

Physiotherapie und Aquatische Körperarbeit

Diplomarbeit von Careen van Son

Physiotherapie und Aquatische Körperarbeit: eine Zusatzausbildung ? eine Ergänzung ? überhaupt physiotherapeutisch nutzbar ?

In der Physiotherapie beschäftigen wir uns vor allem mit den körperlichen Situationen unserer Patienten. Dass eine eingreifende körperliche Veränderung auch einen Einfluss auf ihre seelische Verfassung hat, ist uns allen klar. Es ist uns jedoch nicht möglich, während der physiotherapeutischen Behandlung umfassend darauf einzugehen, obwohl es uns ganz klar ist, dass das Eine nicht ohne das Andere geht. In der Wasserausbildung beschäftigen wir uns sehr mit dem Aspekt: Körper - Geist - Seele als eine Einheit. Ändert sich auf der körperlichen Ebene etwas, so ändert sich auch unsere geistige und seelische Verfassung. Watsu + Wata (Wassertanzen, dabei wird der Partner immer wieder in freie Bewegung unter Wasser gebracht) sind körper-therapeutische Behandlungen, welche dem Menschen über seinen Körper Zugang zu seinen geistigen und seelischen Ebenen verschafft, um dort „den geheimen Wünschen“ auf die Spur zu kommen.

Physiotherapie ist Körperarbeit. Wir berühren den Patienten mit unseren Hände, setzen so Berührungsreize. Haut und Gehirn sind sehr eng miteinander verbunden, sind sie doch aus den gleichen Urzellen, aus dem Ektoderm, entstanden ! Jede Berührung löst sofort geistige Reaktionen aus. Wir nehmen uns wahr durch die Taktile Stimulation, durch die "Reibung" an unserer Umwelt. Im Geist entsteht auf diese Weise ein Spiegelbild des Körpers und seine Bewegung und löst die Steuerung unserer Tätigkeiten aus. Ohne taktile Stimulation, das heisst ohne Berührung oder Bewegung könnte unser Geist sich kein Bild von sich formen und würde deprivieren. Traumata (körperliche und seelische) oder z.B. Stress können Bewegungslosigkeit oder einer Schonungshaltung verursachen. Durch das Trauma wurde das Körpergefüge verändert sowie die Empfindung, die Wahrnehmung des Körpers. Die Schmerzempfindungen und seine mentale Reaktionen darauf verändern die Körperchemie und das Körpergefüge.

Während der Arbeit im Wasser umhülle ich den Körper mit einer ständigen angenehm warmen (Wasser)Berührung. Durch die Bewegung allein schon entstehen dauernde taktile Stimuli am ganzen Körper durch die Strömungen und Wirbel des Wassers. Dazu kommt die Tiefenempfindung, welche die Lageveränderungen und Bewegungen des Körpers registriert. Durch den Auftrieb des Wassers und das Wegfallen der Schwerkraft wird der monosynaptische Reflexbogen der Muskelspindel weniger aktiviert wodurch eine Entspannung der gesamten quergestreiften Muskulatur stattfindet. Diese Reflexbogen benötigen wir sonst für einen Haltetonus der Muskulatur gegen die Schwerkraft.

Die veränderte Wahrnehmung seines Körpers während der Körperarbeit, verändert auch seine Empfindungen und geistigen Reaktionen. Rückenschmerzen verursachen oft neben körperlichen Symptomen auch das Gefühl von Unwohlsein, nicht arbeiten mögen, Hilfe benötigen. Fragen sie ihren Patienten, warum er Rückenschmerzen hat, wird er sich vielleicht an einen Unfall erinnern. Fragen sie, warum er nicht zur Arbeit gehen mag, ist es oft schwierig, darauf eine klare Antwort zu bekommen, da die Gründe einem selber oft nicht klar sind. Im Unbewussten weiss man das jedoch sehr wohl und man kann dort vielleicht eine Lösung für seine Probleme erkennen.

Watsu bietet mir als Physiotherapeutin einerseits die Möglichkeit, auf körperlicher Ebene (unter gezielten physiotherapeutischen Aspekten) mit dem Patienten zu arbeiten, andererseits ihm eine Türe zu öffnen, sich selber in seinem Gesundungsprozess zu unterstützen.

In der Watsu- Ausbildung lernen wir auch mit der emotionalen Seite dieses Prozesses umzugehen und unterstützend zu wirken oder zu erkennen, ob weitere psychotherapeutische Begleitung sinnvoll wäre.