

Der Muskeltest

Üblicherweise wird beim Muskeltest ein bestimmter Schulter-Oberarmmuskel, der so genannte Deltamuskel, getestet.

Vorraussetzung für die Durchführung des Testes ist

1. die Erlaubnis der zu testenden Person und
2. eine gesunde und schmerzfreie Schulter.

Der Testperson die mit dem Muskeltest noch nicht vertraut sind sollte man folgende Erläuterung geben (nach F.P. Gallo):

[Zitat: Anfang]

Es gibt viele Erklärungen für die Ursache psychischer Probleme. Manche Leute behaupten sie seien auf Stress, abträgliche Lebensumstände oder Ereignisse oder sogar ein chemisches Ungleichgewicht zurückzuführen.

Ich bin der Überzeugung, dass alle diese Auffassungen richtig sind, weil all diese Faktoren zusammenwirken. Darüber hinaus scheint aber noch ein elektromagnetischer Aspekt beteiligt zu sein, den man sich als Schalter vorstellen kann, der das psychische Problem sozusagen einschaltet. Befinden sie sich z. B. in einer unangenehmen Lebenssituation oder ist ihnen etwas Schreckliches zugestoßen, so haben sie zu diesem Thema vielleicht bestimmte Gedanken oder Überzeugungsmuster, die in ihrem Gehirn oder in ihrem Körper bestimmte Impulse auslösen, die dafür sorgen, dass ein biochemisches Ungleichgewicht entsteht; dieses Ungleichgewicht erzeugt dann unangenehme Emotionen wie Angst, Depression, Ärger usw.

Was diesen elektrischen Aspekt des Problems betrifft, so scheint sich dieser mit Hilfe eines einfachen Verfahrens aufspüren zu lassen, bei dem bestimmte Muskeln überprüft werden. Muskeln und Nervenbahnen arbeiten zusammen. Dies bedeutet, dass ein belastendes Gefühl auch eine Veränderung innerhalb ihrer Muskeln bewirkt und zwar insofern, als Muskeln bei positiven Gedanken eher stärker werden und bei negativen Gedanken oder Gefühlen eher nachgeben. Das bedeutet nicht, dass der Muskel in diesem Moment tatsächlich schwach ist, sondern es ist eher so, dass die Elektrizität, die durch die Nervenbahnen fließt unterbrochen ist, so dass der Muskel sich für einen kurzen Moment entspannt. Bei dieser Methode überprüfen wir einen Schultermuskel, während sie ihren Arm ausgestreckt halten. Dabei bitte ich sie, an das zu lösende Problem zu denken damit ich feststellen kann, welchen Einfluss dieses Problem auf ihren Muskel hat. Ich werde ihnen darüber hinaus noch andere Anweisungen geben; so werde ich sie vielleicht bitten, bestimmte Sätze zu wiederholen oder die Hand über den Kopf zu halten. Wenn diese Methode funktionieren soll, müssen wir partnerschaftlich zusammenarbeiten. Sind sie mit diesem Vorgehen einverstanden? (Zitiert nach F. P. Gallo: Handbuch der energetischen Psychotherapie) [Zitat: Ende]

Zunächst sollte nochmals betont werden, dass es bei dem Muskeltest nicht um ein Kraftmessen geht, sondern um den gemeinsamen Versuch partnerschaftlich etwas herauszufinden.

Soll der Deltamuskel der linken Schulter getestet werden so steht der Tester vor dem ausgestreckten linken Arm der Testperson und hält mit seiner Rechten den Unterarm kurz oberhalb des Handgelenks während er seine linke Hand auf die rechte Schulter der Testperson legt. Die Testperson sollte beim Test vom Tester wegschauen. Blickkontakt, Lächeln oder Lachen sollten beim Testen vermieden werden, da dies das Testergebnis beeinflussen könnte.

Als nächstes sollte dann der Muskel „im Klaren“ getestet werden. Der Tester leitet den Test ein indem er sagt; „Ich werde jetzt ihren Arm nach unten drücken und sie bitten den Arm in der Waagerechten zu halten“.

Dann drückt der Tester den Arm zunächst langsam und leicht nach unten und fordert den Patienten auf: „Bitte halten“.

Testet der Arm stark, das heißt rastet der Muskel gewissermaßen federnd ein und der

Arm bleibt oben, kann dieser Muskel als so genannter Indikatormuskel zum Test verwendet werden.

Testet er schwach, das heißt er lässt sich (leicht) nach unten drücken, sollten Methoden zur Energiebalance angewendet werden (siehe dort).