

Anwendungsgebiete der JIN SHIN DO® Akupressur

Synergieeffekte während psychotherapeutischer Prozesse

Mit JIN SHIN DO® Akupressur kann ein psychotherapeutischer Prozess an Effizienz gewinnen.

Im Laufe seines Lebens entwickelt jeder Mensch chronische Spannungsmuster, auch durch die Unterdrückung von Gefühlen, und entwickelt damit eine bestimmten körperliche und seelische Haltung.

„Die Erinnerungen werden in den Zellen des Körpers festgehalten.“

Im verhängnisvollsten Fall können diese Spannungen seelische, mentale oder auch soziale Probleme, körperliche Schmerzen, tiefe Depressionen u.a. begünstigen. Mit der Behandlung gelingt es, die durch Spannungen in Muskulatur, Binde- und anderen Geweben blockierten Energien zu lösen.

Die in psychotherapeutischen Gesprächen intellektuell erarbeiteten Zusammenhänge und Probleme werden so begleitend auch auf physischer Ebene bearbeitet. Der Körper, Instrument des Gefühlslebens und des individuellen Ausdruckes, wird freier und flexibler. Eine veränderte Haltung, körperlich wie seelisch, ist die Folge, was sich in intensiverem Kontakt zur Außenwelt und reicherem inneren Gefühlsleben ausdrückt. Schmerzen reduzieren sich als Nebenprodukt.

JIN SHIN DO® erleichtert den Therapieprozess, da alte körperliche Spannungsmuster, Gefühlserleben und Impulse im Therapiegespräch weniger behindern.

Einflussnahme auf funktionelle Störungen (psychosomatisch)

Da häufig innere Anspannungen, mit dem Ergebnis muskulärer Verspannungen, das Fließen der Lebensenergie („Qi“ im Chinesischen) behindern und so die Zirkulation und die Versorgung der Organe stören, liegen hier Beschwerden vor, die organisch nicht manifest sind, Untersuchungsbefunde unauffällig, z.B. bei

- *Herz-Kreislaufbeschwerden*
- *Magen-Darmbeschwerden*
- *Menstruationsbeschwerden und Zyklusstörungen*

Begleitung von Schmerz-Therapien

Ursache und Therapie sind hier multifaktoriell zu suchen. JIN SHIN DO® hilft, den Qi-Fluss beeinträchtigende Spannungen aufzuspüren und sanft zu lösen, und stellt direkten und wirkungsvollen Kontakt zu körpereigenen Kräften und Ressourcen her, z.B. bei

- *Kopfschmerz und Migräne*
- *Tinnitus*
- *Rheumatische Beschwerden*
- *Rückenleiden*
- *Zustand nach Schlaganfall u.v.m.*

Begleitung in schwierigen Lebenssituationen

Zeiten, in denen Menschen bedingt durch eine bedrückende oder schwierige Lebenssituation (traumatische Erlebnisse, Trauer, Trennung, Überlastung) Gefühle unterdrücken, schlecht entspannen und loslassen können, frieren das „Qi“ in seinen Bahnen ein, lassen Stau bzw. Verknotungen entstehen. Längerfristig beeinflusst dies Gewebe und Organe negativ. Ein therapeutisches Lösen führt zum freieren Fluss des Qi's und der Gefühle und führt zu Wohlbefinden und Leichtigkeit.



Begleitung nach schwerer Krankheit

In tiefer Entspannung entsteht ein Zugang zu den persönlich nährenden Quellen, körpereigene Kräfte werden somit gestärkt.

Einflussnahme auf Stressauswirkungen

In der Behandlung werden die Körperspannungen eine gewisse Zeit weitestgehend losgelassen und unter Akupressur-Stimulierung die in den Meridianen fließende Lebensenergie Qi reguliert, geeignet bei:

- *Gereiztheit*
- *innere Unruhe, Tic`s*
- *Schlafstörungen*
- *Konzentrationsstörungen*
- *depressive Verstimmungen*
- *Verdauungsbeschwerden*
- *Magengeschwüre*
- *Burn-Out-Syndrom u.v.m.*

Durch die entspannungsfördernde Wirkung, unterstützt durch Atemübungen und Ernährungsempfehlungen, kann Erschöpfungszuständen vorgebeugt werden.

Empfehlenswert daher auch

- *während Schwangerschaft und nach Geburt*

Stimulierung des Immunsystems

Mit JIN SHIN DO® kann, chinesisch betrachtet, auch das Abwehr-Qi mobilisiert werden, d.h. aus westlicher Sicht das Immunsystem gestärkt werden, z.B. bei

- *Infektanfälligkeit*
- *Allergien*

