



Therapeutic Touch

Die Kunst der heilsamen Berührung



Ein Gruß ausgesprochen, hat eine andere Wirkung, wenn dein Gegenüber dir auch die Hand reicht.

Ein tröstendes Wort fühlt sich anders an, wenn man zusätzlich eine Hand auf der Schulter spürt.

Schmerz geht schneller weg, wenn eine schützende Hand die Wunde hält.

Aus einer liebevollen Haltung von Wertschätzung, Einfühlung und Respekt können wir mit unseren Händen in der Berührung bewusst Kontakt herstellen, Nähe vermitteln, Sicherheit geben, Vertrauen schaffen, beruhigen und stärken. Berührung begleitet uns von der Geburt bis zum Tode. Sie fördert in allen Lebenslagen unser Wachstum, unsere Wahrnehmung und unser Wohlbefinden.

Berühren und berührt werden ist für alle Menschen bis ins hohe Alter lebenswichtig. Die Sprache der Hände schafft Zugang.

**Sie sind angespannt?
Gehetzt?
Der Kopf ist voller Probleme?**

Glauben Sie daran, dass irgendetwas in Ihrer momentanen Situation verändert werden könnte?

Stellen Sie sich vor, Sie gehen an einen Ort, um sich etwas Gutes zu tun.

Der erste Kontakt besteht darin, dass Sie schon beim Eintreten eine erste Art von Ankommen spüren. Nach einem kurzen Gespräch über Ihre momentane Befind-

lichkeit, dürfen Sie sich auf eine Liege legen, oder Sie sitzen bequem auf einem Stuhl. Sie dürfen die Augen schließen. Sie können jetzt endlich durchatmen und entspannen. Sie brauchen nichts mehr tun, nur noch loslassen. Ganz behutsam fängt der Therapeut an seine Hände an Ihre Füße, Knie und Schritt für Schritt in einem bestimmten Behandlungsablauf bis zu Ihrem Kopf zu legen, und gleicht damit Ihr energetisches Ungleichgewicht aus. Vielleicht spüren Sie ein leichtes Kribbeln, oder Wärme. Sehen eine Farbe, oder Sie merken wie sich Ihre Muskeln immer mehr entspannen und Sie tiefer und ruhiger atmen können. Ihr inneres Gedankenkarussell verschwindet zusehens und Sie gleiten in eine angenehme und tiefe Entspannung. Sie hoffen, dass dieses Gefühl nie wieder aufhört.

Oder Sie empfinden erst einmal nichts, spüren aber wie Sie immer mehr in Ihre Ruhe kommen.

Nach ca. 20 bis 45 Min. wird die Anwendung dann beendet. Sie bleiben noch eine Weile für sich, dürfen ganz langsam wieder ins Hier und Jetzt zurückkommen.

– Das ist Therapeutic Touch. –

Diese Methode des Handauflegens entstand Anfang der 70er Jahre aus alten Heilweisen und wurde von Frau Prof. Dolores Krieger und der Heilerin Dora Kunz neu entwickelt. Es sollte eine leicht erlernbare und einfach anzuwendende komplementäre Heilmethode sein, die die allgemeine Schulmedizin bei der alltäglichen Krankenhauspflege unterstützt.

Es stellte sich heraus, dass sich durch die Anwendung von Therapeutic Touch die Befindlichkeit der Patienten schneller verbesserte, die Tablettenzugabe verringerte und sich der Heilungsprozess verkürzte.

Mit den Jahren entwickelte sich TT immer weiter, und wird schon lange nicht mehr nur noch in der Krankenpflege eingesetzt. Sie findet mittlerweile in vielen anderen Bereichen ihre weltweite Anwendung.

Im Bereich der Heilpraxis gehört Therapeutic Touch zu den am häufigsten wissenschaftlich untersuchten energetischen Heilmethoden. Weltweit liegen über 1000 weitere Studien, Diplomarbeiten und Erfahrungsberichte aus Medizin, Krankenpflege und Pilotstudien vor, die die Wirkung von Therapeutic Touch auf folgenden Gebieten nachweisen:

In der Geburtsvorbereitung, Kinderheilkunde, Heilpraxis, Altenpflege, Rehabilitation, Palliativpflege, Hospiz (Sterbehilfe), Erwachsenen-, Kinder-, und Jugendpsychiatrie, Demenz, Alzheimer, zur Prävention, Vitalisierung, Entspannung, Unruhe, onkologische Erkrankung, bei allgemeiner Linderung von Schmerzzuständen, Ängsten oder Schlafstörungen, Konzentrationsstörungen, u.v.m.

Darüber hinaus ist Therapeutic Touch ein Erfolg erprobtes Mittel im Rahmen des Entspannung -und Stressmanagements. Es fördert die emotionale Stabilität.

Der Praktizierende hat in seiner Ausbildung gelernt in einem bestimmten Behandlungsablauf das Energiefeld das im

Körper und über ihn hinaus erfahrbar ist, mit seinen Händen zu erspüren und bewusst zu harmonisieren.

Dadurch können Störungen im Energiefeld ausgeglichen und Blockaden, ähnlich wie bei der Akupunktur, gelöst werden. Dem geschwächten Organismus wird Energie zugeführt, was beim Klienten als Wohlgefühl wahrgenommen wird. Die Selbstheilungskräfte im Körper werden angeregt und der Gesundheitsprozess unterstützt.

Therapeutic Touch dient der Aktivierung Ihrer Selbstheilungskräfte und **ersetzt nicht die Diagnose oder Behandlung durch einen Arzt, Psychotherapeuten oder Heilpraktiker.** Viele Praktizierende setzten Therapeutic Touch in Kombination mit anderen Behandlungsmethoden ein. Auch in den Pflegealltag lässt sie sich, sinnvoll, integrieren.

*Durch meiner Hände Hilfe,
ich gebe dir die Kraft,
zu heilen was nun dran ist,
in deiner Körperschaft.*

M.S.

Redaktioneller Beitrag von



Monika Souvignier
Gesundheitspraktikerin BfG
Tel: 02104-806350
www.monika-souvignier.de

