



## Yvonne

### Die optimale Verbindung – Shiatsu und Physiotherapie

Mein Interesse für Physiotherapie wurde durch einen Unfall in der Familie geweckt. Ich sah die Arbeit der TherapeutInnen und entdeckte den Beruf. Er passte gut zu mir, da ich Freude an Bewegung habe und diese mit einer beruflichen Tätigkeit verbinden wollte. Es war eine gute Wahl, ich fühlte mich sehr wohl.

Aber schon während der Physiotherapie-Ausbildung gab es Momente, in denen ich zu wenige Antworten bekam. Oft hiess es, eine Ursache für bestimmte Beschwerden sei nicht bekannt. Für mich war es unbegreiflich, dass es trotz aller Forschung immer noch so viele blinde Flecken gibt. In mir wuchs eine Ahnung, dass es noch mehr geben musste.

Nachdem ich etwa drei Jahre im Beruf war, hatte ich eine Klientin mit einer komplexen Schulteroperation und vielfältigen Co-Faktoren. Irgendwann kam ich bei ihr nicht weiter, es gab keine Entwicklung in der Genesung. Die Ziele in der Physiotherapie sind klar strukturiert: mehr Beweglichkeit und weniger Schmerzen. Beides änderte sich bei dieser Klientin nicht nachhaltig, es gab nur kurzfristige Effekte. Sie bemühte sich selbst um eine komplementärtherapeutische Behandlung und fragte mich nach meiner Meinung. Auch wenn ich damals noch keine Idee von Shiatsu hatte, bestärkte ich sie darin auszuprobieren, was ihr gut täte.

„Während der Shiatsu-Ausbildung wusste ich immer genau, welche Struktur des Körper ich berühre. Das anatomische Wissen aus der Physiotherapie gab mir viel Sicherheit. Die Tiefe und Weite des Shiatsu kamen dazu, und nun ist beides eine einzigartige Verbindung, die mein therapeutisches Arbeiten ausmacht.“

Die Klientin ging neben der Physiotherapie ins Shiatsu und machte grosse Fortschritte. Für mich war es faszinierend zu sehen, wie mit einer so andersartigen Herangehensweise solche Veränderungen erreicht werden konnten. Die Klientin konnte mit den Schmerzen besser umgehen, fand ihr Lachen wieder, sie konnte sogar wieder Gitarre spielen. Das hat mich so begeistert, dass ich mich über die Shiatsu-Ausbildung informiert habe. Ich war sehr offen und besuchte eine Veranstaltung im Kiental. Danach habe ich mich spontan für die Ausbildung entschieden. Eigentlich hatte ich keine Ahnung, worauf ich mich einliess, aber es fühlte sich richtig an. Vielleicht bekam ich dort die fehlenden Antworten.

„Im Shiatsu fand ich Antworten auf Fragen, die in der Physio offen geblieben waren. Das kombinierte Wissen stellt für mich die perfekte Verbindung dar.“

Mir war dabei bewusst, dass ich mich auf neue Modelle und Ideen einlassen musste. Für mich war es wichtig, in der Shiatsu-Ausbildung die Verbindungen zwischen dem schulmedizinischen Wissen und den neuen Erfahrungen zu finden. Meine berufliche Herkunft bedeutete mir immer noch viel. Und ich fand genau die Elemente, die sich gegenseitig unterstützen. „Komplementär“ im besten Sinne des Wortes. Den schulmedizinischen Hintergrund empfand ich als grundlegend und hilfreich. Zusätzlich fand ich Antworten auf offene Fragen. Ich hatte einige Aha-Erlebnisse, als ich plötzlich Erklärungen und Zusammenhänge verstand. So erlangte ich ein vollständigeres Wissen für meine berufliche Zukunft.

Meine grösste Herausforderung war, mich auf die Berührungsqualität einzulassen. Weg von der Strukturvorstellung „hier ist der Muskel, hier der Sehnenansatz“, hin zum Fühlen und Wahrnehmen: loslassen und annehmen dessen, was sich in der Berührung zeigt, statt anatomische Punkte abzuhaken, den Prozess geschehen lassen.

Dabei half mir die eigene Entwicklung, die ich in der Shiatsu-Ausbildung durchmachte. Unbewusst war ich wohl bereit, diese zu machen. Trotzdem war gerade Level 1 schwierig für mich. Nach einem Jahr fragte ich mich, ob ich aussteigen sollte. An dem Punkt kam meine Gradlinigkeit ins Spiel:

Was ich anfangs, beende ich auch. Und gleichzeitig lernte ich viele Werkzeuge kennen und bekam die nötige Begleitung, um den Weg weiter zu gehen. Dafür bin ich sehr dankbar.



## Der Praxisalltag

Die Arbeit als Physiotherapeutin unterscheidet sich in einigen Punkten von der Arbeit als Shiatsu-Therapeutin. Nach der Shiatsu-Ausbildung habe ich eine Weile beides parallel gemacht, war angestellt als Physiotherapeutin und gab daneben Shiatsu. Bis ich mich dann entschied, ganz auf Shiatsu zu setzen. Nun bin ich selbstständig in eigener Praxis tätig, obwohl es nie ein Ziel von mir war, selbstständig zu arbeiten. Ich bin dankbar für die Übergangszeit mit der Teilselbstständigkeit. Für mich war diese Zeit wichtig, um anzukommen im Leben als Shiatsu-Therapeutin.

Wer in der Physiotherapie anfängt, kommt in eine fix vorgegebene Struktur. Die Dauer der Behandlung ist definiert, ebenso der Tarif für die Leistungen. Das hat Vorteile, aber eben auch Nachteile.

„Die Shiatsu-Ausbildung hat mein Wissen erweitert. Statt anatomische Punkte abzuhaken, liess ich mich auf die Berührungsqualität ein. Weg von der Strukturvorstellung, hin zum Fühlen und Wahrnehmen. Damit wurde meine Arbeit als Therapeutin ganzheitlicher, tiefer und umfassender.“

Yvonne Schmid  
Shiatsu- und Physiotherapeutin



Die Fälle in der Physiotherapie werden immer komplexer. Grundsätzlich gäbe es dafür zusätzliche Abrechnungsmöglichkeiten. In ambulanten Behandlungen werden diese aber kaum bewilligt. Wenn jemand mit mehr Zeitbedarf in die Therapie kommt, kann man den Bedürfnissen dieser Person nicht gerecht werden. Andererseits verlangt beispielsweise die begrenzte Anzahl der Behandlungen, die Effizienz stetig zu hinterfragen. Man reflektiert die Therapieführung, den Ablauf und die eigene Leistung.

Im Shiatsu geht es entspannter zu. Für mich und für die KlientInnen. Ein Shiatsu-Termin darf eine Stunde dauern, ausnahmsweise auch mal länger. Für mich reduziert sich damit der Stress, den ich aus dem Physio-Alltag kenne, enorm. Ich brauchte eine Weile, um aus dem klar getakteten Halbstunden-Rhythmus herauszuwachsen und diesen Raum für mich als Therapeutin einzunehmen. Nun genieße ich das, denn mein Arbeitsalltag ist viel entspannter.

Auch die Ausrichtung ist eine andere. Ich fokussiere mich gerne auf die Ressourcen eines Menschen, nicht auf die Schmerzen, nicht auf das, was gerade nicht geht. In der Physiotherapie muss ich die halbe Stunde Therapie so effizient wie möglich nutzen. Da passiert es schnell, dass man nur über Probleme spricht. Dabei ist es hilfreich, den Blick in eine andere Richtung zu lenken. Vielleicht geht diese Bewegung nicht, dafür ist anderes möglich. Das ist eine Qualität, welche Shiatsu bietet.

Mein schulmedizinischer Hintergrund spricht gewisse KlientInnen an. Sie sehen meinen Ausbildungsweg und möchten deshalb zu mir. Sie sind dadurch von Anfang an entspannt und vertrauen mir. Die KlientInnen können sich vertrauensvoll einlassen, was sich wiederum positiv auf die Shiatsu-Behandlung auswirkt. Und die Menschen kommen freiwillig zu mir, das setzt eine andere Haltung voraus als die Verschreibung von Physiotherapie durch einen Arzt oder eine Ärztin. Da kann ein forcierender Unterton mitschwingen, der nicht motivierend wirkt. KlientInnen kommen dann in die Physio, weil sie sie verschrieben bekommen.

„Damit schliesst sich für mich der Kreis. Die Physiotherapie war mein Startpunkt und wurde durch Shiatsu perfekt ergänzt.“

Einer Shiatsu-Therapie hingegen liegt immer ein persönlicher Entscheid zugrunde: „Ich will etwas für mich tun, ich will meine Situation beeinflussen“. Die Selbstwirksamkeit unterstützt die Motivation, Übungen werden zuhause ausprobiert, neue Erfahrungen entstehen. Ich bin vom positiven Effekt dieser Grundlage überzeugt.

## Ein Beispiel

Die optimale Verbindung von Physio und Shiatsu erkläre ich hier an einem Beispiel. Dafür komme ich auf das Thema Schulter zurück. Wenn Beschwerden in der Schulter bestehen, hilft mir das Shiatsu-Wissen zu verstehen, wofür das Schultergelenk steht, was damit verbunden ist und wie die Schulter im gesamten System eingebettet ist. Gleichzeitig hilft das Physio-Wissen bei Mobilisation und Dehnungen, weil ich mir das Schultergelenk anatomisch genau vorstellen kann. Ich bin überzeugt, dass ich mit diesem ganzheitlichen Wissen viel bewirken kann.

Damit schliesst sich für mich der Kreis. Die Physiotherapie war mein Startpunkt und wurde durch Shiatsu perfekt ergänzt. Beides prägt meinen Praxisalltag und meinen Kontakt mit KlientInnen. So arbeite ich ganzheitlich, bin in meinem Beruf glücklich und führe ein Leben, das zu mir passt.

Wir bedanken uns bei Yvonne für das Interview und wünschen ihr weiterhin viel Erfüllung bei ihrer Arbeit. Wer mehr über Yvonne Schmid und ihre Praxis erfahren möchte, findet sie hier: [www.shiatsu-rfe.ch](http://www.shiatsu-rfe.ch)

Das Interview hat Anita geführt. Auch an sie ein Dankeschön für Text und Bildmaterial. Wenn Anita auch für dich schreiben darf, dann kannst du sie wie folgt erreichen: [www.storied.ch](http://www.storied.ch)