

Detailbeschreibung DAO Akupressur

Entwicklung Akupressur

Die Akupressur entstand vor ca. 5000 Jahren innerhalb der altchinesischen Medizin. Die Kaiser, weise Taoisten und Ärzte beschäftigten sich mit den Naturkräften und den Rhythmen der Erde und des Kosmos. Sie übertrugen diese Prinzipien auf den Menschen und entwickelten eine holistische Heilkunde. In dieser versteht sich jedes einzelne Element in Relation zum Ganzen. Ein Symptom wird nicht auf seine Ursache reduziert, sondern als Teil der Gesamtheit betrachtet. Auf der Ebene des Körpers entdeckten sie, dass Druck auf bestimmte Körperstellen zur Schmerzlinderung führt und alle Organe, sowie der gesamte Körper davon positiv beeinflusst werden. Die Akupressur, der Fingerdruck auf spezifische Punkte, ist die ursprüngliche, manuelle Behandlungsmethode. Erst später wurden Stein- und Bambussplitter zur energetischen Stimulation benutzt (Akupunktur).

Das Wissen der Akupunkte und Meridiane wurde gesammelt und systematisiert. Der «innere Klassiker des Gelben Kaisers» (Nei Jing) ist das älteste Werk der chinesischen Medizintheorie, es wurde von 200 v. Chr. bis 200 nach Chr. zusammengestellt. Im Nei Jing sind Gespräche zwischen dem gelben Kaiser (ca. 2600 v. Chr.) und seinem Minister Qi Bo aufgeführt. Die elementaren Fragen befassen sich hauptsächlich mit theoretischen Konzepten und medizinischer Kosmologie, die geistige Achse behandelt Akupressur, Akupunktur und Moxibustion.

Viele Schriften späterer Meister bezogen sich auf das Grundlagenwerk Nei Jing. Die Techniken entwickelten sich weiter und Werke wie z.B. über kälteinduzierte Krankheiten, Pulsdiagnose und andere Themen wurden im Laufe der Jahrhunderte verfasst. Die Zahl der beschriebenen Akupunkte erhöhte sich und 14 Meridiane wurden definiert. Ende des 1. Jahrtausends erreichte die altchinesische Medizin Japan und es entwickelte sich die besondere Kunst der Berührung. In den 1960er Jahren wurde das westliche Wissen der Psychologie und Prozessbegleitung in die Akupressurtherapie integriert.

Die heutige Akupressur verbindet die altchinesische Medizin, das klientenorientierte Gespräch und den psycho-emotionalen Ansatz.



Theoretische Grundlagen Akupressur

Ziel der körpertherapeutischen Arbeit ist der freie Fluss des Qi in den Meridianen, das Lösen verspannter Muskeln und spezifischer Körpersegmente.

Die Philosophie der altchinesischen Medizin und der Akupressur wurzelt im Taoismus. Die Yin-Yang Theorie des Taoismus beschreibt die Beziehung der Dinge zueinander und zum Universum. Das Konzept dieser polaren Gegensätze drückt den immerwährenden Prozess natürlicher Veränderung aus. Yin und Yang repräsentieren gegensätzliche, jedoch einander ergänzende Eigenschaften. Im Yin ist das Yang enthalten und im Yang das Yin. In der chinesischen Medizin ist das Yin-Yang Konzept die hervorstechende, wichtigste und unverwechselbare Theorie, letztendlich kann alles auf Yin und Yang zurückgeführt werden.

Das andere wichtige Kategoriensystem sind „die fünf Elemente“, diese ordnen die Vorgänge in der Natur und bilden die Basis für die emotionelle Ebene, die Gefühle und das Verhalten des Menschen.

Das Qi bezeichnet die Lebenskraft und kann auch als Bewegkraft bezeichnet werden. Qi ist Transformation, Bewegung, schützt vor klimatischen Einflüssen, hält alles zusammen (im Körper z.B. die Organe an ihrem Platz) und grenzt ab. Man kann Qi auch als grobstoffliche Energie beschreiben, als Materie an der Grenze zu Energie oder die Energie am Punkt der Materialisierung. Qi wird sowohl funktionell als auch durch sein Wirken verstanden. Die Meridiane, auch Leitbahnen genannt, sind die Kanäle oder Wege des Qi und Blutes im Körper. Meridiane sind nicht mit den Blutgefässen identisch, sie bilden ein unsichtbares Netzwerk, das alle Grundsubstanzen und Organe miteinander verknüpft und verbindet. Sie nähren mit ihrem Atmungs- und Nahrungs-Qi den Körper und verbinden den grobstofflichen mit dem feinstofflichen Körper.

Über die Reizpunkte, Akupunkte genannt, geschieht der unmittelbare Zugang zu den Meridianen und den darin führenden Energiefluss. Mittels der Punktstimulation durch den Fingerdruck wird der Energiefluss beeinflusst und gelenkt. Je nach Methode werden die Akupunkte mittels Druck stimuliert oder gehalten, geklopft, geknetet und mit kreisenden Bewegungen behandelt. Fließt das Qi ungehindert, ist der gesamte Körper besser durchblutet und die inneren Meridiane zu den Organen beeinflussen diese in positiver Weise. Es werden allgemein alle Körperfunktionen unterstützt, die Bauchatmung gefördert und die Selbstheilungskräfte aktiviert. Der Klient findet zu seiner ursprünglichen Harmonie und Gleichgewicht.



Schmerzen, verursacht durch Qi Stagnationen in den Meridianen, werden gemildert, das Immunsystem gestärkt und verspannte Muskeln gelöst.

Blockierte Gefühle und Emotionen werden im Behandlungsprozess wahrgenommen, verbal begleitet und unterstützt. Ursache können traumatische Erlebnisse oder äussere Einflüsse sein. Die Therapeutin setzt das Gespräch angepasst ein und begleitet den Prozess der Klientin ressourcenorientiert. Die Präsenz, Aufmerksamkeit und mitfühlende Berührung der Therapeutin schaffen einen Raum der vollumfänglichen Unterstützung und Anerkennung. Die Behandlung führt zu einer tiefen Entspannung und erweiterten Bewusstseinerfahrung auf der körperlichen, emotionellen und seelischen Ebene.

Fliesst das Qi in den Meridianen frei und ungehindert, befindet sich der Körper in einem ausgeglichenen, gesunden und harmonischen Zustand.

Akupressur Therapeutinnen und Therapeuten kennen die Grundlagen der Anatomie sowie der Krankheitslehre und wenden verschiedene Befundaufnahmemethoden aus der chinesischen Medizin an: Gesichtsdagnostik, Ausdruck, Stimme, Zunge, Pulsdiagnose, Elementtyp und Körperhaltung.



Grundlagen der Dao Akupressur

Die Dao Akupressur basiert auf der altchinesischen Medizin und ist eine Körpertherapiemethode, welche mit Druck auf den Akupunkten am bekleideten Körper der behandelten Person arbeitet. Das prozessorientierte Gespräch (Coaching) ergänzt die Behandlung. Die Prozessbegleitung beinhaltet eine mitfühlende, lösungsorientierte Gesprächsführung.

Durch die Behandlung eines Meridians wird das gesamte Netz der Leitbahnen beeinflusst, die Wirkung der Arbeit ist nachhaltig. Dieser Effekt ist mit einem gestauten Flussbett vergleichbar: Wird das Hindernis entfernt, hat das einen lokalen, sofortigen Einfluss und gleichzeitig wird der Wasserfluss in der Distanz verstärkt. Ein befreiter, entlasteter Meridian beeinflusst den gesamten Menschen auf der körperlichen, emotionalen und geistig-mentalenebene. Wenn Qi und Blut in den Leitbahnen frei fließen kann, verstärkt sich im westlichen Sinne die Blutzirkulation und die nötige Wärme ist im ganzen Körper vorhanden. Dies unterstützt allgemein alle Körperfunktionen.

Mit der Dao Akupressur werden auch die tendomuskulären Meridiane (TMM) behandelt und deren pathogene Energie ausgeleitet. Werden die Muskeln mit Qi genährt, lösen sich verspannte Muskeln und Muskelpanzerungen auf tiefgreifende Weise. Die Entspannung der inneren und äusserlichen Muskeln fördert eine tiefe Brust- und Bauchatmung. Eine gesunde Atmung nährt den gesamten Körper mit Atmungs-Qi (kosmischer Energie).

Wirkung der Dao Akupressur

Ziel der körpertherapeutischen Arbeit ist der freie Fluss des Qi in den Meridianen, das Lösen verspannter Muskeln und spezifischer Körpersegmente. Durch ihren ganzheitlichen Ansatz übt die Dao Akupressur-Therapie bei akuten und chronischen Krankheitsverläufen eine unterstützende Wirkung aus, da durch den Ausgleich über das System der Leitbahnen das Gleichgewicht im Körper wiederhergestellt wird. Die Klientin und der Klient können unterdrückte oder verborgene Gefühle wieder wahrnehmen, ausdrücken und lösen. Infolge dieses Prozesses finden im Alltag Verhaltensänderungen statt. Druck und Stress auf der körperlichen, emotionalen und mentalen Ebene lösen sich auf. Die Psyche wird gestärkt, verankert die Klientin* in ihrer Mitte und fördert die Körper-Geist-Seele Einheit. Die Dao Akupressur-Behandlung führt zu einer tiefen Entspannung und zu einem erweiterten Bewusstsein auf der körperlichen, gefühlsmässigen und seelischen Ebene. Die Entspannung der Behandlung stärkt und baut ganzheitlich auf, und aktiviert die Selbstregulierungskräfte.

* die weibliche Formulierung beinhaltet auch die männliche Form

Dao Akupressur Therapie für die

- präventive Gesundheitserhaltung
- Harmonisierung von Körper, Geist und Seele
- Förderung der eigenen Ressourcen

**Bildungs- und Begegnungszentrum für Körperarbeit und Bewusstseinsentfaltung Kiental
Schule für Körpertherapie Kiental Wetzikon Uzwil**

Griesalpstrasse 44 CH-3723 Kiental | Zürcherstrasse 29 CH-8620 Wetzikon
T: +41 33 676 26 76 | info@kientalerhof.ch | www.kientalerhof.ch

Dao Akupressur Therapie ist hilfreich bei:

- Beschwerden des Bewegungsapparates
- Nacken-, Schulter-, Rücken- und Beckenschmerzen
- Kopfschmerzen und Migräne
- Verdauungsbeschwerden
- Menstruationsbeschwerden
- emotionalen Anspannungen
- Stresssymptomen
- Psychosomatische Beschwerden

Dao Akupressur Behandlungsverlauf

Die Dao Akupressur-Behandlung verläuft, basierend auf dem alle Ebenen des Organismus durchdringenden Konzepts des Qi, in jeder Phase der Therapie prozesszentriert. Durch eine umfassende Anamnese und der Befunderhebung nach TCM, geht die Therapeutin bereits in den Phasen der Information und Planung prozesshaft vor. Verbaler und nonverbaler Aus-druck, Äusserungen und Ressourcen der Klientin, werden im Rahmen des methodischen Vorgehens erfasst und integriert. In Absprache mit der Klientin werden die Erkenntnisse besprochen und die einzelnen Behandlungsschritte erläutert. Die Dao Akupressur-Therapeutin erkennt die derzeitigen Schwächen und Stärken der Klientin. Die Stärken sind wichtige Ressourcen, welche in den Behandlungsablauf miteinbezogen werden. Vor der eigentlichen Dao Akupressur-Behandlung nimmt die Therapeutin mittels Berührung Kontakt auf. Dadurch kann neben der Anamnese und dem Sichtbefund auch der Tastbefund weitere Erkenntnisse liefern, welche unmittelbar in die Behandlung mit einfließen. Jedes gewählte Behandlungsmuster und spezifische Akupunkte-Kombinationen sind individuell und nicht standardisierbar. Besondere Behandlungsmuster für klar definierte Beschwerden werden in der Ausbildung vermittelt. Die Rückmeldungen der Klientin werden während der Dao Akupressur-Behandlung miteinbezogen.

Nach der Dao Akupressur-Behandlung evaluieren die Therapeutin und die Klientin die Wirkung auf die verschiedenen Ebenen (Körper-Geist-Seele) gemeinsam. Die Dao Akupressur-Therapeutin kann Empfehlungen für die Ernährung und Bewegungsübungen der Klientin mitgeben. Im Prozess der Behandlungsabfolge wird der Klientin empfohlen, die Verhaltensmuster im Alltag wahrzunehmen und die Achtsamkeit auf die mentalen Muster zu richten. Diese Prozesse werden im Rahmen der nachfolgenden Behandlungen um die Alltagsrealität der Klientin erweitert und schrittweise vertieft.

Die Dao Akupressur Behandlung

Dao Akupressur-Therapeutinnen und Dao Akupressur-Therapeuten gestalten die Behandlung folgendermassen:

- Sie fragen im Gespräch nach den Anliegen der Klientin und informieren sich über den Gesundheitszustand (auch nach allfälligen schulmedizinischen Abklärungen, Diagnosen, Krankheitsgeschichten, Narben, Traumatisierungen, Therapien, Medikamenten und Selbstmedikationen etc.).
- Sie wenden die verschiedenen Befundaufnahmen der chinesischen Medizin an: Wahrnehmung der Körperhaltung, Beweglichkeit, Physiognomie, Gesichtsfarbe, Ausdrück, Stimme, Zunge, Untersuchung der Pulse und Elementtyp.
- Sie berücksichtigen weitere Informationen über die Klientin wie die Ernährung, das Verhalten im Alltag, die berufliche Tätigkeit, Gefühle und Emotionen, und verbinden die Befunde mit der Lehre der fünf Wandlungsphasen.
- Sie kennen die verschiedenen Zyklen der 5 Wandlungsphasen und stellen aufgrund des Ungleichgewichts das individuelle Behandlungsmuster zusammen, dies beinhaltet die Punktkombinationen sowie die Wahl der zu behandelnden Leitbahnen.
- Sie wenden die Palpation, Untersuchung durch Abtasten und Befühlen, an und erkennen Muskelverspannungen, verspannte Körpersegmente und -regionen.
- Sie erspüren die Qualität der Akupunkte und erhalten damit ein umfassendes Bild des Leitbahnsystems und des Qi-Flusses, sie erkennen vorhandene Stagnationen und Blockaden.
- Sie setzen das Wissen von Yin und Yang praktisch um und stellen es in den Zusammenhang des momentanen Qi-Zustandes, stark/schwach, leer/voll, kalt/warm, etc.

Therapeutische Arbeit

- Sie arbeiten mit der Klientin in Einzelsitzungen.
- Sie schaffen durch Präsenz, Achtsamkeit und Akzeptanz eine Atmosphäre von gegenseitigem Respekt. In diesem Raum kann die Klientin ihre innere Stille und Zugang zu ihren körpereigenen Ressourcen finden.
- Sie beobachten Gesichtsfarbe, Atmung und Qualität der Stimme, welche Hinweise auf eine stattfindende Veränderung sind und integrieren sie in den Arbeitsablauf.
- Sie nehmen die verspannten Akupunkte und deren Ungleichgewichte wahr.
- Sie erspüren die Meridianqualität und die Fülle / Leere Zustände.
- Sie wenden zusätzlich Moxibustion und Schröpfen an. Moxibustion, das Abbrennen von Beifuss, stimuliert die Akupunkte und kommt bei Qi-Leere zum Einsatz, das Schröpfen bei Qi Stagnationen.
- Sie begleiten die Behandlung, wo angebracht, verbal. Sie unterstützen die Klientin Körpergefühle und Emotionen wahrzunehmen und auszudrücken.
- Sie passen die Behandlungsdauer der Klientin an. Eine Behandlung dauert ca. 1 bis 1.5 Std., bei Kindern oder älteren Menschen kürzer.

Prozessunterstützung

- Sie begleiten Reaktionen auf körperlicher, emotionaler und geistig-mentaler Ebene durch angepasste Berührung und das ressourcenzentrierte Gespräch. In Absprache mit der Klientin stimmt die Therapeutin die Tiefe und das Tempo der Prozesse ab.
- Sie unterstützen die Integration solcher Erlebnisse.

**Bildungs- und Begegnungszentrum für Körperarbeit und Bewusstseinsentfaltung Kiental
Schule für Körpertherapie Kiental Wetzikon Uzwil**

Griesalpstrasse 44 CH-3723 Kiental | Zürcherstrasse 29 CH-8620 Wetzikon
T: +41 33 676 26 76 | info@kientalerhof.ch | www.kientalerhof.ch

Abgrenzung der Dao Akupressur gegenüber anderen Methoden

Dao Akupressur versus Shiatsu

Im Gegensatz zur Dao Akupressur steht im Shiatsu weniger die Stimulierung genau definierter Punkte im Zentrum des Interesses. Vielmehr wird ausgehend von der Wahrnehmung des ganzen Körpers und seiner energetischen und physischen Muster mit auffälligen Körperbereichen gearbeitet. Es steht ein breites technisches Instrumentarium zur Verfügung, von einem ruhigen Halten über dynamische Techniken bis hin zu Techniken der osteopathischen Strukturarbeit. In der Meridianarbeit, die einen wesentlichen Teil von Shiatsu darstellt, werden die gesamten Verläufe der Meridiane durch Berührung stimuliert. Wichtige Punkte, denen in der Behandlung besondere Aufmerksamkeit geschenkt wird, werden in der Behandlung entdeckt. Manchmal sind dies definierte Punkte der Akupressur/Akupunktur, häufiger sind es andere Punkte, die im Verlauf der Behandlung eines Meridians auffällig erscheinen. Der behandelnde Mensch wird auch bewegt, liegt oder sitzt auf einer Matte auf dem Boden. Shiatsu bezieht sich in seinem philosophischen und technischen Verständnis auf die lange Tradition der Körperarbeit in Japan.

Dao Akupressur versus Tuina

Tuina wird als die „Traditionelle chinesische Massage“ bezeichnet und oft ergänzend in einer TCM Praxis zu Akupunktur eingesetzt. Tuina bedient sich spezieller Handtechniken und Manipulationen wie Schieben, Streichen, Drücken, Klopfen, Klatschen bis hin zur Technik der Vibration.

Philosophie der Akupressur

„bu tong ze tong tong ze bu tong“

Kein freier Durchfluss - daraus folgt Schmerz,

freier Durchfluss - dementsprechend kein Schmerz.

Die Philosophie der altchinesischen Medizin und der Akupressur wurzelt im Taoismus. Die Yin-Yang Theorie des Taoismus beschreibt die Beziehung der Dinge zueinander und zum Universum. Das Konzept dieser polaren Gegensätze drückt den immerwährenden Prozess natürlicher Veränderung aus. Yin und Yang repräsentieren gegensätzliche, jedoch einander ergänzende Eigenschaften. Im Yin ist das Yang enthalten und im Yang das Yin. In der chinesischen Medizin ist das Yin-Yang Konzept die herausragende, wichtigste und unverwechselbare Theorie, letztendlich kann alles auf Yin und Yang zurückgeführt werden.

Das andere wichtige Categoriesystem sind die „fünf Wandlungsphasen“, es ordnet die Vorgänge in der Natur und bildet die Basis für die emotionale Ebene, die Gefühle, das Verhalten und die seelisch-spirituelle Komponente eines Menschen.

Qi bezeichnet die Lebenskraft und Bewegkraft, im Westen oft mit dem Wort Energie oder Lebensenergie übersetzt, aber kein englisches oder deutsches Wort kann die Bedeutung auf angemessene Weise ausdrücken. Alles im Universum ist, ob organisch oder anorganisch, aus Qi zusammengesetzt und durch sein Qi definiert. Man kann sich das Qi auch als Materie an der Grenzlinie zur Energie oder als Energie am Übergangspunkt zur Materialisierung vorstellen. Qi wird sowohl funktionell als auch durch sein Wirken verstanden. Das Qi kann verschiedene Formen annehmen, ist Transformation, Bewegung, schützt vor klimatischen Einflüssen, hält alles zusammen (hält z.B. die Organe an ihrem Platz) und grenzt ab. Funktionsstörungen des Qi werden als Qi-Disharmonien bezeichnet, man unterscheidet zwischen Qi-Mangel, zusammengebrochenem Qi, stagnierendem Qi oder gegenläufigem Qi (vgl. Kap-tchuk, 1988, S.46ff).

**Bildungs- und Begegnungszentrum für Körperarbeit und Bewusstseinsentfaltung Kiental
Schule für Körpertherapie Kiental Wetzikon Uzwil**

Griesalpstrasse 44 CH-3723 Kiental | Zürcherstrasse 29 CH-8620 Wetzikon

T: +41 33 676 26 76 | info@kientalerhof.ch | www.kientalerhof.ch

Die Leitbahnen, auch Meridiane genannt, sind die Kanäle oder Wege des Qi und Blutes im Körper. Leitbahnen sind nicht mit den Blutgefässen identisch, sie bilden ein anatomisch unsichtbares Netzwerk, das alle Grundsubstanzen und Organe miteinander verknüpft. Wenn Energie in den Leitbahnen frei und ungehindert fließt, befinden sich Körper und Geist in einem ausgeglichenen, gesunden und harmonischen Zustand.

Akupunkte beeinflussen die Leitbahnen und das Leitbahnen-Netzwerk direkt und bringen sie in einen freien Fluss.

Die Dao Akupressur ist eine holistische Methode, die sich als ganzheitlich versteht. Jedes einzelne Element steht in ständiger Interaktion mit allen anderen Elementen des Systems. Ein Symptom wird als Auswirkung einer Kettenreaktion im Gesamtsystem angeschaut. Der Zustand des Gesamtsystems ist auf ein Zusammenspiel von unterstützendem und pathogenem Qi zurück zu führen. Die Dao Akupressur unterstützt die Selbstregulationskräfte, um für jede Klientin und jeden Klienten das optimale Gleichgewicht zu erreichen, auf körperlicher, emotionaler, geistiger und seelischer Ebene.

Geschichte der Akupressur

Die Ursprünge der altchinesischen Medizin werden vor ca. 5000 Jahren vermutet, doch erst vor 2200 Jahren entstanden erste schriftliche Dokumente. Kaiser und weise Männer beschäftigten sich mit den Kräften und Rhythmen der Erde und des Kosmos. Sie übertrugen diese Prinzipien auf den Menschen und entwickelten eine ganzheitliche Heilkunde. Unter anderem entdeckten die Chinesen, dass auf bestimmte Hautareale ausgeübter Druck zu Schmerzlinderung führte und sowohl Funktionskreise wie auch die Organe beeinflusste. Akupressur, Druck auf spezifische Punkte, auch übersetzt als Druckpunktmassage, ist die ursprüngliche Methode, später wurden Steinnadeln und Bambussplinter benutzt, um die Punkte zu beeinflussen. Erste Hinweise auf die Akupressur oder auch Heilmassage finden sich in einem Werk der Medizintheorie aus dem Jahr 100 v. Chr. (vgl. Li Wu, 2013, S. 67).

Der „Klassiker des Gelben Kaisers zur inneren Medizin“ (Huangdi Neijing) ist das älteste Werk der chinesischen Medizintheorie, es wurde von 200 v. Chr. bis 100 n. Chr. zusammengestellt. Der Gelbe Kaiser lebte ca. 2600 v. Chr., er vermittelte den Menschen viel Wissen, wie das Leben in Harmonie mit der Natur zu führen und Anpassung an die äusseren Gegebenheiten herzustellen sind. Im Neijing sind Gespräche mit seinem Minister Qi Bo erhalten geblieben. In den Unterhaltungen ging es um das Leben und den Tod, über den Körper, Geist und Seele des Menschen und um die Einflüsse des Klimas, von Wohnort, Nahrung und Lebensweise auf den Menschen. Immer mit Blick auf die Gesundheit wurden Anleitungen gegeben, und die Inhalte beschäftigten sich mit der Vorbeugung gegen Krankheit (vgl. Schmidt, 1993). Die „elementaren Fragen“ befassten sich hauptsächlich mit theoretischen Konzepten und medizinischer Kosmologie, die „geistige Achse“ behandelte Akupressur, Akupunktur und Moxibustion, das Abbrennen von Beifuss (vgl. Kaptchuk, 1988, S. 409-410).

Das Wissen über die Akupunkte, auch Reizpunkte genannt, und die Leitbahnen wurde gesammelt und systematisiert. Ziel der chinesischen Medizin war Prävention, Ausbildung und Erhaltung der Gesundheit. Die gesunde Lebensführung beinhaltete die Ernährung nach den fünf Wandlungsphasen (5 Elementen) sowie Atem- und Bewegungsübungen (Qi Gong, Tai Chi etc.). Es entwickelten sich Konzepte zu Anatomie, Physiologie, Ätiologie, Pathologie und Diagnostik im Sinne der chinesischen Medizin, welche auch heute noch Gültigkeit haben. Somit entstand ein breitgefächertes, holistisches System.

Viele Schriften späterer Meister bezogen sich auf das Grundlagenwerk Neijing. Techniken entwickelten sich weiter

**Bildungs- und Begegnungszentrum für Körperarbeit und Bewusstseinsentfaltung Kiental
Schule für Körpertherapie Kiental Wetzikon Uzwil**

Griesalpstrasse 44 CH-3723 Kiental | Zürcherstrasse 29 CH-8620 Wetzikon
T: +41 33 676 26 76 | info@kientalerhof.ch | www.kientalerhof.ch

und Werke wie z.B. über kälteinduzierte Krankheiten, das als die älteste klinische Abhandlung der Medizingeschichte überhaupt gilt, sowie Schriften über die Pulsdiagnose und andere Themen wurden im Laufe der Jahrhunderte verfasst. Die Zahl der beschriebenen Akupunkte erhöhte sich und 14 Leitbahnen (die 12 Organleitbahnen, Konzeptions- und Lenkergefäss) wurden definiert.

Ende des 1. Jahrtausends erreichte die chinesische Medizin Japan und zusammen mit der Akupunktur entwickelte sich mit der Akupressur die besondere Kunst der Berührung (vgl. Teeguarden, 1989). In Japan wirkende Jesuiten berichteten im späten 16. Jh. von einem nicht bekannten Verfahren, dünne Stifte durch die Haut einzustechen um damit therapeutisch auf den Körper zu wirken. Im weiteren Verlauf gelangten europäische Ärzte durch verschiedene Gesellschaften nach Südost-Asien und China selbst, als direkte Folge wurden in Europa vor allem die Akupunktur und Kräutermedizin bekannt (vgl. Unschuld, 2013).

Anfangs der 1970er Jahre wurden erste Ärzte-Teams aus den USA nach China geschickt, um die Akupunktur und die TCM zu ergründen. Verschiedene Pioniere der Körperarbeit in den USA und Europa wurden angeregt, das Wissen der zentralen Elemente der TCM zu ergründen und in neue Körpertherapie-Methoden zu integrieren. (vgl. Unschuld, S.107ff).

Im Gegenzug emigrierten chinesische Ärzte, die der alten Tradition folgten, in die USA und nach Europa, da sie im Westen frei waren, die holistische Heilkunde den Überlieferungen nach auszuüben. Dabei steht die Behandlung der Ursache im Mittelpunkt. Wird der verursachende Faktor gefunden und behandelt, verschwinden die damit verbundenen Symptome von selbst. Mit dem Kontakt der westlichen Kultur erfuhr die chinesische Medizin eine Erneuerung in dem Sinne, dass die alten Begriffe an unser heutiges, modernes Sprachverständnis angepasst wurden und gleichzeitig der Bedeutung nach mit den Ursprungstexten übereinstimmen mussten.

In den letzten 40 Jahren entwickelten sich verschiedene Schulen und Strömungen im Westen, welche sich mit der TCM und der chinesischen Medizin auseinandersetzten.

Prof. Jack Worsley bemühte sich sehr, die altüberlieferten Weisheiten und das Ganzheitliche zu betonen und in seiner Akupunkturschule in England zu lehren, das heisst, nicht die Symptome, sondern die Ursache selbst zu behandeln. Auch stellte er die Einflüsse der Emotionen und das Konzept der 5 Wandlungsphasen als zentrale Elemente in den Mittelpunkt.

Indikationen

- Unterstützung bei akuten und chronischen Krankheitsverläufen
- Rücken-, Schulter- und Nackenbeschwerden
- Kopfschmerzen und Migräne
- Verdauungsbeschwerden
- Menstruationsbeschwerden
- Förderung der eigenen Ressourcen
- Präventive Gesundheitserhaltung
- Harmonisierung von Körper, Geist und Seele

Kontraindikationen

Keine. Die Praktizierenden sind sich ihrer eigenen Grenzen bewusst und leiten, wenn nötig, ihre Klientinnen an eine andere Fachperson weiter.

Therapieart

Akupressur ist eine behandlungs- energetisch- beratend- und pädagogisch-orientierte Methode.

Therapieform

Die bekleidete Klientin ruht auf einer Massageliege. Körpergefühle und Emotionen werden im Behandlungsprozess von der Therapeutin verbal begleitet und unterstützt.

Voraussetzungen

- a) die Klientin ist bereit sich auf ihre Körpergefühle einzulassen und in ihrem Leben Veränderungen vorzunehmen, z.B. Ernährung, Körperübungen, Verhaltensänderungen etc.
- b) die Therapeutin mit persönlicher Reife absolviert eine berufsbegleitende Ausbildung welche die EMR oder ASCA Anerkennung ermöglicht.

Es findet der Prozess statt, in Zukunft den Beruf eines eidgenössisch diplomierten KomplementärTherapeuten / KomplementärTherapeutin zu schaffen.

Dauer

Eine Behandlung dauert 60 – 90 Minuten, Kinder und alte Menschen kürzer.
Die Anzahl variiert je nach Bedürfnis und Indikation, im Durchschnitt 5 – 10 mal.

Kosten

Sfr. 100.- bis 150.- pro Behandlung

**Bildungs- und Begegnungszentrum für Körperarbeit und Bewusstseinsentfaltung Kiental
Schule für Körpertherapie Kiental Wetzikon Uzwil**

Griesalpstrasse 44 CH-3723 Kiental | Zürcherstrasse 29 CH-8620 Wetzikon
T: +41 33 676 26 76 | info@kientalerhof.ch | www.kientalerhof.ch



Kostenübernahme

Durch die Anerkennung vom EMR (Erfahrungsmedizinisches Register), ASCA oder SPAK, wird die Behandlungsmethode Akupressur über die Zusatzversicherung der Krankenkassen abgerechnet.

Die Krankenkassen EGK und Visana überprüfen Therapeutinnen und Therapeuten eigenständig.

Vorteile

Akupressur ist eine nicht invasive Methode, das heisst es entstehen keine Schmerzen durch gesetzte Nadeln. Die Hände der Therapeutin sind während der ganzen Behandlung in Kontakt mit dem Körper der Klientin, die mitfühlende Berührung schafft Vertrauen und Unterstützung. Emotionelle Prozesse werden verbal begleitet und durch die Präsenz der Therapeutin, des Therapeuten, getragen.

Nachteile

Ein wichtiger Bestandteil der chinesischen Medizin sind die Kräuter, die als Arzneimittel begleitend zur Behandlung, verabreicht werden. Die Kräuterkunde ist ein eigenes grosses Gebiet und wird vom Akupunkteur gelernt und angewandt,

Akupressur Therapeutinnen dürfen keine Kräuter verschreiben.

Nebenwirkungen

keine

Ausbildungen

Mind. 2 Jahre bis 4 Jahre berufsbegleitend.

Sie umfasst:

- 300 Std. Fachunterricht (die 14 Meridiane und ihre Akupunkte, Theorie von Yin/Yang und den 8 Prinzipien, 5 Wandlungsphasen, Kontrollkreislauf, Extrameridiane, Zang und Fu, 6 Schichten, Diagnose nach TCM, Schröpfen, Moxen, Ohrakupressur, Praxisführung)
- 50 Std. prozessorientierte Gesprächsführung
- 150 Std. medizinisches Wissen (Anatomie, Physiologie; Pathologie, Hygiene, Anamnese/Diagnostik, Psychosomatik)
- 100 Klientenprotokolle, Austausch auf gleicher Stufe und Eigenbehandlungen.

Kosten

Gesamt Sfr. 11'000.- bis 13'500.-

Sfr. 7500.- bis 9000.- Akupressur Fachunterricht

Sfr. 3500.- bis 4500.- medizinisches Wissen (entfällt für Personen aus dem Gesundheitswesen)

**Bildungs- und Begegnungszentrum für Körperarbeit und Bewusstseinsentfaltung Kiental
Schule für Körpertherapie Kiental Wetzikon Uzwil**

Griesalpstrasse 44 CH-3723 Kiental | Zürcherstrasse 29 CH-8620 Wetzikon

T: +41 33 676 26 76 | info@kientalerhof.ch | www.kientalerhof.ch

Nicole Lieberherr

Präsidentin und Geschäftsstelle Akupressur Verband Schweiz, Wassergasse 18, CH-9000 St. Gallen
++41 71 351 37 82
www.akupressur-verband.ch
info@akupressur-verband.ch

Akupressur Verband Schweiz AVS

Der AVS informiert und leistet Öffentlichkeitsarbeit über die Akupressur, fördert den Erfahrungsaustausch unter Mitgliedern und führt über die Webseite eine aktuelle Therapeutenliste. Wir sind Mitglied des Dachverbandes Xund (www.xund.ch), die Organisation der Verbände von natürlichen Methoden der Komplementärtherapien in der Schweiz.

Für eine fließende Lesbarkeit des Textes wurde zum Teil nur die weibliche Form gewählt, es ist immer auch die männliche Form miteinbezogen.

Literaturverzeichnis

- Eckert, Achim. (1991). *Das heilende Tao. Gesund im Gleichgewicht der fünf Elemente. Ein Übungsbuch.* (2. Aufl.). Freiburg im Breisgau: Hermann Bauer KG Verlag.
- Eckert, Achim (2009). *Das Tao der Akupressur und Akupunktur: Die Psychosomatik der Punkte.* (4. überarb. Aufl.). Stuttgart: Haug.
- Focks, Claudia. (2010). *Leitfaden Chinesische Medizin.* (6. Aufl.). München: Urban & Fischer.
- Frank, Kai-Uwe. (1991). *Altchinesische Heilungswege. Das Handbuch der fernöstlichen Na-turheilkunde.* Wiesbaden: Dr. Werner Jopp Verlag.
- Hammer, Leon. (2002). *Psychologie & Chinesische Medizin.* Sulzberg: Joy Verlag.
- Hempfen, Carl-Hermann. (2009). *dtv-Atlas Akupunktur.* (9. Aufl.). München: Deutscher Taschenbuch Verlag.
- Jason, Elias, Ketcham, Katherine. (2004) *TCM Selbstheilung mit den fünf Elementen. Das Standardwerk der chinesischen Heilkunde.* (6. Aufl.). Bern, München, Wien: O.W.Barth
- Kaptchuk, Ted J. (1988). *Das grosse Buch der chinesischen Medizin.* Wien: Otto Wilhelm Barth Verlag.
- Li Wu, Prof. TCM. (2013). *TCM für jeden Tag.* DE-Murnau am Staffelsee: Mankau.
- Maciocia, Giovanni. (1994/1997). *Die Grundlagen der Chinesischen Medizin.* Parkstein: Verlag für ganzheitliche Medizin.
- Platsch, Klaus-Dieter. (2009). *Die fünf Wandlungsphasen.* (2. Aufl.). München: Urban & Fischer.
- Platsch, Klaus-Dieter. (2005). *Psychosomatik in der chinesischen Medizin.* (2. Aufl.). München: Urban & Fischer.
- Schmidt, Wolfgang G:A: (1993). *Der Klassiker des Gelben Kaisers zur Inneren Medizin.* (2. überarb. Aufl.). Freiburg im Breisgau: Herder.
- Temelie, Barbara. (1993). *Ernährung nach den fünf Elementen.* (2. unveränderte Auflage). Sulzberg: Joy Verlag.
- Unschuld, Paul U. (2013). *Traditionelle chinesische Medizin.* München: C.H.Beck.
- Worsley, J.R. (1986). *Was ist Akupunktur?* Berlin: Plejaden Verlagsgesellschaft.
- Yuan, Heping. (1999). *Traditionelle chinesische Akupunktur.* Würzburg: Ullstein Medical.

Bildungs- und Begegnungszentrum für Körperarbeit und Bewusstseinsentfaltung Kiental Schule für Körpertherapie Kiental Wetzikon Uzwil

Griesalpstrasse 44 CH-3723 Kiental | Zürcherstrasse 29 CH-8620 Wetzikon
T: +41 33 676 26 76 | info@kientalerhof.ch | www.kientalerhof.ch