Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад №14 «Колобок»

**Консультация «Что такое кинезиология?»**

Воспитатель: М.Э. Сергеева

Консультация «Что такое кинезиология?»

В современном мире у людей множество различных заболеваний, которым традиционная медицина не уделяет должного внимания. В этом на помощь приходит такая наука, как **кинезиология**, включающая в себя новые методы поддержания физического и психического здоровья, а так же предотвращения многих заболеваний. Так же многие специалисты во всем мире признают важность развития данной отрасли с медицинской и психотерапевтической точки зрения.

Так что же **такое кинезиология**? Значение этого термина происходит от греческого слова *«****кинезис****»*, что в переводе означает *«движение»*. Данный термин применяется в медицине чтобы изучить мышцы и движения тела. *«Прикладная****кинезиология****»*, основателем которой является Джордж Гудхарт, применяется для мышечного тестирования, диагностики и коррекции к различным аспектам здоровья. **Кинезиология-** это единая система движения и взаимодействия энергетических систем. Мягкое определение мышечного ответа на мониторинг тех зон, которые заблокированы и находятся в дисбалансе, ослабляют физические, эмоциональные и энергетические факторы. **Такое** определение приводится в Федерации **Кинезиологии**, высшей инстанции для отделения в Великобритании.

С момента возникновения Прикладной **[кинезиологии в 1964 году](https://www.maam.ru/obrazovanie/kineziologiya" \o "Кинезиология. Кинезиологические упражнения и игры для детей)**, начало появляться много других отраслей и направлений **кинезиологии**. Все они разделяют философию улучшения здоровья и применяют мышечное тестирование и другие приемы для коррекции. Между ними есть множество дыр, различие в начальной точке, но цель одна - достичь баланса и гармонии.

Концепция "ТРИ В ОДНОМ" относительно новое направление **кинезиологии**. Она была создана в 1972 году, авторами по праву считаются Гордон Стоукс, Кэндис Коллоуэй и Дэниел Уайтсайд. Они разработали практическую методику, которая гармонично соединила в себе мудрость Востока и научность Запада. Название данной концепции заключает в себе единство всего сущего: тело-разум-дух, мысль-эмоция-действие, сознание-подсознание-тело. Данный метод помогает убрать травмы прошлого, избавиться от блоков, которые мешают человеку развиваться, достигать успеха и быть счастливым. Данный метод применяется для решения следующего рода задач: снятие острого стресса, помощь в решение конфликтных ситуаций в любой сфере жизни человека, хроническое плохое настроение, депрессия, зависимость, страхи, фобии, а так же сложности в обучении, общении с людьми и многое другое. Концепция Три в одном работает следующим образом: проводится диагностика проблемы, выявляется деструктивная модель поведения, определяются и рассеиваются стресс-блоки в подсознании и теле, а так же интегрируется правое и левое полушарие головного мозга с целью запустить процесс самовосстановления.

При этом неверно считать, что **кинезиология** может вылечить абсолютно всё. Это далеко не так, ведь **кинезиологи** не лечат других людей: тело постоянно пытается само себя вылечить. **Кинезиология** просто помогает в этом и поддерживает данный процесс, она дает **кинезиологу** разрешение на работу с клиентом, чтобы верно протестировать, что нуждается в балансировке и восстановлении. Мышечное тестирование так же дает **кинезиологу** и клиенту точный ответ, подтверждающий, что идет восстановительный процесс. Данный вид тестирования является основным методом обследования, применяемым в **кинезиологии**. При тесте мышца изолируется от других мышц, с которыми она обычно взаимодействует. Мышцы вводится в сокращение, таким образом, оба её конца находятся на наиболее близком расстоянии друг от друга. Тестируемого просят удерживать данное положение, по тестирующий производит легкое нажатие, толкая в **таком направлении**, чтобы растянуть мышцу. Тестируется возможность нервной системы человека адаптироваться к изменению давлению тестирующего, что позволяет определить мышечный ответ. Если тело даёт утвердительный ответ на поставленный вопрос, то тестируемая мышца сокращается и становится твёрдой, упругой. Это означает, что ответ сильный. Если то, о чём спрашивает **[кинезиолог при тестировании](https://www.maam.ru/obrazovanie/kineziologiya-konsultacii" \o "Кинезиология. Консультации для родителей)**, вызывает стресс у организма или тело хочет дать отрицательный ответ на ваш вопрос, то мышца становится вялой, расслабленной, то есть ответ слабый. Таким образом, **кинезиолог** с высокой точностью считывает сигналы с тела и общается с ним.

При **кинезиологическом** обследовании мышечное тестирование используется двумя различными путями:

1. В форме серии специальных мышечных тестов для обнаружения того, как хорошо работает тело во всех аспектах - структурном, химическом и эмоциональном.

2. Тестированием индикаторной мышцы ИМ, когда используется одна мышца для получения не озвученных ответов на стимулы, которые могут относиться к структурным, химическим, эмоциональным или электромагнитным факторам.

Данные методы применяются во всех направлениях **кинезиологии**, так же отдают предпочтение тестированию индикаторной мышцы.

Мышца индикатор - непосредственная работа с одной мышцей как для получения информации о теле, мозге или другой части тела. Это может быть любая мышца тела.

Мышечное тестирование - это биологическая связь со всем организмом и мозгом. Тестируемый является единственным источником информации, так как только он знает всю правду о себе. Данным методом можно безболезненно и безопасно проработать различный негативный опыт, который касается прошлого или настоящего. С помощью тестирования можно выявить любую проблему, определить ситуацию, узнать, что из прошлого негативного опыта все еще влияет на вас, и понять, как с этим справиться. Так же можно задать любой вопрос организму пациента и получить на него точный ответ. К примеру, в каком возрасте возникла та или иная стрессовая ситуация, какая из них способствовала тогда развитию стресса, какое эмоциональное состояние было у человека в тот момент, какие коррекции лучше применить для рассеивания стресса. С помощью мышечного тестирования можно определить наиболее эффективные способы помощи клиенту. **Кинезиология** открывает для человека поистине неограниченные возможности. Помогает найти причину неудач, которые с нами происходят.