



## Этические базовые принципы кинезиологии

**Кузьминова В. А., Рубан Л. А.**

Харьковская государственная академия физической культуры, Харьков, Украина

**Аннотация.** В работе рассмотрены основные направления кинезиологии, которая является оздоровительной холистической системой, направленной на одновременное восстановление и оздоровление всех биологических систем человека.

**Ключевые слова:** кинезиология, мышцы, двигательная функция.

**Введение.** Кинезиология – это новая синтетическая дисциплина, зародившаяся в Соединенных Штатах Америки и распространившаяся по всему миру, которая изучает в комплексном, системном единстве различные составляющие проявления целостной информационной и биофизической структуры двигательной функции. В процессе эволюции организм человека, как открытая, но относительно обособленная биологическая система приобрел способность к активным движениям благодаря наличию эффективных механизмов обмена энергии, веществом и информацией с окружающей средой. Характер и закономерности организации этих движений во многом определяют те проявления жизнедеятельности его организма, которые принято объединять под общим понятием «двигательная функция человека». Состояние двигательной функции отражает способность конкретной биологической системы улавливать, накапливать и преобразовывать различные виды энергии, вещества и информации. Эта способность может быть измерена и изучена путем объективного исследования механических движений и других физических проявлений биологической системы организма [1].

**Цель и задачи исследования.** На основании изучения специальной литературы проанализировать влияние кинезиологии и рассмотреть её виды.

**Результаты исследования.** Кинезиология – это оздоровительная холистическая система оказания человеку физической, психической, моральной и духовной поддержки немедикаментозными методами, путем перевода его в положительное эмоциональное состояние с помощью специфического мануально-вербально-невербального общения. Это общение основано на поддержании постоянной мышечной связи



между корректором и корректируемым с помощью неосознанно контролируемого с обеих взаимодействующих сторон и взаимно изменяемого динамического мышечного тонуса. Мышечный тонус при этом является индикатором как осознанного, так и неосознаваемого эмоционального состояния корректируемого [4].

Взаимосвязь всех этих структурных блоков, взаимообусловленность их строения, расположения и функции в синтетическом единстве порождают специфическую интегративную двигательную функцию человека (рис. 1).

Кинезиология, являясь синтетической наукой, объединяет в системном единстве такие науки, как морфология, физиология, биомеханика, биохимия, соматомоторика и дидактика. Причем, основным предметом всех этих наук является, как правило, двигательная функция организма человека [2].



Рис. 1. Схема организации мышечной связи

#### Основные направления кинезиологии:

1. «Двигательно-ориентированная кинезиология» - «биомеханика», т.е. «наука о движении». Именно кинезиологи этого направления должны помочь спортсменам, танцорам, рабочим выработать оптимальные траектории движений, дающих максимальную эффективность в их деятельности. Предмет этого вида кинезиологии – механика движений различных частей тела.

2. «Прикладная кинезиология» – «телесно-ориентированная кинезиология», работа направлена преимущественно на мышцы и нацелено на определение мышечного напряжения и затем его устранение. При этом заодно, как правило, происходит неспецифическое снятие психического напряжения. Это направление кинезиологии связывает состояние мышц с состоянием внутренних органов и с состоянием здоровья.



3. «Психо-ориентированная кинезиология». Направление нацелено на работу с психическим и эмоциональным состоянием человека, а мышцы выступают здесь лишь в роли индикаторов. Посредством воздействия на мышцы кинезиологи, работающие в этом направлении стремятся снять именно психическое напряжение, а не мышечное [1].

Процесс кинезиологического оздоровления не сопровождается физическими, психическими, нравственными или душевными страданиями. В основе кинезиологической процедуры лежит избавление человека от внутренних блоков и зажимов, препятствующих поддержанию на оптимальном уровне гармонии и внутренней сбалансированности индивида [5].

Работа кинезиолога с клиентом на уровне мышечного невербального взаимодействия позволяет использовать биологическую обратную связь для адекватной регуляции физического и психического состояния клиента. При этом не затрагиваются механизмы сознательного контроля и клиент на протяжении всей процедуры сохраняет полное сознание и волю.

Кинезиолог – не констатирует, он – корректирует! Т.е. улучшает состояние, часто даже не называя его и не разбираясь, “что к чему”. Цель кинезиолога – изменить в лучшую сторону неосознанные эмоциональные реакции, отражающиеся на тонусе мышц, а вовсе не зафиксировать наличие отрицательных эмоциональных реакций. Кинезиология предназначена для улучшения и исправления, а не для постановки диагноза или объяснения. Зачастую, полученную кинезиологом, в процессе мышечного тестирования, информацию невозможно даже однозначно интерпретировать. Подсознание и сознание разговаривают на разных языках. Зачем заниматься “переводом”, если кинезиолог может “договориться” с подсознанием на его “родном” языке – языке мышечного тонуса [3]!



Процесс кинезиологического оздоровления не сопровождается физическими, психическими, нравственными или душевными страданиями. Это – проходящая зачастую совершенно незаметно для самого клиента смена деструктивного отрицательного



емоціонального отношения к ситуации, на положительное, конструктивное. Однако в редких случаях приходится наблюдать и то, что в медицине или в гомеопатии называют «обострением» – временное усугубление или ухудшение состояния, которое бывает иногда необходимо организму для перехода на новое, более равновесное оптимальное состояние [5].

**Выводы.** Из всего выше указанного можно сделать вывод, что кинезиология является одной из современных, безопасных и эффективных методов, что включает в себя комплекс мероприятий, которые способны убрать не только видимую болезнь, но и первоисточник.

### Список использованной литературы.

1. Шмидт И.Р. Введение в прикладную кинезиологию. *Мануальная медицина*. 1994. №8. С. 30-42.
2. Корнев Г.В. *Введение в механику человека*. М : “Наука”, 1977. 264 с.
3. Владимирцева Ада. Прикладная кинезиология: Восторг посвященных. Заметки с необычного семинара. *Медицинский Вестник*. № 20 (38), 16-31 октября 1995, С. 9.
4. La Tourelle M., Courtenay A. *Thorsons Introductory Guide to Kinesiology*. Thorsons An Imprint of HarperCollinsPublishers, London, 1992. 176 p.
5. Сазонов В.Ф. Кинезиология, снимающая стресс (Введение в психо-ориентированную кинезиологию). *Кинезиолог*, 2009-2016. Режим доступа: <http://kineziolog.su/content/kineziologiya-snimayushchaya-stress> (дата обращения: 10.11.2017).