



**Roberto Conti**  
Somatologo - Kinesiologo - Massoterapista

## **TOUCH FOR HEALTH**

La Kinesiologia è una metodica relativamente nuova che ha come obiettivo il benessere delle persone e il mantenimento della salute. I malesseri delle persone sono il risultato di accumulo di stress fisici, emozionali, mentali, nutrizionali. Ogni essere umano possiede tutte le risorse per poter superare i disagi che sopraggiungono quotidianamente, oggi, in questa realtà caotica, frenetica e sicuramente poco ecologica questi meccanismi di autoguarigione tendono a rimanere bloccati, a rimanere inattivi. Un operatore kinesiologico utilizzando come strumento il meraviglioso Test muscolare effettua dei riequilibri sulla persona affinché tutti i sistemi, mentale, fisico, emozionale, chimico siano allineati e possano ripristinare l'attività della autoguarigione naturale e permettere alla persona di superare con delicatezza i disagi che si erano incontrati.

La bellezza e la forza della kinesiologia è che durante un riequilibrio non c'è un protocollo specifico stabilito a priori sul da farsi, bensì con il test muscolare si va ad utilizzare la tecnica o la procedura più importante per il cliente in quel momento, il rispetto e la dolcezza sono peculiarità imprescindibili. Le tecniche a disposizione di un bravo kinesiologo sono tantissime e vanno da quelle più a carattere emozionale a quelle più strutturali, da una valutazione della alimentazione ad una digitopressione su punti di agopuntura. Resta comunque che con la Kinesiologia non si pratica assolutamente arte medica, il lavoro non è focalizzato sul sintomo o sul problema specifico della persona, ma più che altro una educazione, una facilitazione alla consapevolezza del cliente affinché si liberi e attivi le proprie risorse naturali di autoguarigione.

### **Come si svolge una seduta**

Nella prima parte, in collaborazione con la persona, c'è un lavoro di indagine per conoscere bene i disagi è la storia del cliente. Successivamente, sempre dialogando, si cerca un obiettivo, ossia "cosa farà quando non avrà più il problema", "in cosa limita quel dolore". Un semplice esempio può essere: una persona con un dolore alla schiena cosa farà quando non avrà più il dolore? La persona risponderà "piegarmi con facilità", bene, l'obiettivo potrà allora essere "Posso essere più flessibile". A questo punto il riequilibrio sarà orientato ad aiutare la persona ad essere più flessibile, quando sarà diventata più flessibile sicuramente non avrà più problemi alla schiena. Trovare un buon obiettivo non è una cosa semplice in quanto bisogna capire bene dove la persona è bloccata, cosa vuole veramente dalla vita, qual è il suo "sogno nel cassetto", bisogna capire utilizzando delle tecniche di comunicazione cosa la persona dice dietro le parole, cosa cerca di mascherare con le sue difese. Anche il linguaggio del corpo dà indicazioni molto importanti. Lavorare in questa maniera è molto importante perché il lavoro della kinesiologia è orientato alla soluzione e mira allo sviluppo delle risorse del soggetto e non nel togliere passivamente il solo dolore. Successivamente utilizzando il test muscolare come mezzo di indagine, di verifica e di ancoraggio si applicheranno le tecniche di riequilibrio che come precedentemente spiegato sono tantissime e di diversa natura. Quello che rimane un caposaldo imprescindibile è l'intento di aiutare la persona a prendere consapevolezza su cosa significa il suo problema, perché si è manifestato e come attivarsi per raggiungere l'obiettivo e a cascata il benessere.



**Roberto Conti**

Somatologo - Kinesiologo - Massoterapista

## I benefici

Come già detto il lavoro della kinesiologia è orientato verso la soluzione senza una focalizzazione eccessiva sul sintomo, quindi, attraverso il riequilibrio si cercherà di attivare i meccanismi di autoguarigione della persona affinché il disagio possa piano piano sparire o attenuarsi notevolmente. Molteplici sono i disturbi che successivamente a dei riequilibri kinesiologici sono migliorati, eccone alcuni esempi:

**Problemi fisici:** *tensioni e dolori articolari e muscolari, mal di schiena, squilibri posturali, traumi sportivi e da incidenti, problemi di coordinazione...*

**Problemi alimentari:** *intolleranze, allergie, problemi di peso, disturbi alimentari, sensibilità alimentari ed ambientali...*

**Disagi di natura emotiva:** *ansia, attacchi di panico, balbuzie, depressione, difficoltà nel sonno, tic nervosi, scarsa autostima, dipendenze, fobie, paure, stress...*

**Disturbi psicosomatici:** *asma, colite, cefalee, ipertensione, disturbi della pelle, enuresi, emicranie, gastrite, fatica cronica, sinusiti...*

**Disabilità psichiche e fisiche:** *sindrome di Down, lesioni cerebrali, tetraplegie, emiparesi...*

**Difficoltà nell'apprendimento e nello studio:** *comprensione, memoria, concentrazione, lettura, scrittura, dislessie, iperattività nei bambini...*

