

Depression og lavt selvværd.

En ung kvinde først i 30-erne henvendte sig, fordi hun havde fået en depression. Hun havde været meget langt ude og havde mistet livslysten. Hun havde været på hospitalet og hos egen læge, som havde ordineret antidepressiv medicin. Nu gik hun og ventede på en indkaldelse fra hospitalet til nogle opfølgende samtaler. Denne indkaldelse lod imidlertid vente på sig, og hun ville derfor starte et forløb op med kinesiologi.

Hendes mål var at få mere selvtillid og selvværd og igen få lyst og kræfter til at kunne præstere noget. Målet var meget stressfyldt for hende - 100% stress, og gennem de følgende afbalanceringer skulle det ned på 0%.

Allerede efter den første afbalancering havde hun fået mere energi og samtidig lyst til at motionere, så hun kunne blive nogle kilo kvit. Hendes ben var ikke så ømme mere, så det var også positivt.

Da hun kom tredje gang, fortalte hun, at hun igen havde fået mere energi, men også mere ro på sig selv. Hun havde drømt meget i hele perioden.

Det samme mønster viser sig efter den tredje afbalancering, men klienten giver samtidig udtryk for, at hun har haft det underligt den sidste uge. Jeg opfordrer hende til at tage kontakt til lægen for at drøfte sit medicinbehov. Dette kan nemlig ændre sig i løbet af nogle afbalanceringer, så der ikke længere er behov for så meget medicin.

Da hun kommer igen til den femte afbalancering, har hun været hos lægen, og medicinforbruget er nu sat ned til det halve, og det går fint. Hun er kommet ind i en mere naturlig rytme, og såvel læge som sygehus ser positive forandringer hos hende. Samlivet har også ændret sig i positiv retning. Hun har lagt de rituelle handlinger bag sig, og fysisk har hun det langt bedre. Hendes ankler er ikke længere hævede, og hun motionerer igen. Hun har det så godt nu, at hun er begyndt at tænke på at arbejde, og hun har måske et job på hånden.

Sjette gang kommer hun ind ad døren - fri for stress. Hendes mål er nået, og hun har det rigtig godt. Hun er begyndt at arbejde lidt, og det går fint. Hun har nu en normal soverytme, og hun mærker den indre ro, som hun har behov for. Vægten er faldet med 3 kg, og det er også med til at forstærke selvpfattelsen. Hun kan nu det, hun vil, og selvtilliden er i top.

Afbalanceringerne har omfattet mange ting, både inden for pædagogisk kinesiologi og hjernen. Der er blevet arbejdet en del med konkylieessenser, og der har været hjemmeøvelser mellem hver afbalancering. Klienten har gjort flittig brug af en cd med selvtillidstræning og visualiseret meget, hvilket har hjulpet hende godt på vej. Hun er nu i et samtaleforløb på hospitalet, og det har været let for hende at starte her, da afbalanceringerne havde givet hende mod og selvtillid, og hun begyndte i gruppen uden nogen som helst problemer. Når samtaleforløbet er overstået, vil hun vende tilbage og arbejde yderligere med kinesiologi for at nå endnu et stykke.

[Tilbage til oversigten](#)