagnose- und Therapieinstrument funktioniert. Magst du dazu noch etwas sagen?

Barbara Innecken: Der Muskeltest ist viel älter als die Kinesiologie, die es in den heute bekannten Formen ja erst seit ungefähr 40 Jahren gibt. Bereits Hippokrates verwendete das Muskeltesten, um neurologische Verletzungen von Soldaten zu diagnostizieren, und in den vergangenen zwei Jahrhunderten diente es sowohl in der Neurologie als auch in der Orthopädie dazu, um beispielsweise einen Bandscheibenvorfall von einer neurologischen Erkrankung zu unterscheiden. Der amerikanische Chiropraktiker Dr. George Goodheart, der Begründer der Kinesiologie, griff dieses Vorgehen um 1960 herum auf und entwickelte daraus den heute im medizinischen und therapeutischen Bereich weltweit verbreiteten Muskeltest. Er ist ein Rückkoppelungsverfahren, eine Biofeedbackmethode, die sich das Phänomen zunutze macht, dass sich die Spannung der Muskulatur durch die Reize, die auf den Menschen einwirken, ändert. Wir alle kennen das: Nach einem Erfolgserlebnis verhilft uns eine angenehme Spannung im Körper dazu, in auf-

rechter Haltung und mit einem Lächeln durchs Leben zu schreiten. Umgekehrt bekommen wir nach einer traurigen Nachricht hängende Schultern und weiche Knie. Durch den Muskeltest werden auch die subtilen Tonusschwankungen der Muskulatur, die nach außen hin nicht immer sichtbar und auch von innen nicht immer spürbar sind, deutlich. Der Muskeltest ermöglicht das Aufspüren körperlicher, geistiger und seelischer „Stressfaktoren“ eines Klienten und wird verwendet, um die individuell passenden therapeutischen Schritte herauszufinden. Obwohl das Muskeltesten von jedermann relativ leicht erlernbar ist, sollte sein therapeutischer Einsatz erfahrenen und gut ausgebildeten Händen überlassen bleiben.

Lisa Böhm: Wie hältst du es in Aufstellungen in der Gruppe? Benutzt du während einer Aufstellung den kinesiologischen Muskeltest?

Barbara Innecken: Nein, das tue ich nicht, im Rahmen einer Gruppe lasse ich mich von meiner Erfahrung und Intuition als Aufstellerin leiten. Um mich wirklich auf die Ergebnisse des Muskeltests verlassen zu können, brauche ich eine Reihe von Vortests, die den Zustand des autonomen Nervensystems und der Gehirnintegration einer Person betreffen. Aus meiner Sicht würden solche Tests die spezielle Atmosphäre und das sich aufbauende Feld in der Gruppe stören. Als Aufwärmungs- oder Vorbereitungsübungen für alle Teilnehmer biete ich aber durchaus kinesiologische Übungen wie zum Beispiel eine Klopfmassage zur Meridianbalance an. In ganz seltenen Fällen, beispielsweise wenn ein Teilnehmer Anzeichen einer Traumatisierung durch das Aufstellungsgeschehen zeigt, setze ich Techniken ein wie EMDR, die Augenbewegungsmethode nach F. Shapiro, die auch in der Kinesiologie Anwendung findet.

Lisa Böhm: Noch eine letzte Frage: Du arbeitest ja in deiner Praxis viel mit Kindern, vor allem auch kinesiologisch. Gibt es auch in diesem Bereich eine Verbindung von Kinesiologie und Aufstellungsarbeit für dich?

Barbara Innecken: Ja, die gibt es durchaus. Ich beginne mit den Kindern, die wegen Lernschwierigkeiten, Verhaltensauffälligkeiten, sozialen oder emotionalen Problemen zu mir in die Praxis kommen, meist mit der kinesiologischen Arbeit. Dadurch kann ich mir relativ rasch ein Bild davon machen, auf welchem Gebiet das Kind Unterstützung braucht: auf dem Gebiet der Wahrnehmungs- oder Motorikförderung, der Integration von Gehirnfunktionen und -bereichen, der Nahrungsmittelunverträglichkeiten oder bei der Lösung von Traumata aus der individuellen Biografie, um nur einige Beispiele zu nennen. Ich bekomme aber bei der kinesiologischen Arbeit auch Hinweise auf Zusammenhänge zwischen den Schwierigkeiten der Kinder und systemischen Belastungen in der Familie. Hierbei kann es sich beispielsweise um Partnerprobleme der Eltern, um nicht gelebte Gefühle eines der Elternteile, um ein dem Kind

nicht bekanntes abgetriebenes oder früh verstorbene Geschwisterkind, um frühere Partner der Eltern oder um Mitgefühl für das schwere Schicksal eines der Großeltern handeln – als Aufsteller sind uns diese Dynamiken ja bekannt. Bekomme ich im Laufe der kinesiologischen Arbeit einen Hinweis auf eine systemische Verstrickung, so bearbeite ich diese mit dem Kind auf eine möglichst einfache, altersgemäße Weise. Dies kann beispielsweise eine kleine Aufstellung mit Zeichnungen des Kindes oder mit Püppchen sein – manchmal erzähle ich aber auch nur eine kleine Geschichte dazu. Im Anschluss daran bitte ich die Eltern, ohne das Kind in die Praxis zu kommen und mit Aufstellungen in der Einzelarbeit oder in der Gruppe nach Lösungen für das Kind zu suchen. Meistens sind es die Mütter, die sich dazu bereit erklären, aber es berührt mich immer wieder, wenn auch zunächst skeptische Väter sich ihren Kindern zuliebe für diese ungewohnte Arbeitsweise öffnen.

Lisa Böhm: Du verbindest bei den Kindern die kinesiologische und systemische Arbeit und bewirkst damit, dass Eltern zu dir in die Praxis kommen, die zunächst das Problem nur bei ihren Kindern gesehen haben. Magst du dazu noch einen Fall aus der Praxis schildern?

Barbara Innecken: Ein berührendes Beispiel ist der 5-jährige Markus, der mit seiner alleinerziehenden Mutter in die Praxis kommt. Er ist zappelig und unkonzentriert, seine Sprache und seine Feinmotorik sind nicht altersgemäß entwickelt. Die kinesiologische Arbeit, die Markus gerne mitmacht, leitet eine positive Entwicklung ein, aber eines Tages hat Markus keine Lust mehr, kinesiologisch mit mir zu arbeiten. Aus Erfahrung weiß ich, dass Kinder, zu denen ich eigentlich einen guten Draht habe, mit ihrer Weigerung ausdrücken wollen: „Schau woanders hin!“ Auf dem Schoß seiner Mutter lade ich ihn zu einem „Püppchenspiel“ mit Mama, Markus und Papa ein. Zu einem solchen Spiel hat Markus Lust, und es stellt sich bald heraus, dass hier jemand fehlt. Auf meine Frage nach einem Geschwister schluckt die Mutter und sagt: „Ja, das ist schon sehr lange her, da hätte es noch jemanden gegeben, aber das hat nicht sein sollen.“ Ich merke, dass die Mutter an dieser Stelle nicht mehr dazu sagen möchte, und stelle mit den Worten „Hm, da gibt es noch einen kleinen Schutzengel“ ein Püppchen zur Familie dazu. Markus ist mit dem „Engelchen“ ohne weiteres Nachfragen sehr einverstanden, und wir beenden das Spiel nach einer Weile. In der darauffolgenden Stunde kommt die Mutter auf meine Bitte hin alleine und wendet sich in einer Aufstellung in der Einzelarbeit all den unterdrückten Gefühlen zu, die sie im Zusammenhang mit dem abgetriebenen Kind aus einer anderen Partnerschaft bewegen. Sie beschließt, wenn Markus älter ist, mit ihm über die Geschichte dieses Kindes zu sprechen. Nachdem Markus seine „Aufgabe“, auf die Not seiner Mutter aufmerksam zu machen, erledigt hat, ist er nach einiger Zeit wieder bereit, sich seiner eigenen, persönlichen Entwicklung mithilfe der Kinesiologie zuzuwenden.

Lisa Böhm: Mit diesem letzten Beispiel wird sehr deutlich, wie nahtlos die Arbeit mit Kind und Mutter ineinanderfließt und sich die beiden Methoden ergänzen können. Liebe Barbara, vielen Dank für das Gespräch und die anschaulichen Beispiele.



Lisa Böhm, geboren 1949, Pädagogin, Heilpraktikerin mit eigener Praxis, seit 1994 Methoden der humanistischen Psychotherapie. Aus- und Weiterbildungen in angewandter Kinesiologie und Psychokinesiologie, Familienstellen und systemischen Aufstellungen, sychologische Astrologie, Horoskopaufstellungen, Langjährige Meditationspraxis

www.lisaboehm.de



Barbara Innecken, geboren 1952, Pädagogin, Sprachtherapeutin, seit 1994 in freier Praxis für Sprach- und Psychotherapie und als Referentin an verschiedenen Weiterbildungsinstituten tätig. Aus- u. Fortbildungen in angewandter Kinesiologie, Psychokinesiologie, Familienstellen, NLP, Neuro-Imaginativem Gestalten (NIG). Buchveröffentlichungen: Kinesiologie – Kinder finden ihr Gleichgewicht, Don Bosco Verlag. Im Bilde sein – vom kreativen Umgang mit

Aufstellungen in Einzeltherapie, Beratung, Gruppen und Selbsthilfe, Carl-Auer Verlag (mit Eva Madelung). Weil ich euch beide liebe – Systemische Pädagogik für Eltern, Lehrer und Erzieher, Kösel Verlag.

www.barbara-innecken.de