

von Karin Kalbantner-Wernicke

Samurai-Shiatsu eine Idee wächst ...

Das Samurai-Schulprogramm ist ein Praxisprogramm für Vorschulkinder und Kinder bis zum Alter von etwa zwölf Jahren. Es setzt sich zusammen aus der Behandlungssequenz Samurai-Shiatsu, aus Übungen, Spielen und aus Wissenswerten über die japanische Kultur.

Das Samurai-Schulprogramm strebt folgende Ziele an:

- Förderung der Gesundheit
- Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit
- Unterstützung einer gesunden Haltung
- Verbesserung des Klassenklimas
- Förderung der Selbstwirksamkeit
- Einführung in die japanische Kultur und Sprache

Es besteht Handlungsbedarf

Unter dem Titel „Die Samurai-Massage – Shiatsu macht Schule“ haben wir (...) ein Projekt gestartet, das Shiatsu in die Schulen bringt und darüber hinaus auch von der Schule weiter ins Elternhaus. Unsere Idee ist, ähnlich eines Schneeballsystems, Shiatsu in möglichst vielen Schulen und Einrichtungen zu etablieren.

So begann der Artikel hier im Journal von 2012. Seitdem ist viel passiert. Das Programm wird mittlerweile von 260 Kolleginnen und Kollegen in neun Ländern durchgeführt (u.a. auch in Japan). So hat sich das Buchprogramm deutlich erweitert: Neben dem ursprünglichen Buch für den Behandlungsablauf der Kinder, das bereits in mehreren Sprachen erhältlich ist, gibt es ein Spiele- und Bewegungsbuch, eine Version für Senioren und – ganz neu – das spannende Geschichtenbuch ‚KinderKulturbuch‘ über Kooko und Hanako. Statt ‚Samurai-Massage‘ heißt es nun ‚Samurai-Shiatsu‘. Lange Zeit haben wir als lose Gruppe gearbeitet, da wir uns bewusst gegen eine Vereinsorganisation entschieden hatten. Leider waren wir dadurch nicht in der Lage, Spendenbescheinigungen auszustellen. Aus diesem Grund haben wir eine gemeinnützige Fördergesellschaft gegründet. Diese stellt die eingegangenen Spenden verschiedenen Projekten zur Verfügung, finanziert Info-Material und die neue Homepage www.samurai-shiatsu.de.

Fachlicher Beirat

Die Arbeit der Fördergesellschaft wird von einem fachlichen Beirat begleitet, der die Fördergesellschaft unterstützen. So kann das Samurai-Schulprogramm auf hohem fachlichem Niveau durchgeführt werden. Beim fachlichen Beirat handelt sich um Persönlichkeiten und Fachleute, die ihr Fachwissen und ihre berufliche Erfahrung einbringen.



Dem Beirat obliegen folgende Aufgaben:

- regelmäßige Stellungnahme zur fachlichen Arbeit;
- beratende Mitwirkung bei der Entwicklung mittel- und langfristiger Ziele;
- Förderung der Zusammenarbeit mit offiziellen Stellen, Verbänden, Instituten und Forschungseinrichtungen;
- fachlich-wissenschaftliche Beratung bei der Optimierung der Fördergesellschaft.

Die Mitglieder des Beirates sind wissenschaftlich anerkannte Fachleute in den Bereichen Gesundheit, kindliche Entwicklung, Kinder- und Jugendpsychologie, Kinder- und Jugendpsychiatrie, Pädagogik und im Fachbereich Japan.

Samurai-Shiatsu für Senioren

Die Einführung des Samurai-Programms in der Schule war der Beginn. Durch eine Schulleiterin, die ihre Mutter in einem Senioren-Heim betreute, kam das Samurai-Shiatsu über den Umweg Schule in Senioren-Einrichtungen. Hier hat die Arbeiter Wohlfahrt (AWO) die Vorreiterposition übernommen. Mittlerweile finden ‚Inhouse-Seminare‘ in verschiedenen Einrichtungen statt. Zu erleben, mit welcher Begeisterung die Bewohner der Einrichtungen sich gegenseitig behandeln, berührt uns immer wieder zutiefst. Ein älterer Mann fasste seine Erfahrung mit dem Samurai-Shiatsu so zusammen: „Was uns am meisten fehlt, ist Berührung – jetzt haben wir eine Ausrede danach zu fragen“.

Begleitende Studie

Das Schulprogramm wird mit einer Studie begleitet. Diese wurde Anfang 2013 in Kooperation mit Studierenden der Steinbeis-Hochschule Berlin, Institut für körperbezogene Therapien, konzipiert. Zur Erhebung wurden spezielle Fragebögen entwickelt, die sowohl die Sicht der Kinder als auch die der betreuenden Lehrkräfte erfassen. Durch einen Vorher-Nachher-Vergleich können Veränderungen festgestellt werden. Zudem erlauben Vergleichsdaten z.B. den schulformspezifisch oder länderspezifischen Vergleich der Daten. Die Ergebnisse werden den teilnehmenden Schulen zur Verfügung gestellt. Ziel ist es, über einen mehrjährigen Betrachtungszeitraum schulform- und länderspezifisch die Veränderungen und relevanten Parameter zu erfassen. Über die fragebogengestützte Erhebung werden Veränderungen im Verhalten und der Eigenbewertung der Schüler erfasst. Im Fokus des Interesses stehen folgende Variablen:

Sozialkompetenz, Stresswahrnehmung, Selbstbewusstsein und Eigenwahrnehmung. Parallel dazu werden die Wünsche der Lehrkräfte an die Einführung des Programms sowie ihre Einschätzung der Klasse erfasst.

Zur Zeit befinden sich ca. 500 Fragebögen in der Auswertung. Im Rahmen des Fördervereins wird die Studie weitergeführt. Aus den Lehrerauswertungen lassen sich positive Effekte insbesondere in Bezug auf das Sozialverhalten der Klassen ablesen. Darüber hinaus wurden bei einzelnen Schülern

positive Veränderungen über alle untersuchten Parameter, vor allem im Umgang mit Stress und bei der Konzentration festgestellt.



„Ehrenamtlich“ lohnt sich

Interessant sind die Indikatoren der Multiplikatorenwirkung. Aus Lehrerberichten lässt sich entnehmen, dass das Programm auch im familiären Umfeld Beachtung findet. Dem entspricht die Aussage der Kinder, dass sie mit ihren Freunden darüber sprechen sowie der mehrheitliche Wunsch darin besteht, das Programm weiterzuführen. Somit wird auch ein weiteres Ziel erreicht: Shiatsu einem größeren Kreis bekannt zu machen. Dazu gehört auch, dass für die Kinder der Begriff Shiatsu bereits eine Selbstverständlichkeit ist.

Dieser große Erfolg des Samurai-Schulprogramms ist nur durch den Einsatz vieler Kolleginnen und Kollegen möglich. Viele arbeiten ehrenamtlich und versuchen, lediglich für die Lehr-Materialien Sponsoren zu finden. Dies ist auch unser Ziel mit unserer neuen Homepage. Hierdurch ergibt sich die Möglichkeit, sein persönliches Projekt vorzustellen und um Spenden zu werben. Vielleicht wäre das für die Eine oder den Anderen auch eine Idee für ein Geschenk – wie wäre es z.B. mit einer Klassenpatenschaft?

Wir freuen uns über jede Art von Unterstützung und Mitwirkung. Gerne stehen wir auch für ein persönliches Gespräch zur Verfügung.