

# Von der energetischen Einschätzung zum Behandlungskonzept

Wellen am Strand sind eine gute Metapher für die Beschwerden mit denen Klienten in die Shiatsu- Praxis kommen. Sie sind offensichtlich und verbergen die darunter liegenden Strömungen und Kräfte. Für das Erleben von Gesundheit oder die Unterstützung eines Heilungsprozesses sind diese tieferliegenden Kräfte bedeutsam.





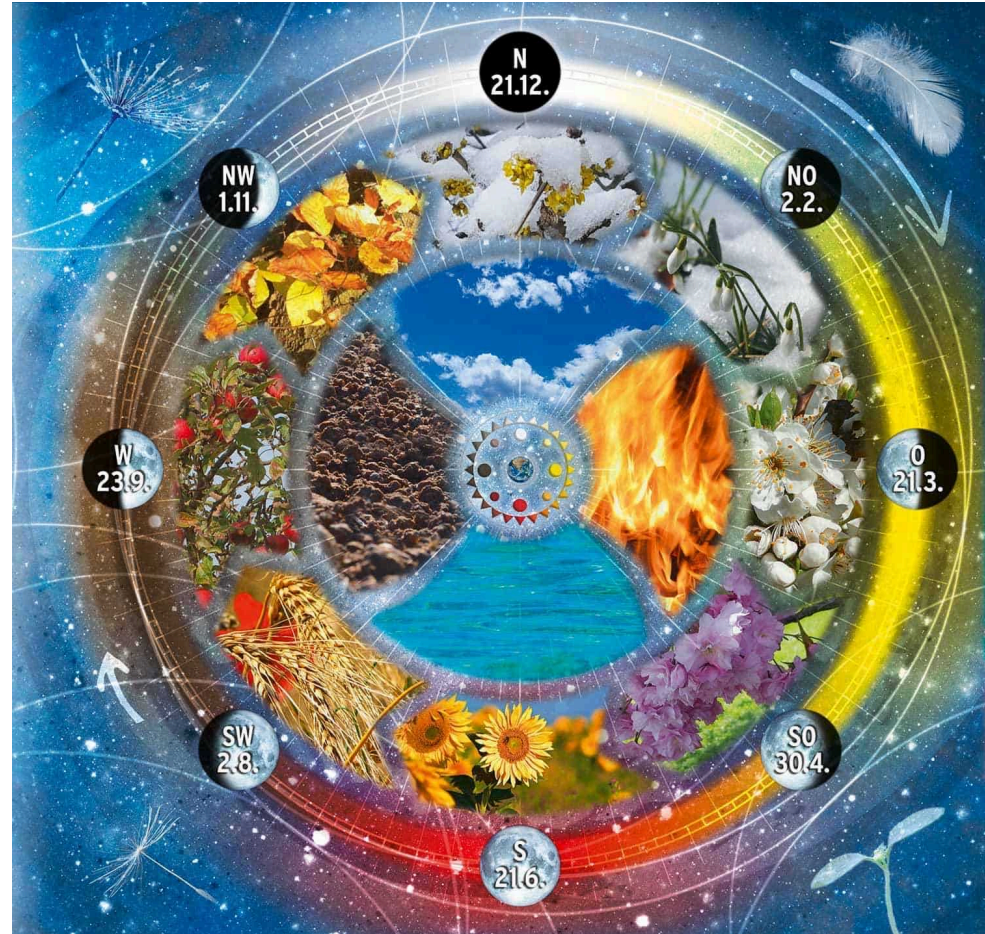
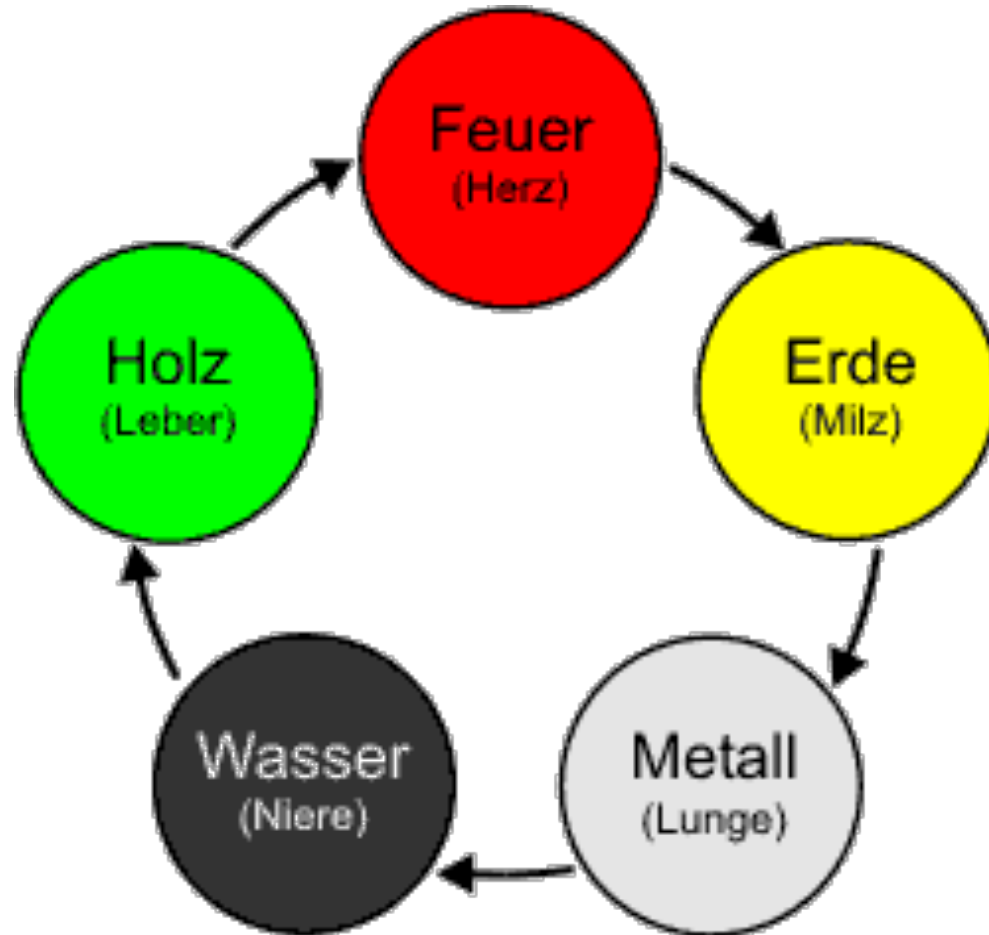


# Gesundheit

- Gesundheit oder Krankheit sind Momentaufnahmen. Manchmal ist eine Diagnose zutreffend, aber die Prognose ist von verschiedenen Faktoren abhängig.
- Balance zwischen Körper, Geist und Emotionen. Eine gute Verbindung dieser drei Ebenen führt zu Neugierde und Spontanität.
- Unser Gehirn speichert Überzeugungen und ruft sie als Gedanken ab. Wir können in unserem Gehirn neue Pfade formen, die zu gesünderen Verhaltensweisen führen.
- Jede wirkliche Heilung vertieft unsere Beziehung zu uns selbst.

# Von den Wandlungsphasen zum Medizinrad- das größere Bild betrachten

*Wir sind dynamische, interaktive und Co-regulierende Wesen. S. Porges*





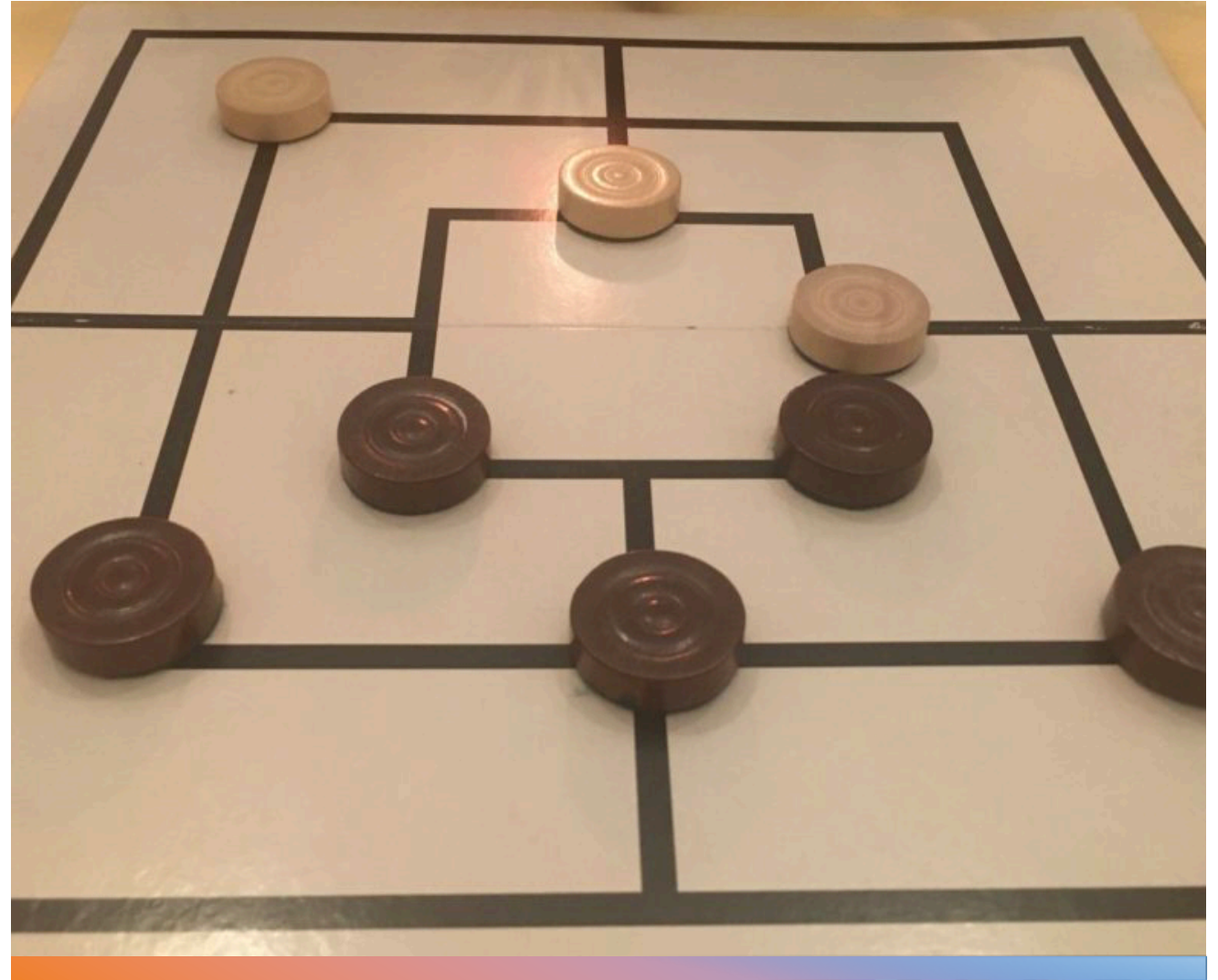
# Spannungsfelder und innere Konflikte

Innerer Konflikt beschreibt besser die Not, die sich hinter einem Problem befindet. Wir können vertrauensvoll annehmen, dass die Art und Weise, wie jemand mit einem Problem umgeht zu irgendeinem Zeitpunkt sinnvoll war.

- Bei chronischen Themen oder Beschwerden an innere Konflikte denken
- Bindungsdynamiken und der Schutz der Bindungsbeziehung, z.B. Kontaktfähigkeit, Umgang mit Bedürfnissen, alarmiert Sein
- Häufig spiegeln sich innere Konflikte im Außen- sie können auch in der Begegnung zwischen Therapeut\*in und Klient\*in auftreten.

Es gibt zwei Behandlungsansätze:

- Die Not anschauen und korrigierende Erfahrungen anbieten
- Die Fähigkeit nähren, die sich in der Not nicht entwickeln konnte





# Innere Konflikte können in Beziehung zu einem energetischen Organ stehen

---

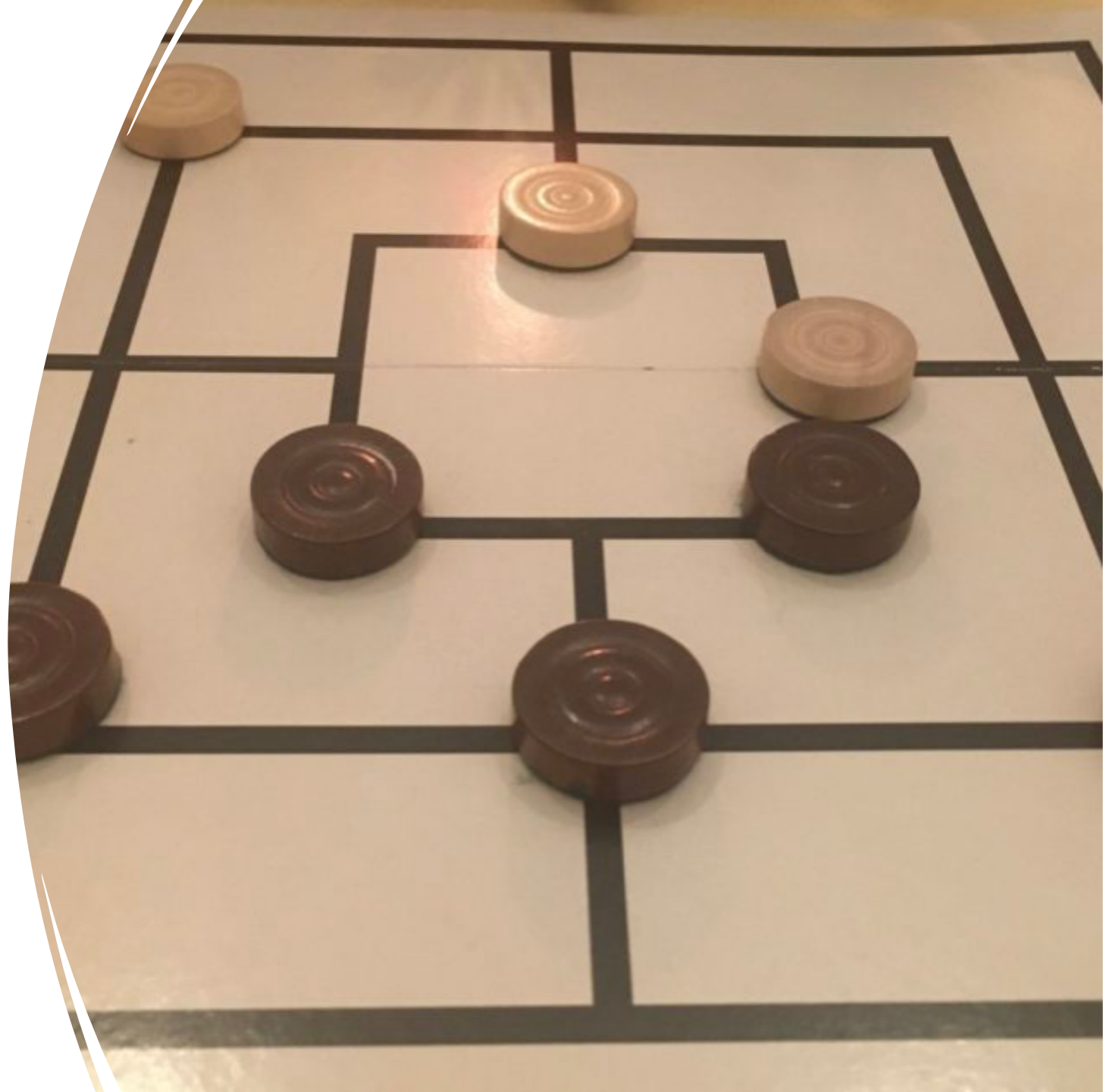
- Der innere Konflikt kann sich in einem energetischen Organ zeigen:
- Ma/ MP weisen oft auf familiäre Themen hin
- Le auf den Umgang mit Aggressionen und emotionale Konflikte
- He/ Per und Dü auf Störungen des Shen
- Kyo- jitsu- Reaktion in den Berührungsdiaagnosen kann auf innere Konflikte hinweisen



# Vorgehensweise bei inneren Konflikten-Arbeit mit Spannungsfeldern

---

- Die Benennung des inneren Konflikts führt dazu, dass die Person sich gesehen und verstanden fühlt
- Es entsteht eine erste Erleichterung/ Orientierung- die Selbstregulation kann greifen
- Die Person kommt anders mit sich in Kontakt und schafft einen ersten Ruhepol in der Dynamik
- Beziehung zu den energetischen Organen und der Körperarbeit herstellen
- Prozessorientiert statt Lösungsorientiert arbeiten





# Der Fokus der Behandlung

---

- Die energetische Einschätzung verbindet das Anliegen einer Person mit den Wahrnehmungen der/ des Behandler\*in zu einer Behandlungshypothese
- Die Behandlungshypothese beschreibt das größere Bild, welches z.B. in einer Behandlungsserie verfolgt werden kann
- Trotz der umfassenden Wahrnehmung der Person braucht jede Behandlung einen sinnvollen und einfachen Fokus.



# Einen sinnvollen und einfachen Fokus finden

---

- Der Fokus sollte sinnvoll im Bezug zum Anliegen der Person sowie der energetischen Einschätzung stehen
- Ein einfacher Fokus reduziert die verschiedenen Möglichkeiten auf einen konkreten und zugänglichen Aspekt. Er braucht keine umständlichen, theoretischen Zusammenhänge
- Der Fokus sollte einen deutlichen Bezug zur Körperarbeit haben





# Der Sprache des Körpers lauschen

---

- Bin ich am richtigen Ort/ im richtigen Winkel in der richtigen Tiefe?
- Was berühre ich? Ist dort Anspannung, Festigkeit/ Druck oder Weichheit, Spannungslosigkeit,
- Wie reagiert diese Qualität auf die Berührung und was könnte dies bedeuten?



# Behandlungshypothese- Behandlungskonzept

---

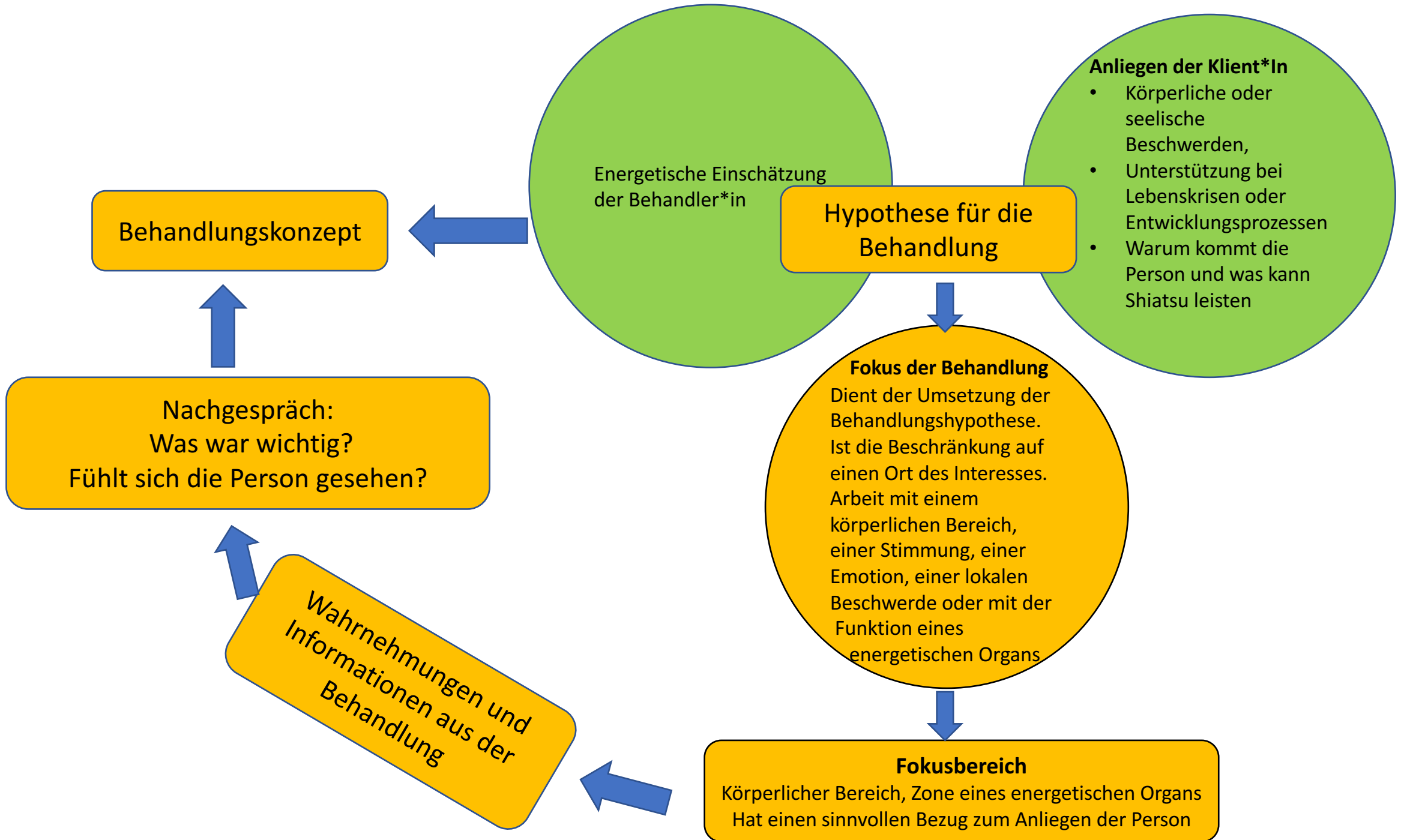
## Von der Fokussierung zur Weite

Ein Behandlungskonzept bietet eine kraftvolle Orientierung für die Zusammenarbeit.

Als Behandler\*In halten wir das Vertrauen und die Hoffnung auf Heilung für die Klienten in uns aufrecht.







# Stress

Stress verursacht oder ist an vielen Krankheiten und Beschwerden unter denen wir leiden beteiligt, weil es unsere Kampf- Flucht- Reaktion triggert.

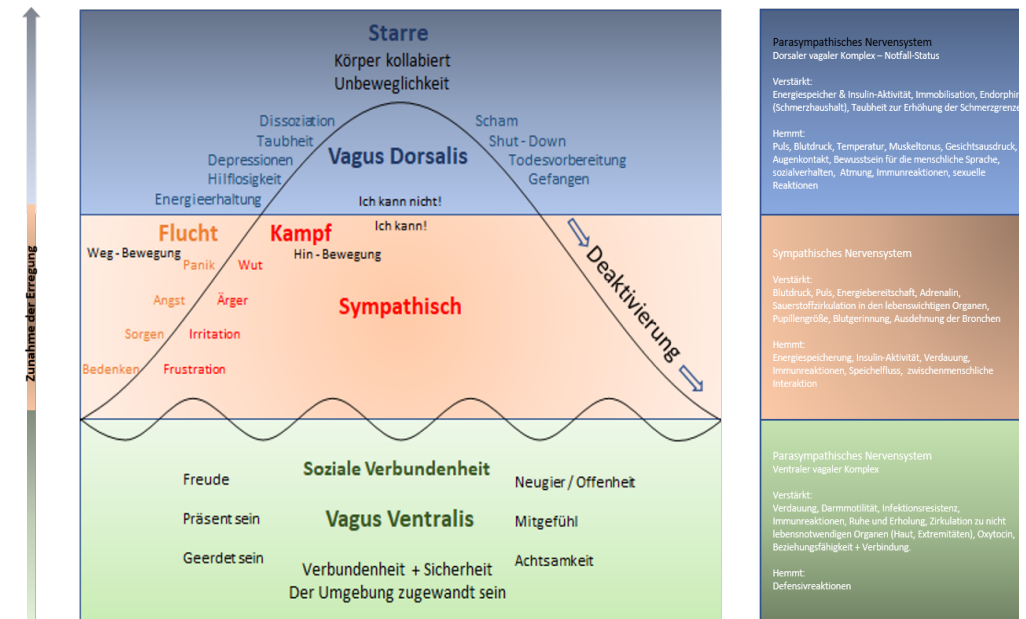
- Herzerkrankungen, Krebs, Depression
- Diabetsis, der hohe Blutzuckerspiegel wird durch den Mangel an Bewegung nicht abgebaut
- Unter Stress werden 60x mehr Säuren ausgeschüttet- Osteoporose. Diese Säuren greifen Körpergewebe an und führen zu chron. Entzündlichen Prozessen.
- Schwächt das Immunsystem





# Stress und die Polyvagale Theorie nach S. Porges

- Unterbricht eine Situation oder Erfahrung unsere Fähigkeit in die Homöostase zurückzufinden auf lange Weise oder erholen wir uns schnell, wenn die Situation vorbei ist.
- Säugetiere haben die Fähigkeit entwickelt eine Kontrolle über ihre Kampf- Fluchtreaktion zu haben. Babys entwickeln diese Fähigkeit über das social engagement system.
- Viele chron. Erkrankten können uns darauf hinweisen, dass das NS in einem Zustand von Gefahr steckengeblieben ist. Diese Gefahr kann neuronal oder entzündlich sein. Das NS hat sich auf einen Zustand von Gefahr eingestellt ohne dass es eine äußere Bedrohung gibt, z.B. Long Covid
- Bei chron. Schmerzen können die Verletzung des Gewebes bereits lange vorher geheilt sein und das NS hat die Nachricht noch nicht erhalten.





## Innere Konflikte bei Stress

- Stress ist ein Empfinden, das vom sympathischen NS unterstützt wird. Was macht Ihnen Stress? Wenn der Stress Worte hätte, was würde er sagen?
- Zur Ruhe kommen/ Regeneration wird vom parasympathischen NS unterstützt. Welche Beziehung hat die Person zu der „Schwere“ die dann empfunden wird?
- Wie geht die Person mit den Emotionen um, die dann ev. deutlich werden? So kann Traurigkeit mit Verlust überkoppelt sein oder mit Resignation/ Depression.
- In der Behandlung kann eine Aufmerksamkeit dafür geschaffen werden, dass zur Ruhe kommen, sich schwer fühlen angenehm ist. Diese erfahrene Wertschätzung kann es einfacher machen die Lebensorganisation zu verändern und mehr Zeiten für Ruhe/ Regeneration einzubauen.
- Nur weil wir äußerlich still werden, müssen wir nicht innerlich still werden



# Feuer- Wasser- Achse

---

Die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) sieht eine enge Verbindung zwischen Shen und dem Nervensystem (NS). So behandelt sie emotionale Beschwerden wie Angstzustände und Depression über die Beruhigung des NS und fördert die Resilienz.

Bei Einschlaf- und Durchschlafproblemen beruhigt sich der Geist nicht ausreichend, damit sich die Wasserenergie regenerieren kann.



# Shen

---

zeigt sich in der Fähigkeit präsent zu sein,  
wie wir interagieren,  
uns ausdrücken und Erfahrungen  
verstoffwechseln

Der Mensch ist das einzige Wesen auf der  
Welt mit einem Bewusstsein seines Selbst  
und damit in der Lage, seine Physiologie  
durch seine Gedanken, Gefühle und seinen  
Willen zu steuern. Unsere Zellen hören  
ständig die Signale, die von unseren  
Gedanken ausgehen.

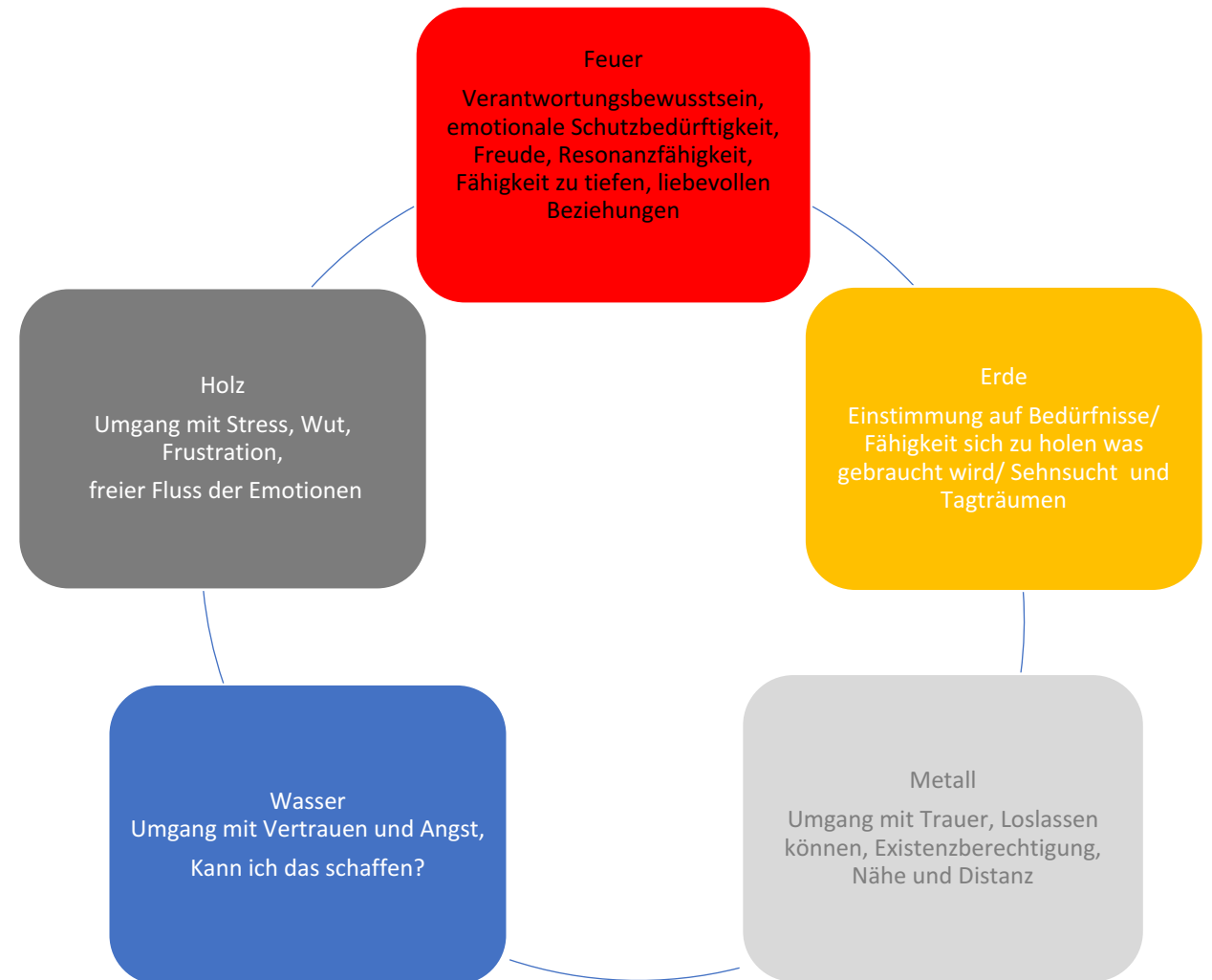




# Verbindung zwischen Herz- und Leberenergie

## Emotionale Themen als Anliegen

- Le- Energie ist zuständig für den freien Fluss der Emotionen
- Die Herz- Energie Shen stellt die Emotionen bereit.
- Jede Wandlungsphase ist mit einer Emotion verbunden, die sie zur Verfügung stellt und durch die sie ev. geschwächt wird.
- Die Beziehung zwischen dem emotionalen Anliegen und dem Körper finden



# Bedeutung der Holzenergie bei der Entstehung von Erkrankungen

Die **Leber- Energie** ist dafür verantwortlich, dass sich das Qi ausgewogen und geschmeidig durch den Körper bewegt. Dies steuert sie über die Bewegung und Verteilung des Blutes, die Versorgung der Sehnen und Muskeln und das Erleben und Geschehen lassen von Gefühlen.

Sie zeigt sich im ruhigen und gleichmäßigen Umgang mit den eigenen Kräften und ermöglicht Gleichmäßigkeit, Ausdauer und Beharrlichkeit.

Sie ist zuständig für die Fähigkeit der Kontrolle. Wut, Ärger, Frustration, aber auch Toleranz sind die Emotionen des Holzes. Hierin liegen häufig die Ursachen für das Empfinden von innerem Druck und körperlicher Stagnation.

Wenn die Leber- Energie stagniert, stagnieren auch die Gefühle, was zu Wutausbrüchen und Weinkrämpfen führen kann.

Da die Leberenergie das Blut speichert, kann eine Stagnation zu Veränderungen des Blutfluss führen, sowie zu Rückenschmerzen, Spannungsgefühlen, Verstopfung, Depression, schmerzhafter Blutung.

Die Leber ist zudem der Sitz der Seele.



# Essen ist menschlich- Verdauung ist göttlich

Ayurveda

Beschwerden, die auf eine  
Behandlungsbedürftigkeit des  
Verdauungstrakts hinweisen sind:

- Blähungen
- Völlegefühl
- Verstopfung/ Durchfall
- Nahrungsmittelunverträglichkeiten
- Autoimmunerkrankungen



# Gegensätzliche Bewegungen, die sich vervollständigen

---

- Le- Energie ermöglicht den freien Fluss der Energie und der Emotionen- aber auch die Kontrolle der Emotionen durch Muskelkontraktion Hinweise für Körpertherapeuten: Dichte, Anspannung, Festigkeit im zu Hause der Leberenergie/ rechter Oberbauch, Gelenke, Muskeltonus, Kieferspannung, Nacken
- Stress ist eine energetische Bewegung in die Aktivität, die Aufmerksamkeit geht nach Außen, Gedanken kreisen um Vergangenheit, bzw. Zukunft ( Sympathisches NS)- zur Ruhe kommen/ Regeneration braucht wenig bis keine Aktivität, eine Aufmerksamkeit für die inneren angenehmen Empfindungen, empfundene Sicherheit und die Gedanken ruhen in der Gegenwart Hinweise für Körpertherapeuten. Brustbein/ oberer Rücken, 7 Halswirbel bzw. Treffen der 7 Yang sind energetisch voll, angespannt während unterer Erwärmer/ Beine leerer wirken
- Der Mangel an Verbundenheit zeigt sich häufig in Angstzuständen oder Depressionen. Körperarbeit unterstützt die Rückverbindung zwischen seelischen Themen und dem Körper, sowie zwischen sich selbst und der Umwelt. Die TCM versteht das Empfinden von Trennung als die tiefste Ebene von Krankheit





Kurs  
Von der energetischen Einschätzung  
zum Behandlungskonzept  
20.-22.Oktober 2023 an der  
Schule für Shiatsu Hamburg

---

### Kursinhalte:

- die innere Ausrichtung der Behandler\*In
- Spannungsfelder und der innere Konflikt
- Einen sinnvollen und einfachen Fokus finden
- Qualität der Berührung und der Sprache des Körpers lauschen
- körperbezogene Gesprächsführung
- Gegensätzliche Bewegung, die sich vervollständigen-  
grundlegende Behandlungskonzepte am Beispiel:
  - ❖ Nervensystem
  - ❖ Shen
  - ❖ Leberenergie
- Meditation: Funken der Glückseligkeit finden

