

# «Keine Wunderheiler, auch wenn die Wirkung wundersam erfreulich ist»

Thomas Good betreibt in Sargans eine Shiatsu-Praxis. Er ist einer der Ersten, die den geschützten Titel «Komplementärtherapeut mit eidgenössischem Diplom» erlangt haben.

Seit 1996 werden die Methoden der Komplementärtherapie zunehmend durch Zusatzversicherungen der Krankenkassen übernommen. Ab 2002 entwickelten 30 in einem Dachverband zusammengeschlossene Berufsverbände ein gemeinsames Leitbild. Anschliessend erfolgt ein Berufsbildungsprozess. Aus diesem geht hervor, dass zwei Berufe gestaltet werden sollen, und zwar in den Bereichen Komplementärtherapie sowie Alternative Medizin. Es wird eine Initiative «Ja zur Komplementärmedizin» lanciert. Am 17. Mai 2009 stimmt das Volk dem neuen Verfassungsartikel zur Komplementärmedizin zu. Damit sind Bund und Kantone verpflichtet, dass die Komplementärmedizin im Gesundheitssystem berücksichtigt und integriert wird. Das zuständige Staatssekretariat hat eine höhere Fachprüfung für Komplementärtherapeuten genehmigt, Thomas Good gehört zu den Ersten, die dieses eidgenössische Diplom erlangt haben.



Hat als einer der ersten das neue Diplom erlangt: Thomas Good, der Shiatsu in Sargans praktiziert.

Bild: Jerry Gadiant

## mit Thomas Good sprach Jerry Gadiant

**Herr Good, Sie sind einer der ersten Komplementärtherapeuten mit eidgenössischem Diplom. Weshalb hat es dieses Diplom nicht schon früher gegeben?**

**THOMAS GOOD:** Vor einem Jahr hat der Bund die Prüfungsordnung zur Höheren Fachprüfung (HFP) für Komplementärtherapeutinnen und Komplementärtherapeuten nach einem über 15-jährigen Prozess genehmigt. Durch die Schaffung des geschützten Titels «Komplementärtherapeut/in mit eidgenössischem Diplom» hat die Komplementärtherapie in der Schweiz einen in ganz Europa einmaligen Status errungen. Zusammen mit der ebenfalls genehmigten Prüfungsordnung für Naturheilpraktiker(innen) ist damit eine Kernforderung zum Verfassungsartikel 118a Komplementärmedizin (Volksabstimmung 2007), nämlich die Schaffung von nationalen Diplomen für die nichtärztlichen Berufe der Komplementärmedizin, erfüllt.

**Was für Voraussetzungen müssen erfüllt sein, um das Diplom zu erlangen?**

Praktizierende müssen über einen Abschluss in einer anerkannten Methode (Grundausbildung drei bis vier Jahre) und mindestens zwei Jahre Berufspraxis nachweisen können. Über ein sogenanntes Gleichwertigkeitsverfahren können Therapeuten das Branchenzertifikat erwerben, welches eine Zulassungsbedingung zur Höheren Fachprüfung (HFP) ist. Die erste Höhere Fachprüfung hat im Mai stattgefunden, eine weitere ist letzte Woche durchgeführt worden. Ich freue mich, dass ich an diesen Fachprüfungen als Experte tätig sein durfte.

**Was steckt hinter dem Begriff Komplementärtherapie?**

Unter dem Begriff Komplementärtherapie sind verschiedene Methoden zusammengefasst, die in der Schweiz einen wichtigen Beitrag zur Gesundheitsversorgung leisten. Zurzeit haben folgende Methoden das Anerkennungsverfahren erfolgreich abgeschlossen: Akupressur-Therapie, Akupunkturmassage-Therapie, Alexander-Technik, Atemtherapie, Ayurveda-Therapie, Craniosacral-Therapie, Eutonie, Heileurythmie, Kinesiologie, Reflexo-

nentherapie, Polarity, Rebalancing, Shiatsu, Strukturelle Integration, Yoga-Therapie.

**Was ist diesen Therapien gemeinsam?**

Die Methoden der Komplementärtherapie wurden aufgrund von vielfältigem Erfahrungswissen über die Entstehung von Gesundheit und Krankheit entwickelt. Dieses Wissen ist seit Jahrhunderten oder sogar Jahrtausenden überliefert und wird mit neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen verknüpft. Alle komplementärtherapeutischen Methoden nehmen den Körper, dessen Ausdruck und dessen Erleben zum Ausgangspunkt und unterstützen die Stärkung der Selbstregulation und die damit verbundenen Genesungsprozesse. Über die methodenspezifischen Mittel Berührung, Bewegung, Atem und Energie, in Verbindung mit Anleitung und Gespräch, fördern die Fachpersonen ganzheitlich die Genesung von Menschen mit Beschwerden und Erkrankungen oder in der Rehabilitation.

«Wir stärken das 'Gesunde' und begegnen so konstruktiv dem 'Kranken'.»

**Wie ist das Verhältnis von Komplementärtherapie zur Schulmedizin?**

Ich persönlich habe grosse Achtung vor dem Engagement, der Fachkompetenz und den ungemeinen Möglichkeiten der Schulmedizin. Während die Schulmedizin ihr Augenmerk hauptsächlich auf das Intervenieren gegen Krankheiten legt, stärkt die Komplementärtherapie die Selbstregulierungskräfte und die Genesungskompetenz ihrer Klienten. Das neue eidgenössische Diplom sichert ein einheitliches Ausbildungsniveau und garantiert eine hohe Behandlungsqualität. Auf dieser Grundlage erhoffe ich mir eine verantwortungsvolle und gute Zusammenarbeit mit den schulmedizinischen Fachkräften.

**Kann Komplementärtherapie die Schulmedizin in gewissen Bereichen ersetzen?**

Nein! Das kann und will die Komplementärtherapie nicht. Wir erachten unsere Arbeit nicht als Alternative oder gar als Konkurrenz zur Schulmedizin, sondern klar als wertvolle Ergänzung, in welcher der Klient durch unsere Unterstützung zu seiner Gesundwerdung und Gesunderhaltung beitragen kann. Unser Augenmerk liegt auf den Ressourcen unserer Klienten und weniger auf deren Defiziten. Mein persönlicher Leitsatz ist: Wir stärken 'das Gesunde', um so konstruktiv 'dem Kranken' begegnen zu können.

**Können Krankenkassen für Behandlungen in der Komplementärtherapie auf?**

Klientinnen und Klienten, die über eine Zusatzversicherung verfügen, können unsere Leistungen nebst Selbstbehalt über diese Versicherung abrechnen. Eine Abklärung bei der Versicherung ist im Voraus unbedingt ratsam, da die einzelnen Versicherer unterschiedliche Modalitäten haben.

**Braucht es eine ärztliche Zuweisung für Komplementärtherapie?**

Nein. Klientinnen und Klienten können sich ohne ärztliche Zuweisung anmelden.

**Sie selbst arbeiten mit der Methode Shiatsu. Wie sind Sie dazu gekommen?**

Ich habe die Wirksamkeit und Nachhaltigkeit von komplementären Therapien in persönlichen Krisensituationen erfahren dürfen. Prägend für mich war aber vor allem die Sterbebegleitung meines Bruders. Ich habe in dieser Begleitung entdeckt, dass man 'mit den Händen reden' kann. Die Kommunikation über die Berührung war viel einfacher und intensiver als das verbale Gespräch. Zudem habe ich damals die Bedeutung der Salutogenese entdeckt, welche Krankes nicht zu eliminieren versucht, sondern Gesundes stärkt. Mit diesen tief berührenden Erfahrungen habe ich mich auf die Suche gemacht nach einer Methode, in der ich das «Gespräch mit den Händen» professionalisieren konnte und habe mit Shiatsu genau das gefunden.

**Was versteht man unter der Methode Shiatsu?**

Shiatsu ist eine aus Japan stammende Therapieform, die den Energiefluss im Körper ausgleicht und die natürlichen Selbstregulierungskräfte anregt. In der fernöstlichen Erfahrungsmedizin verwurzelt, verbindet Shiatsu Wissen der chinesischen Medizin mit westlichen Konzepten der Gesundheitsförderung.

**Wie wird Shiatsu praktiziert?**

In meinem Shiatsu liegt die Klientin oder der Klient in bequemer Kleidung auf einer Liege. Mit entspannten, tiefgehenden Berührungen sowie Dehnungs- und Rotationsbewegungen stimmiere ich die Lebensenergien so, dass sie harmonisch fliessen und in ihr natürliches Gleichgewicht finden. Shiatsu berührt achtsam und tief und verfeinert die Selbstwahrnehmung und Selbstverantwortung des Menschen. Die Begegnungen in einer Shiatsu-Behandlung sind getragen von Respekt und Wertschätzung. Die Berührung wird so zur vertrauensvollen tiefen

«Für Menschen in allen Lebensumständen.»

Kommunikation. Der Mensch wird in seiner Ganzheit aus Körper, Geist und Seele betrachtet.

**Für wen und bei welchen Beschwerden eignet sich Shiatsu besonders?**

Shiatsu eignet sich für Menschen in allen Lebensumständen und in jedem Alter, auch für Kinder. Shiatsu wirkt bei chronischen und akuten körperlichen Beschwerden, bei seelischen Belastungen, Stress, Lebenskrisen und Traumata. Ausserdem kann Shiatsu die Genesung nach Krankheit oder Unfall unterstützen, sowie der allgemeinen Förderung der Gesundheit und der Entwicklung des persönlichen Potenzials dienen.

**Bei welchen Symptomen ist denn beispielsweise Shiatsu angezeigt?**

Zum Beispiel bei Kopfschmerzen, Migräne, Nacken-, Rücken- oder Schulterschmerzen, Schlafstörungen, Nervosität, Unruhe, Magendarmbeschwerden, Burn-out, Depression, Ängsten, Essstörungen, Menstruations- und Wechseljahrsbeschwerden, und so weiter.

**Was unterscheidet denn nun einen Komplementärtherapeuten vom basisgeschulten Shiatsu-Praktiker?**

Als Komplementärtherapeut ist Shiatsu meine angewandte Methode, mit welcher ich körperzentriert mit den Klienten arbeite. Nebst dieser Arbeit geht es aber darum, die Klientinnen und Klienten professionell in ihrem Genesungsprozess zu begleiten. Dabei beachten wir besonders die Stärkung der vorhandenen Ressourcen und binden die Klienten interaktiv in das Geschehen ein. Oder anders ausgedrückt: In der Komplementärtherapie sind die Klienten aktive Mitgestaltende, welche über eine gestärkte Selbstwahrnehmung mehr und mehr auf ihre Gesundheit positiven Einfluss nehmen können.

**Viele Leute sind gegenüber alternativer Medizin skeptisch und/oder lehnen diese als nicht wirksam ab. Was sagen Sie dazu?**

Der Begriff «Komplementärmedizin» beinhaltet die Komplementärtherapie und die Alternativmedizin. Naturheilpraktiker arbeiten alternativ zur Schulmedizin mit ihren zur Verfügung stehenden Mitteln (homöopathische Globuli, Akupunkturadeln, pflanzliche Heilmittel und so weiter). Komplementärtherapeuten arbeiten körper- und prozesszentriert, verstehen sich als Begleiter im Genesungsprozess, wenden keine invasiven Techniken an und geben keine Heilmittel ab. Weder Naturheilpraktiker noch Komplementärtherapeuten sind «Wunderheiler» obschon die Wirkung ihrer Arbeit immer wieder wundersam erfreulich sein kann. Aus meiner Sicht sind Unbehagen und Skepsis dann berechtigt, wenn Praktizierende Heilversprechen abgeben oder die Schulmedizin kategorisch ablehnen.

**Was bereitet Ihnen speziell Freude an Ihrer Tätigkeit?**

Über meine Körperarbeit nehmen sich viele Klientinnen und Klienten wieder viel bewusster wahr, und aus dieser neuen Erfahrung entsteht auch meist das Bedürfnis, die eigene Gesunderhaltung aktiv zu gestalten. Es ist für mich ein wunderbares Geschenk, die Freude am positiv veränderten Zustand teilen zu dürfen.

## Gsundheit Hof Ratell

**Thomas Good** war ursprünglich Reallehrer, bevor er sich 2001 Shiatsu zuwandte. 2006 schloss er an der Tao-Chi-Schule in Zürich mit dem Diplom Zen-Shiatsu-Praktiker ab, 2010 erwarb er das Branchendiplom als Komplementärtherapeut Methode Shiatsu, 2016 das eidgenössische Diplom HF als Komplementärtherapeut. Seit 2014 ist er Prüfungsexperte für die Höhere Fachprüfung. Er praktiziert in der historischen Liegenschaft Hof Ratell in Sargans, wo er die Gemeinschaftspraxis «Gsundheit Hof Ratell» leitet. In der Praxis wirken neben Good Sandra Perret-Dobler als Therapeutin für Blütenessenzen nach Dr. Bach und Gesundheitsberatung Hildgard v. Bingen, sowie Sandra Schneider-Good als APM-Therapeutin (Wirbelsäulen Basis Ausgleich).  
[www.good-shiatsu.ch](http://www.good-shiatsu.ch)