



„Ich habe keine Worte aber viel zu sagen“ - Unterstützte Kommunikative Kinesiologie (UKK) kennen lernen

UKK ist eine neu entwickelte Kommunikationsform. Gemeinsam mit Menschen mit schwerer geistiger und körperlicher Behinderung (mein UKK-Team) habe ich sie erarbeitet. So können alle Menschen die etwas sagen möchten, dies auch ohne Worte tun. Körperliche oder seelische Handikaps stellen keine Hindernisse dar. Wer etwas zu sagen hat, kann dies mit Hilfe von UKK auch tun.

Wenn jemand UKK erlernt, eignet er sich sozusagen eine neue Fremdsprache an. Eine Fremdsprache die ihre Grenzen hat, aber auch viele neue Möglichkeiten.

Ich selbst war 21 Jahre als Erzieherin im Schwerbehindertenbereich tätig. Ich arbeite seit 2002 freiberuflich als Dozentin und Begleitende Kinesiologin.

Unterstützte Kommunikation + Kinesiologie = Unterstützte Kommunikative Kinesiologie = UKK

➤ **Kinesiologie?**

Der Arzt und Chiropraktiker Dr. George Goodheart hat festgestellt: Muskelreaktion und seelisches bzw. körperliches Befinden haben einen Zusammenhang! In der Kinesiologie wird diese Reaktion genutzt um den Körper zu fragen, was ihm gerade gut tut. Man nennt das „Muskeltest“.

Es gibt die „Medizinische Kinesiologie“ nur für Ärzte oder Heilpraktiker. Menschen ohne medizinisches Wissen arbeiten mit der „Begleitenden Kinesiologie“. Sie suchen mit dem Muskeltest einfache Bewegungsübungen aus, die den Menschen gut tun.

UKK gehört zur „Begleitenden Kinesiologie“. Sie ist **keine Therapie!** Sie hilft dabei miteinander zu sprechen. Das geht so:

Der UKK-Anwender (diese Person hat UKK erlernt) stellt Fragen. Diese müssen mit „ja“ oder „nein“ beantwortet werden können. Der Muskeltest gibt dann die Antwort, auch wenn jemand nicht sprechen kann.

Nicht jeder hat die Kraft den Muskeltest selbst zu machen. Eine Ersatzperson kann dies übernehmen. In der Kinesiologie heißt diese Person „Surrogat“. So kann jeder etwas sagen, der etwas zu sagen hat – auch ohne eigene Worte!



Nähere Informationen zum Muskeltest und Surrogat finden Sie im Anhang (nicht in leichter Sprache).

➤ **Die Fragetechnik?**

Für mein UKK-Team war wichtig: „Wir wollen nicht nur Deine Fragen beantworten! Wir wollen auch von Dir etwas wissen! Wir wollen Gespräche auf Augenhöhe!“

Mit einem einfachen Frageschema haben wir das erreicht. Für jemanden, der UKK als Anwender erlernen möchte ist es aber oft nicht leicht so einfach zu denken und passende Fragen zu stellen. In Seminaren wird dies zwei Tage lang geübt.

Es gibt bei UKK vier Kernfragen. Sie geben einem Gespräch Struktur.

- Möchtest Du etwas erzählen?
- Hast Du eine Frage?
- Brauchst Du Hilfe?
- Hast Du ein Problem?

Mit gedanklichen Orientierungsfragen grenzen wir ein Thema immer mehr ein. So kann man alle möglichen Gespräche führen. Das macht viel Spaß!

- Ich habe versucht das Wichtigste in leichter Sprache zu erklären – kann das aber noch nicht richtig. Dafür entschuldige ich mich. Ich bin noch beim Lernen!

Wer mehr von mir wissen möchte – hier meine Adresse:

Sibylle Wiedemann
Augustin-Schlegel-Str.33
D-87755 Kirchhaslach/ Grh.

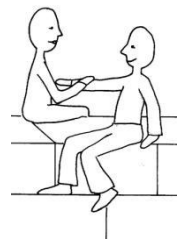
Tel.: 0049 – (0)8333 – 934 913
Fax.: 0049 – (0)8333 – 934 838

www.treffpunkt-kinesiologie-wiedemann.de
post@treffpunkt-kinesiologie-wiedemann.de

Anhang (nicht in leichter Sprache):

Muskeltest - die Handhabung

Das „Handwerkszeug“ der Kinesiologie ist der einfache Muskeltest. Generell kann jeder Muskel des Körpers getestet werden. Der Einfachheit halber wird oft ein Arm muskel, z.B. der mittlere Deltamuskel getestet.



Vorgehen:

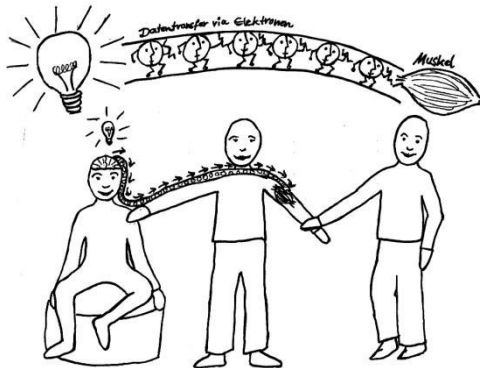
Die Testperson hebt einen Arm parallel zum Körper um ca. 45° an. Die Handfläche ist offen und zeigt zum Boden, der Ellenbogen ist durchgedrückt. Der Kinesiologie- Anwender drückt den Arm leicht nach unten während die getestete Person versucht dem Druck Stand zu halten.

Mit Hilfe von „Klärungstests“ wird überprüft, ob die Verbindung vom Testmuskel zum Gehirn und wieder zurück normal funktioniert. Ist dies nicht der Fall, kann dies mit geeigneten Methoden korrigiert werden. Erst jetzt kann der Testmuskel als Anzeigeelement verwendet werden.

Auf Ja/Nein – Fragen reagiert der Muskel in der Regel bei „ja“ mit „stark sein“, bei „nein“ mit „abschalten“. Genau diese Reaktion wird bei UKK verwendet.

Wichtig: Dieses „Halten und Drücken“ ist kein Kraftakt! Es kommt auf eine spürbare „Verriegelung“ oder „Sperrung“ im Muskel an. Der Arm ist für die Testperson entweder ganz leicht zu halten oder nur unter großer Kraftanstrengung - wenn überhaupt. Diese Kraftanstrengung ist aber weder erforderlich noch erwünscht.

Surrogat - Vermittler zwischen Klient und UKK-Anwender



Für Menschen, deren Muskeln auf Grund ihrer körperlichen Verfassung nicht getestet werden können (Babys, kleine Kinder, Menschen mit Behinderung...), gibt es in der Kinesiologie die Möglichkeit den Muskeltest über eine dritte Person (Surrogat), die Körperkontakt zur Testperson hat, durchzuführen. Die dritte Person ist durch ihren Testmuskel lediglich Anzeigeelement für die Botschaften (chemischer und elektromagnetischer Art), die vom Körper der zu testenden Person

ausgesandt werden.

Stellen Sie sich vor, sie haben eine Reihe mit Dominosteinen aufgebaut (als Synonym für unsere Nervenzellen). Alle Steine stehen dicht hintereinander. Der Körper der zu testenden Person gibt den ersten Impuls, der den ersten Stein zum Umfallen bringt. Alle folgenden Steine nehmen diesen Impuls auf und leiten ihn so an den Testmuskel des Surrogats.

Sehr vereinfacht ausgedrückt heißt dies in Bezug auf den menschlichen Körper:

1. Ein Reiz (elektromagnetische Schwingung) wird über ein Sinnesorgan vom Körper wahrgenommen.
2. Via Elektronen (in den Nervenzellen) und chemischer Substanzen (Neurotransmitter an den Verbindungsstellen der Nervenzellen) wird der Reiz an das Gehirn weitergeleitet → Energie, besser bekannt als Strom, fließt.
3. Die Verarbeitungsvorgänge im Gehirn sind wiederum nichts anderes als elektrochemische Vorgänge.
4. Das Gehirn sendet seine Antwort auf einen erhaltenen Reiz auf gleichem Weg an das Erfolgsorgan, z.B. einen Muskel zurück.
5. Dieser Impuls kann, wie bei den Dominosteinen, auf den Körper einer anderen Person übertragen werden → der Muskel dieser Person wird so als Werkzeug für kinesiologische Arbeit an Drittpersonen.