

## Zur Positionierung von Shiatsu im Gesundheitswesen von Morgen

Peter Itin

Gesundheit ist *der* „Megatrend“ der Gegenwart und zugleich ein riesiger Wachstumsmarkt. Ökonomen bezeichnen den Gesundheitsmarkt als den neuen „Konradieff-Zyklus“, als *den* neuenn grundlegenden Motor der westlichen Volkswirtschaften. Er wird auf die Telematik folgen, der Fusion von Informatik/Computertechnologie und Telefonie/Telekommunikation. Professionelle ZukunftsforscherInnen vertreten die Ansicht, dass sich das staatlich eng reglementierte und geschützte Gesundheitswesen zu einem liberalisierten, boomenden Gesundheitsmarkt wandeln wird. Da der Leistungskatalog der Krankenversicherungen immer begrenzter wird, ergeben sich Verteilungskämpfe: welche Berufstätigen und welche Verfahren werden zukünftig noch in welchem Umfang über das Versicherungssystem finanziert?

Der Trend ist vorgegeben: Gesundheit wird zur Privatsache, aus PatientInnen werden KundInnen. Auf dem Gesundheitsmarkt von Morgen werden vielfältige, differenzierte Dienstleistungen und Konsumgüter zur Heilung, Prävention und Gesundheitsförderung angeboten. Auch der Gesundheitsmarkt unterliegt der Globalisierung. Auch er ist stark Technologie-getrieben. Es fließen gigantische Summen an Forschungsgeldern in Gentechnologie, Stammzellenforschung und in Projekte wie beispielsweise Sehchips und Brain-Computer-Interfaces, die Informatik, Nanochirurgie und Neurowissenschaften verbinden. Die Angebote für Heilung, Prävention und Gesundheitsförderung vermischen sich zudem mit den Märkten für Beauty, Fitness, Fashion, Food, und Touristik. Zur Burnout-Therapie schickt eine Schweizer Krankenkasse ihre Versicherten bereits heute in eine Schwarzwaldklinik im benachbarten Deutschland. Das Herz lassen wir zukünftig in Südindien operieren, um uns anschliessend mit einer Ayurveda-Kur unter Palmen zu rehabilitieren.

Zu jedem Trend gibt es allerdings Gegentrends und Ausdifferenzierungen. Ich beobachte derzeit 4 Typen von menschlichen Einstellungen und Verhaltensweisen gegenüber der eigenen Gesundheit. Diese Typisierung ist überspitzt und vereinfacht. Sie ist jedoch geeignet, um die Rahmenbedingungen für die Inanspruchnahme von Shiatsu und unsere berufliche Rolle und Identität zu reflektieren. Es sind internationale Trends, deshalb bezeichne ich sie - wie in der Trendforschung beliebt - mit englischen Begriffen:

- „Helplessness“ (Hilflosigkeit)
- „Activeness“ (Aktivismus)
- „Exclusiveness“ (Exklusivität)
- „Wholeness“ (Ganzheitlichkeit).

### Helplessness: Krankheit als Schicksal

Dieser Begriff steht für den Trend, dass ein grosser Teil der Bevölkerung den wachsenden gesellschaftlichen Anforderungen nicht mehr wirklich gewachsen ist. Diese Menschen begegnen dem Druck mit Fluchtmechanismen und Resignation, mit Verdrängung, Abwehrhaltung und Escapismus. Sie konsumieren billiges Junkfood als körperliche Nahrung, Junk-Medien als geistig emotionale Nahrung, und Suchtmittel, um sich zu erholen und abzulenken. Sie sind autoritätsgläubig, passiv, innerlich instabil, unausgeglichen und ohne Visionen. Sie lassen sich medial manipulieren und emotionalisieren. Übergewichtigkeit, Abgestumpftheit, Abhängigkeit, Sexualisierung und Gewalt sind in allen Altersschichten verbreitet. Die Zahl der Trauma-Opfer als Folge von Gewalttätigkeiten und Übergriffen ist hoch. Selbst in der einstmals heilen Schweiz sind heute schon ein grosser Teil der Kinder

übergewichtig, proklamiert eine aufwändige Kampagne auf überbreiten Plakaten. Selbst in der Schweiz steigt der Alkoholkonsum alarmierend trotz teurer Präventions-Programme. Die Krankheitsanfälligkeit ist hoch, ebenso die Abhängigkeit von der konventionellen Schulmedizin. Gesundheit wird als Abwesenheit von Krankheit verstanden, und Krankheit als Schicksal und als Folge der Widrigkeiten dieser Welt. Selbstreflexion, Körperbewusstsein und ein gesundheitlich eigenverantwortliches Handeln fehlen.

Shiatsu wird von der Zielgruppe nicht aktiv nachgefragt. Shiatsu dürfte jedoch in den zwei Bereichen Prävention und Trauma-Behandlung von ÄrztInnen vermehrt einbezogen werden. Therapeutisches Shiatsu für Jugendliche kann eingesetzt werden, um die körperliche Selbstwahrnehmung und die gesundheitliche Selbstverantwortung in einem Frühstadium zu schulen. Therapeutisches Shiatsu mit Trauma-Opfern kann einen Beitrag zur Reintegration und Stabilisierung leisten und dazu beitragen, die Alltagsfähigkeit wieder herzustellen und positive Beziehungen zum eigenen Körper und sich selbst sowie das erschütterte Vertrauen in die Menschen wieder aufzubauen.

### Activeness: Fit und schön

Ein weiterer Bevölkerungsteil lebt ausgeprägt leistungs- und wettbewerbsorientiert. Diese Menschen verstehen das Leben als Herausforderung und sind auch hohen Anforderungen, Stress und Grosstadtheftik gewachsen. Sie kämpfen: für den wirtschaftlichen und sozialen Aufstieg, für den Erhalt des Status Quo und gegen den Abstieg. Ihr Gesundheitsverständnis orientiert sich an der geistigen und körperlichen Leistungsfähigkeit, die nach aussen sichtbar sein muss.

Gesund ist, wer fit und schön ist und den ungeschriebenen Gesetzen der Leistungsgesellschaft entspricht. Man ist modisch angezogen, handymässig vernetzt, freizeitaktiv und weltgerüst. Das Gesundheitsbewusstsein ist stark ausgeprägt. Das Credo lautet: Gesundheit ist machbar. Zur Gesunderhaltung geht man regelmässig ins Fitness-Studio, joggt und walkt. Man ernährt sich funktional, kalorienarm, vitaminreich und ausgewogen. SeniorInnen bleiben bis 90 rüstig und sehen so jung aus wie ihre Kinder. Im Krankheitsfalle wählt man jene Behandlungsmethoden, welche Leistungsfähigkeit und Schönheit effizient wiederherstellen. Im Vordergrund steht die Westmedizin. Heilpraktische Mittel und natürlich Verfahren werden auch genutzt, sofern sie nachgewiesen wirkungsvoll sind.

Die Bedeutung von körperlicher Entspannung und Vitalisierung zur Leistungserhaltung sind durchaus im Bewusstsein. Körper-Massagen werden populär. Jael, die erfolgreichste Pop-Sängerin der Schweiz (Lunik) hat kürzlich ein Diplom als „Wellness-Masseurin“ erlangt. Sissing, Ex-Miss Schweiz, lieferte der Pendlerzeitung *20Minuten* die Schlagzeile „Beauty-Queen wird Shiatsu-Masseurin“. Shiatsu wird integriert in Angebote von Schönheits-Salons, Nagelstudios und Solarien zur Körperpflege. Auf dem grössten Camping-Platz Sardinens kann man sich in vier japanisch gestylten Boxen mit Shiatsu erholen; Relax-Musik und Räucherstäbchen unterstützen das entspannende Ambiente.

Bereits gibt es Firmen, welche Shiatsu-Personal beschäftigen. MitarbeiterInnen haben Anrecht auf eine bezahlte Behandlung pro Woche zur Erhaltung ihrer Leistungsfähigkeit und als Burnout-Prophylaxe. In City-Wellness-Centren und an Publikumsmessen ist ein zehnminütiges Fresh-Up-Shiatsu auf dem Stuhl gegen Verspannungs-Schmerzen im Nacken und am Rücken erhältlich. Do-it-yourself Kurse und -Ratgeber propagieren Shiatsu-Techniken zur Heim- und Selbstmassage. Der attraktive und verbreitete Begriff Shiatsu wird breit benutzt. Da er rechtlich nicht geschützt werden kann, wird er völlig verwässert und selbst auf Produkte in Erotikkatalogen bezogen. Automatische Shiatsu-Liegen verbreiten sich

in Wartezimmern, Cafeterias, Ruhezonen, Fitnessclubs und Solarien. Grosshandelsketten vertreiben elektrische Shiatsu-Bürsten gegen Zellulitis.

### Exclusiveness: Wellness-verwöhnt

Wohlhabende zelebrieren ihren erreichten Status: sie lieben und leisten sich das Besondere. Sie kaufen Luxusgüter, frequentieren Gourmet-Tempel und jetten in exotische Fünf-Stern-Wellness-Oasen, die von Star-Architekten entworfen wurden.

Gesundheit wird als sinnliches Wohlbefinden definiert. Wohlbefinden ist konsumierbar. Man lässt sich über die fünf Sinne verwöhnen. Im Krankheitsfalle ist nur das weltweit Beste gut genug. Spitzenmedizin, Schönheitsoperationen, Organtransplantationen und Burnout-Therapien werden in spezialisierten Privatkliniken durchgeführt, welche gleichzeitig Luxushotels sind. Shiatsu wird als Rehabilitations-Therapie komplementär eingesetzt und findet sich auch in Luxus-Wellness-Resorts.

### Wholeness: Mit dem Ganzen verbunden

Diese Zielgruppe besteht aus Menschen, die dem Leben einen tieferen Sinn geben. Sie denken und handeln umweltgerecht, ganzheitlich, solidarisch und nachhaltig. Es handelt sich oftmals um Menschen, die mit Entwicklungs- und Veränderungsprozessen, Gesundheits-Einschränkungen, Lebenskrisen und Tod konfrontiert sind. Diese Umstände können sie selbst, ihre berufliche Tätigkeit oder den privaten Umkreis betreffen. Sie begegnen der Welt mit Bewusstheit und innerer Tiefe. Persönliche Entwicklung, Spiritualität und Gesundheitsbewusstsein sind gleichwertige Elemente ihrer ganzheitlichen Lebensphilosophie. Gesundheit wird als Ausdruck von tief empfundener Lebensfreude, seelischer Ausgeglichenheit und spiritueller und sozialer Geborgenheit verstanden. Sie ernähren sich biologisch, saisongerecht und mit regionalen Produkten. Sie begegnen anderen Menschen mit Bewusstsein und Mitgefühl. Auf Beschwerden und seelisches Leid reagieren sie frühzeitig zur Verhinderung von Verschlimmerungen.

Shiatsu wird von dieser Zielgruppe therapeutisch nachgefragt bei psychosomatischen Beschwerden, zur Linderung von chronischen Schmerzen, zur Rekonvaleszenz nach Unfällen und Krankheit, zur ganzheitlichen Gesunderhaltung, zur Förderung der körperlich-seelischen Selbst-Wahrnehmung, zur Entwicklung von gesundheitsfördernden Verhaltensmustern, zur Begleitung in schwierigen Lebenssituationen und zur prozesshaften Unterstützung der persönlichen Entwicklung.

### **Shiatsu als Beruf: Wellness oder Therapie?**

Die obigen Ausführungen zeigen deutlich: Shiatsu kann in vielen Anwendungsfeldern positiv genutzt werden. Dabei muss es sich jedoch den unterschiedlichen Zielgruppenbedürfnissen und Umweltbedingungen anpassen. Ich sehe die Tendenz, dass sich der Markt in zwei Bereiche aufspalten wird, die ich mit „Wellness“ und „Therapie“ bezeichnen möchte.

Im Wellness-Markt geht es um Themen wie Wohlfühlen, Entspannen, Leistungserhaltung, allgemeine Gesundheitsförderung und Prävention. Es werden immer mehr Anstellungen geschaffen, in Spas, Wellness-Hotels, Betrieben usw. Viele der Wellness-Praktizierenden bieten mindestens drei Wellness-Verfahren zur Wahl an, z.B. Fusspflege, Hot-Stone-Massage, Lymphdrainage ergänzend zu Shiatsu.

Im therapeutischen Markt geht es um die Behandlung und Unterstützung von Menschen, die unter Beschwerden und Krankheiten leiden und hohen seelischen Belastungen ausgesetzt

sind. Der berufliche Trend führt hier zur Spezialisierung, beispielsweise in Richtung Stressmanagement, Rücken-Therapie, Schwangerschafts-Begleitung u.a.

Die schweizerische Situation zeigt, dass sich zukünftig zwei therapeutische Grundausrichtungen ausprägen dürften: KomplementärTherapie und AlternativMedizin. Beiden ist gemeinsam, dass sie natürlich, ganzheitlich und selbstregulierend auf den Organismus einwirken. Wesentliche Unterschiede sind folgende:

- KomplementärTherapie hat einen gesundheits- und prozessorientierten Fokus: Es geht darum, sich an der selbstverantwortlichen Gesundheit zu orientieren und Entwicklungen der KlientInnen zu unterstützen, welche zu Selbstwahrnehmung, Selbstreflexion und gesunden Verhaltensweisen hinführen. Die Shiatsu-Behandlung wird bei Bedarf um therapeutische Gesprächsführungs-Techniken (wie Focusing), um Übungen (wie Qigong) und um „Hausaufgaben“ (erteilte und kontrollierte Lernziele) ergänzt. Nebst Shiatsu sind auch Atemtherapie, Alexandertechnik, Craniosakraltherapie, Fussreflexzonenmassage, Kinesiologie, Polarity u.a. Methoden der KomplementärTheapie zuzuordnen.
- AlternativMedizin ist pathologisch-orientiert: Gefragt ist die Fähigkeit, auf eine natürliche Weise Heilerfolge bei Krankheiten und Beschwerden zu erzielen. Es stehen innerhalb eines umfassenden natürlichen Medizinsystems wie der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) oder der Heilpraktik vielfältige Verfahren zur Verfügung, von denen das jeweils geeignete eingesetzt wird. Es wird auch invasiv gearbeitet, und es werden natürliche Heilmittel verordnet, sodass höhere schulmedizinische Anforderungen gestellt werden, jedoch tiefere Kompetenzen in der Prozessbegleitung benötigt werden. Auch TherapeutInnen der AlternativMedizin können Shiatsu einsetzen und mit Verfahren der oder der westlichen Naturheilkunde kombinieren (z.B. Akupunktur, Moxa, Kräuter, Ernährungsberatung).

### **Von der Methodenausbildung zur Berufsausbildung**

Die Shiatsu-Schulen der Pionierphase wurden von charismatischen Lehrpersonen mit unternehmerischem Flair gegründet und betrieben. Im Vordergrund stand das Unterrichten von Shiatsu als Methode, verbunden mit der inneren Haltung des Zen.

Der Markt hat sich inzwischen entwickelt und gewandelt. Shiatsu wird immer mehr zum Beruf. Studierende sehen in der Shiatsu-Ausbildung nicht mehr primär einen Weg zur Selbstentwicklung. Sie peilen entweder einen Job im Wellness-Markt oder einen therapeutische Beruf an. Die Shiatsu-Ausbildung ist in jedem dieser beiden Berufsfelder eine Option unter vielen anderen.

Wellness-Ausbildungen sollen möglichst rasch Geld einbringen, d.h. kurz sein und Aussicht auf Anstellungen in Wellness-Zentren, Hotels und Firmen bieten. Etablierte Shiatsu-Schulen testen den Markt für Kurzausbildungen. Es zeigt sich aber im Wellness-Markt, dass die Anforderungen an das Arbeiten mit Menschen generell gewachsen sind. Wellness-Kunden sind oft bis an ihre Grenzen gestresst oder erschöpft. Der Begriff „Medical-Wellness“ hat sich bereits als Qualitätslabel etabliert und bedeutet, dass der körperlich-seelische Gesundheitszustand erfasst wird und Therapie-/Behandlungskonzepte individuell abgestimmt werden. Die Grenzen zwischen Wellness und Therapie werden somit fließend. Eine therapeutische Ausbildung wird auch für Tätigkeiten in Prävention und Gesundheitsförderung hilfreich und oftmals unerlässlich sein.

Therapeutische Ausbildungen sind anspruchsvoll und teuer. Es wird entsprechend zurückhaltender in sie investiert. Therapeutische Ausbildungen sollen deshalb möglichst

zertifiziert und staatlich anerkannt sein, und sie sollen Aussicht auf Krankenkassenfinanzierung und Anstellungen im Gesundheitswesen bieten. Die rechtlichen und politischen Rahmenbedingungen prägen die länderspezifischen Entwicklungen entscheidend mit. In Zukunft ist jedoch mit einer europäischen Harmonisierung zu rechnen, insbesondere was Berufsprofile und Zulassungsbedingungen für jene beruflichen Tätigkeiten betrifft, welche die Behandlung von Menschen mit körperlichen oder/und seelischen Gesundheitsbeeinträchtigungen und Kranken betrifft.

Der schweizerische Berufsabschluss in KomplementärTherapie dürfte für das therapeutische Arbeiten mit Shiatsu in Europa einen wichtigen Eckpfeiler markieren. Der entscheidende Quantensprung liegt im konsequenten Wechsel von der Methoden-Ausbildung zur Berufs-Ausbildung. Die Anforderungen an die Ausbildung werden von der konkreten Berufspraxis her definiert. Das Erlernen der Methode bleibt zwar weiterhin im Zentrum der Shiatsu-Ausbildung. Die allgemeinen Grundlagenkenntnisse in Gesundheitsverständnis, Berufsethik, Medizingrundlagen, Psychologie, Gesprächsführung, Betriebsführung und Recht werden jedoch den beruflichen Anforderungen angepasst und für den Abschluss in KomplementärTherapie auf insgesamt 300 Stunden erhöht. Vergleicht man dies mit Ländern wie Japan und Canada, die Shiatsu generell als Gesundheitsberuf regeln und Ausbildungen von 2000 Stunden verlangen, dann ist der schweizerische Weg massvoll. Der KomplementärTherapie-Weg wird nicht der einzige sein, um Shiatsu in Zukunft beruflich praktizieren zu dürfen. Für das Behandeln von Menschen mit Beschwerden und für die Inanspruchnahme einer Mitfinanzierung der Behandlungen durch Krankenkassen-Zusatzversicherungen wird er in einigen Jahren wohl unerlässlich sein.

### **Shiatsu im Gesundheitsmarkt von Morgen: Therapie und Wellness**

Anma, aus dem Shiatsu hervorging, war ursprünglich eine Heilbehandlung. Der Name hatte sich jedoch im 19. Jahrhundert für eine Form von Wellness-Massage verbreitet, die vor allem von Blinden in Badehäusern praktiziert wurde.

Tenkei Tamai hatte 1919 den Begriff Shiatsu kreiert, um seine therapeutische Arbeit vom damals verbreiteten Anma abzugrenzen. In der Mehrheit der europäischen Länder darf Shiatsu jedoch aus rechtlichen Gründen nur zur allgemeinen Gesundheitserhaltung und -förderung und bei gesunden Menschen genutzt werden.

„Berühren“ wurde seit jeher immer für beides genutzt, für Therapie und Wellness. Dementsprechend werden die europäischen Shiatsu-Berufsverbände gemeinsam mit den Berufsverbänden anderer Methoden in Zukunft vor der Herausforderung stehen, dieses Spannungsfeld zu halten. Dabei ist vor jeglicher Wertung zu warnen. In jedem Anwendungsgebiet ist Shiatsu wertvoll, um Menschen zu unterstützen.

Peter Itin

Autor von Shiatsu als Therapie, BoD 2008

Berufspolitischer Delegierter des SGS-Vorstands

Mitinitiator des Berufsabschlusses KomplementärTherapie