

# PFLEGE

ZEITSCHRIFT

FACHZEITSCHRIFT FÜR STATIONÄRE UND AMBULANTE PFLEGE



- **Das Ich, das ich nicht kenne**  
Bezugspflege baut Brücken
- **Kranke Menschen verstehen**  
Vier Ohren sind nicht genug
- **Großes Team, große Probleme?**  
Eine Antwort in Bildern

Wenn die Psyche krank ist

## ■ Therapeutic Touch in der Kinder- und Jugendpsychiatrie:

# Mit den Händen die Seele berühren

Rita Beckendorf

*Als Kinderkrankenschwester bin ich eine professionelle Berührerin. Über meine Hände Vertrauen zu einem Patienten zu schaffen, ist mir aus meinem pflegerischen Alltag wohlbekannt – wenn ich auch weiß, wie zwingend vorsichtig ich dabei in der Kinder- und Jugendpsychiatrie vorgehen muss. Die Kunst, mit einer einzigen Berührung den ganzen Menschen anzusprechen und ihm ein Gefühl der Sicherheit zu geben, eröffnete sich mir jedoch erst mit einer besonderen Methode: Therapeutic Touch.*

Philipp\*, sieben Jahre alt, ist Schüler im ersten Schuljahr. Seine Tante, bei der er lebt, hat ihn in die Klinik gebracht. Er sei tagsüber „immer auf Trab“, dabei auffällig unruhig und angespannt, abends steigere sich seine Unruhe so weit, dass er kaum einschlafen könne. Er habe „bestimmt diese Hyperaktivität“, sagt sie während des Aufnahmegesprächs, sie wisse nicht mehr, was sie noch tun solle. Sie habe bereits von dem Medikament Ritalin® gehört, wolle aber zuerst wissen, ob ihre Vermutung stimmt. Daher sei sie jetzt mit ihm hierher gekommen, in die Dortmunder Elisabeth-Klinik. Quasi nebenbei erwähnt sie noch, dass Philipps Mutter im Ausland wegen Diebstahls in Haft und sein Vater „nicht bekannt“ sei. Philipp, schlank, mit großen braunen Augen, zeigt sich in der Klinik tatsächlich auffällig unruhig, besonders abends, sobald er in seinem Zimmer ist, das er sich mit einem gleichaltrigen Jungen teilt. Er ärgert ihn mit lauten Geräuschen, redet, wirft mit seinem Kopfkissen, kämpft einen imaginären Kampf mit der Bettdecke. Zwischendurch bringt er durch mehrmalige Toilettengänge Unruhe auf den Flur der Station, die mit elf Kindern stets ausgelastet ist. Hellwach und sehr kreativ im Erfinden neuer Betätigungen, braucht er regelmäßig abends Einzelbetreuung, um zur Ruhe zu kommen.

Alle pädagogischen Mittel helfen wenig bis gar nicht, sei es Geschichten erzählen, Kassetten hören, persönliche Betreuung am Bett. In der Regel wird er dann von seinem Mitpatienten getrennt, um im Gruppenraum unter Sichtkontrolle zur Ruhe zu kommen. Dies dauert meistens bis zu einer Stunde und führt zu erheblichen Störungen im Arbeitsablauf, die Mitarbeiter sind „genervt“.

### „Kannst Du das wieder machen?“

Ange-sichts dieser Schwierigkeiten für das Team wie für die Mitpatienten, aber auch für Philipp selbst, entschließe ich mich



**Keine Grenzen für die professionelle Kreativität: Therapeutic Touch kann sowohl im Rahmen einer Einzelbehandlung als auch parallel während des Spiels angewandt werden.**

eines Abends in der Spätschicht, Therapeutic Touch (TT) bei ihm anzuwenden. Ich erkläre ihm, dass ich ihm dadurch helfen könne einzuschlafen, und lege meine Hände auf seine Brust und seinen Bauch, während er ausgestreckt auf dem Rücken liegt. Dann lasse ich meine Hände mit langsamen, harmonischen Bewegungen über seinen Körper gleiten. Zwei bis fünf Zentimeter von der Körperoberfläche entfernt, führen die Hände gleichmäßig ausstreichende Bewegungen vom Kopf in Richtung Füße aus. Die Bewegungen sind gerade, weich, so wie man Badeschaum verteilt, manchmal beginnen sie neu, je nach Bedarf des Patienten. Einmal unterbricht mich Philipp, indem er ein Bild von seiner Mutter hervorholt, es sich intensiv anschaut und ihr „Gute Nacht“ sagt. Anschließend bittet er mich, weiterzumachen. Er schließt die Augen, bleibt nach der Behandlung ruhig liegen und schläft bald darauf ein.

Am nächsten Abend fragt er erwartungsvoll: „Kannst Du wieder das mit den Händen machen?“ Zur Überraschung aller geht er ruhig in sein Zimmer und wartet auf mich. Das Bild seiner Mutter hat er schon in der Hand, heute verabschiedet

\* Namen der Patienten sind geändert.

er sich vor der Behandlung von ihr. Als ich diesmal gleich mit den ausstreichenden Handbewegungen („Harmonisieren des Energiefelds“) anfangen will, korrigiert er mich: „Du musst erst die Hände dahin legen“, sagt er, nimmt meine Hände und legt sie auf Brust und Bauch. Danach schließt er die Augen und schläft wieder binnen zehn Minuten nach der Behandlung ein. Dieser Erfolg stellt sich fortan regelmäßig ein.

## Energien lenken

Therapeutic Touch (TT), auf Deutsch „Therapeutische Berührung“, ist eine für die stationäre Behandlung konzipierte Methode der Pflege und Komplementärmedizin. Entwickelt wurde sie vor ungefähr 35 Jahren von Dolores Krieger, Krankenschwester und später Professorin für Pflegewissenschaft an der New York University. Sie wollte damit das Befinden und die Vitalität der Patienten im Krankenhaus verbessern. Gestützt auf die wissenschaftliche Erkenntnis, dass der Mensch ein Energiefeld besitzt, studierte sie alte Heilweisen der Naturvölker und übertrug diese auf den Kontext der modernen Krankenhausbehandlung. Sie beließ es aber nicht nur bei theoretischen Überlegungen, sondern setzte diese unmittelbar in die Praxis um und entwickelte eine standardisierte, auf den Alltag im Krankenhaus zugeschnittene energetische Methode, die leicht zu erlernen und ohne zusätzliche Hilfsmittel jederzeit anwendbar ist – schließlich haben wir die Hände immer dabei. TT dient der Entspannung, bewirkt aber weit mehr. Das Ziel einer jeden Behandlung ist es, 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 (siehe Kasten S. 554).

Die naturwissenschaftlichen Erkenntnisse zum Energiefeld hatten auch bereits die Arbeit der Theoretikerin Martha Rogers, ebenfalls Krankenschwester und Professorin an der New Yorker Universität, beeinflusst. Ihre vor über 40 Jahren entwickelte Pflgetheorie, in der sie davon ausgeht, dass der Mensch ein offenes System ist, das über elektromagnetische Wellen ständig im Austausch mit der Umwelt steht, bildete eine der Grundlagen für die Entwicklung von TT.

In den USA ist Therapeutic Touch seit langem in den Pflegealltag integriert, in Krankenhäusern, in Einrichtungen der Altenpflege, in die Psychiatrie. Zusammen mit der Massage liegt das Verfahren dort auf dem dritten Platz der von Hebammen am häufigsten verwendeten Methoden zur Unterstützung der Geburt. Wie keine andere auf energetischen

## Zusammenfassung

*Therapeutic Touch ist eine Methode, die das Spektrum der üblichen Behandlungs- und Pflegemaßnahmen im Krankenhaus ergänzt. Sie basiert auf der Annahme, dass der Mensch ein eigenes Energiefeld hat, das mit den Feldern seiner Umwelt im Kontakt steht. Besonders im angloamerikanischen Raum findet die Methode seit Jahren breite Anwendung in den verschiedensten Bereichen der Pflege und Medizin, darunter auch in der Kinder- und Jugendpsychiatrie. Sie gilt als eine der am häufigsten wissenschaftlich untersuchten energetischen Komplementärmethoden. Die Erfahrungen der Autorin zeigen, dass Therapeutic Touch auch hierzulande erfolgreich bei psychisch veränderten Kindern und Jugendlichen eingesetzt werden kann.*

### Schlüsselwörter:

*Therapeutic Touch, Berührung, Energiefelder, Kinder- und Jugendpsychiatrie*

Prinzipien beruhende Komplementärmethode war TT bereits Gegenstand wissenschaftlicher Veröffentlichungen. Mehr als 600 Studien, Diplomarbeiten und auch Erfahrungsberichte aus der Krankenhauspraxis – hauptsächlich in den USA und Kanada – liegen heute vor. Ihre Ergebnisse sprechen für die Wirksamkeit von TT als Begleitmaßnahme und Pflegeintervention, unter anderem bei Menschen mit M. Alzheimer, mit bösartigen Erkrankungen, chronischen Schmerzen, Arthritis, Aids sowie zur Unterstützung bei der Chemotherapie und vor bzw. nach Operationen.

Um Therapeutic Touch ebenso wie in den USA und anderen angelsächsischen Ländern in die europäischen Gesundheitssysteme einzugliedern, bildeten die TT-Institutionen in Deutschland, den Niederlanden, Belgien, Luxemburg, Österreich und skandinavischen Ländern sowie Südafrika die International Therapeutic Touch Association mit Sitz in Utrecht, Niederlande. Durch die Entwicklung von Richtlinien, die ständig neuen wissenschaftlichen Erkenntnissen angepasst werden, will sie dazu beitragen, überall einen international anerkannten Standard zu garantieren. So heißt die wissenschaftliche Definition von Therapeutic Touch heute zwischen Oslo und München: TT 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.

## Kreative Professionalität

In meiner pflegerischen und erzieherischen Arbeit als Kinderkrankenschwester habe ich viele Möglichkeiten, Therapeutic Touch sinnvoll einzusetzen. In der Altersstufe der Vier- bis Zehnjährigen geht es häufig laut und turbulent zu. Dann setze ich mich in Spielsituationen oft neben ein Kind und wende die Methode quasi nebenbei an, während des Spiels. Sehr unruhige Kinder setze ich in Gesprächsrunden gezielt auf einen Platz neben mich, um ihr Energiefeld auszugleichen. Laura, acht Jahre alt, in der Klinik, weil sie ihre Mutter schlägt, meint dazu: „Du machst ja Strom!“, um gleich danach zu fragen: „Kannst Du das weitermachen?“

Gerade auch in der stationären Kinder- und Jugendpsychiatrie hat sich die Aufenthaltsdauer drastisch verkürzt. Häufige Patientenwechsel führen gleich auf mehreren Ebenen zu Problemen. Ein größerer Arbeitsaufwand muss bewältigt werden, die Patienten müssen kurzfristig in eine Gruppe eingebunden werden und möglichst schnell müssen so viele Informationen wie möglich eingeholt werden, um Lösungsstrategien zu erarbeiten. Als Betreuende bin ich einerseits darauf angewiesen, möglichst viel wahrzunehmen, vom Patienten, von der Gruppe, den Eltern, andererseits gestalte ich den Prozess ak-

**Zur Autorin** Rita Beckendorf ist Kinderkrankenschwester und hat eine dreijährige Fortbildung in Gestalttherapie abgeschlossen. Seit acht Jahren arbeitet sie in der Kinder- und Jugendpsychiatrie, seit sechs Jahren unter Anwendung von Therapeutic Touch. Daneben trainiert sie seit einiger Zeit auch Eltern in dieser Methode. Ihre Kenntnisse und Erfahrungen gibt sie im Rahmen einer Lehrassistenz am Deutschen Institut für Therapeutic Touch sowie in Vorträgen an verschiedenen Einrichtungen weiter.



tiv mit. Hierbei bietet sich Therapeutic Touch auch als unterstützendes Instrument für die Behandelnden selbst an, den Krankenschwestern und -pflegern genauso wie Pädagogen, Ärzten und Psychologen. Denn sie trainieren mit dieser Methode alle ihre Sinne. Ich habe dadurch unter anderem gelernt, atmosphärische Stimmungen und Spannungen besser zuzuordnen und mich rascher von Übertragungsgefühlen abzugrenzen. Je professioneller ich arbeite, desto besser sind das Ergebnis und die Zufriedenheit mit der eigenen Arbeit.

Berührt zu werden, ist für viele psychisch veränderte Patienten aufgrund schlechter Erfahrungen problematisch. In einer US-amerikanischen Studie (Potter Hughes

et al. 1996) wurde untersucht, wie Therapeutic Touch von jugendlichen Patienten in der Psychiatrie aufgenommen wird. Entgegen den Erwartungen fühlten sich die Teilnehmenden „trotz“ direkter Berührung sicher und entspannten sich überwiegend. Einige gaben an, eine vertrauensvollere Beziehung zur behandelnden Person aufgebaut zu haben. Die Studie macht Mut, auch Jugendlichen, die häufig keine Auskunft über sich und ihre Gefühle geben wollen, TT anzubieten. Dafür spricht auch eine eigene Erfahrung: Marcel, ein 14-jähriger Junge, befand sich wegen ausgeprägten aggressiven

Verhaltens in unserer Station. In einer ruhigen Phase wandte ich bei ihm zum ersten Mal TT an. Seine einzige Äußerung danach: „Ich habe nichts gespürt.“ Dennoch wollte er am nächsten Tag wieder eine Behandlung haben, mit dem gleichen Ergebnis: „Da merke ich nichts.“ So ging es täglich bis zu seiner Entlassung weiter. Aber dann, beim Verlassen der Station, verabschiedete er sich von mir mit den Worten: „Du, was Du da gemacht hast, war echt gut.“

Die gute Integrierbarkeit von TT in den Arbeitsalltag zeigt sich auch darin, dass eine Behandlung zwar nach festgelegten Schritten abläuft, aber dennoch sehr flexibel gestaltet werden kann. Grundsätzlich steht am Anfang die Konzentration auf den Patienten, erst danach wird das Energiefeld körpernah mit den Händen abgetastet und auf etwaige Ungleichheiten geprüft. Der nächste Schritt besteht im Harmonisieren des Feldes. Durch fließende Handbewegungen wird das Feld geglättet und an besonders auffälligen Stellen mit direkter Berührung Energie zugeführt. Ein nochmaliges Abtasten zum Schluss dient der Ergebniskontrolle. Eine vollständige Behandlung dauert ungefähr ein Viertelstunde, wobei der Patient auf einer Liege oder im Bett ruht. Genauso gut kann TT aber auch als kurze, wenige Minuten dauernde Intervention in alltägliche Arbeiten einfließen. Der Kreativität sind dort keine Grenzen gesetzt, ob beim Spiel, beim Blutdruckmessen oder beim Gute-Nacht-Sagen. Die Übung besteht darin, es zu tun. ♦

Rita Beckendorf, Elisabeth-Klinik Dortmund, Kinder- und Jugendpsychiatrie, Marsbruchstraße 162a, 44287 Dortmund

Literatur: Potter Hughes, P./Meize-Grochowski, R./Neighbour Duncan Harris, C.: Therapeutic Touch With Adolescent Psychiatric Patients. *Journal of Holistic Nursing*, 14 (1996) 1 : 6-23

## Standardisierte TT-Schritte

Die Anwendung von Therapeutic Touch folgt bestimmten Schritten

### 1. Zentrieren

Die behandelnde Person versucht, sich körperlich, geistig und emotional so gut wie möglich zu entspannen, und konzentriert sich auf den Patienten.

### 2. Einschätzen (Assessment)

Die Hände fünf Zentimeter vom Körper entfernt, wird das gesamte Energiefeld des Patienten von Kopf bis Fuß erspürt. Symmetrien oder Asymmetrien werden registriert, viele TT-Praktiker berichten von Empfindungen wie Wärme, Kälte, Dichte, ziehenden oder prickelnden Eindrücken.

### 3. Behandlung

Der allgemeine Chi-Fluss wird intensiviert, an bestimmten Reflex- bzw. Körperzonen, Energiezentren oder Akupunkturpunkten werden spezielle TT-Techniken angewandt.

### 4. Auswertung (Evaluation)

Das Behandlungsergebnis wird durch erneutes Assessment festgestellt, je nach Bedarf wird der vorherige Behandlungsschritt wiederholt. Die Maßnahme und die Beobachtungen werden dokumentiert.

Informationen zu Therapeutic Touch sowie zu Ausbildungsmöglichkeiten sind erhältlich bei Sabine Dietrich, Deutsches Institut für Therapeutic Touch, 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) oder Internet: [www.therapeutictouch.de](http://www.therapeutictouch.de).