

Volker Hepp



Kinesiologisches NLP-Coaching

Was ist Kinesiologie/3in1 concepts?

Kinesiologie ist eine Feedback-Methode, die direkt mit dem Körper ausgeführt wird. Als Handwerkszeug wird dabei der Muskeltest verwendet, mit dem der Körper über seine Stressoren befragt wird. Da alle vom Menschen gemachten Erfahrungen in seinem zentralen Nervensystem und Zellgedächtnis gespeichert sind, dient der Muskeltest zur Kommunikation mit der Körper-Seelen-Geist-Ebene, um Blockaden aufzuspüren und die beste Möglichkeit zur Lösung zu finden.

Das System von 3in1 Concepts ist eine Kombination aus Angewandter Kinesiologie, Verhaltensgenetik und Methoden zum Abbau von Stress sowie Verfahren zur Auflösung von Blockaden zur Integration von Körper und Gehirn. Der dabei verwendete Muskeltest hat nichts mit einer Kraftanwendung wie z.B. in der Physiotherapie zu tun. Er ist ein sanftes Biofeedback (eine Antwortmöglichkeit) des Körpers.

Ein Beispiel hierfür:

Bei vielen Fernsehkrimis gibt es Gemeinsamkeiten, so z.B. wenn eine schlechte Nachricht an eine Person überbracht wird. Die Menschen werden beim Überbringen der Nachricht entweder zum Sitzen aufgefordert oder sie setzen sich von alleine hin. Warum? Es ist uns allen schlüssig. Jeder kennt die bekannte Schwäche (oder kann sie sich zumindest vorstellen), die unsere Knie erzittern lässt und unseren gesamten Körper ins Wanken geraten lässt, wenn uns eine schlechte Nachricht ereilt...

Diese Muskelreaktion macht sich die Angewandte Kinesiologie und 3in1 concepts zu nutze.

Was ist NLP?

Das Neuro-Linguistische Programmieren beschreibt - ausgehend von Erkenntnissen der modernen Systemtheorie, Linguistik, Neurophysiologie und Psychologie - die wesentlichen Prozesse, wie Menschen

- sich selbst und ihre Umwelt wahrnehmen,
- diese Informationen auf ihre eigene Weise verarbeiten,
- auf dieser Grundlage handeln,
- entsprechend miteinander kommunizieren,
- lernen und
- sich verändern.

Menschen unterscheiden sich in der Art und Weise, wie sie bestimmte Situationen, sich selbst, andere Menschen, ihre Beziehungen, ihre berufliche Tätigkeit und den Alltag erleben. Je nachdem, wie wir uns selbst und unsere Umwelt wahrnehmen, wie wir denken, wie wir fühlen und diese Gefühle bewerten, kann ein und dieselbe Situation als angenehm und wohltuend oder aber als schwierig und belastend erlebt werden.

Basierend auf Studien und Modellen zur menschlichen Wahrnehmung und Informationsverarbeitung macht NLP bewusst, welche Faktoren unser Erleben steuern und wie wir unsere Erfahrungen selbst erschaffen.

Kinesiologisches NLP-Coaching

Ich sehe den Mensch in seiner Gesamtheit aus „Körper – Geist – Seele“. Jeder dieser Teile benötigt eine andere Ansprache, wenn es um Ansätze zur Veränderung geht. Und vielleicht gibt es auch eine bestimmte Reihenfolge der Ansprache? Manchmal ist es besser, von der Körper-Wurzel aus einzusteigen und manchmal ist es besser, gerade umgekehrt zu beginnen.

Meine bisherigen Erfahrungen zeigen, dass im Westen auf der Ebene des Geistes gearbeitet wird, während bei Naturvölkern mehr auf der Seelenebene geheilt wird, z.B. bei vielen Schamanen. Zu den Verfahren, die mit dem Geist arbeiten, zähle ich NLP, auch wenn zum Teil mit Trancen gearbeitet wird. Damit wird der Geist vorübergehend auf die Reise geschickt, meistens ist er jedoch noch präsent und unterbindet das, was er nicht möchte. Damit kann Veränderungsarbeit erschwert werden.

Während meiner kinesiologischen Ausbildung entdeckte ich diese Seite der Veränderungsarbeit. Jeder Mensch hat alle seine Ressourcen in sich und mittels des Biofeedbacks (Armmuskeltest) lassen sich Stressoren zum Thema sehr schnell entdecken, lokalisieren.

Der Muskeltest funktioniert nach dem Motto: Habe ich mit ETWAS Stress, dann testet der Arm schwach, habe ich mit ETWAS keinen Stress, testet der Arm stark. Das ETWAS kann dabei Vielerlei sein: Nahrung, Situationen, Menschen, Orte, Glaubenssätze, Werte, Ziele usw.

Geist und Körper sind Teile ein und desselben kybernetischen* Systems Mensch, die sich gegenseitig beeinflussen. Was im mentalen Bereich (kognitiv wie emotional) geschieht, wird von einem korrespondierenden somatischen, d.h. körperlichen Zustand begleitet.

Meine Synthese: Zwei Verfahren, die harmonisch eine Verbindung zwischen Kopf und Körper herstellen – NLP und Kinesiologie!

* (Wikipedia: Die Kybernetik ist die Wissenschaft von der Struktur komplexer Systeme, insbesondere der Kommunikation und Steuerung einer Rückkopplung (engl. Feedback) bzw. eines Regelkreises (siehe auch Regelungstechnik).

Ihre Vorteile:

- Präzises diagnostisches Mittel zur Anamnese und während der Arbeit
- Schnelle, unmissverständliche Antworten auf Ihre Fragen
- Schnelles Abprüfen von Lösungsmöglichkeiten
- Tiefe Schichten des Körperbewusstseins werden angezapft
- Hervorragende Methode, um verdeckt zu arbeiten. Es reicht, wenn Sie an das Thema denken – Ihre Arme reagieren – so oder so.

Der kinesiologische Armmuskelttest in Verbindung mit NLP ist für mich die Möglichkeit, schnell und zielgerichtet Ihre Fragestellungen auf Stimmigkeit abzutesten, neue Wege mittels „Ja/Nein“-Muster aufzuzeigen und die Ökologie der angestrebten Lösung auszutesten. Durch das Körperfeedback erhalten Sie wertvolle Informationen, die Sie vielleicht durch eine rein kognitive Arbeit („Blinder Fleck“) nicht erhalten hätten, je nachdem.

Für Fragen, Einzelsitzungen und/oder Weiterbildung für NLP-Practitioner und NLP-Master:

Volker Hepp
Schornstraße 24
82266 Inning am Ammersee
Fon. 08143 – 99 266 76
Fax. 08143 – 99 266 78
Mail. Info@volkerhepp.com
www.volkerhepp.com