

Kinopraktik



Kinopraktik blandar kiropraktik och kinesiologi. M&K träffar grundaren av kinopraktik, Mikael Dahlström, och frågar vad meningen med metoden är.

Text: Suzanne Schönström



NAMNET KINOPRAKTIK myntade upphovsmannen Mikael Dahlström år 2006. Då hade han arbetat med kroppsbehandlingar i 15 år. Efter sex år som massör utbildade han sig till kiropraktor och därefter till kinesiolog och akupunktör.

Nu har han tagit tekniker och filosofi från framför allt kinesiologi och kiropraktik och gjort sin egen syntes.

– Jag har inte uppfunnit hjulet igen, utan använder mig av det som finns.

BEHÖVS DÅ ett nytt namn?

– Ja. Jag ville tala om vad jag gjorde och inte bara säga ”en blandning av olika saker”. Jag vidareutbildade massageterapeuter och de efterfrågade också ett namn på utbildningen. Så blev det kinopraktik, som kommer av ordet ”kino” = rörelse.

Mikael tycker att hans kinopraktik plockat russin från de andra metoderna. Själva kiropraktiken kan bli lite för mycket om kotor och för lite om proble-mets grundorsak. Kinesiologin däremot kan vara lite luddig och svår att förstå för gemene man.

Men osteopatin, då, som innehåller både strukturella tekniker och subtila metoder?

– Jag tycker om osteopatins idéer och



- en ny syntes mellan kiropraktik och kinesiologi

”

Ett fel många gör är att arbeta med den spända muskeln i stället för den svaga

arbetar själv med sakrokranieell balanse- ring, men jag saknar muskeltester i meto- den. Muskeltester gör det lätt att förankra behandlingen hos klienten, eftersom de är konkreta och lätta att förstå.

MIKAEL LÄR INTE ut kiropraktik, påpekar han, och inte heller några kiropraktiska justeringar. Däremot använder han hjälp- instrumentet aktivator för att ge impulser till kotorna, något som även används av vissa kinesiologer. Från kinesiologin har han tagit framför allt muskeltester och arbetet med alarmpunkter (som utgör en koppling till kroppens meridianer).

I kinopraktik vill han förmedla bety- delsen av att förstå grundorsaken till ett hälsoproblem, både fysiska och psykiska aspekter. Alltså inte bara vad som åstad- kommer till exempel smärta, utan även varför.

– Som terapeut är det viktigt att för- stå pusslet. Man får ont i ryggen av att en kota ligger snett. Det kan bero på att en muskel drar ihop sig. Men varför gör den det? Jo, den får en motorisk signal som i sin tur beror på en sensorisk signal från hjärnan.

Ibland blir det fel, förklarar han.

– En felbelastning kan bli kvar. Då kan man behöva ”omprogrammera” muskel-

ns beteende för att få balans. Det är en av nycklarna i kinopraktiken. Ett fel som många massageterapeuter och sjukgym- naster gör vid muskelspänningar är att arbeta med den spända muskeln i stället för med den svaga muskeln.



– Muskeltester är konkreta och lätta att förstå för klienten, säger Mikael Dahlström, grundaren av kinopraktik.

M&K:s reporter får kinopraktik

Behandlingen görs på en massagebänk. Mikael börjar med att se om jag är grundad och bäckenet är i balans.

Det visar sig att fyra bålstabilitetsmuskler är blockerade. Genom leverns alarmpunkt - som han hittar genom snabba muskeltester - finner han att pectoralis major är den muskel som är grundorsaken till obalansen.

Han går igenom kinesiologins fem punkter - lymf- och nervsystemen, blodomloppet, det kranieella och meridiansystemet - och gör justeringar genom att massera på olika punkter och använda aktivatorn på tre kotor.

När han testar de fyra musklerna igen är de starkare. Den nya bålstabiliteten beror på att signalerna mellan hjärnan och muskeln nu fungerar bättre, förklarar han. Jag känner mig stärkt i ryggen.

Vad kom då problemet av? Är det innehållen ilska som förknippas med obalans i levermeridianen eller är det för att jag gått med bebis i bärsele?

– Man måste veta lite mer om klienten, men båda alternativen skulle kunna vara orsaken, menar Mikael.

DE FLESTA KLIENTER som kommer till honom har problem med smärta, men allt fler har psykologiska problem som utbrändhet, depression och trauma.

– Några psykologer skickar sina patienter till mig för att jag skall hjälpa dem att förankra förändringar i kroppen.

All behandling, oavsett om den utförs av en naprapat, läkare eller massör handlar om att ta bort blockeringar och aktivera självläkning, menar han. Ingen terapeut har alla verktyg. Men man kan lära sig fler. Och det är här hans metod och utbildning kommer in.

– Den som har lärt sig massage vill kanske lära sig fler verktyg, men tycker att det är för mycket med fyra, fem år för att bli kiropraktor, naprapat eller osteopat. Då finns kinopraktik som ett mellansteg. ■



VILL DU VETA MER...?

- Steg 1 till 4 består av 2-3 dagars kurser under ett år.
- Det finns ”masterklasser” som går till steg 8.
- www.kinopraktik.se eller 0707-99 66 36.