

von Christine Reinert-Bohne

Shiatsubehandlungen für Menschen mit Behinderungen

Menschen mit Behinderung sind vor allem eines, sie sind Menschen.

Und alle Menschen brauchen Berührung¹. Kinder lieben sie und brauchen sie um sich gesund zu entwickeln. Jugendliche, besonders Jungen, holen sie sich zuweilen auf schroffe Art in körperlichen Rangeleien. Viele Erwachsene nutzen gern unterschiedliche Formen von Massagen und Behandlungen wie Shiatsu, nicht nur bei Beschwerden, sondern auch zur Prävention. Und sie entscheiden, welche Berührung sie möchten und wie lange.

Was aber, wenn ein Mensch körperlich, seelisch oder geistig beeinträchtigt ist, wenn er pflegebedürftig, alt oder dement ist?

Auf einmal kommt nur noch der Nachbar und bringt die Einkäufe; der Arzt fügt im Rahmen einer Behandlung, die nicht verstanden wird, möglicherweise unvermeidliche Schmerzen zu, die Krankenschwester kommt für die Pflege und führt routiniert die notwendigen Handgriffe aus. Beim Waschen ist es kalt. Die Wassertropfen fühlen sich unerträglich auf der Haut an. Die Kleidung juckt vielleicht auf der Haut, eingenähte Schildchen stören furchtbar. Durch die Schuhsohlen kann der Boden unter den Füßen nicht gespürt werden.

Die Entscheidungsfreiheit, diese Berührungen und Empfindungen zuzulassen oder nicht, schrumpft auf ein Minimum. Dabei sind die Möglichkeiten sich angemessen verbal verständlich zu machen oft stark reduziert. Was hilft, sich die Unannehmlichkeiten vom Leib zu halten, ist oft das, was Außenstehende als auffälliges, unkooperatives oder aggressives Verhalten erleben und bezeichnen. Dabei handelt es sich in erster Linie um ein Kommunikationsproblem. Nach Watzlawick kann

man nie nicht kommunizieren². Die Frage ist nur wie erfolgreich das geschieht.

Als Heilpädagogin habe ich viele Jahre mit Menschen mit geistiger Behinderung, Epilepsie, Wahrnehmungsverarbeitungsstörungen, Autismus, AD(H)S und psychischen Traumatisierungen gearbeitet. Oft habe ich dabei als Dolmetscherin gewirkt zwischen den Menschen mit Behinderung und den Menschen in ihrer Umgebung. Auf der Suche nach einem Mittel zur gleichberechtigten Kommunikation im Rahmen von körperorientierten Behandlungsansätzen lernte ich vor über 20 Jahren Shiatsu kennen. Auf einzigartige Weise kann Shiatsu mit seinem theoretischen Hintergrund aus der fernöstlichen Philosophie, z.B. über die Fünf Wandlungsphasen und die Meridianfunktionen dabei helfen, behinderte Menschen zu verstehen und ihr Verhalten einzuordnen. Das ermöglicht nicht nur in der Behandlung den passenden Impuls anzubieten, sondern auch die Alltagskommunikation befriedigender zu gestalten, die entspannende Reaktion zu zeigen oder die Antwort zu geben, die verstanden werden kann. In den Wohneinrichtungen und Werkstätten, in denen ich gearbeitet habe, habe ich diese Erkenntnisse immer auch an die Mitarbeiterteams und Eltern weitergegeben um zu einem möglichst großen Gewinn für die Alltagskommunikation beizutragen.

Und nicht zuletzt ist Shiatsu die Berührung, die den Menschen in seinem ganzen Sein meint, die ihm einen positiven Bezug zu seinem Körper vermitteln kann und nicht irgendeiner Funktion dient, der Reinigung, der Untersuchung, oder ähnlichem.

Ein sehr eindrückliches Erlebnis hatte ich gleich bei einem meiner ersten Versuche, Shiatsu in der Behandlung einer schwer geistig behinderten Frau mit propriozeptiven Wahrnehmungsverarbeitungsstörungen einzusetzen³:

Sie hatte keine genaue Vorstellung über die Raumlage ihrer Körperteile und entsprechend fiel ihr die Koordination, z.B. beim Treppensteigen schwer. Sie benötigte dabei viel visuelle Kontrolle und Halt am Treppengeländer. Bei der Behandlung mit psychomotorischen Methoden, wie dem systematischen Beschwerden einzelner Körperteile mit Sandsäckchen um die Extremitäten bewusst erfahrbar zu machen, schrie sie oft verzweifelt. Es half ihr nicht, ihr Körperbild und Raumlageempfinden zu verbessern. Als ich ihr Shiatsu anbot und mit dem Mutter-Kindhand-Prinzip am ausgewählten Meridian entlang arbeitete, blieb das Geschrei aus. Was war passiert?

Sie konnte über den Meridianverlauf und über die Verbindung zwischen meinen Händen, die durch meinen Fokus auf eben dieser Verbindung, verstärkt präsent war, die Verbindung von ihrem Rumpf bis in die jeweiligen Extremitäten spüren und verfolgen, ohne von einer plötzliche Berührung irgendwo an ihrem Körper, mit der sie nicht gerechnet hatte, erschreckt zu werden. Diese Erfahrung wiederholte sich regelmäßig, was vor allem auch das Vertrauen in die Tragfähigkeit unserer Beziehung deutlich verbesserte. So dass wir dann auch entspannter an der Erleichterung des Treppensteigens arbeiten konnten, z.B. mit einer die Treppe herunterlaufenden Spirale als Visualisierungshilfe und Motivation. Oder wir setzten uns und ertasteten das jeweilige Ende der Stufen zur sicheren Einschätzung ihrer Größe.

Nicht nur die Menschen mit Behinderung profitieren von Shiatsu, auch wir als BehandlerInnen entwickeln einen kreativeren Umgang mit den Techniken, nutzen bei Bedarf zusätzliche Hilfsmittel, wie Massagematerialien, lernen uns schnell an Lageveränderungen anzupassen, Meridiandiagnose an unterschiedlichen Körperteilen durchzuführen oder die Körperposition dafür als Informationsquelle zu nutzen und nicht zuletzt in kürzester Zeit möglichst effektiv zu behandeln, da die Behandlungsdauer an die Aufmerksamkeitsspanne unserer KlientInnen angepasst werden muss.

Auf Grund vieler weiterer positiver Erfahrungen möchte ich Mut machen, Shiatsu auch den Menschen zugänglich zu machen, denen alternative und komplementäre Behandlungsmethoden oft verwehrt bleiben, weil sie von allein nicht den Weg zu uns finden können und weil unser Gesundheitssystem außer Krankengymnastik und Ergotherapie nichts gelten lässt. Warten wir nicht

auf die notwendigen Veränderungen in diesem System, sondern fangen wir schon mal damit an, sie zu sein.

Literatur/Medien:

- 1) Dr. Dietrich Grönemeyer in der WDR 5 Redezeit am 12.1.2018 zum Thema Bewegung und Berührung, Shiatsu erwähnt er auch als geeignete Methode zur Entspannung von Muskulatur und Faszien.
- 2) www.paulwatzlawick.de, Paul Watzlawick, Janet Beavin, Dr. D. Jackson, „Menschliche Kommunikation – Formen, Störungen, Paradoxien“ Hogreve, 13. Auflage 2016
- 3) Christine Reinert-Bohne „Zentrieren und Entfalten – Kommunikation, Wahrnehmung und Entspannung in der heilpädagogischen Arbeit mit einer geistig behinderten Frau“ (aus der Abschlussarbeit der Shiatsu Ausbildung am ESI) in „Geistige Behinderung“ 4/03

Christine Reinert-Bohne, Heilpraktikerin, Heilpädagogin, langjährige Tätigkeit in Einrichtungen für geistig behinderte Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Shiatsu-Praktikerin, Diplom am Europäischen Shiatsu Institut. Ausbildung in Klassischer Homöopathie, Klangtherapie und als PSYCH-K®-Coach.

