

Berufsverband für Gesundheitspraxis ^{DGAM}

In der Deutschen Gesellschaft für Alternative Medizin e.V.

GERHARD TIEMEYER

1. Gesundheit – Praktisch

„Gesundheit beginnt mit Genießen“

„und etwas Genießen geht immer –
auch bei leidvollen Lebensbedingungen“

Gesundheit praktisch zu spüren und erfahrbar zu machen ist die wesentliche Aufgabe im Berufsbild der Gesundheitspraxis ^{DGAM}.

Gesundheit zu spüren ist ein situatives Erleben körperlicher Sinnesereignisse, von Bildern und Gefühlen und auch von kognitiven Aha-Momenten.

Selbstverständlich beginnt die Kooperation in der Praxis mit empathischem Respekt und Würdigen von Problemen und Leiden. So bald wie möglich allerdings wird angeregt, dieses Erleben als Anteil wahrzunehmen. Indem die Aufmerksamkeit auf das gelenkt wird, was auch anwesend und aktiv ist, zum Beispiel eine angenehme Berührung, ein angenehmes Spüren von Klängen, Farben oder Bildern entsteht eine innere Distanz. Die Aufmerksamkeit auf unterschiedliche Wirklichkeiten zu lenken öffnet einen Raum von Freiheiten, in dem bewusst Möglichkeiten durch Impulse der Aufmerksamkeit gewählt werden können.

GesundheitspraktikerInnen ^{DGAM} regen gesundes Erleben an, sie begleiten das Üben der Fähigkeiten, Aufmerksamkeit zu lenken, indem sie eigene Ideen oder auch Handlungen anbieten.

Die drei A der gesundheitspraktischen Kommunikation sind Anteile, Aufmerksamkeit und Anbieten.

Drei weitere Merkmale des Berufskonzeptes sind:

Erstens: Die Zusammenarbeit zwischen KundenInnen und PraktikerInnen geschieht immer mit dem aktiven Mitwirken von ‚Medien‘. Zum Beispiel den Klängen, von Berührungen, von Imaginationen, Düften oder auch Gedanken usw.. Diese Medien werden

von den Beteiligten wie eigenständige Wesen, angesehen. Es wird zum Beispiel mit einem Duft nicht ‚behandelt‘, sondern der Duft wird eingeladen im Körper zu interagieren.

Zweitens: der Kontext bestimmt das konkrete Vorgehen, speziell die gesundheitspraktische Kommunikation. Im Verband unterscheiden wir zwischen Gesundheitspraxis für Entspannung und Vitalität, der Praxis für Selbsterfahrung und Persönlichkeitsentwicklung und der Praxis für spirituelle Selbsterfahrung. Ein vierter Praxisbereich für Selbstheilungsprozesse ist noch in der Entwicklung.

Ein drittes Merkmal ist das Anregen und Begleiten von erlebnisorientiertem Üben. Neue Gewohnheiten werden nur in der Wiederholung wirksam. Erlebnisorientiert bedeutet, die kleinen Unterschiede im guten Maß und der kontextbezogenen Stimmigkeit in der Praxis zu vermitteln. Dieses Vermitteln mag von Aufklärung und Wissensvermittlung unterstützt werden, wesentlich allerdings ist das sinnliche Erleben, ein bewusstes Spüren von Veränderungen. Wissen ohne Erleben läuft immer Gefahr, als Ansprache zwar im Kopf zu sitzen, allerdings wie Sonntagsreden auch dort zu bleiben.

Die praktischen Hinweise beschreiben Ideale oder ‚Leuchttürme‘ für die Praxis und Weiterbildungen. Leuchttürme bedeutet, dass in der Praxis ein ständiges Balancieren und Entwickeln konkreter Möglichkeiten geschieht und ein ‚Umschiffen‘ von Untiefen und Sandbänken. Denn mit etwas Ehrlichkeit erleben PraktikerInnen, dass ihnen immer mindestens zwei Menschen gegenüberstehen: Einer möchte das Leben verändern und hat Visionen von dem, was attraktiv in der Zukunft möglich sein soll. Direkt daneben sitzt ein mächtiger konservativer Anteil, der beständig wiederholt: „never touch a working system“, wer weiß, was geschehen wird, wenn etwas geschieht. Gewöhnlich gibt es einen anwesenden Kompromiss: Klagen, Schuldige finden, ‚Ja, ich will – aber es geht nicht‘. Diese Anteile sind teilweise bewusste Gedanken, Gefühle und

Empfindungen. Zugleich sind es auch wesentlich unwillkürliche, dem Bewusstsein zunächst nicht zugängliche körperlich-psychische Dynamiken. Die Beziehung zwischen willkürlichen und unwillkürlichen Dynamiken ist selbst Teil des individuellen ‚Narrativs‘, dass die eigene Welt stimmig zusammenhält. Individuelle Glaubenssystem und Weltbilder sind in der Persönlichkeit ähnlich resistent und stabil, wie im kollektiven Diskurs Psycho-philosophien, Parteien und Methodenschulen stabil sind.

2. Einige Zeilen über Zahlen und Geschichte

Gesundheitspraxis^{DGAM} ist ein Berufsverband in der Deutschen Gesellschaft für Alternative Medizin (DGAM)

Vor gut 50 Jahren war der Verband zunächst eine Gruppe von HeilpraktikerInnen, die u. a. zu alternativen Methoden der Krebsbehandlung ein forschendes Netzwerk bildeten. Vor gut 30 Jahren begann für mich und Dr. phil Georg Klaus (Hp und Entwickler des Amara Hp Schulkonzeptes) die Vorstandsarbeit. Sehr bald entstand das Konzept der Gesundheitspraxis. Es war zunächst als Möglichkeit konzipiert, dass diejenigen die nicht den Weg als HeilpraktikerIn gehen wollten, eine Berufsperspektive finden konnten. Sehr schnell entwickelte sich hieraus ein eigenes Berufsbild mit einer von der Heilkunde deutlich unterschiedene Haltung und Kommunikation.

Mittlerweile hat der Verband gut 1200 aktive PraktikerInnen als Mitglieder. Wir sind bundesweit in Regionalstellen organisiert und bieten Berufsberatung, Supervision und verschiedene Formate der Aus- und Weiterbildung an.

Menschlichkeit ist heute mehr denn je die Alternative gegenüber dem Streben nach technischer Perfektion und Kontrolle. Die Alternative zu dem, was im Gesundheitswesen zunehmend zur Norm wird, sind Menschen, die in menschlichen Beziehungen arbeiten – dies sind selbstverständlich gerade auch die Menschen, die im medizinischen Feld arbeiten.

Seit einiger Zeit führt die DGAM als Untertitel: Verband für Heilkunst und Gesundheitskultur. Kunst überschreitet Normen und Grenzen. Vor allem aber ist Kunst etwas genuin Menschliches. Kunst ist Ausdruck von Menschlichkeit. Hierfür zitieren wir immer wieder:

„Unsere Lieder als Therapeutenkünstler rufen Kräfte der Wandlung hervor, die im Unsichtbaren unseren Weg bestimmen. Das Wenigste geschieht im Sichtbaren – sichtbar ist nur das Produkt, und das Produkt trägt häufig erstarrende Züge. Der Prozeß vollzieht sich im Unsichtbaren. Deswegen gilt hier ganz besonders: Die Arbeit und der Prozeß ist entscheidend, nicht aber das Produkt. Das Produkt ist heute definiert als medizinischer Erfolg: Der Mensch soll funktional und arbeitsfähig gemacht werden, zumindest aber sollen seine Symptome sich bessern; der Mediziner muß etwas Fertiges zum Vorweisen haben. Dieses zwanghafte Erfolge-haben-Wollen hat keinen Blick für den therapeutischen Prozeß und letztlich auch nicht für die Gesundheit. Denn Gesundheit als Ausdruck des Prozesses ist viel mehr und anderes zugleich als Erfolg: Gesundheit ist das Vermögen, auch

Krankheiten und Gebrechen gleichmütig, wenn nicht gar heiter und dankbar, jedenfalls aber würdig und fruchtbringend zu ertragen.“ (Peter Peterson; in: *Der Therapeut als Künstler*, Junfermann 1987, S. 187).

3. Gesundheitspraxis^{DGAM} und Salutogenese

Als das Berufsbild der Gesundheitspraxis entstand, kannten wir Salutogenese nicht. Diese Tradition wurde erst deutlich, als ich Theodor Petzold und zwei gute Freundinnen aus Hannoverschen Projekttagen auf Langeoog und der ‚Woche der gesunden Entwicklung‘ wieder traf. Solche wunderschönen Zufälle bringen mich immer wieder in freudiges und dankbares Staunen.

Das Konzept der Salutogenese bewirkte und bewirkt die wunderschönen Erkenntnisse, „Ja, genau so!“ Wir im Berufsverband formulieren hier und da anders und der Praxiskontext ist ein Besonderer – aber im Prinzip sind wir Teil einer Bewegung. Es wäre meines Erachtens einmal sehr anregend, jene Strömungen zusammen zu fassen, die im Rahmen von Therapie, Gesundheitsförderung und Bildung die Haltung von Heilen durch Beziehung und Erleben, die Idee der inneren Demokratie und der Freiheit durch Wahlfähigkeiten theoretisch und vor allem praktisch bewegen.

4. Etwas zu mir

Mein erstes Projekt nach Studium und Forschung zur Pädagogik hieß: „Am Kanal – Verein für Kunst und Bildung im Gesundheitswesen“. Heute würde ich sagen, das war ein sehr lebendiges „Kokreatives“ Durchweben von vor 40 Jahren neuen, heute etablierten, alternativen Methoden.

Einige Jahre Erfahrung als Hp für Psychotherapie in eigener Praxis, als Dozent für Gesundheitspraxis und als Geschäftsführender Vorstand der DGAM haben das eine oder andere vielleicht ‚reifer‘ werden lassen, doch, wie ich beim Schreiben dieses Artikels spüre, fühlt sich die Begeisterung für Kunst und Bildung im Gesundheitswesen sehr frisch an – gerade auch im Kontakt mit dem Dachverband für Salutogenese.

Literatur: www.dgam.de

Dort finden sich in der Mediathek alle Ausgaben unserer Verbandzeitschrift „Gesundheit beginnt mit Genießen“
Bei Fragen und Interesse bin ich auch gut erreichbar unter: tiemeyer@dgam.de

Gerhard Tiemeyer

Hp für Psychotherapie; Ausbildungsleiter für Gesundheitspraxis^{DGAM}



Quelle: Autor