

Leitfaden der Dorn Anwendung

Die DORN-Bewegung hat am 7./8. November beim DORN-Treffen 2014 in Lautrach einen "Leitfaden der Behandlungsschritte" bei der Arbeit mit DORN zusammengefasst:

"Leitfaden der Behandlungsschritte bei DORN"

Impulse dienen der Selbstregulierung des Menschen der gedorn wird.

1. Beinlänge

Die Beinlängenkontrolle geschieht in Rückenlage mit angehobenen Beinen über die Fersen. Ziel ist es mit geeigneten Übungen die gleiche Beinlänge zu erreichen. Dies geschieht an allen Beingelenken durch eine natürliche, geführte Bewegung aus der abgewinkelten in die normale Position. Die Bewegung geschieht immer unter leichtem Berührungsimpuls ins Gelenk. Spüren und wahrnehmen wie der Körper sich reguliert.

2. Becken / Kreuzbein

Bei der natürlichen Bewegung des Beckens durch Beinschwingen unter einem sanften Impuls reguliert sich das Becken in seine natürliche Ordnung. Weitere Impulse werden an das Kreuzbein in die gefühlten Stellen gegeben um es in die Mitte zu begleiten.

3. Lendenwirbel- / Brustwirbelsäule

Mit den Händen wird fühlend, spürend an der Wirbelsäule und den Gelenken des Oberkörpers weitergearbeitet. An den Stellen an denen Veränderungen wahrgenommen werden, wird ein sanfter Impuls gegeben. Der Klient pendelt dabei mit einem Bein oder den Armen und bewegt sich zum Anwender hin, der ihm den Halt gibt.

4. Halswirbel

Mit den Händen wird fühlend, spürend an der Halswirbelsäule weitergearbeitet. An den Stellen an denen Veränderungen wahrgenommen werden, wird ein sanfter Impuls gegeben. Der Klient bewegt dabei seinen Kopf hin und her und neigt ihn auf die Seite an der gemeinsam gearbeitet wird. Die Hände oder der Unterarm geben dabei dem Kopf den Halt damit eine Selbstregulation geschehen kann. Bei der Impulsgebung am Atlas bewegt sich der Kopf des Klienten auch in einer Nickbewegung, beim Kiefergelenk wird der Mund auf und zu gemacht.

5. Gelenke der Extremitäten

Die Gelenke werden durch eine natürliche, geführte Bewegung aus der abgewinkelten in die normale Position gebracht. Die Bewegung geschieht immer unter leichtem Berührungsimpuls ins Gelenk. Spüren und wahrnehmen wie der Körper sich reguliert.

6. Selbsthilfe-Übungen

Aus der gemeinsamen Impulsgebung zur Selbstregulierung ergeben sich automatisch die einzelnen Selbsthilfeübungen an allen Teilen des Bewegungsapparates. Diese Übungen stabilisieren den Erfolg des Dornens.