

# „Meine Erfahrungen mit Kinesiologie“



## KINESIOLOGIE goes SONDERSCHULE

Schon seit einigen Jahren darf ich Kinder dabei unterstützen, mit Hilfe kinesiologischer Methoden, wie Brain Gym® und Touch for Health, energetische Blockaden zu lösen. Inspiriert durch die positiven Erfahrungen mit Kindern unterschiedlichen Alters in meiner Praxis, habe ich entsprechende Projekte in verschiedenen Schultypen, darunter einer Allgemeinen Sonderschule, durchgeführt.

Der 8-jährige Markus (Name von der Redaktion geändert) hatte große Probleme in der Volksschule. Fehlende Konzentration und Aufmerksamkeit, mangelnde Motivation, Probleme beim Zuhören und Schwierigkeiten beim Rechnen waren einige der Herausforderungen, mit denen sich der 8-Jährige konfrontiert sah. Die Erledigung der Hausübung wurde zu einer Prozedur, die sich bis in den Abend hinein zog. Eine nervliche Zerreißprobe für alle Beteiligten.

Als Markus mit seinen Eltern zu mir kam, fiel sofort seine fehlende Körperspannung auf. Die Ausführung der verschiedenen Muskeltests und Übungen forderte von ihm größte Anstrengung.

Nach nur einer kinesiologischen Sitzung und konsequentem täglichen Durchführen der individuell für Markus ausgetesteten Brain Gym® Übungen über einen Zeitraum von ca. 2 Monaten schienen die meisten seiner Probleme wie weggeblasen. Markus war konzentrierter und vor allem motivierter. Die Hausübung wurde fast selbständig und innerhalb kürzester Zeit erledigt und den Eltern wurde während der Autofahrt mit Begeisterung vorgerechnet.

### Der Weg zur Allgemeinen Sonderschule

Kurz darauf erzählte ich einer befreundeten Volksschullehrerin von Markus' positiven Veränderungen. Begeistert ermutigte sie mich, meine kinesiologische Arbeit auch an einer Sonderschule vorzustellen. Gesagt, getan. Bei der Schulleiterin der Allgemeinen Sonderschule Schwechat traf ich auf großes Interesse. Sie erhoffte sich bei ihren SchülerInnen insbesondere Verbesserungen im Bereich Lesen und Leseverständnis. Schon kurze Zeit später konnte ich mein sechswöchiges Kinesiologie-Programm beginnen.

### Testung vor Beginn

Am ersten Tag erwartete mich aber noch eine Überraschung: Die Direktorin hatte in einigen der teilnehmenden Klassen einen Test durchführen lassen, welcher die Bereiche sinnerfassendes Lesen, Wort-Bild-Zuordnung, Anlaute, Ja-Nein-Fragen, Verständnisfragen und ein Kreuzworträtsel umfasste. Dieser sollte nach Abschluss meiner kinesiologischen Arbeit wiederholt werden, um die entsprechenden Weiterentwicklungen bei den Kindern beobachten und auswerten zu können.

Erster Gedanke: "Oh Gott! Ich muss das unbedingt schaffen!"

Zweiter Gedanke: "Wow, was für eine tolle Chance für die Methode!" - Mit Freude und voller Motivation machte ich mich also ans Werk.

### Sechs Wochen mit unterschiedlichsten Kindern

Innerhalb der nächsten sechs Wochen hatte ich in insgesamt sechs Klassen jeweils eine halbe Unterrichtseinheit Zeit für meine Arbeit. Die Klassenschülerzahl variierte zwischen 7 und 8 Kindern im Alter von 7 bis 15 Jahren. In vier der teilnehmenden Klassen wurden lernbehinderte Kinder betreut, eine Klasse war kooperativ-integrativ geführt. Eine weitere Gruppe bestand aus SchülerInnen verschiedener S-Klassen, also Klassen mit schwerstbehinderten

Kindern, bei denen ich mich hauptsächlich auf Koordination und Konzentration fokussierte.

### Umfangreiches Programm, wenig Zeit

Mein Programm basierte hauptsächlich auf Übungen und Balancen aus der Brain Gym® Methode.

Um die Bereitschaft zum Lernen zu fördern, gehörte das PACE - die Brain Gym® Anschaltübungen - natürlich zum Basisprogramm. Die Übungen umfassen Wasser trinken, Überkreuzbewegungen, Gehirnkнопfe und Hook Ups. Ergänzend gab es weitere Übungen wie beispielsweise die liegende Acht, die Eule, den Elefanten, die Nackenwiege und die Denkmütze. Auch die Augenbalance und die neurovaskulären Haltepunkte kamen regelmäßig zum Einsatz. Da die Zeit natürlich sehr begrenzt war und auch keine Behandlungsliege zur Verfügung stand, improvisierte ich und wandte Auszüge aus der Neubahnung im Stehen an. Mit Unterstützung der Pädagoginnen gelang es so, trotz knappen Zeitrahmens jedem einzelnen Kind eine individuelle Balance zukommen zu lassen.

Zwischen meinen wöchentlichen Besuchen wurden zumindest die PACE-Übungen täglich von den Pädagoginnen in den Unterricht eingebaut.

### Ein sehr erfreuliches Ergebnis

Nach Ablauf des Programms war ich natürlich auf die Ergebnisse der Tests sehr gespannt. Als dann die E-Mail der Direktorin kam, war die Freude über das gemeinsam Erreichte entsprechend groß: Ein wunderbarer Erfolg für die Kinder, die Methode und natürlich auch für mich selbst. Hier ein Auszug:

*Sehr geehrte Frau Munk!*

*1. Klasse: Verbesserung Leseverständnis & Rechtschreibung: bei 6 von 7 Kindern*

*2. Klasse: Verbesserung Leseverständnis & Rechtschreibung: bei 7 von 8 Kindern*

*Bei den schwerstbehinderten Kindern hat sich die Raum-Lage bzw. die Verknüpfung Links-Rechts verbessert: sichtbar beim Stiegensteigen und der Hand-Augen-Koordination.*

*Mit einem Wort: Es war ein voller Erfolg und die Kinder fordern nach wie vor die Übungen ein.*

*Mit lieben Grüßen*

### Es ging weiter

Aufgrund dieser Resultate wurde ich auch im Frühjahr 2015 zur Fortsetzung meiner Arbeit an die Allgemeine Sonderschule Schwechat eingeladen.



**Michaela Munk**  
Kinesiologin

Kontakt:  
Hauptplatz 7, 2320 Schwechat

Tel.: 0699 114 99 661  
E-Mail: office@munk-kinesiologie.at  
[www.munk-kinesiologie.at](http://www.munk-kinesiologie.at)