

Paul Dennison

Befreite Bahnen

VAK Verlag für Angewandte Kinesiologie GmbH
Freiburg im Breisgau

Inhaltsverzeichnis

Einführung	9
Vorwort des Autors	12
Vorwort von Dr. R. Tyler	14
Vorwort des Herausgebers	18
Kapitel I Einleitung	
- Was ist Edu-Kinestetik?	22
Kapitel II Der Muskeltest	27
- Die Bedeutung der Berührung	27
- Wie bereitet man sich selbst auf den Muskeltest vor?	29
- Was ist ein Muskeltest?	30
- Was ist ein Indikatormuskel?	31
- Die Muskeln	32
- Wie testet man einen Muskel?	34
- Wie bereitet man den anderen auf den Muskeltest vor?	35
Kapitel III Energie und Umwelt	41
- Was ist Farbe?	41
- Geräusche und Musik	43
- Nahrungsmittel und Energiefelder	45
- Die Kraft der Wörter	46
- Natur gegen Kunststoff	48
- Fernsehen	48
- Menschen	49
Kapitel IV Streß und negative Gedanken	52
- Streßreduzierung	53

Kapitel V	Überkreuzbewegungsmuster ...	60
-	„Legasthenie“ und Lernbehinderungen ...	60
-	Wie sieht das Überkreuzbewegungsmuster oder die Überkreuzbewegung aus ?	65
-	Wer sollte die Überkreuzbewegung durchführen?	66
-	Lehr- und Lernvorschläge	74
-	Die „Dennison-Lateralitäts-Bahnung“	78
Kapitel VI	Körperhaltung von innen	81
-	Der Nacken ist entscheidend	83
-	Die Dimension der Ausgeglichenheit	83
-	Reprogrammierung des Energieflusses	85
-	Bewegungsumerziehung	87
-	Haltungsanalyse	89
-	Möglichkeiten zur Verinnerlichung einer guten Körperhaltung	92
Kapitel VII	Laterale Dominanz	94
-	Handdominanz und Augendominanz	94
-	Gehirndominanz und Augenbewegungen	99
-	Visuelle Integration	103
-	Edu-Kinestetik und die Ohren	113
-	Dennison-Lateralitäts-Checkliste	119
Kapitel VIII	Prolog: Zwei extreme Gegensätze - Linke Gehirnhälfte und Rechte Gehirnhälfte	120
	Ein „angeschaltetes“ Gehirn	124
-	Das menschliche Gehirn	125
-	Zwei Lerntypen	133

Kapitel IX	Schreibanalyse	138
-	Handdominanz und Schreibfähigkeit	141
-	Energie entgegen dem Uhrzeigersinn	142
-	Die „Liegende 8“	143
-	Körperhaltung und Schreiben	146
Kapitel X	Schalten Sie an auf Lesen	150
-	Traditionelle Erziehungsmethoden	152
-	Fred, ein echter „Legastheniker“	153
-	Grace, das Opfer eines Schlaganfalls	155
Kapitel XI	EK in der Praxis	160
-	Die Poseidonschule	160
-	Eine Erziehungsphilosophie	160
-	Schulung des Personals	161
-	Überprüfbarkeit	162
-	Die Klasse	163
-	Die Schüler	164
-	Ergebnisse	164
-	Unser Symbol	167
Anhang	Edu-Kinestetik-Übungen	169
	Über den Autor	176
	Literaturverzeichnis	177