

Krankengymnastik

Zeitschrift für  
**pt**herapeuten  
hysio

9/2006

Schwerpunkt:  
**Bewegungssystem**

Anregungen für  
die Praxis

**HWS-Belastung**

**Therapeutic Touch**

**Australien**

**Nützliche Tests**



Zeitschrift für evidenzbasierte  
**Praxis**  
**Forschung**  
**Lehre**



Offizielles Organ des Deutschen  
Verbandes für Physiotherapie –  
Zentralverband der Physiotherapeuten/  
Krankengymnasten (ZVK) e. V.  
<http://www.zvk.org>

<http://www.ptnet.de>



Pflaum Verlag GmbH & Co. KG  
Postfach 19 07 37  
80607 München

# Mit dem Energiesystem des Menschen arbeiten – Möglichkeiten mit Therapeutic Touch und Energietraining

B. Schneider

**I**lse Andresen\*, 47 Jahre alt, dezent-elegant gekleidet und im Auftreten von besonderer Zurückhaltung, klagt über Spannungsschmerz im Schulternackebereich. Während des Eingangsgesprächs in meiner Praxis begründet sie ihre Schmerzen mit ihrer „sitzenden Haltung am Computer“, die „überaus stressig“ sei, da sie in einem Transportunternehmen für die weltweite Organisation und Logistik zuständig ist.

## Bei der optischen Beobachtung auffällig

Die Schultergürtelmuskulatur wird funktionell als Atemhilfsmuskulatur eingesetzt. Atembewegungen sind nur im oberen Drittel des Brustkorbs sichtbar, Sternum und untere Rippen zeigen keine Atembewegung.

Auf die Atmung angesprochen, berichtet die Patientin, dass sie vor Jahren Angstzustände gehabt hätte „richtige Momente voller Panik“, von denen sie aber genesen sei. Doch hätte sie seit der Zeit das Gefühl, nicht mehr tief durchatmen zu können. Ihre Atmung empfinde sie „als flach“ und dem Bedürfnis, einen tiefen Atemzug zu nehmen, könne sie nicht genügend folgen.

\* Name dieser Patientin und auch des weiter unten geschilderten Kindes geändert.

## Arbeitshypothese

Wie wir Physiotherapeuten wissen, kann eine Dysfunktion des Diaphragma unter anderem Dysfunktionen in der Atemhilfsmuskulatur erzeugen – und natürlich auch umgekehrt. In diesem Fall war meine Arbeitshypothese, dass das Diaphragma ursächlich für die Verspannungsgefühle sein könnte.

## Therapie

Die klassische physiotherapeutische Methode, über Atemtherapie zu einer tieferen Atmung zu kommen und durch sanfte Hautreizgriffe an Schultergürtel und Brustkorb die Schultergürtelmuskulatur zu lösen, empfand die Patientin „als angenehm“, verbesserte die Beschwerden jedoch nur kurzzeitig. Deshalb entschied ich mich dafür, das Diaphragma direkt zu stimulieren. Ich gab Energie nach den Methoden Therapeutic Touch und Energietraining vom Sternum aus auf das Diaphragma und in die HWS (Abb. 1). Nach dieser Behandlung berichtete Frau Ilse A.: „Schon während der Behandlung hatte ich das Gefühl, endlich durchatmen zu können.“ und nach der anschließenden Fango: „Ich habe eine Entspannungsgefühl wie nie zuvor.“

## Therapieverlauf

Beim nächsten Behandlungstermin habe ich energetisch die Bauchmuskulatur gelöst und die Behandlung von Diaphragma und HWS wiederholt. Der Erfolg dieser Behandlung wurde mir eine Woche später bei der dritten energetischen Behandlung berichtet:



Abb. 1: Energiebehandlung vom Sternum aus auf das Diaphragma in die HWS

„Seit einer Woche, exakt seit der letzten Behandlung, kann ich viel freier atmen und ganz tief durchatmen. Das ist ein Gefühl, das ich seit Jahren nicht mehr hatte.“ Auf ihre Spannungsschmerzen im Schulter- und Nackenbereich angesprochen, derentwegen die Patientin sich ja in physiotherapeutische Behandlung begeben hatte, erklärte sie zu meiner Überraschung: Die hätte sie „eigentlich komplett vergessen“.

## Eine Energiebehandlung sieht für Außenstehende unspektakulär aus

Der Therapeut legt zunächst ruhig seine Hand auf die zu behandelnde Region, um dann in einer energetischen Behandlung von ca. 10-20 Minuten von Kopf bis Fuß den ganzen Körper zu energetisieren. Aktionsge-

wohnte Patienten haben nur einen kleinen Moment der Irritation, denn sie verspüren ziemlich schnell verschiedenste Dinge. Sie nehmen zum Beispiel wahr „wie etwas ins Fließen kommt“, „dass der Schmerz nachlässt“, „sie ruhig werden“, „die Atmung sich vertieft“. Oder besonders häufig postoperativ nach Gelenkoperationen: „die Spannung ist raus“ oder auch bei neurologischen Kranken: „ich spüre meine Hand wieder“. Ziel einer jeden energetischen Behandlung ist es im Grundsatz, das menschliche Energiefeld, das sich im Körper bildet und über die Körpergrenzen hinaus erstreckt, mit den Händen zu erspüren und zu harmonisieren. Dadurch erhält die Berührung eine zusätzliche Dimension: die bewusste Energielenkung.

#### Fragen – Antworten

Warum konnte sich in dem geschilderten Fall das Zwerchfell zu seiner normalen Funktion umstellen? Die energetisch ausgerichtete Hypothese: Da der Körper bestimmte Muskelfasern des Diaphragmas nicht mehr wahrgenommen hat, hat er sie deshalb auch

nicht mehr aktiviert, wie bei einem Gelenk, das längere Zeit ruhig gestellt war. Das Diaphragma hatte in diesem Fall Muskelzellen mit unterschiedlichem Energieniveau. Die Zellen mit aktionsbereitem Energieniveau wurden aktiviert, die mit niedrigerem Energieniveau vernachlässigt. Durch Therapeutic Touch konnten alle Muskelfasern auf *ein* aktionsbereites Energieniveau gebracht werden.

Warum haben sich die beteiligten Muskelgruppen Schultergürtel- und Atemhilfsmuskulatur, in das physiologische Bewegungsmuster eingebunden? Aus physiotherapeutischer Sicht ist es logisch; das Diaphragma ist in die Funktionskette Atmung eingebunden und die funktionelle Verbesserung eines Teils der Kette ermöglicht die Funktionsverbesserung der umliegenden Teile.

#### Es ergeben sich neue Fragen

- a) Welche Aufgabe hat das energetische System?
- b) Wie können wir Störungen des motorischen Systems aus der energetischen Sicht erklären?

#### Energiesystem und motorisches System sind eng verbunden

Das Wissen über das menschliche Energiesystem basiert neben der Erfahrungspraxis aus Medizin und Pflege, den Überlieferungen aus den alten Kulturen, insbesondere aus Asien, auch auf den Forschungsergebnissen der modernen Quantenphysik. Die seit den sechziger Jahren intensivierten Nachforschungen belegen bis heute, dass die menschliche Energie in jeder einzelnen Zelle an der DNS gebildet wird und sich von dort aus in Form von kleinsten Lichtquanten, den Photonen, im Körper verteilt. Die besondere Beschaffenheit des Lichts erlaubt den Transport von Informationen zwischen den Zellen. Diese Informationen fließen ständig. So erhält jede Zelle über die Lichtkommunikation Informationen von den benachbarten und sogar von weit entfernt liegenden Zellen. Neben der Fähigkeit der Zellkommunikation ist das Energiesystem bestrebt, immer ausreichend Energie für den Organismus zur Verfügung zu stellen. Ist nicht genügend vorhanden, können wir dies ausgleichen durch Bewegung, Atmung,

Ernährung oder auch maßgeblich durch Behandlung, das heißt Energiezufuhr von außen.

### Störung des Systems führt zu Dissonanz

Ist das Energiesystem in Balance, können wir es mit dem Bild eines harmonisch spielenden Sinfonieorchesters vergleichen, in dem Millionen von Zellen mitspielen. So sind das Energiesystem und das motorische System eng miteinander verbunden. Kommt es zu einer Störung im System, zum Beispiel durch eine traumatische Einwirkung auf einen Muskel, gerät das Orchester in Dissonanz, Anhäufungen von Zellen oder ganze Verbände spielen plötzlich anders oder gar nicht mehr mit. Das motorische System ist irritiert, es kommt zu einem unkoordinierten Bewegungsmuster. Spiegelbildlich können wir diese Irritation im energetischen System wiederfinden.

### Berührung stimuliert und harmonisiert das Energiesystem

Die energetische Behandlung bringt einen neuen, zusätzlichen Ansatz in das Behandlungskonzept. Mit den Händen können energetische Störungen (Dissonanzen) gespürt und ausgeglichen werden. Die bewusste energetische Berührung stimuliert und harmonisiert das Energiesystem. Die gezielte energetische Behandlung gibt den Impuls, die ursprüngliche Ordnung wieder herzustellen. Das Orchester spielt wieder harmonisch und der gesamte Organismus pendelt sich wieder auf den Normalzustand ein. Die Beschwerden lassen nach oder man vergisst sie einfach, wie im obigen Beispiel beschrieben. Störungen im Behandlungskomplex entstehen, wenn eine oder mehrere Strukturen sich nicht an einem adäquaten Energieaustausch beteiligen können.

Deshalb ist die ideale Therapie, das Energieniveau der zu behandelnden Struktur, des Muskels, dem Energieniveau seiner Umgebung so anzugleichen, dass der Informationsfluss in Gang kommt. Physikalisch stehen uns bekanntlich Wärme- und Bewegungsenergie zur Verfügung. Dieses Behandlungsspektrum ergänzen wir nun mit „Chi“, der humanen Energie. Wir nutzen unser menschliches Potential, diese Energie weiterzugeben. Die humane Energie ist dem Organismus des Patienten bekannt und entsprechend effektiv.

- ✓ Die physiotherapeutische Erfahrung zeigt, dass die Begleit- und Folgeerscheinungen eines pathologischen Bewegungsmusters vielseitig sein können: z. B. Persönlichkeitsstörung, Schlafstörung, Sprachstörung, Orientierungsprobleme, Konzentrationsprobleme. Denn die Qualität unseres motorischen Systems – unserer Bewegung – ist die Ausdrucksfähigkeit unserer Persönlichkeit. Oder durch die „energeti-



Abb. 2:  
In der Phase der Kontaktaufnahme:  
Harmonisieren des Energiesystems

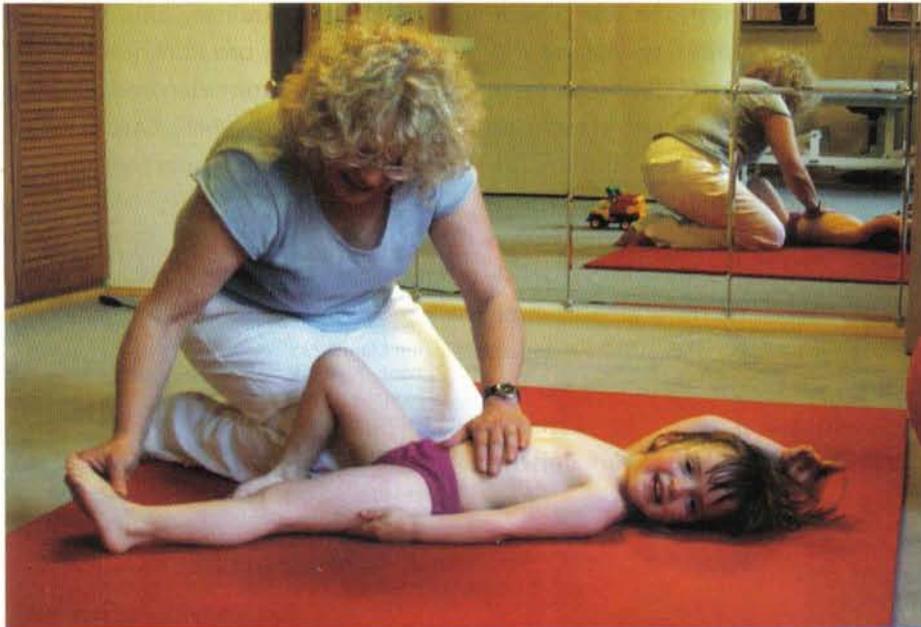
sche Brille“ betrachtet ist unsere Persönlichkeit Ausdruck unseres Energieniveaus.

### Ein weiteres praktisches Beispiel

*Marika* ist 3 Jahre alt, sie wurde wegen Koordinationsstörungen in die Praxis überwiesen. Während sie in den Gymnastiksaal geht, fallen sofort ihr unkoordinierter Gangablauf und die starken Knick-Senk-Füße auf. *Marika* setzt sich ganz eng neben ihre Mutter auf die Schwedenbank, sie wirkt ängstlich, beinahe panisch. An Untersuchung ist nicht zu denken. „Das ist so bei *Marika*, auf neue Situationen reagiert sie ängstlich und mit vehementer Weigerung“, erklärt mir die Mutter. Sie warnt mich auch davor, *Marika* zu überfordern, da „auf Überforderung ein Schreianfall, der mit keinen Mitteln zu unterbrechen sei“, folgen könne. Wegen dieser Eigenarten und besonderen Schwierigkeiten von *Marika* habe sie so lange mit einer Therapie gewartet, „doch nun klagt *Marika* über Schmerzen in Beinen und Füßen“. Das ist nicht verwunderlich: Ihr Tonus ist hypoton, die Beine sind stark innenrotiert, sodass sich die Knie beim Gehen berühren. Die Knick-Senk-Füße sind derart ausgeprägt, dass die Dreijährige praktisch auf den Innenknöcheln geht.

### Vor der Behandlung ist geduldige Kontaktaufnahme Hauptthema

Spiele zur Kontaktaufnahme kombiniere ich mit Energie Geben, wo immer mir *Marika* erlaubt sie zu berühren (Abb. 2). Es vergehen drei Treffen nach dem gleichen Prinzip, bis das Kind so viel Vertrauen gewonnen hat, bei der physiotherapeutischen Untersuchung mitzuarbeiten. „Es hat sich aber schon etwas verbessert. *Marika* geht sicherer und sie wirkt irgendwie physisch stabiler. Kann das



**Abb. 3:**  
Dirigieren von Chi (gezielte Steigerung des Energieniveaus von Muskelgruppen vor der neurophysiologischen Behandlung nach Vojta)

sein? Es ist doch noch gar nicht viel Behandlung passiert“, fragt mich die Mutter. Behandlung hat *Marika* schon bekommen, aber zunächst keine physiotherapeutische, sondern eine energetisch ausgerichtete. Das vorläufige Ergebnis ist, dass das Krankheitsbild an Dramatik verloren hat. Für die Weiterbehandlung entscheide ich mich für eine Kombination von energetischen Einheiten und Einheiten aus der neuropsychologischen Behandlung nach Vojta (Abb. 3). „Das Schlafverhalten“, fällt *Marikas* Mutter beim Abschied an diesem Tag noch ein. „*Marika* hat noch nie durchgeschlafen, aber wenn sie wie die ganzen letzten Wochen über nur ein Mal pro Nacht aufwacht, ist das ein Erfolg, und das Einschlafen danach war kein Thema mehr.“

**Solche ersten Veränderungen sind in energetischen Behandlungen häufig** Aber Therapeutic Touch versteht sich als komplementärmedizinische Methode, das heißt, neben seiner eige-

nen Wirksamkeit unterstützt es, aber ersetzt nicht, andere medizinische Methoden oder Therapien.

Gerade in der Physiotherapie ist jede Methode mit Berührung verbunden. Und jede Berührung ist Energieaustausch. Das „Wie“ des Berührens wird hier zum Thema. Dieses Wissen über gezieltes energetisches Berühren macht den Unterschied aus – und die physiotherapeutische Behandlung wirkungsvoller und effizienter. Therapeutic Touch lehrt den Therapeuten, seine Energie zu modulieren, zu dirigieren und auf die Bedürfnisse des Patienten abzustimmen. Unter physiotherapeutischem Aspekt heißt das:

- Harmonisierung der Muskelkette
- Aktivierung der Muskelfasern
- Aktivierung der Lagerezeptoren in den Gelenkstrukturen und Anbahnung der zugehörigen Muskelaktivität
- Als „erwünschte Nebenwirkung“ eine Vitalitätssteigerung des Patienten, unabhängig vom Krankheitsbild.

### Das Anwendungsgebiet für den Physiotherapeuten sind

akute, postoperative, chronische und neurophysiologische Krankheitsbilder. Der Ansatz einer Therapeutic-Touch-Behandlung ist es stets, in die Basis einer Störung einzugreifen, um so den Selbstheilungsprozess im energetischen System wirkungsvoll zu unterstützen. In diesem Behandlungskonzept findet sich unter anderem auch ein therapeutischer Ansatz zur Hilfe zum Beispiel bei Hemiplegie, Burnout-Syndrom, ADS-Syndrom, Verbrennungen, Morbus Parkinson, Morbus Huntington und anderen systemische Erkrankungen.

### Energetische Behandlung als Therapiebegleitung

In unserem Nachbarland Österreich wurde an mehreren Wiener Krankenhäusern energetisches Behandeln als komplementärmedizinische Methode vor allem begleitend zur Chemotherapie wissenschaftlich untersucht. Die Ergebnisse waren so positiv, dass die Methode weiter im Krankenhaus eingesetzt wird, deshalb werden Ärzte, Krankenschwestern und Physiotherapeuten in Therapeutic Touch ausgebildet. Auch in Deutschland gibt es unter anderem in Dortmund, München, Gera und Stuttgart Projekte in Krankenhäusern und Altenpflegeheimen, in denen die Ausbildungen zum Therapeutic Touch Practitioner und zum Energietrainer unterstützt werden. Gesundheitsprofis, vor allem Krankenschwestern, Ärzte, Physiotherapeuten, Psychologen und Altenpfleger, erlernen zunächst das Therapeutic Touch Basisprogramm in Wochenendseminaren, um später mit dem Energietraining tiefer in die energetischen Methoden und Techniken einsteigen zu können. Wie keine andere auf energetischen Prinzipien beruhende

Komplementärmethode war Therapeutic Touch bereits Gegenstand wissenschaftlicher Veröffentlichungen. Therapeutic Touch (TT) ist in mehr als 600 wissenschaftlichen Studien, Diplomarbeiten und Erfahrungsberichten aus der Praxis untersucht worden und besonders in den angelsächsischen Ländern im Gesundheitswesen verankert. Auch medizinische Laien können TT und Energietraining lernen, vor allem für „den eigenen Weg“, aber auch um medizinische Therapien bei Angehörigen zu Hause zu unterstützen oder kranke Familienmitglieder zu pflegen.

### Die Definition von Therapeutic Touch, die international anerkannt ist, lautet:

✓ Therapeutic Touch bedeutet das Dirigieren und Modulieren von Chi, wobei *Chi* als humane Lebensenergie definiert wird, *Dirigieren* das bewusste Lenken der Energien bedeutet und *Modulieren* das Verändern von Frequenzen, das heißt der Qualität des Energiefeldes.

Für mich steht Therapeutic Touch für eine neue/alte Perspektive des Behandelns, des Berührens mit neuen Resultaten, Behandlungsergebnissen. Ich wünsche mir, dass wir Physiotherapeuten uns mit dieser Methode auseinandersetzen, die Möglichkeiten, die diese Methode bietet, voll ausschöpfen, was sowohl die fachliche Behandlung als auch die interdisziplinäre Kommunikation betrifft. Für den Anwender selbst bietet die Anwendung der Methode einen unschätzbaren Vorteil. Durch die Behandlungen und die Übungen des Energietrainings für den eigenen Körper werden alle unsere Sinne geübt, und wir selbst als Behandelnde kommen in den Genuss von mehr Energie – und damit

mehr Lebensqualität. Eine wichtige Voraussetzung, um Burnout in unserem Beruf zu vermeiden und im Sinne der Selbstpflege ‚Self Care‘ unsere eigene Gesundheit zu erhalten.

### Literatur:

1. Bischof, M.: „Biophotonen Das Licht in unseren Zellen“ Zweitausendeins Verlag Frankfurt am Main 1995
2. Popp, F. A.: „Licht aus der Zelle“ in: Brüggemann H. (Hrsg): Diagnose- und Therapieverfahren im ultrafeinen Bio-energie-Bereich. Haug, Heidelberg 1984 S. 45-60
3. Popp, F.A. / Li, K.H. / Gu, Q.: „Recent advances in biophoton research and its applications“. World Scientific Publishing, Singapur 1992
4. Kerner, Dr. I.: „Therapeutic Touch / Energietraining“, Deutsches Institut für Therapeutic Touch, Haltern am See 2003, Titel Originalausgabe: „Heilen“, Kiepenheuer & Witsch Verlag, Köln 1997
5. Beckendorf, R.: „Mit den Händen die Seele berühren“ in: Pflegezeitschrift 8 /2004, S.552-554, Verlag W. Kohlhammer
6. Wallrabenstein, R.: „Dirigierte Energie Therapeutic Touch“, in: Altenpflege 4/2005, Verlag Vincentz Network

### Informationen zu Therapeutic Touch Energietraining

Deutsches Institut für Therapeutic Touch

Information & Anmeldung:

Sabine Dietrich

R.-Freericks-Straße 12

45721 Haltern am See

Tel./Fax: 0 23 64/50 88 85

E-Mail: [institut@therapeutictouch.de](mailto:institut@therapeutictouch.de)

Internet: [www.therapeutictouch.de](http://www.therapeutictouch.de)

### ■ Korrespondenzadresse:

Bärbel Schneider

Huxelweg 10

55291 Saulheim

[bschneider6@gmx.de](mailto:bschneider6@gmx.de)