

Erschienen in raum&zeit Nr. 165, Mai / Juni 2010

www.raum-und-zeit.de

FÜR EINE FREIE GESUNDHEITSKULTUR

Der Dachverband Freie Gesundheitsberufe ist eine Interessenvertretung von freien Anbietern im Bereich Lebensberatung und Gesundheitsförderung. Hier haben sich Verbände zusammengeschlossen, die seit 30 Jahren Methoden zu einer ganzheitlichen Gesundheit entwickeln, lehren und praktizieren. Gemeinsamer Bezugspunkt der Mitgliedsverbände ist ein ganzheitliches Gesundheitsverständnis; die Freien Gesundheitsberufe vertreten solche Gesundheitsberater, die den Leib, die Seele und den Geist des Menschen ansprechen und heilsam beeinflussen.



Die Vorstände der Mitgliedsverbände

Salutogenese

Der besondere Fokus der Freien Gesundheitsberufe richtet sich auf die Gesundheit des Menschen, statt auf seine Krankheiten.

Neben den Vorreitern der humanistischen Psychologie gelten Abraham Maslow und vor allem Aaron Antonovsky als Begründer für diesen Perspektivenwechsel „Weg von der Krankheit - hin zur Gesundheit“.

Sie interessieren sich für solche Fragen:

Wie schaffen es Menschen, gesund zu bleiben?

Wie gelingt es ihnen, Belastungen im Leben zu bewältigen?

Wie finden Menschen die Aufgaben in ihrem Leben, die sie gerne tun und die Ihrem Leben Sinn verleihen?

Wie erhalten Menschen Gesundheit in ihrer sozialen und dinglichen Umwelt?

In dem Präventionskonzept der Salutogenese hat Antonovsky allgemein menschliche Bedingungen beschrieben, die zur Entwicklung von Gesundheit und Wohlbefinden beitragen. Dazu gehören ganz zentral das Erleben von Selbstbestimmung und Selbstwirksamkeit, das Erleben von Verbundenheit und Zugehörigkeit und das Erleben von Verstehbarkeit und Sinnhaftigkeit.

Die Freien Gesundheitsberufe verfolgen das Ziel, diese salutogenetische Konzeption in der Praxis weiter zu entwickeln und zu konkretisieren, sie im Bewusstsein unserer Gesellschaft und Kultur zu verbreiten und in der praktischen Gesundheitsbildung für Einzelne und für Gruppen verfügbar zu machen.

Auch der freie Gesundheitsmarkt spiegelt dieses neue Bewusstsein und trägt ihm Rechnung. So nimmt es nicht Wunder, dass eine Vielfalt von Angeboten, die Glück und Gesundheit, Wachstum und Erleuchtung versprechen, den Markt überschwemmen: diese reichen von Astrologie bis Yoga über Atemschulung, Aura Soma, Ayurveda, Bioenergetik, Familienaufstellung, Feldenkrais, Geistheilen, Kinesiologie, Kunsttherapie, mediale Lebensberatung, Musiktherapie, Reiki und viele, viele mehr.

Merkmale dieser Angebote sind u.a., dass sie sich oft auf traditionelles und ethnomedizinisches Wissen östlicher wie westlicher Kulturen berufen. Sie

berücksichtigen die Einheit von Leib, Seele und Geist und dementsprechend werden sowohl leibliche als auch weltanschaulich sinnstiftende und spirituelle Aspekte in die gesundheitsfördernde Arbeit mit Menschen integriert.

Qualität in der Gesundheitsbildung

Bei einer schier unüberschaubaren Vielzahl an Gesundheitsangeboten ist für den Klienten oder Verbraucher eine Orientierung oft schwierig. Angesichts dieser Vielzahl von Angeboten auf dem Gesundheits- und Wellnessmarkt (die bisweilen monetären oder Selbstzwecken mehr dienen als der Gesundheitsentwicklung des Klienten), sehen die FG eine wichtige Aufgabe in einer auch für den Verbraucher transparenten Qualitätsentwicklung gesundheitsförderlicher Angebote auf dem freien Markt.

So haben die Mitgliedsverbände der FG Qualitätsrichtlinien und Ethikrichtlinien entwickelt, die von den Verbänden in ihren Ausbildungen und Selbstverpflichtungen umgesetzt werden. Diese Richtlinien enthalten Standards zur beruflichen Qualifizierung, zu fachlicher Kompetenz und Verantwortung gegenüber dem Klienten. Gleichzeitig arbeiten die Verbände der FG in einem kontinuierlichen Qualitätsprozess an einem Qualitätskonzept, das methodenübergreifend Kriterien für Qualität in der Gesundheitsförderung beschreibt:

„Qualitas“ meint in seiner ursprünglichen Bedeutung die eigenschaftliche Beschreibung von Zuständen. Interessant dabei ist, dass Qualität per se wertfrei ist; Qualität ist weder gut noch schlecht. Qualität beschreibt WIE etwas ist. Erst bezogen auf ein WOZU erhalten wir Information darüber, ob die wahrgenommenen Eigenschaften dem entsprechen, das wir erreichen wollen. So fungiert die qualitative Beschreibung von Zuständen als ein sensibler Wahrnehmungsparameter; er gibt uns Orientierung über Stimmigkeiten und Unstimmigkeiten zwischen Ist-Zustand und Zielvorstellungen, zwischen unserem Denken, Fühlen, Handeln usw..

Diese phänomenologische Perspektive erfordert eine vorurteilsfreie Wahrnehmung, sowie ein kritisches und interaktives Überprüfen von Gewohnheiten, Überzeugungen und Werten.

Das Instrument der eigenschaftlichen (qualitativen) Beschreibung von Zuständen in lebendigen Prozessen eignet sich, um die verschiedensten Zustandsebenen (der Ziele,

Gefühle, Handlungen, Interaktionen, Arbeitsstile, Werte uvm.) bewusst zu machen und zu nutzen für das, was erreicht werden soll.

Ein solches phänomenologisches Qualitätsinstrument kann unabhängig von der jeweiligen Methode angewandt werden in der Arbeit mit Klienten; es dient dazu, die Selbstwahrnehmung zu verfeinern und zu üben und eine selbstbestimmte Selbstverwirklichung anzuregen.

Dem Anbieter von Gesundheitsberatung dient dieses Instrument zur selbstkritischen Prüfung, ob das, was er tut, förderlich für das Anliegen des Klienten ist.

Im Dialog miteinander (mit Klienten, mit Kollegen und anderen) prüfen wir unsere Wahrnehmungen intersubjektiv, klären unsere Motivationen, stimmen Bedürfnisse und Ziele, ebenso wie unser Handeln miteinander und aufeinander ab.

Ein höherer Grad an Zufriedenheit, an Stimmigkeit und Verbundenheit kann so erzeugt werden.

Ganzheitliches Menschenbild

Eine wesentliche Gemeinsamkeit der Mitgliedsverbände ist ihr ganzheitlicher Entwicklungs- und Gesundheitsbegriff, der sowohl körperliche, seelische, geistige und soziale, als auch spirituelle und ökologische Aspekte des Menschen anerkennt, thematisiert und integriert.

Hierin folgen die Freien Gesundheitsberufe der Gesundheitscharta der Weltgesundheitsorganisation (WHO, Ottawa, 1986):

"Gesundheitsförderung unterstützt die Entwicklung von Persönlichkeit und sozialen Fähigkeiten durch Information, gesundheitsbezogene Bildung sowie die Verbesserung sozialer Kompetenzen und lebenspraktischer Fertigkeiten. Sie will dadurch den Menschen helfen, mehr Einfluss auf ihre eigene Gesundheit und ihre Lebenswelt auszuüben. Ziel dieser Bemühungen soll ein Wandel der Einstellungen und der Organisationsformen sein, die eine Orientierung auf die Bedürfnisse des Menschen als ganzheitliche Persönlichkeit ermöglichen."

Welche Konsequenzen ergeben sich daraus für eine ganzheitliche Gesundheitspraxis? Es gibt Unterschiede: Eine Kunsttherapeutin kann schöne Bilder malen lassen und dazu handwerkliche und künstlerische Techniken vermitteln.

Sie kann auch den Gestaltungsprozess in Beziehung setzen zum Ausdrucksverhalten und Erleben des Gestaltenden, zu dem, was erreicht werden will, zur Lebenssituation, zu den Wirkungen, die das gestaltende Ausdrucksverhalten hat und zu den Analogien, die sich im Bild wie im Leben zeigen.

Ein Yogalehrer kann ein sportives Übungssystem vermitteln.

Er kann auch mentale Konzentrationshilfen geben, die Körperwahrnehmung und die Gestaltung des Atems lenken, auf Spannung und Entspannung aufmerksam machen, Anleitungen für die Ausführung der Übung geben, bewusst machen wo Energie fließt und welche Chakren aktiviert werden, welche Asanas welche psycho-mentalen Wirkungen entfalten uvm.

Egal, welche Zugangsebene (somatische, psychische, mentale, soziale, spirituelle) menschlicher Erfahrung eine Gesundheitsmethode fokussiert, so scheint entscheidend für eine ganzheitliche Integration zu sein, dass Erfahrungen auf verschiedenen Ebenen des Erlebens verknüpft werden: mit den Sinnen, den Emotionen, der Gedankenwelt, mit Lebenserfahrungen, mit den lebensweltlichen Kontexten u.v.m.

Für ein ganzheitliches Handeln formulieren wir die Leitfrage: Wie kann ein Gesundheitsberater so intervenieren, dass in hohem Grade stimmige Wechselwirkungen und Resonanzen im Erleben entstehen?

Diese Leitfrage steht als qualitatives Bindeglied für die vielfältigen Methoden, die wir in den Freien Gesundheitsberufen zusammen führen. Jeder Gesundheitspraktiker, egal in welcher Methode er ausgebildet ist - sei es Atemarbeit, Bewegungsarbeit, Muskelarbeit, psychomentale Arbeit, kreative Gestaltungsarbeit oder spirituelle Praxis – kann diese Frage anwenden, um immer wieder die Stimmigkeit des eigenen Handelns nach innen wie nach außen zu prüfen und auszubilden. Resonanz auf sein Handeln erfährt er in sich selbst und durch die Feedbacks seiner Klienten und Klientinnen ebenso wie aus seiner umgebenden Welt.

Gesundheit ist ein Politikum, das jeden angeht

Die Gesundheitsreformen der letzten Jahre haben uns vor allem eines gebracht: immer höhere Kosten und immer weniger Leistung, geschweige denn mehr Gesundheit. Die immer fataler anmutenden gesundheitspolitischen „Verbesserungen des

Gesundheitssystem“ in den letzten Jahre haben viele Menschen zu der Einsicht geführt, dass es an der Zeit ist, unser höchstes persönliches Gut – unsere Gesundheit – selbst in die Hand zu nehmen. Untersuchungen belegen, dass 75% der deutschen Bevölkerung schon jetzt komplementärmedizinische Gesundheitsmethoden für sich in Anspruch nehmen. Unter den VerbraucherInnen besteht eine hohe Nachfrage nach ganzheitlichen Gesundheitsmethoden.

Das Bedürfnis nach selbstverantwortlicher Gesundheitsgestaltung ist auch Ziel der Freien Gesundheitsberufe:

Deswegen bewahren sich die Freien Gesundheitsberufe ihre Unabhängigkeit von politischem Lobbyismus und gesetzlicher Reglementierung. Selbstorganisation, Selbstreflexion und Selbstkontrolle sowie gemeinsam geschaffene Visionen sind die Mittel, mit denen die Freien Gesundheitsberufe eine gleichberechtigte, kostengünstige, mitmenschliche und ganzheitliche Gesundheitskultur fördern.

Damit stärken die Freien Gesundheitsberufe Gesundheitsverantwortung und Kompetenzen bei den beruflich Tätigen ebenso wie Vertrauen und Sicherheit bei denen, die als Klientinnen und Klienten Begleitung und Hilfe in Anspruch nehmen.

„Gesundheit wird von den Menschen in ihrer alltäglichen Umwelt geschaffen und gelebt, dort, wo sie spielen, lernen, arbeiten und lieben. Gesundheit entsteht dadurch, dass man sich um sich selbst und für andere sorgt, dass man in der Lage ist, selbst Entscheidungen zu fällen und Kontrolle über die eigenen Lebensumstände auszuüben sowie dadurch, dass die Gesellschaft in der man lebt Bedingungen herstellt, die allen Bürgern Gesundheit ermöglichen.“ (Ottawa Charta 1996)

Informationen zum Verband und zur Mitgliedschaft, Veröffentlichungen und Aktivitäten finden Sie unter www.freie-gesundheitsberufe.de

Birgit Naphausen M.A.

Psychologin, Kunsttherapeutin, Dozentin für Kunsttherapie

Mitglied im Leitungsteam des A.K.T.-Forum für analytische und klinische Kunsttherapie

Vorstandsmitglied der Freien Gesundheitsberufe