

von Mia Kleinhäntz

Hara Shiatsu als Behandlungsmethode für psychosomatische Krankheiten

Im Sommersemester letzten Jahres besuchte ich auf der Uni eines meiner letzten Seminare meines Kultur- und Sozialanthropologie (KSA) Studiums – das Bachelorseminar zur „Erhebung und Auswertung empirischer Daten“. Ich sollte in diesem Semester also Feldforschung betreiben und anschließend meine Erkenntnisse in eine Bachelorarbeit verpacken. So kam es, dass ich einen Zyklus des Kinderpraktikums der International Academy for Hara Shiatsu im Wilhelminenspital begleiten durfte. Einmal wöchentlich bekamen die stationären Kinder und Jugendlichen, die unter psycho-somatischen und somato-psychischen Krankheiten litten, Hara Shiatsu von Studierenden der Academy. Ich saß also jeden Mittwoch mit meinem Notizblock im Praktikum mit den PraktikantenInnen und beforschte sie. Ich nannte das ganze teilnehmende Beobachtung – eine sehr geschätzte Methode in der KSA – und beobachtete, redete mit und durfte manchmal auch als Vorzeige- oder Versuchssubjekt dienen. Außerdem sprach ich mit PatientInnen, ihren Eltern, dem medizinischen Personal des Spitals, den PraktikumssteilnehmerInnen und führte Interviews mit ihnen. Mit letzteren veranstaltete ich auch noch eine Gruppendiskussion mithilfe einer Aufstellmethode (Polaritätstestprofil). Meine Forschungsfrage lautete: Inwiefern wird Hara Shiatsu als Therapieform für psycho-somatische und somato-psychische Krankheiten von den PatientInnen, den PraktikerInnen und dem medizinischen Personal im Kontext Krankenhaus als wirkungsvoll empfunden? Es freut mich sehr, nun die Ergebnisse meiner Feldforschung präsentieren zu dürfen (und die Arbeit nicht nur für den Professor und die Schublade geschrieben zu haben).

Das Konzept der drei Körper von Nancy Scheper-

Hughes und Margarete Lock ließ ich mir zur Gliederung meiner Ergebnisse. Die beiden Medizinanthropologinnen postulieren die Aufhebung der Körper-Geist Dichotomie, die seit der Aufklärung stark im westlichen Denken und Verständnis vom Körper verankert ist. Sie erkennen die vielen Aspekte, die der Körper bei einer sozialwissenschaftlichen Forschung hat und unterteilen den Körper daher in Drei – in den individuellen Körper, den sozialen und den politischen. Aber natürlich können die drei Körper nicht getrennt für sich stehen, sondern sind eng miteinander verbunden.

Zum individuellen Körper

Das Individuum sehen. Eines der ersten Dinge, die mir über die Vorgehensweise von Hara Shiatsu erzählt wurde, war, dass sie versuchen das Kind zu SEHEN. Die Praktizierenden versuchen sich nicht nur auf die Betrachtung und Behandlung der Symptome zu beschränken, sondern auf das Individuum einzugehen, das Kind als Ganzes zu sehen. Die Analyse der PraktikerInnen bezieht die individuelle Konstitution, das subjektive körperliche und emotionale Empfinden, sowie biographische Erlebnisse der PatientInnen mit ein. Jede Behandlung wird auf die Person zugeschnitten. Die Behandlungsstrategie ist nichts Unveränderbares, sondern wird vor und nach jeder Behandlung evaluiert und gegebenenfalls neu entwickelt. Damit bietet Hara Shiatsu eine patienten-orientierte Therapieform.

Existenzielle Fragen

Des Weiteren wird der Versuch unternommen auf existenzielle Fragen Antworten zu finden. Bei der Behandlung des ganzheitlichen Aspekts von Hara Shiatsu



während der Gruppendiskussion sagte ein Praktikant, dass er genau das an der Methode schätze:

„Nichts gegen die Schulmedizin, die hat auch ihre Berechtigung, aber es ist halt sehr einseitig, ja? Und es wird halt die Tablette gegeben und ‚Wiederschauen‘. Aber WARUM ist diese Krankheit bei dem aufgetaucht und bei wem anderen nicht? Das wird nicht hinterfragt. Wo kann das herkommen? Was ist die Ursache davon? Das schaut sich keiner an und das find ich halt in der östlichen Medizin so spannend, dass einfach mal das Ganze einfach angeschaut wird. Also ich habe dann ein viel klareres Bild, als wenn ich jetzt immer nur ein Symptom behandle.“ (Polaritätsprofil)

Der Körper als biologische Einheit kann keine Antworten geben, warum zu diesem Zeitpunkt diese Krankheit bei diesem Menschen auftritt.

Diesen Anspruch erhebt die Biomedizin erst gar nicht. Wo die Biomedizin an ihre Grenzen stößt, geht die Hara Shiatsu Analyse weiter. Sie verspricht keine richtigen Antworten, sondern eine Beschäftigung damit. Die Konstitution, individuelle Stagnationsmuster und Emotionen spielen eine Rolle. Sie lassen zumindest Vermutungen zu auf die Frage: „Warum diese Krankheit?“ Soziale Verhältnisse können vielleicht Zeitpunkt und Ursache erklären. Natürlich sind Antworten auf diese Fragen immer höchst spekulativ, allein die Beschäftigung damit beeinflusst aber das Bild der PatientIn und damit die Behandlungsstrategie.

Das Leiden wird in Kontext mit ihrer Umwelt gebracht. Es entspricht damit der Idee der Sozialwissenschaften Körper, Krankheit und Leiden in seinem sozialen und kulturellen Umfeld zu betrachten. Und Vermutungen können auch richtig sein.

Abgrenzung

Bei der Behandlung kommt die Energie der PraktikerIn mit der des Patienten in Berührung. Um diese Verbindung optimal zu nutzen, muss der Hara Shiatsu Praktizierende seine und die Energieflüsse der Patienten in Resonanz bringen und sich selbst gleichzeitig abgrenzen. Dafür benötigt der Praktizierende Selbstbewusstsein und Authentizität. Er muss „gesettled“ sein, um Halt für die behandelte Person zu sein und keine negative Energie der PatientIn aufzunehmen. In diesem Praktikum ist das besonders wichtig, da die Kinder und Jugendlichen oftmals sehr gewaltvolle und/oder traurige Biographien haben. In Mitleid zu versinken, würde eine schlechtere Qualität der Behandlung bedeuten. Um dem zu entgehen, muss man eine Abgrenzung zwischen dem eigenen Ego und dem der behandelten Person vollziehen.

Zum sozialen Körper

Die Rolle als Behandlerin

Auf der Station für Psychosomatik gibt es immer wieder Kinder und Jugendliche, die nicht angefasst werden wollen. Mit körperlicher Nähe haben sie aus verschiedenen Gründen ein Problem. Manche Mädchen und Buben, die außerhalb der Hara Shiatsu Behandlung nicht berührt werden wollen, kommen aber sehr gerne zur Hara Shiatsu Therapie. Dieses Beispiel zeigt, wie soziale Normen das Körpergefühl beeinflussen. Die Art der somatischen Wahrnehmung variiert je nach Umfeld. In einem therapeutischen Umfeld, dessen soziale Implikationen kulturell konstruiert sind, werden die Berührungen, die sonst ein Problem darstellen, für gut empfunden. Die Rolle der Hara Shiatsu Praktizie-

renden als TherapeutInnen verändert die Dimension der Intersubjektivität.

Zum politischen Körper

Die Beziehung zwischen sozialem und individuellem Körper beinhaltet auch immer politische Aspekte von Macht und Kontrolle. Im von mir erforschten Feld sind die Strukturen des österreichischen Medizinsystems, in dem das Wilhelminenspital eingegliedert ist, die kontrollierende Macht. Die Krankenkassen und das Bundesministerium für Gesundheit sind machtvoll indirekte Akteure im Forschungsfeld.

Das Wohl der PatientInnen ist zwar der allgemeine Ausgangspunkt, aber auch Diskussionsgegenstand auf struktureller Ebene, auf der subjektives Empfinden vom messbaren Output abgelöst wurde. Über den Leib der Kinder wird argumentiert und gleichzeitig Anerkennung für die eigene Sache/Station/Verein gesucht. Anerkennung der Kontrollmacht bedeutet Finanzierung. Der individuelle Körper wird dem politischen untergeordnet.

Objektivierung

Durch die Abstraktion in der Diskussion über Gelder wird der subjektive Leib objektiviert. Die Trennung des subjektiven Empfindens von den beobachtbaren biologischen Prozessen gründet im Versuch der Diskussion über den Wirkungsgrad von Behandlungen eine faire Verhandlungsbasis für Vergleiche geben zu können. Die Vorstellung einer geeigneten Vergleichsmethode – der Vergleich von Daten – ist allerdings kulturell bedingt und eng mit der kulturellen Entwicklung der westlichen Medizin verbunden. Damit ist die Vergleichsmethode nur für eine Medizin fair, die das gleiche oder ein ähnliches Realitäts- und Körperverständnis hat. Für alle Medizinsysteme mit anderen Körper- und Weltverständnissen ist die Vergleichsmethode jedoch ungeeignet. Aus diesem Grund haben es komplementär-medizinische Behandlungsmethoden oft schwer sich zu beweisen. Während meiner Feldforschung hatte ich das Gefühl, dass Hara Shiatsu nicht als gleichwertig mit den anderen Therapieformen empfunden wird. Ich fragte den Praktikumsleiter der International Academy for Hara Shiatsu wer in bezahlt und erfuhr, dass das die Academy sei. Ich wusste, dass die PraktikantenInnen sehr viel für diese Ausbildung zahlen.

Dreht man das, so kann man sagen, dass die Studierenden der International Academy for Hara Shiatsu die Möglichkeit für die Kinder und Jugendlichen finanzieren Hara Shiatsu zu bekommen. Ich formulierte daraus für die Aufstellmethode die Aussage: „Ich nehme die Stimmung im Allgemeinen hier eher als ein ‚Ihr dürft

üben‘ wahr, als ein ‚Danke, dass ihr tut‘ “. Im Interview mit der Pflegestationsleitung wurde ich in meiner Annahme bestätigt. Als ich die Finanzierung von Hara Shiatsu durch ihre Studierenden ansprach, sagte er ganz klar: „Das Krankenhaus sagt ja nicht, wir wollen Shiatsu haben. Sie [die Hara Shiatsu Studierenden] dürfen hier ihr Praktikum machen.“ (Polaritätsprofil) Die Hara Shiatsu Praktizierenden müssten damit zufrieden sein, dass sie ihr Übungsmaterial gratis zur Verfügung gestellt bekämen. Hier wird in der Diskussion über die Finanzierung der Leib der PatientInnen wieder objektiviert und der individuelle Körper dem politischen untergeordnet.

Mir wurde verraten, dass die Station für Kinderpsychosomatik selbst um den Erhalt kämpfen musste/muss. Die Machtstrukturen des österreichischen Medizinsystems beeinflussen die Umgangsweise der Psychosomatik Station mit Hara Shiatsu. Durch die Abmachung zwischen der Station und der International Academy for Hara Shiatsu kann das Krankenhaus trotzdem eine komplementärmedizinische Methode in Anspruch nehmen ohne dafür Kosten aufbringen zu müssen. Das Krankenhaus sucht nicht um Hara Shiatsu als komplementärmedizinische Methode an, das bedeutet aber nicht, dass sie es nicht wertschätzen. Das „üben dürfen“ steht daher nicht mit dem „danke dafür“ in Widerspruch.

Zur Ganzheitlichkeit des Hara Shiatus

„Also für mich ist das irgendwie so ein Hauptgrund auch warum ich das mach‘, weil ich es einfach so schön find‘, den Menschen als Ganzes zu sehen. Also nicht nur seine Symptome oder die Geschichte, woher er kommt, sondern einfach, dass die Vergangenheit, das Jetzt und Wo wieder hin, das einfach zu verbinden und ihn dabei begleiten zu dürfen. Das ist einfach ein Geschenk.“ (Polaritätsprofil)

Es waren sich alle Praktizierenden einig, der ganzheitliche Ansatz ist ihnen sehr wichtig. Der ausschließliche Blick auf die Krankheit, die Symptome und die biologisch messbaren Prozesse, wie es in der westlichen Medizin der Fall ist, reicht ihnen nicht aus. Die westliche Medizin zerteilt den Körper in immer kleinere Einheiten. Der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM), auf der Hara Shiatsu basiert, hat einen ganzheitlichen Ansatz. Aber was wird unter Ganzheitlichkeit verstanden?

Der Medizinanthropologe Thomas Ots unterscheidet in zwei verschiedene Definitionen: In der ersten Definition umfasst die Ganzheitlichkeit den menschlichen Organismus als Einheit. Ist ein Teil des Körpers krank, z.B. ein Organ, so ist der ganz Mensch krank und nicht nur der Teil des Körpers, in dem die Krankheit

lokalisiert wurde. In dem Fall bezieht sich Ganzheitlichkeit auf den intra-individuellen Aspekt von Körper. Die Krankheit wird im Inneren des Menschen gesucht. Die zweite Definition umfasst den Menschen als inter-individuell. Er ist Teil eines größeren Ganzen und wird von seiner sozialen Umwelt beeinflusst. Der Körper agiert als Verbindungsglied zwischen Individuum und Gesellschaft. Es ergibt sich ein psychosomatisches und psychosoziales Verständnis vom Menschen und seinem Kranksein.

Nach der ersten Definition von Ots kann man sagen, Hara Shiatsu verfolgt einen ganzheitlichen Aspekt. Die PraktikerInnen behandeln nicht nur nach Symptomen, sondern setzen diese und emotionalen Eindruck bzw. Äußerungen in Zusammenhang mit den Wandlungsphasen und behandeln den ganzen Körper und nicht nur eine befallende Stelle.

Nach der zweiten Definition ist eine klare Beurteilung schwierig. Die Behandlungsstrategie orientiert sich an psychischen/emotionalen Bedürfnissen. Die Berührungen auf der körperlichen Ebene sollen emotionale und körperliche Stärkung ermöglichen. Die Behandlungen zielen aber auf jeden Fall nicht auf die Veränderung psychosozialer Krankheitsverursacher ab. Dem Körper wird seine Rolle als Interaktionsmittel mit der Umwelt zwar anerkannt. Doch die Behandlung wird auf die Anpassung an die krankmachenden gesellschaftlichen Verhältnisse ausgelegt, nicht auf deren Veränderung. Den Hara Shiatsu Praktizierenden ist es wichtig nicht nur Symptome zu behandeln, doch gesellschaftlich gesehen tun sie genau das. Sie bieten eine Symptömlösung für die sozialen Probleme der Gesellschaft an. Wo also fängt Ganzheitlichkeit an und wo endet sie? Beginnt eine ganzheitliche Behandlung erst bei einem kranken Körper oder Geist? Endet sie mit einer ganzheitlich orientierten Diagnose?

Hara Shiatsu bemüht sich in seinem Ansatz um die Ganzheitlichkeit, die möglich ist. Die Hara Shiatsu Praktizierenden SEHEN den GANZEN Menschen und behandeln über den Körper auch psychische Aspekte. Tomas Nelissen, der Gründer der International Academy for Hara Shiatsu, sieht das Potential von Hara Shiatsu auch in der Präventivmedizin. Damit setzt Hara Shiatsu bereits vor dem Krankwerden des Menschen an. Ziel ist es zwar nicht die Gesellschaft und ihre krankmachenden Parameter zu verändern, sondern die Entfaltung der Persönlichkeit eines Menschen innerhalb des vorhandenen Systems zu ermöglichen. Im besten Fall haben dann mögliche krankmachende Faktoren keinen Einfluss mehr. Wie ich es dreh und wende, die Hara Shiatsu Praktizierenden bemühen sich wirklich um Ganzheitlichkeit.



Vereinbarkeit der beiden Medizinsysteme

Ergänzend können Hara Shiatsu und die Biomedizin durch ihre unterschiedlichen Analyseansätze agieren. Die Biomedizin beschäftigt sich mit organpathologischen Störungen des Körpers, also mit der Krankheit an sich, der Biologie des Körpers. Durch die Untersuchung mit Geräten werden (objektive) Befunde ausgestellt. Hara Shiatsu geht vom Kranksein aus, psychosoziale und soziokulturelle Faktoren werden miteinbezogen. Doch diese beiden Zugänge stehen nicht im Gegensatz zueinander, sondern ergänzen sich hervorragend. Die westliche Medizin besitzt hohe Kompetenzen der biologischen Diagnose durch ihre Gerätschaften.

Da wo die westliche Medizin damit aber nicht mehr weiterkommt, dort kann Hara Shiatsu die Behandlung der funktionellen Störungen bieten. Die Betrachtungsweise des Körpers als Objekt und die des Körpers als belebt (lived body) stehen daher nicht im Gegensatz zueinander, sondern ergänzen sich. Sie kommen jeweils zu anderen Ergebnissen ein und derselben Realität und vervollständigen so das Bild.

Die theoretische Vereinbarkeit Hara Shiatsus und der westlichen Wissenschaften ist trotz komplett unterschiedlicher Herkunft und eines völlig anderen Weltbildes durchaus gegeben. Die westliche Wissenschaft erlangt mit ihrem Ansatz bzw. der Weiterentwicklung ihres Ansatzes zu Ergebnissen, die sich mit den Grundannahmen der philosophischen Sichtweisen der TCM decken.

In den Kognitionswissenschaften wendet man sich aktuell einem verkörperlichten Ursprung von Denken (embodied cognition) zu. Das bedeutet, Denken und Tun stehen in direkten Zusammenhang. Das würde bedeuten, dass man über Körperarbeit den Geist beeinflussen kann und genau das hat die TCM schon lange erkannt. Somit müsste die „objektive“ Naturwissenschaft die Sinnhaftigkeit und Wichtigkeit von Körperarbeit insbesondere bei psycho-somatischen oder somato-psychischen Krankheiten anerkennen. Nach Abschluss der Datenerhebung und Auswertung kann ich nun sagen, dass Hara Shiatsu durchaus als wirkungsvoll betrachtet wird.

Viele Eltern und Kinder mögen Hara Shiatsu, weil sie sich danach entspannter fühlen. Diese Wirkung wird Hara Shiatsu wohl am häufigsten zugeschrieben. Neben PatientInnen und Eltern beobachten auch PflegerInnen der Station, dass die Kinder und Jugendlichen am Abend besser einschlafen. Gegen körperliche Beschwerden wie Nacken- und Rückenverspannungen wird Hara Shiatsu ebenfalls als sehr wirkungsvoll betrachtet.

Auf der Station wird Hara Shiatsu auch für die Therapie als hilfreich gesehen. Es lässt sich beobachten, dass je mehr Erfahrung die Personen mit (Hara) Shiatsu haben, desto mehr Wirkung trauen sie der Methode zu. Die Praktizierenden wissen um diesen Zustand, weswegen sie nachsichtig sind mit Menschen, die Hara Shiatsu skeptisch gegenüberstehen. Und ich muss zugeben, dass ich in den paar Monaten, in denen ich Hara Shiatsu kennen lernen durfte, wirklich niemanden begegnet bin, der trotz Shiatsu Erfahrung nicht überzeugt von dessen Wirkung war – mich eingeschlossen.

Mia Kleinhäntz, geb.1995, studiert Kultur- und Sozialanthropologie in Wien und möchte sich auf Medizinanthropologie spezialisieren

