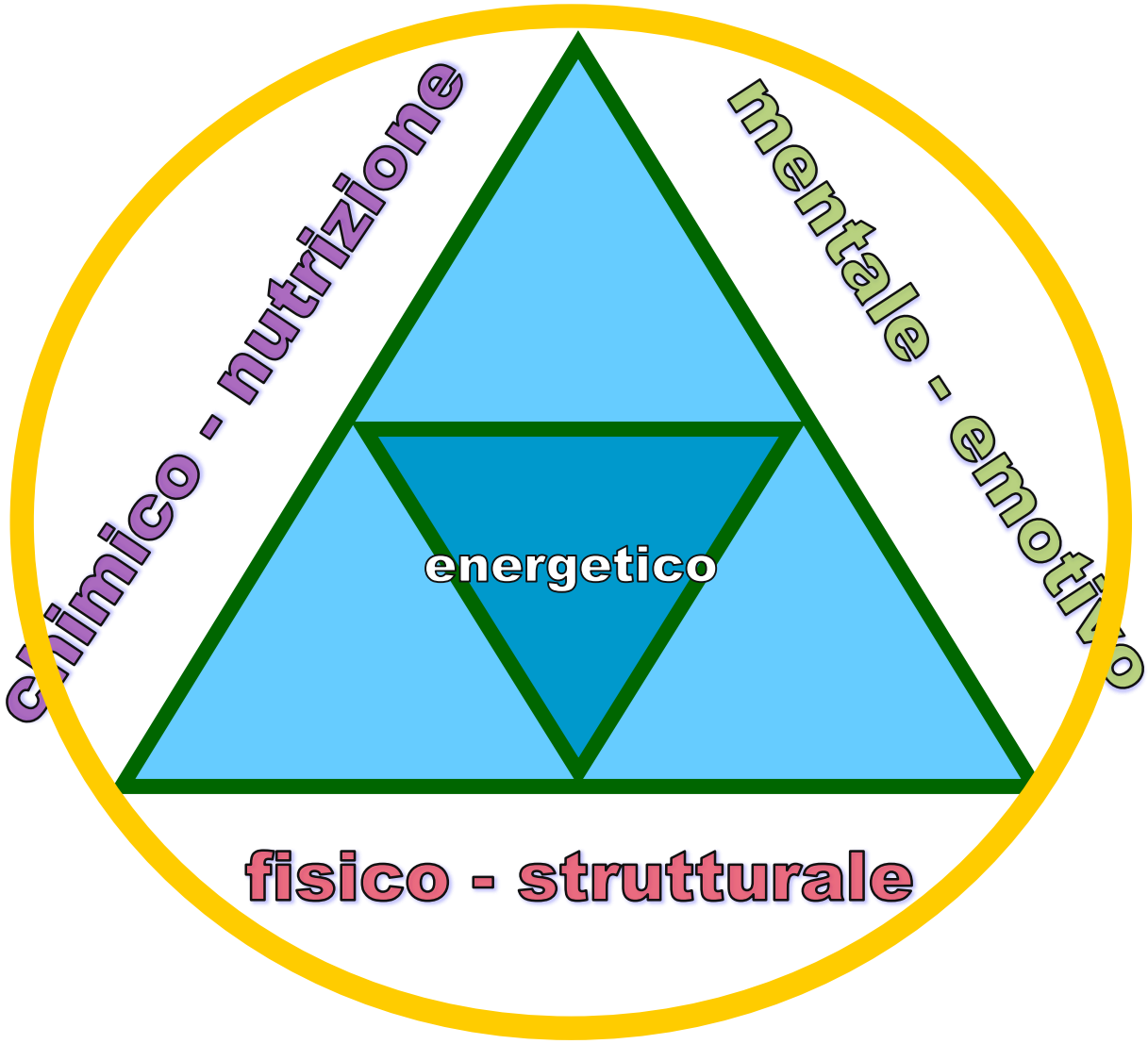
COS'E' LA KINESIOLOGIA?

La Kinesiologia Specializzata
è una Disciplina Bio-Naturale
che unisce i metodi di benessere occidentali
ad alcuni concetti della tradizione orientale
ed è efficace per:

- ✓migliorare la qualità della vita;
- ✓utilizzare le risorse fisiche e mentali;
- ✓stimolare il potenziale di autoguarigione;
- ✓gestire in modo ottimale la reazione allo stress.

IL TRIANGOLO DELLA SALUTE



COME FUNZIONA KINESIOLOGIA?

Essa utilizza il

TEST MUSCOLARE KINESIOLOGICO DI PRECISIONE,

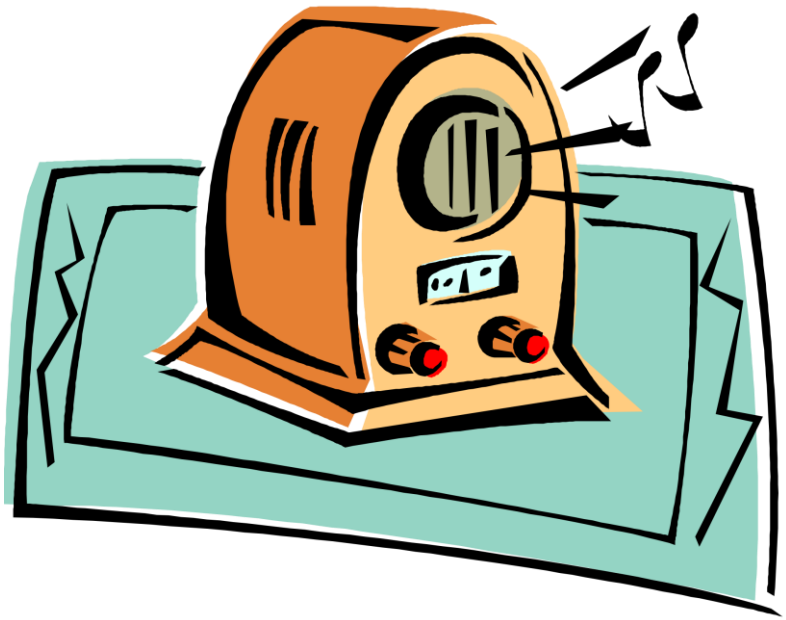
una semplice pressione sugli arti che permette di individuare l'origine del nostro disagio (fisico, emotivo, alimentare, ecc.) e di applicare le tecniche più appropriate per ripristinare il nostro equilibrio e stimolarci a nuove opzioni.

COME FUNZIONA LA KINESIOLOGIA?

Il TEST MUSCOLARE KINESIOLOGICO di precisione verifica, attraverso la variazione del tono muscolare, se un alimento, un colore, una sostanza, un'emozione o uno stato mentale, possono creare stress al sistema corpo-mente.

Il test muscolare si può, quindi, considerare un modo per comunicare con il sistema nervoso e permette, attraverso la velocità di risposta del muscolo, di accedere alle memorie profonde del sistema corpo-mente.

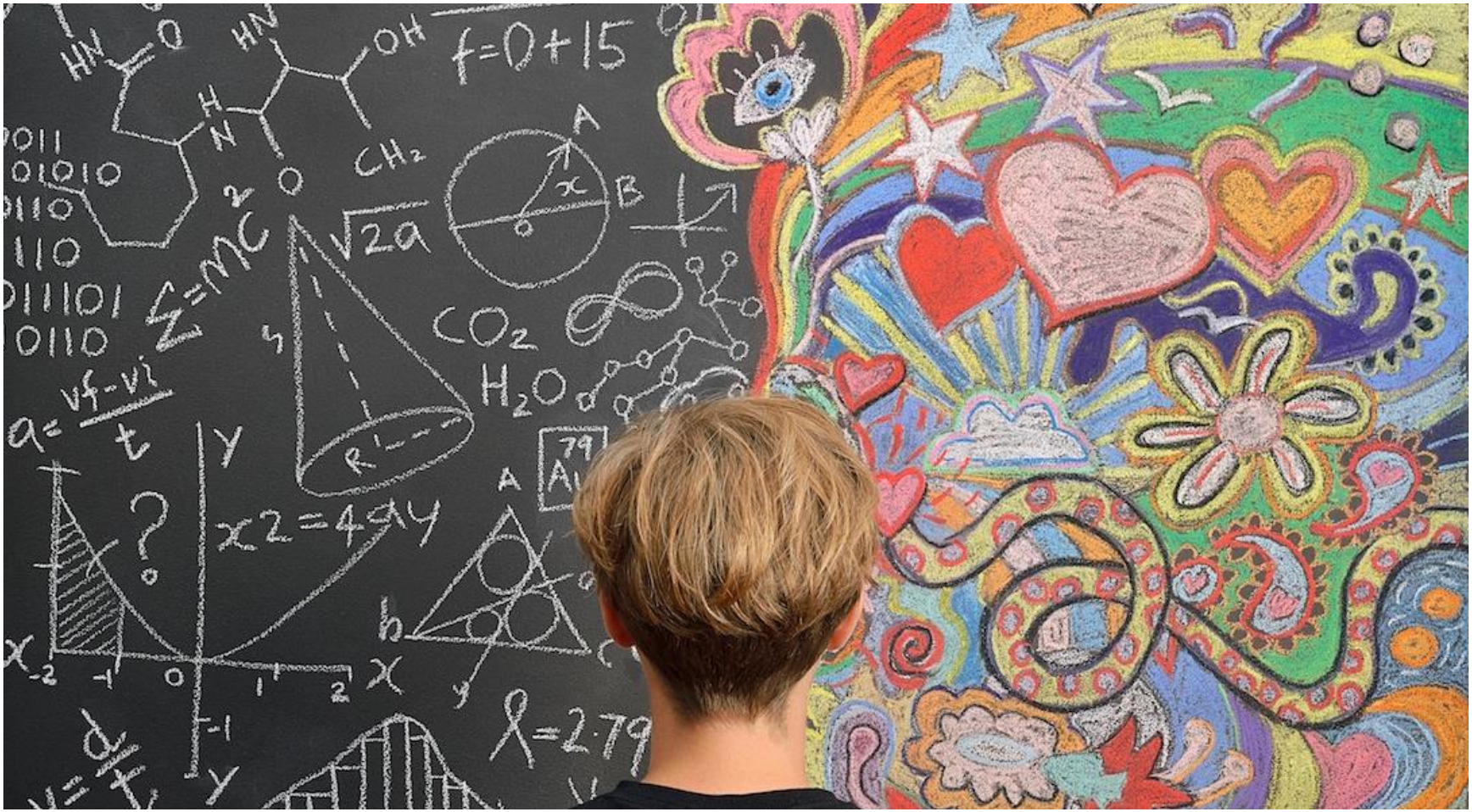
Il TEST MUSCOLARE KINESIOLOGICO di precisione



Può essere considerato come un **"lettore di frequenze energetiche"** del sistema corpo-mente

che fornisce al kinesiologo risposte diverse in relazione a stimoli che possono essere di diversa natura.

TOUCH FOR LEARNING:
KINESIOLOGIA DELL'APPRENDIMENTO



LA CAPACITA' DI APPRENDERE DIPENDE DALL'ALLENAMENTO A CUI SOTTOPONIAMO IL NOSTRO SISTEMA NERVOSO

Il cervello ed i sistema nervoso costituiscono un computer molto sofisticato che viene programmato dalle attivita' che svolgiamo, che a loro volta sono ampliamente influenzate dall'ambiente in cui viviamo.

Nessuna attivita' e' gia' completamente predeterminata nel nostro sistema nervoso.Per fare un esempio se un neonato fosse allevato da un animale a quattro zampe non imparerebbe a camminare.

Abbiamo bisogno di un'iniziale esempio esterno per apprendere qualunque attivita'.

Abbiamo un'intelligenza potenziale pronta per essere applicata in una determinata attivita'.

Questa **intelligenza potenziale** puo' avere delle memorie genetiche predeterminate che aiutano o limitano la capacita' di apprendimento di una particolare attivita'.Maggiore e' la potenza di una memoria genetica riguardo una particolare attivita', maggiori saranno i supporti o limiti che incontreremo.E' comunque sempre necessario un ambiente esterno che faciliti il concretizzarsi del potenziale di apprendimento o che faciliti la sua espressione.

Per questa ragione cio’ che apprendiamo nei primi anni delle nostra vita diventa cosi’ importante nell’influenzare tutte le capacita’ di apprendimento.La nostra idea della vita viene ampliamente influenzata dal comportamento di chi ci sta’ intorno e dall’ambiente in cui viviamo.

La nostra idea appresa del mondo non sempre collima col nostro potenziale genetico predeterminato.

L’apprendimento puo’ diventare una lotta tra le tendenze innate e quelle apprese, dove nessuna delle due e’ necessariamente sempre migliore dell’altra

Nell’emisfero **destro** abbiamo le tendenze **innate** in quello **sinistro** le tendenze **apprese**

LA CAPACITA’ DI VIVERE IN EQUILIBRIO TRA LE TENDENZE GENETICHE INNATE E QUELLE APPRESE PERMETTE L’OTTIMALE FUNZIONAMENTO DEL NOSTRO SISTEMA NERVOSO

Le possibilita’ di mettere a disposizione le proprie capacita’ di apprendimento e’ ovviamente influenzata dalla quantita’ di energia che abbiamo a disposizione e dalla sua espressione attraverso il corpo fisico e dall’influenza che i nostri valori hanno su essa.

Il cervello e’ diviso in due parti; gli emisferi destro e sinistro, collegati tra loro da un ponte chiamato corpo calloso.Il corpo calloso contiene un numero di neuroni molto inferiore rispetto ad ognuno degli emisferi cerebrali, cosicche’ la comunicazione puo’ bloccarsi quando si e’ sotto stress e poco allenati nell’usare il cervello in forma integrata.

Esiste una relazione diretta tra le specifiche difficolta’ di apprendimento e la mancanza di integrazione emisferica

SX MODELLO NEUROPSICOLOGICO DEI PROCESSI DEL CERVELLO DX

PROCEDE PASSO A PASSO LINEARE CONSEQUENZIALE CONSAPEVOLE DEL TEMPO

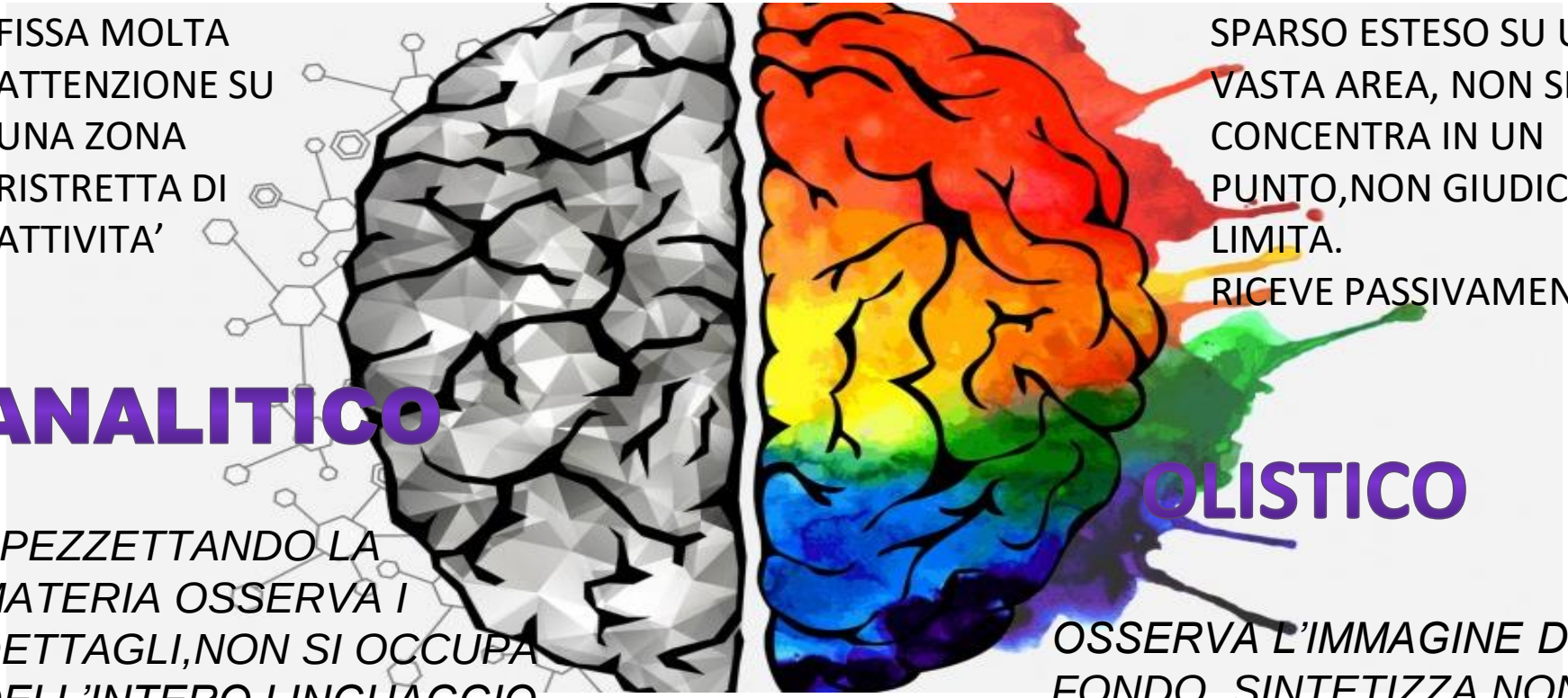
RICETTIVO, RITMO TONO,ARTE CONSAPEVOLEZZA DEL CORPO

FOCALE

DIFFUSO

FISSA MOLTA ATTENZIONE SU UNA ZONA RISTRETTA DI ATTIVITA'

SPARSO ESTESO SU UNA VASTA AREA, NON SI CONCENTRA IN UN PUNTO,NON GIUDICA O LIMITA.
RICEVE PASSIVAMENTE



ANALITICO

SPEZZETTANDO LA MATERIA OSSERVA I DETTAGLI,NON SI OCCUPA DELL'INTERO LINGUAGGIO

OLISTICO

OSSERVA L'IMMAGINE DI FONDO, SINTETIZZA NON SI OCCUPA DEL PARTICOLARE

TRY

COMBATTE , SI SFORZA,ESERCITA UN CONTROLLO COSCIENTE,ESPRIME L'IO

REFLEX

REAZIONI AUTOMATICHE,ISTINTO DI SOPRAVVIVENZA,INCONSCIO, RECETTIVO

L’emisfero sinistro nel suo modo di procedere è focale, analitico e consequenziale. È conosciuto come cervello “Try” o cervello del linguaggio. Controlla anche le funzioni muscolari motorie sul lato destro del corpo. L’emisfero destro è diffuso, olistico e simultaneo o parallelo. È detto anche “Reflex ” o cervello intuitivo. Controlla anche le funzioni muscolari motorie sul lato sinistro del corpo.

Scrivere, ascoltare, parlare e memorizzare sono atti che richiedono tutti similmente delle elaborazioni simultanee con entrambi gli emisferi cerebrali, così come lo richiedono molte attività di tipo fisico-sportivo, come l’atletica leggera, il tennis, la danza e i giochi sportivi di squadra.

Per una performance di successo molti compiti richiedono una elaborazione integrata e bilaterale degli emisferi

Quando abbiamo delle difficolta' di apprendimento,spesso le due meta' del cervello non lavorano insieme in modo integrato.

In questi casi vi e' una preferenza generale per la procedura unilaterale:

Usiamo troppo il cervello sinistro e non abbiamo una sufficiente capacita' per elaborare un'immagine globale(emisfero destro) e rilassarci in un'esperienza d'apprendimento libera da stress

Utilizziamo troppo il cervello destro e non abbiamo sufficiente abilita' per concentrarci ed elaborare le informazioni in una forma razionale

IN ENTRAMBI I CASI STIAMO OPERANDO IN UNA FORMA **UNILATERALE**

PER UNA PERFORMANCE DI SUCCESSO MOLTI COMPITI RICHIEDONO UNA ELABORAZIONE INTEGRATA E BILATERALE DEGLI EMISFERI

LOBI ANTERIORI E POSTERIORE

Lobo posteriore

Il cervello posteriore mantiene il controllo su tutte le funzioni di sopravvivenza.La parte posteriore del cervello contiene le informazione mnemoniche a lungo termine, tutte le funzioni sensoriali ed il controllo motorio muscolare per reagire agli imput sensoriali.Con queste informazioni la parte posteriore dell'emisfero dominante nuerologico genera la comprensione della realta'.Il senso di identita'o di chi siamo e' creato dagli imput sensoriali combinati con le informazioni provenienti dalla prima infanzia e dalle esperienze prenatali.

Gli imput sensoriali includono sensi esterni come la visione, l'ascolto l'odorato il gusto il tatto…..

Le emozioni sono imput sensoriali generati all’interno del cervello posteriore e utilizzano informazioni provenienti dai nostri magazzini di memoria a lungo termine.

Il modo in cui interpretiamo sensazioni esterne dipende spesso da come ci sentiamo in quel momento. Avete mai notato che le cose di poco conto non sembrano distrurbarci quando ci stiamo divertendo, ma quando siamo di malumore qualunque piccolo incidente ci irrita notevolmente?

Piu’ intenso e’ l’imput e piu’ radicata e’ l’informazione nelle banche della nostra memoria a lungo termine.

Quindi questi incidenti passati,associati a sentimenti emotivi intensi, giocano un ruolo preponderante su come il centro di controllo posto nel cervello posteriore dominante neurologico osserva e reagisce a cio’ che sta’ accadendo.

Lobo anteriore

La parte anteriore del cervello puo’ essere considerata quello che la maggiormente caratterizza il cervello umano.Il cervello anteriore e’ il luogo dove avviene il nostro pensiero razionale, ovvero quello appropriato alla situazione del momento.Ha soltanto una capacita’ di memoria a breve termine quindi **opera in tempo presente, senza preoccuparsi dei sistemi di credenza creati nel passato.**

E’ il nostro centro sperimentale.

Esso vuole interagire con nuove idee e sperimentare nuove attivita’, tuttavia **puo’ svolgere i suoi compiti quando i due emisferi cerebrali lavorano in forma integrata**

1. Un principio neurologico di base attesta che **l'estensione piu' estrema del sistema neurologico puo' controllare tutto il sistema neurologico.**

2. Un secondo principio neurologico attesta che il cervello funzione in base al principio del **tutto o del niente.**Quindi al comando puo' esserci solo il centro creativo del cervello anteriore o il centro di controllo del cervello posteriore dominante.Quando il centro creativo del cervello anteriore e' al comando, il centro di controllo del cervello posteriore dominante e' automaticaente inibito e cio' permette una performance libera da stress creativa e razionale.

In Sintesi

.Quando il cervello opera in maniera pienamente integrata, la parte anteriore del cervello è al comando e ciò permette una performance libera da stress, creativa e razionale

.Quando invece il cervello cessa di operare in forma completamente integrata ed il centro di controllo del cervello posteriore dominante prende il comando, sprimentiamo stress emotivo incapacita' di gestire efficacemente il linguaggio o coordinare attivita' muscolari ed altre tendenze dislessiche

QUANDO LA TENSIONE CRESCE

L’INTEGRAZIONE ESCE

CHIMICO

SENSIBILITA' AL CIBO
ALLERGIE ECC..

EMOTIVO

SISTEMA LIMBICO DEL CERVELLO,PROBLEMI DI AUTOSTIMA

STRESS

STRUTTURALE

TENSIONE MUSCOLARE
E SCHELETRICA,
POSTURA
INAPPROPRIATA ECC..

AMBIENTALE

LUCE, RUMORI,RADIAZIONI,
COLORE ECC..
EFFETTI SOTTILI E
CUMULATIVI

STRESS

(chimico,emotivo,strutturale,ambientale)

PRIORITA' AL CERVELLO POSTERIORE

MANCATA INTEGRAZIONE EMISFERICA

difficolta' di apprendimento
(lettura,scrittura,matematica, spelling
,comprensione , memoria,ecc..)

kINESIOLOGIA DELL'APPRENDIMENTO

(metodi per la riduzione dello stress e per rieducare il sitema nervoso e tutta la persona)

PRIORITA' AL CERVELLO ANTERIORE

MIGLIORATA INTEGRAZIONE EMISFERICA

Facilitazione dell' apprendimento (calma, concentrazione coordinazione, fiducia, autostima)

L’aproccio globale del Touch for Learning permette

INDIVIDUARE E RIDURRE GLI ELEMENTI STRESSANTI

RIEDUCARE LA PERSONA

Un miglioramento dell'Integrazione emisferica
puo' dar luogo ad un miglioramento delle funzioni cerebrali di apprendimento nelle seguenti aree:

APPRENDIMENTO

COMPRENSIONE E VOLOCITA' NELLA LETTURA
COMPRENSIONE UDITIVA, MEMORIA,ABILITA' NELLA SCRITTURA

COMPORTAMENTALE ED EMOTIVA

ACCRESCIMENTO DELLA CALMA, DELLA CONCENTRAZIONE DELLA SICUREZZA E STIMA DI SE STESSI

COORDINAZIONE FISICA

CAMMINARE,CORRERE, GRANDI E PICCOLE ABILITA' MOTORIE E E DELLA COORDINAZIONE

NUTRIZIONE

CONSAPEVOLEZZA DEL RAPPORTO ESISTENTE TRA CIBO E LE TEMATICHE DELLA VITA E CONSAPEVOLEZZA ALIMENTARE COME RISORSA PER RAGGIUNGERE I PROPRI OBIETTIVI