

Richtlinie

zum Erwerb der Qualifikation „Qualified Shiatsu Practitioner“

Nach einem Beschluss der
ÖDS-Generalversammlung vom 15.11.2019

Impressum

Aktualisierte Version: April 2024

Medieninhaber und Herausgeber:
Österreichischer Dachverband für Shiatsu
Siebensterngasse 42-44/12
1070 Wien
T: +43 1 481 07 37
M: +43 660 200 44 09
W: info@oeds.at

Die Inhalte dieses Dokuments sind urheberrechtlich geschützt. Es ist verboten, ohne vorherige Rücksprache mit dem Medieninhaber den Inhalt oder Teile daraus zu vervielfältigen, weiterzugeben, zu verändern oder zu veröffentlichen.

Inhalt

Präambel	5
1.1 Rechtlicher Hintergrund	5
1.2 ÖDS-Qualifikation	5
1.3 Ziel dieser Richtlinie	6
1. Über Shiatsu	7
1.1 Ursprung und Wesen von Shiatsu	7
1.2 Durchführung und Wirkung von Shiatsu	7
1.3 Abgrenzung zu medizinischen und anderen Tätigkeiten reglementierter Gesundheitsberufe	9
2. Qualifikation: Qualified Shiatsu Practitioner	10
2.1 Qualifikationsbeschreibung	10
2.2 Qualifikationsstandard	13
2.3 Qualifikationserwerb.....	24
2.3.1 Ausbildung an einer Certified School	24
2.3.2 Ausbildung an einer nicht vom ÖDS akkreditierten Einrichtung	25
3. Ausbildung	27
3.1 ÖDS-Curriculum	27
3.2 Prüfungen und Nachweise	33
4. Lehrgangsleitung und unterrichtendes Personal	35
4.1 Lehrgangsleitung	35
4.2 Unterrichtendes Personal	35
4.2.1 Qualified Teacher	35
4.2.3 Qualified Senior Teacher	37
5. Abschlussprüfung	39
5.1 Prüfungsablauf	39
5.1.1 Praktische Prüfung	39
5.1.2 Fachgespräch	40
5.2 Prüfungskommission und Bewertung	41
5.2.1 Hauptprüfer*innen.....	41
5.2.2 Prüfungsbeisitzer*innen	42
5.2.3 Bewertung	42
5.3 Ausstellung des Qualifikationsnachweises	43
6. Glossar	44
7. Kultureller und zeitlicher Bezugsrahmen	48

Präambel

Der **Österreichische Dachverband für Shiatsu** (ÖDS, www.oeds.at) wurde 1993 gegründet, u.a. mit den Zielen, die Etablierung von Shiatsu als eigenständig anerkannte berufliche Tätigkeit voranzutreiben und Standards für eine qualitativ hochwertige Ausbildung für Shiatsu-Praktiker*innen zu definieren.

1.1 Rechtlicher Hintergrund

Im Jahr 2003 wurde Shiatsu erstmalig in die vom Wirtschaftsministerium herausgegebene „Verordnung über die Zugangsvoraussetzungen für das reglementierte Gewerbe der Massage“ (BGBl. II Nr. 68/2003 idgF)¹ als „ganzheitlich in sich geschlossenes System“ aufgenommen. „Ganzheitlich in sich geschlossen“ bedeutet, dass Shiatsu als eine von anderen Massage-Arten getrennte, eigenständige Methodik zu betrachten ist.

Mit Aufnahme in diese Verordnung wurde Shiatsu nicht nur formal als eigenständige berufliche Tätigkeit anerkannt. Der Gesetzgeber schreibt seither auch vor, dass für die gewerbliche (d.h. unternehmerisch-selbstständige) Ausübung von Shiatsu ein **Befähigungsnachweis** zu erbringen ist. In Anlage 3 der Verordnung legt er ein Ausbildungsprofil (d.h. Ausbildungsinhalte und Mindeststundenausmaße) fest, dessen „erfolgreiche Absolvierung“ (§ 2) für die Erlangung des Befähigungsnachweises erforderlich ist. Nicht explizit definiert ist, auf welche Weise die erfolgreiche Absolvierung nachgewiesen wird, d.h. es gibt keine gesetzlich normierte Abschlussprüfung.

1.2 ÖDS-Qualifikation

Um österreichweit einen einheitlichen Standard hinsichtlich Ausbildung und Abschlussprüfung zu gewährleisten, hat der ÖDS die Qualifikation **Qualified Shiatsu Practitioner (QSP)** entwickelt: Der Erwerb dieser Qualifikation sieht eine verpflichtend zu absolvierende **Ausbildung** vor, deren Curriculum das Ausbildungsprofil der Massage-Verordnung einschließt, darüber hinaus aber auch noch weitere Inhalte umfasst. Weiters hat der ÖDS auch eine **Abschlussprüfung** definiert, die alle Ausbildungsabsolvent*innen durchlaufen müssen, um das QSP-Diplom zu erhalten.

Mit dem QSP-Diplom wird der **Befähigungsnachweis** erbracht, der für die selbstständige Ausübung von Shiatsu erforderlich ist. Es kann aber auch von Personen erworben werden, die Shiatsu in einem unselbstständigen Dienstverhältnis ausüben und mit dem Abschluss einen **Kompetenznachweis** erbringen möchten.

¹) Vgl. <https://www.ris.bka.gv.at/GeltendeFassung.wxe?Abfrage=Bundesnormen&Gesetzesnummer=20002472> (abgerufen am 15.05.2019).

1.3 Ziel dieser Richtlinie

Diese Richtlinie umfasst alle vom ÖDS definierten Vorgaben, die sowohl für die **Ausbildung** als auch für die **Abschlussprüfung** zum Qualified Shiatsu Practitioner gelten. Sie richtet sich einerseits an **Interessent*innen**, die das QSP-Diplom erwerben möchten, andererseits an **Shiatsu-Schulen/-Ausbildungseinrichtungen**, die diese Qualifizierung anbieten möchten.

Ziel dieser Richtlinie ist es, einen **einheitlichen Standard** für die QSP-Qualifizierung zu etablieren und die **Qualitätssicherung** für die Vergabe dieser Qualifikation zu gewährleisten.

1. Über Shiatsu

1.1 Ursprung und Wesen von Shiatsu

Shiatsu hat sich zu Beginn des 20. Jahrhunderts in Japan aus der traditionellen japanischen Massage entwickelt und wurde 1964 vom japanischen Gesundheits- und Wohlfahrtsministerium als eigenständige Behandlungsmethode anerkannt. Shiatsu, wie es in Europa praktiziert wird, geht auf diese japanische Massage zurück, wurde aber auch von der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) sowie von westlichen Behandlungsmethoden, die sich ebenfalls an einer ganzheitlichen Betrachtung des Menschen orientieren, beeinflusst.

Shiatsu basiert auf dem weltanschaulichen Verständnis, dass alle Prozesse einer **dynamischen Ordnung**, d.h. eines Zusammenspiels von sichtbaren und unsichtbaren Elementen, unterliegen. Dieses Verständnis lässt sich am besten mit der zeitlichen Organisation physiologischer Prozesse in lebenden Organismen und ihrer Anpassung an äußere Umstände vergleichen, wie sie von der Chronobiologie*² beschrieben werden. Es wohnt auch den Lehren von **Yin und Yang*** und den **Fünf Wandlungsphasen*** (oder Fünf Elementen) inne, an denen sich Shiatsu wie auch die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) orientiert. Diese Lehren beschreiben die Polarität der Kräfte, die auf ein System einwirken (z.B. bewahrende und verändernde, aufsteigende und absenkende Kräfte) und es auf diese Weise zu jedem Zeitpunkt dynamisch bestimmen. Damit lässt sich der gegenseitig bedingende und ergänzende, regelhafte Ablauf von Entstehung, Entfaltung, Etablierung, Verfall und Auflösung erfassen – ein Kreislauf, der nach traditionell fernöstlicher Betrachtungsweise jedem System immanent ist und der auch die Grundlage jeder Shiatsu-Behandlung bildet.

In Shiatsu wird der Mensch in seiner Ganzheitlichkeit* als untrennbare **Einheit von Körper, Seele und Geist** verstanden. Seine Gesundheit und sein Wohlbefinden werden als Zustand dynamischer Ausgewogenheit der verschiedenen Körpersysteme gesehen. In diesem Fall spricht man von Harmonie* und meint damit ein gleichmäßiges Fließen und eine ausgeglichene Verteilung von Energie* (japanisch Ki, chinesisch Qi) in den Meridianen* (Energieleitbahnen) und im gesamten Organismus. Diese Harmonie ist das **Ziel von Shiatsu**: der Ausgleich dysbalancierter Körpersysteme (Disharmonie*) und die Aktivierung der vitalen Lebensfunktionen, die Harmonisierung des Energieflusses und die Stärkung der Integration von Körper, Seele und Geist.

1.2 Durchführung und Wirkung von Shiatsu

Shiatsu ist eine Form der **manuellen, ganzheitlichen Körperarbeit**. Es wird vorwiegend am Boden (Matte, Futon) im direkten Hautkontakt oder durch indirekte Berührung (bekleidet) durch **Druck** auf Meridiane und Tsubos* (spezielle Punkte) angewendet, um diese zu stimulieren und den Fluss der

²) Zentrale Begriff des Shiatsu, die bei ihrer erstmaligen Erwähnung in diesem Kapitel bzw. im ÖDS-Curriculum (vgl. 3.1) mit * versehen sind, werden im Glossar erläutert.

Energie* zu fördern. Wörtlich übersetzt heißt Shiatsu zwar „Fingerdruck“ (vom Japanischen „Shi“ – Finger und „atsu“ – Druck), der Druck wird aber nicht nur mit den Fingern, sondern auch mit den Händen, den Handballen, den Ellbogen, Knien und Füßen ausgeübt. Dehnungen und Rotationen ergänzen die ganzheitliche Behandlung. Je nach Verfassung des/der Behandelten variieren dabei die Stärke und Intensität der Drucktechnik, die Dauer sowie auch die Art der Stimulation. Shiatsu-Techniken unterscheiden sich von allen anderen Massagetechniken, es werden in der Anwendung auch keine Hilfsmittel eingesetzt.

Shiatsu stimuliert das vegetative Nervensystem (vorwiegend über den Parasympathikus) und hat damit eine ausgleichende (beruhigende oder belebende) Wirkung auf verschiedene Funktionen, etwa auf die Herzfrequenz, die Atmung, die Verdauung, den Schlaf, den Muskeltonus etc. Auf diese Weise werden Beruhigung und Entspannung wie auch Aktivierung ermöglicht, welche die **Selbstheilungskräfte** von Körper, Seele und Geist (als komplexes, wechselseitig abhängiges System) anregen und zur Wiederherstellung, Förderung und Aufrechterhaltung des energetischen Gleichgewichts (der inneren Balance und Ausgeglichenheit) führen. Shiatsu wirkt insbesondere prophylaktisch und gleicht energetische Disharmonien (Befindlichkeitsstörungen) aus, noch bevor diese sich als Erkrankung manifestieren. Shiatsu wird daher primär an **gesunden Menschen** ausgeübt, zur Stärkung der Gesundheit und des Wohlbefindens sowie zur Vorbeugung von Erkrankungen³.

Shiatsu dient in Rücksprache mit den jeweiligen BehandlerInnen aber auch als komplementäre bzw. alternative Methode der **Therapiebegleitung** (z.B. Psychotherapie, Physiotherapie oder medizinischen Behandlungen) sowie zur **Regeneration und Rehabilitation** nach Unfällen oder Krankheiten⁴. Bei bestimmten Formen von Schmerzen kann Shiatsu nach Abklärung der Ursache Abhilfe schaffen.

Shiatsu fördert Körperbewusstsein und Achtsamkeit. Nach der Einnahme von starken Medikamenten, Alkohol, Drogen oder bei Zuständen geistiger Verwirrung des*der Kund*in ist Shiatsu kontraindiziert. Besondere Umstände des*der Kund*in, wie z.B. Schwangerschaft, Diabetes, Krampfadern, psychiatrische Behandlungen etc., sind von professionellen Shiatsu-Praktiker*innen besonders zu berücksichtigen und die angewandte Shiatsu-Form ist entsprechend anzupassen. Voraussetzung dafür ist die Zusammenarbeit mit und/oder die Weiterweisung an medizinische Spezialist*innen und Therapeut*innen.

³) Im Verständnis des Gesundheitsministeriums ist Shiatsu eine reglementierte Gewerbetätigkeit mit Gesundheitsbezug, die eine „Schnittstelle zur menschlichen Gesundheit aufweist bzw. direkt Tätigkeiten am Menschen durchführt“ (Vgl. Vortrag von Frau Dr. Susanne Weiss: [http://bmg.gv.at/cms/home/attachments/6/2/6/CH1305/CMS1324542760317/117. amts-aerztliche_fortbildungsveranstaltung_6.12.1011_praesentation_weiss.pdf](http://bmg.gv.at/cms/home/attachments/6/2/6/CH1305/CMS1324542760317/117._amts-aerztliche_fortbildungsveranstaltung_6.12.1011_praesentation_weiss.pdf)) (abgerufen am 03.07.2019).

⁴) Im Verständnis des Gesundheitsministeriums wird Shiatsu als Methode betrachtet, die komplementär/alternativ zur Schulmedizin angewandt wird. Vgl. https://www.sozialministerium.at/site/Gesundheit/Medizin_und_Berufe/Medizin/Komplementaer_Alternativmedizin/Komplementaer_Alternativmedizin (abgerufen am 03.07.2019).

1.3 Abgrenzung zu medizinischen und anderen Tätigkeiten reglementierter Gesundheitsberufe

Shiatsu grenzt sich von **medizinischen** und **anderen Tätigkeiten reglementierter Gesundheitsberufe** ab und hat weder die Behandlung von Erkrankungen noch die Behandlung von kranken Menschen zum Ziel. Das Ziel von Shiatsu ist vielmehr, Menschen in ihrer Gesamtheit zu behandeln, sie in ihrem gesunden Potenzial zu unterstützen sowie ihre selbstregulierenden Kräfte möglichst positiv und nachhaltig zu beeinflussen.

Sollten zu behandelnde Personen unter Erkrankungen leiden, ist es die Aufgabe und das Selbstverständnis von Shiatsu-Praktiker*innen durch Verweis an Spezialist*innen bzw. Rückfrage bei Behandler*innen abzuklären, ob eine Kontraindikation für Shiatsu vorliegen könnte bzw. welche besonderen Umstände für die Behandlung zu beachten sind.

2. Qualifikation: Qualified Shiatsu Practitioner

2.1 Qualifikationsbeschreibung

Qualified Shiatsu Practitioner üben mittels bestimmter Drucktechniken eine spezifische Form der manuellen, ganzheitlichen Körperarbeit aus, mit dem Ziel, die Selbstheilungskräfte des Organismus zu aktivieren und Wohlbefinden zu steigern.

Die Arbeit als Shiatsu-Praktiker*in setzt eine **umfassende Ausbildung** voraus. Diese erstreckt sich über einen Mindestzeitraum von drei Jahren, in denen theoretische und praktische Lernphasen alternieren. Die Ausbildung dient der Vermittlung und Vertiefung der Fachkenntnisse und praktischen Fertigkeiten, vor allem aber auch der Entwicklung der nötigen persönlichen Reife sowie der erforderlichen Einstellung und Offenheit für die Arbeit mit und am Menschen. Die Ausbildung legt zudem den Grundstein für die eigenständige und eigenverantwortliche Ausübung von Shiatsu im Rahmen einer selbstständigen Tätigkeit.

Mit der erfolgreichen Absolvierung der **Abschlussprüfung** wird dem*der Shiatsu-Praktiker*in bestätigt, dass er*sie unter Anwendung **fortgeschrittener Kenntnisse** seines Fachbereiches sowie aus weiteren relevanten Bereichen (u.a. rechtliche und unternehmerische Kenntnisse) in der Lage ist, in allen Situationen (auch in herausfordernden und unvorhersehbaren) seines*ihres beruflichen Kontextes **selbstständig** (auch im Sinne von unternehmerisch-selbstständig) und **letztverantwortlich** seine*ihre Tätigkeiten auf **sehr hohem professionellem Niveau** auszuführen. Konkret ist er dabei in der Lage, im Rahmen der Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung seiner*ihrer Arbeitsaufgaben

- die für eine erfolgreiche Shiatsu-Behandlung erforderlichen räumlichen, hygienebedingten, klient*innenbezogenen, aufgabenorientierten sowie persönlichen/inneren Voraussetzungen zu schaffen,
- die körperliche und psychische/seelische Verfassung des*der Klient*in am Beginn einer Shiatsu-Behandlung systematisch und selbstständig durch ein strukturiertes Gespräch sowie durch Shiatsu-spezifische Befundungstechniken auf Basis fernöstlicher Gesundheitslehren zu analysieren, energetisch einzuschätzen und vorliegende Disharmoniemuster zu erfassen sowie letztverantwortlich zu entscheiden, ob Shiatsu zur Anwendung kommen kann oder ob zuvor noch andere Abklärungsschritte notwendig sind (z.B. ärztlicher/medizinischer Natur),
- die am Beginn einer Behandlung analysierten Disharmoniemuster zielorientiert zu bewerten, zu ordnen sowie zu einem energetischen Gesamtbild zusammenzufügen, daraus abgeleitet ein analyse- und klient*innenbezogenes Behandlungskonzept zu erstellen und letztverantwortlich die auf den*die Klient*in abgestimmte Shiatsu-Behandlung zu planen, ihm*ihr gegenüber nachvollziehbar zu erörtern und zu begründen sowie gegebenenfalls anzupassen (inkl. etwaiger Ausschlussgründe, Kontraindikationen etc.),

- spezifische Shiatsu-Behandlungstechniken unter Berücksichtigung ihrer Wirkungsweisen fachgerecht und zielgerichtet sowie in Auswahl und Intensität abgestimmt auf das Behandlungskonzept und die Bedürfnisse des*der Klient*in anzuwenden,
- den Einsatz Shiatsu-ergänzender Techniken wie Moxibustion, Schröpfen und Gua Sha sowie Laser-Stimulation von Tsubos zur besseren/effektiveren Erreichung der Behandlungsziele auf Basis der energetischen Analyse zu bewerten und bei positiver Einschätzung fachgerecht anzuwenden,
- im Laufe der Shiatsu-Behandlung(sserie) verbale und nonverbale Reaktionen sowie Veränderungen beim Klienten/bei der Klientin zu erspüren/zu erfassen, die Behandlung an diese situativ und zielbezogen anzupassen, in Folge mit dem*der Klient*in zu erörtern und daraus allfällige Anpassungen für das Behandlungskonzept abzuleiten bzw. umzusetzen,
- im Rahmen der Shiatsu-Behandlung Anzeichen aufkeimender kritischer Situationen rasch und richtig zu deuten und rechtzeitig Ausgleichsmaßnahmen zu Abmilderung bzw. Verhinderung eines Ausbruchs zu setzen sowie im Ernstfall den*die Klient*in professionell zu unterstützen,
- das Gesundheitsbewusstsein und die Gesundheitskompetenz des*der Klient*in durch Stärkung seiner*ihrer Selbstwahrnehmung, Empfehlung Shiatsu-spezifischer Übungen sowie ziel- und klientenorientierte Gespräche im Zuge der Nachbereitung einer Shiatsu-Behandlung zu fördern und mit ihm*ihr Maßnahmen zu erörtern, um positiv erfahrene Veränderungen der Behandlung nachhaltig und selbstkompetent im Alltag zu verankern bzw. Resilienz zu fördern,
- Shiatsu-Behandlungen kritisch zu reflektieren und nachvollziehbar zu dokumentieren, um daraus Rückschlüsse für den weiteren Behandlungsverlauf ableiten, mit dem*der Klient*in erörtern und gegebenenfalls das Behandlungskonzept anpassen zu können,
- neue Erkenntnisse aus der für Shiatsu relevanten Forschung durch die Lektüre von Fachunterlagen, den Besuch von relevanten Veranstaltungen sowie durch den Austausch mit Fachleuten auch anderer Disziplinen selbstständig zu eruieren, zu bewerten sowie im Hinblick auf deren Verwertbarkeit im Rahmen der eigenen Tätigkeit kritisch zu hinterfragen und gegebenenfalls in der Praxis zu implementieren,
- sein*ihr berufliches Handeln im Rahmen von Shiatsu-Behandlungen im Sinne der Sicherung der Qualität seiner*ihrer Arbeit kritisch zu reflektieren, entsprechende Rückschlüsse zu ziehen und sich bei Bedarf Unterstützung zu holen (z.B. durch Super- und Intervision, Mentoring),
- seine*ihre persönliche Verfassung im Rahmen seiner*ihrer Tätigkeit zur Sicherung der Qualität seiner*ihrer Arbeit zu reflektieren, das eigene Gleichgewicht zu pflegen bzw. bei körperlicher/see-lischer Überlastung entsprechende Ausgleichsmaßnahmen zu setzen bzw. sich bei Bedarf Unterstützung zu holen, sowie
- auf Basis betriebswirtschaftlicher/kaufmännischer Entscheidungen sowie unter Einhaltung sämtlicher rechtlicher Bestimmungen eine Shiatsu-Praxis zu eröffnen und diese vorausschauend sowie nach berufs-ethischen Grundsätzen zu führen.

Zur Ausübung dieser Tätigkeiten sind neben einem **tiefgehenden Theoriewissen** und **fundierte[n] praktischen Fertigkeiten** eine Reihe von **personalen und sozialen Kompetenzen** unerlässlich. Erst durch diese Kompetenzen, deren Entwicklung und Förderung die Ausbildungsdauer von mindestens drei Jahren wesentlich bedingt, ist eine spezifische „Shiatsu-Begegnung“ möglich.

Zu diesen personalen und sozialen Kompetenzen zählen in erster Linie

- eine **wertschätzende und empathische Grundhaltung**, die im Umgang mit dem*der Klient*in unumgänglich ist, um ihm*ihr offen und wertfrei zu begegnen,
- ein hohes Maß an **Achtsamkeit** gegenüber dem*der Klient*in, d.h. die eigenen Absichten, Motive und Wünsche zurückzustellen und die Aufmerksamkeit ungeteilt auf den*die Shiatsu-Empfangende*n zu richten;
- eine verfeinerte **Wahrnehmungsfähigkeit und Aufmerksamkeit**, um den Menschen in seiner energetischen Gesamtheit zu erfassen und einzuschätzen,
- eine ausgeprägte **kommunikative Kompetenz**, die es QSP ermöglicht, auf den*die Klient*in sowie auf seine*ihre spezifischen Umstände bzw. Erwartungen einzugehen.

Shiatsu-Praktiker*innen beachten in ihrer Arbeit die **rechtlich relevanten Grundlagen** und sind in der Lage, ihren Kompetenzumfang von medizinischen Tätigkeiten sowie von Tätigkeiten anderer regulierter Gesundheitsberufe abzugrenzen. Im Rahmen ihrer **unternehmerischen Tätigkeit** als EPU führen Shiatsu-Praktiker*innen ihre Arbeit, die auch unvorhersehbare Herausforderungen umfassen kann, **eigenverantwortlich** aus.

2.2 Qualifikationsstandard

Der*die QSP ist in der Lage, selbstständig und letztverantwortlich...	Unter Anwendung fortgeschrittener Kenntnisse seines Fachbereiches sowie aus weiteren relevanten Bereichen kann der QSP...
Kernkompetenzen	
<p>– die für eine erfolgreiche Shiatsu-Behandlung erforderlichen räumlichen, hygienebedingten, klient*innenbezogenen, aufgabenorientierten sowie persönlichen/inneren Voraussetzungen zu schaffen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Die Vorbereitungen für eine im Sinne des*der Klient*in und des*der Shiatsu-Praktiker*in erfolgreiche Shiatsu-Behandlung betreffen die Räumlichkeiten, den*die Klient*in und den*die Shiatsu-Praktiker*in selbst. - In Hinblick auf die Räumlichkeiten geht es darum, die Arbeitsumgebung für die Shiatsu-Behandlung vorzubereiten (z.B. für Frischluft sorgen, Raum uneinsichtig machen, für angenehme Temperatur sorgen, Hygienemaßnahmen gemäß den Ausübungsregeln treffen) und individuell nach den Wünschen und Bedürfnissen des*der Klient*in (soweit bekannt) zu gestalten (z.B. Licht, Musik, Duft), um eine sichere und (in weiteren Sitzungen) vertraute Wohlfühl-Atmosphäre zu schaffen. Zudem ist das für die Shiatsu-Behandlung erforderliche Equipment (z.B. Matte, Kissen, Body Cushion für Personen mit Lage- und Bewegungsproblemen, aber auch z.B. Schröpf- und Moxibustionsutensilien, Laser) mit Bedacht auf den*die Klient*in (z.B. ältere Person, Kind, übergewichtige Person, Schwangere) und mögliche, sich aus dem Behandlungsablauf ergebende Anforderungen auszuwählen und vorzubereiten. - In Hinblick auf den*die Klient*in geht es darum, ihn*sie durch klientenorientierte Gesprächsführung und Beratung auf die Shiatsu-Sitzung vorzubereiten. Handelt es sich um eine erste Sitzung, ist es notwendig, die Erwartungen und Zielsetzungen des*der Klient*in zu erfassen, etwaige „falsche“ Vorstellungen und Erwartungen zu korrigieren (z.B. ein Missverständnis von Shiatsu als medizinische Behandlungsmethode oder über die Notwendigkeit medizinischer Abklärung/Behandlung aufklären), die Durchführung der energetischen Analyse/Einschätzung, die Erstellung eines Behandlungskonzepts und den Ablauf einer Shiatsu-Behandlung zu erläutern. - Handelt es sich um eine Folgesitzung, so ist es für den*die Shiatsu-Praktiker*in erforderlich, vergangene Behandlungen (z.B. unter Zuhilfenahme von Protokollen) zu reflektieren und daraus Rückschlüsse für die kommende Sitzung abzuleiten, die mit dem (verbalen) Feedback des*der Klient*in abgeglichen werden und eventuell zu Änderungen im Behandlungsplan führen können. Der*die Shiatsu-Praktiker*in hat dabei gleichermaßen auf nonverbale Änderungen (z.B. Änderungen in der Körperhaltung, im Atemmuster oder in den Spannungsmustern) auf Seiten des*der Klient*in zu achten und diese zu berücksichtigen. - In Hinblick auf sich selbst ist es für den*die Shiatsu-Praktiker*in notwendig, sich emotional und mental auf die kommende Sitzung einzustellen und zu zentrieren (Konzentrations- und Meditationstechniken),

	<p>um Neutralität, Achtsamkeit und Empathie zu steigern und damit möglichst offen zu sein für die non-verbale Signale des*der Klient*in.</p>
<p>– die körperliche und psychische/seelische Verfassung des*der Klient*in am Beginn einer Shiatsu-Behandlung systematisch und selbstständig durch ein strukturiertes Gespräch sowie durch Shiatsu-spezifische Befundungstechniken auf Basis fernöstlicher Gesundheitslehren zu analysieren, energetisch einzuschätzen und vorliegende Disharmoniemuster zu erfassen sowie letztverantwortlich zu entscheiden, ob Shiatsu zur Anwendung kommen kann oder ob zuvor noch andere Abklärungsschritte notwendig sind (z.B. ärztlicher/medizinischer Natur).</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Die Analyse der körperlichen und psychischen/seelischen Verfassung des*der Klient*in, die am Beginn einer Shiatsu Behandlung steht, beruht auf fortgeschrittenen und vertieften Kenntnissen und Fertigkeiten fernöstlicher Gesundheitslehren, Befundungstechniken und Disharmoniemustern (auf Basis von Yin & Yang, Wandlungsphasen, Organen und Substanzen), die sowohl die Basis von Shiatsu als auch von traditioneller chinesischer Medizin (TCM) bilden. - Dazu ist anzumerken, dass die TCM in ihrem grundlegenden Verständnis nicht den westlichen Konzepten von „gesund“ und „krank“ folgt, sondern von Disharmoniemustern spricht, die – westlich betrachtet – nicht zwangsläufig Krankheit bedeuten, sondern durchaus auch in den Begriff von Befindlichkeitsstörungen fallen, d.h. Einschränkungen des körperlichen oder seelischen Wohlbefindens, die keinen medizinischen Krankheitswert haben. Darüber hinaus hat die Erfassung von Disharmoniemustern auch prophylaktischen (gesundheitsvorsorgenden) Charakter, denn ihr Ausgleich zielt darauf ab, dass sich weder Befindlichkeitsstörungen noch Störungen des körperlichen oder seelischen Wohlbefindens mit Krankheitswert entwickeln. Das bedeutet, dass sich die diagnostischen Verfahren des Shiatsu und jene der TCM, wie sie auch im Rahmen der entsprechenden Österreichischen Ärztekammer-Diplome angewendet werden, in ihrem Kern nicht unterscheiden. Dennoch, und darauf ist von Seiten des*der Shiatsu-Praktiker*in sorgfältig zu achten, unterscheidet sich die „Klientel“ von Shiatsu-Praktiker*innen und TCM-Ärzt*innen (Kund*innen bei Shiatsu-Praktiker*innen und Patient*innen bei Ärzt*innen), denn während letztere kranke Menschen behandeln und die diagnostischen Verfahren der TCM zur Behandlung von Krankheiten einsetzen, geht es Shiatsu-Praktiker*innen um Gesundheitsvorsorge, energetischen Ausgleich bei bestehenden Disharmoniemustern, die keinen Krankheitswert besitzen, oder auch Begleitung und Unterstützung von Personen, die in ärztlicher Behandlung stehen, nach ärztlicher/therapeutischer Anweisung (z.B. auch verbunden mit Behandlungseinschränkungen). - Die energetische Einschätzung als konkrete Analyse der körperlichen und psychischen/seelischen Verfassung, die traditionell insbesondere mit Begriffen von Qi (Ki), Fülle und Leere, Kyo und Jitsu bezeichnet wird, beginnt schon mit dem ersten Eindruck und erfolgt durch die vier traditionellen Untersuchungsmethoden: Beobachten (chinesisch: Wang Zhen, japanisch: Bo Shin), Hören und Riechen (chinesisch: Wen Zhen, japanisch: Bun Shin), Befragung (chinesisch: Wen Zhen, japanisch: Mon Shin) und Tasten (chinesisch: Qie Zhen, japanisch: Setsu Shin). - Ausgehend vom Allgemeineindruck (Gesichtsfarbe, Augen, Lippen, Haltung, Gang etc., aber auch Stimme, Atemgeräusche, eventuell Körper- und Mundgeruch) konzentriert sich die weitere Erhebung der Verfassung des*der Klient*in auf die Befragung, die sich auf Befindlichkeiten, (chronische) Erkrankungen (Befunde), die Einnahme von Medikamenten, Operationen, Allergien, Sucht, therapeutische Behandlungen, Lebensgewohnheiten und private und berufliche Lebensumstände (inkl. spezifischer Belastungen), Ausübung von Sport (Intensität und Belastungen), Kälte- und Wärmeempfinden, Schwitzen, Schlafverhalten und -probleme, Ess- und Trinkgewohnheiten, Verdauung, körperliche

	<p>Ausscheidungen, (bei Frauen) Menstruation und Menstruationsbeschwerden, Qualität und Lokalisation eventueller Schmerzen, Fragen zur Krankheitsgeschichte etc. beziehen.</p> <ul style="list-style-type: none"> - In einem nächsten Schritt kommen dann spezifische Untersuchungsmethoden zum Einsatz, um die energetische Verfassung des*der Klient*in vertieft zu erfassen. Dazu gehören Techniken wie Haradiagnostik, Rückendiagnostik, Zungendiagnostik, Meridiandiagnostik und/oder Pulsdiagnostik, aber auch generelle Tastbefunde (z.B. Gewebetonus, Fülle und Leere von Meridianen). - Alle aus der Analyse gewonnenen Ergebnisse (Hinweise, Zeichen) werden vom/von der QSP zunächst gesammelt und in einem weiteren Schritt reflektiert, nach bestimmten TCM-/Shiatsu-relevanten Kategorien (z.B. Organbezug, Substanzbezug, Wandlungsphasenbezug) geordnet und kritisch bewertet, wobei bestimmte Ergebnisse mitunter z.B. wegen (scheinbarer) Widersprüchlichkeit oder „Doppeldeutigkeit“ (bestimmte Befunde sind nicht eindeutig einem Disharmoniemuster zuzuordnen) noch in einem weiteren Schritt vertieft und „differentialdiagnostisch“ geklärt werden müssen, um zu einer vorläufigen Einordnung der vorliegenden Ergebnisse der Analyse zu einem oder mehreren Disharmoniemustern zu gelangen, das in dieser Phase aber noch keinen (konsistenten) Behandlungsplan widerspiegelt. - In dieser Phase der energetischen Befundung ist auch schon überblicksmäßig abzuwägen, ob z.B. eine abklärende Untersuchung durch eine*n Arzt*Ärztin oder eine Verweisung an/Unterstützung durch andere Berufsgruppen erforderlich/ratsam ist bzw. ob eine Behandlung durch den*die Shiatsu-Praktiker*in eventuell sogar kontraindiziert ist.
<ul style="list-style-type: none"> - die am Beginn einer Behandlung analysierten Disharmoniemuster zielorientiert zu bewerten, zu ordnen sowie zu einem energetischen Gesamtbild zusammenzufügen, daraus abgeleitet ein analyse- und klient/inn/enbezogenes Behandlungskonzept zu erstellen und letztverantwortlich die auf den*die Klient*in abgestimmte Shiatsu-Behandlung zu planen, ihm*ihr gegenüber nachvollziehbar zu erörtern und zu begründen sowie gegebenenfalls anzupassen (inkl. etwaiger Ausschlussgründe, Kontraindikationen etc.). 	<ul style="list-style-type: none"> - Das Konzept zur Durchführung einer Shiatsu-Behandlung basiert auf den Ergebnissen der Shiatsu-spezifischen Analyse und ihrer Zuordnung zu Disharmoniemustern (LE 2), die nun bewertet und zu einer umfassenden Einschätzung der körperlichen und psychischen/seelischen Verfassung des*der Klient*in zusammengefügt werden. - Unter Berücksichtigung der Zielsetzungen des*der Klient*in, mit denen er*sie den*die Shiatsu-Praktiker*in aufgesucht hat, werden primäre (im Vordergrund stehende, „überwiegende“) und sekundäre (weniger im Vordergrund stehende, im Moment weniger relevante) Disharmoniemuster zu einem Gesamtbild zusammengefügt, auf dem sein*ihr Behandlungskonzept beruht. Gegebenenfalls müssen an dieser Stelle nochmals vertiefende Abklärungen bzw. erweiterte Befundungen stattfinden, um eine fundierte Bewertung und Einordnung der Zeichen und Disharmoniemuster zu ermöglichen. - Zeigen sich mehrere, auf dem ersten Blick eventuell sogar widersprüchlich erscheinende Disharmoniemuster (z.B. gleichzeitiges Vorliegen von Leere- und Füllezeichen/-mustern), so muss ein differenzierter Behandlungsplan erstellt werden, da unterschiedliche Disharmoniemuster unterschiedliche, mitunter geradezu gegensätzliche Behandlungsansätze erfordern. Hier geht es um die (basierend auf der Befundung) Bewertung der vorliegenden Disharmoniemuster dahingehend, z.B. inwieweit ein Disharmoniemuster primär und ein anderes sekundär ist, oder ob ein Disharmoniemuster vorab ausgeglichen werden muss, um ein anderes behandeln zu können. Diese „Ordnung“ der Disharmoniemuster ist grundlegend für die Erstellung des Behandlungsplans/-konzepts.

- Die Unterscheidung in primäre und sekundäre Disharmoniemuster ist für das Behandlungskonzept von immanenter Bedeutung, da sich aus unterschiedlichen Disharmoniemustern auch unterschiedliche Behandlungstechniken und -strategien ableiten, z.B. eine zeitliche Reihenfolge in der Behandlung (beispielsweise zuerst Auffüllen/Tonisieren/Stärken und dann Verteilen/Bewegen/Sedieren/Zerstreuen oder eben umgekehrt) oder die Wahl der Techniken, wann und wo welche Technik eingesetzt werden soll (z.B. bewegende/mobilisierende/aktivierende/intermittierende... versus beruhigende/zentrierende/schützende/statische... Techniken oder Arbeit im Zentrum versus Arbeit in der Peripherie etc.). Eine falsche Ableitung und ein daraus resultierendes falsches Behandlungskonzept hat nicht nur keinen Erfolg, sondern kann mitunter sogar zu einer Verschlechterung der Befindlichkeit des*der Klient*in führen (dieser Aspekt ist dann insbesondere auch nochmals in der Durchführung der Shiatsu-Behandlung zu bedenken, denn hier bestätigt sich durch die Art der Reaktion des*der Klient*in auf die Behandlung das Behandlungskonzept oder stellt sich, im Gegenteil, als falsch oder unvollständig heraus).
- Hat der*die Shiatsu-Praktiker*in ein energetisches Gesamtbild erstellt, leitet der*die Shiatsu-Praktiker*in nochmals, vertieft auf Basis seines Theorie- und seines Erfahrungswissens mögliche Kontraindikationen ab und zieht nach entsprechender Reflexion und Einschätzung Schlüsse für den weiteren Behandlungsverlauf (wie z.B. auch Behandlungsablehnung oder Verweis zur Abklärung an beispielsweise medizinisches Fachpersonal), um seiner Verantwortung gegenüber dem*der Klient*in und seiner*ihrer Gesundheit gerecht zu werden.
- Sprechen keine Gründe gegen eine Shiatsu-Behandlung, erörtert der*die Shiatsu-Praktiker*in das von ihm*ihr gefundene Behandlungskonzept mit dem*der Klient*in, argumentiert sein*ihr Vorgehen, geht auf Bedenken, Fragen und eventuell besondere Wünsche oder individuelle Grenzen des*der Klient*in sorgfältig ein, um diese in seinem Behandlungskonzept zu berücksichtigen und seine*ihre Behandlung darauf abzustimmen und um Compliance zu fördern, d.h. die aktive Mitwirkung des*der Klient*in in der Behandlung.
- Sprechen bestimmte Gründe gegen eine Shiatsu-Behandlung (Ausschlussgründe, Kontraindikationen) oder sind solche durch Verweisungen an Fachexpert*innen erst noch abzuklären, ist es die Aufgabe des*der Shiatsu-Praktiker*in die vorliegenden Ausschlussgründe oder notwendigen Abklärungen und Verweisungen an Fachexpert*innen dem*der Klient*in zu erläutern und nachvollziehbar zu begründen.
- Wichtig im Gespräch mit dem*der Klient*in ist die Erläuterung in einer dem Klienten/ der Klientin verständlichen Sprache, weil Fachtermini des Shiatsu, wie z.B. Leere der Milz, Leber-Qi-Stagnation oder Hitze im Herzen, vom*von der Klient*in oftmals nicht nur nicht verstanden werden, sondern eventuell sogar zu Verunsicherungen bis hin zu Ängsten führen können. Verständliche Sprache bedeutet dabei das individuelle Abstellen der Erklärungen auf den Erfahrungshintergrund des*der Klient*in, idealerweise auf die vom*von der Klient*in beschriebenen Befindlichkeiten oder erhobenen energetischen (bzw. auch medizinischen) Befunde.

<p>– spezifische Shiatsu-Behandlungstechniken unter Berücksichtigung ihrer Wirkungsweisen fachgerecht und zielgerichtet sowie in Auswahl und Intensität abgestimmt auf das Behandlungskonzept und die Bedürfnisse des*der Klient*in anzuwenden.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Nach der Erläuterung des Behandlungskonzepts (LE 3) ist es die Aufgabe des*der QSP, den*die Klient*in in eine in Übereinstimmung mit dem Behandlungskonzept erforderliche Behandlungsposition (z.B. Seitenlage, Rückenlage, Bauchlage, Sitzposition) und Lagerung (z.B. Unterstützung durch Body Cushion, Entlastung durch Kissen, Nackenrolle, Knierolle etc.) zu bringen, in der sich der*die Klient*in sicher und wohl fühlt und die Behandlung bestmöglich durchgeführt werden kann. - An dieser Stelle ist es, insbesondere bei ersten Behandlungen, wichtig, dass der*die Shiatsu-Praktiker*in, um den*die Klient*in konkret auf die kommende Behandlung vorzubereiten, nochmals auf die Arbeitsweise des Shiatsu eingeht (z.B. Anwendung von Druck, Rotationen, aber auch Positionswechsel mit oder ohne Unterstützung des*der Klient*in, Atmung, offene und/oder geschlossene Augen), den*die Klient*in explizit auffordert/bestärkt, Wünsche offen zu äußern und Rückmeldungen möglichst unmittelbar zu geben, insbesondere wenn etwas unangenehm oder schmerzhaft ist, und nochmals nachfragt, ob etwas speziell zu beachten ist (z.B. Körperbereiche, die schmerzhaft sind, in der Bewegung eingeschränkt oder unangenehm in der Berührung). - Auf Seiten des*der Shiatsu-Praktiker*in ist für den Übergang zur konkreten körperlichen Behandlung eine (kurze) Phase der Zentrierung notwendig, um von der „mentalen“ Ebene des Gesprächs auf die von Neutralität und Achtsamkeit bestimmte „körperlich-emotionale Spür-Ebene“ der Berührung zu gelangen, die für die fachgerechte Anwendung der Behandlungstechniken von grundlegender Bedeutung ist (die Einschätzung/Abstimmung des anzuwendenden Drucks beruht auf der sensiblen Wahrnehmung der körperlichen Reaktionen des*der Klient*in in sowohl an der Stelle, auf die der Druck ausgeübt wird, als auch an korrespondierenden Körperstellen, die z.B. mit der „Mutter-Hand“ erfasst werden). - Der nächste Schritt ist die achtsame, schrittweise erfolgende körperliche Kontaktaufnahme des*der Shiatsu-Praktiker*in mit dem*der Klient*in, da in der körperlichen Behandlung nicht nur die „natürliche“ Distanz zwischen dem*der Klient*in und dem*der Shiatsu-Praktiker*in „überwunden“ wird (körperliche Berührung durch eine „fremde“ Person ist für viele Menschen nicht selbstverständlich und soll deswegen auf keinen Fall abrupt erfolgen, da dies zu einer den Behandlungszielen des Shiatsu konträren Reaktionen führen könnte), sondern auch durch die Arbeit am Boden (auf einer Matte, Futon) zudem eine Art „Hierarchie“ etabliert: der*die Klient*in auf der Matte „unten“, der*die Shiatsu-Praktiker*in „über“ ihm*ih. - Die Kontaktaufnahme erfolgt, um beim*bei der Klient*in den Aufbau von Vertrauen in die Behandlung sowie in den*die Shiatsu-Praktiker*in zu ermöglichen, zunächst durch einen „energetischen Erstkontakt“, wobei der*die Shiatsu-Praktiker*in durch körperliche Nähe (noch ohne direkte Berührung) in den „persönlichen Raum“ des*der Klient*in tritt. Danach (wenn der*die Shiatsu-Praktiker*in eine Reaktion des*der Klient*in, z.B. in der Atmung oder der Muskelspannung, wahrnimmt, aus der sich ableiten lässt, dass der*die Klient*in „dem Kontakt zustimmt“ und „zu weiterer Nähe einlädt“) erfolgt der direkte körperliche Kontakt durch sanfte, aber bestimmte Berührungstechniken durch den*die Shiatsu-Praktiker*in, eventuell zudem an der Peripherie beginnend.
---	--

	<ul style="list-style-type: none"> - Dem Behandlungskonzept folgend werden nun spezifische Shiatsu-Behandlungstechniken (u.a. Griff- und Drucktechniken, Rotationen, Zwei-Hand-Technik, Dehnungen, Tonisierung und Sedierung, Klopfen, rhythmische Arbeit, Haltetechniken, energetische und strukturelle Techniken) fachgerecht (d.h. durch Druckausübung mittels Daumen, Finger, Handballen, Ellbogen, Knien, Füßen bzw. durch Einsatz des eigenen Körpergewichtes oder jenes des*der Klient*in) an bestimmten Bereichen des Körpers des*der Klient*in eingesetzt (Meridiane, Tsubos (Akupunkturpunkte), Gelenke, Muskeln, Sehnen, Knochen, Faszien Haut). Die eingesetzten Behandlungstechniken werden – über die Anwendung des Behandlungskonzepts hinaus – an den*die Klient*in angepasst hinsichtlich z.B. Druckstärke, Drucktechnik, Dynamik und Lagemöglichkeit. - Während der Behandlung ist es für den*die Shiatsu-Praktiker*in von besonderer Bedeutung verbale und non-verbale Reaktionen des*der Klient*in zu erfassen und im Kontext des Behandlungskonzepts zu bewerten. Der*die Shiatsu-Praktiker*in unterscheidet bei den Reaktionen des*der Klient*in zwischen solchen, die das Konzept bestätigen (und damit keinerlei Veränderungen des Behandlungsplans nach sich ziehen), und solchen, die es notwendig machen, das Konzept abzuwandeln, in Frage zu stellen oder gänzlich zu verwerfen. Abwandlungen des Konzepts, wobei das Grundkonzept/die Grundausrichtung der Behandlung bestehen bleibt, können z.B. eine stärkere Betonung bestimmter Körperbereiche nach sich ziehen oder eine Anpassung der Druckstärke bzw. der Drucktechnik. Andere Reaktionen können das Behandlungskonzept völlig in Frage stellen, so dass unmittelbar, d.h. schon während der Behandlung, eine Anpassung der Behandlung und des Behandlungskonzepts (insbesondere unter Einbeziehung aller Ergebnisse aus den LE 2 und 3) an die neue Situation notwendig ist (vgl. LE 6). - Zudem ist es die Aufgabe des*der Shiatsu-Praktiker*in, den Verlauf der Behandlung entsprechend der vorhandenen Zeitressourcen zu strukturieren (von den einleitenden Schritten bis zur Einräumung einer Nachruhephase).
<ul style="list-style-type: none"> - den Einsatz Shiatsu-ergänzender Techniken wie Moxibustion, Schröpfen und Gua Sha sowie Laser-Stimulation von Tsubos zur besseren/effektiveren Erreichung der Behandlungsziele auf Basis der energetischen Analyse zu bewerten und bei positiver Einschätzung fachgerecht anzuwenden. 	<ul style="list-style-type: none"> - Ergänzend zu den Shiatsu-spezifischen Behandlungs- und Drucktechniken ist der*die Shiatsu-Praktiker*in in der Lage, fachkundig spezielle Anwendungen durchzuführen, wenn besondere Verfassungen bzw. Problemstellungen vorliegen, die mit den in LE 2 und LE 3 beschriebenen energetischen Befundungstechniken des Shiatsu erfasst werden. So wendet der*die Shiatsu-Praktiker*in Moxibustionstechniken (Erwärmung von Tsubos/Akupunkturpunkten und mitunter auch größeren Körperbereichen durch Verwendung von Moxazigarren, Moxakegel, Moxakasten, Moxaofen) bei „Kälteverfassungen“ an, wobei er*sie entsprechend der vorangegangenen energetischen Diagnostik besondere Sorgfalt auf die Auswahl der Körperbereiche bzw. Tsubos legt, weiters auf die Intensität der Anwendung, auf mögliche Kontraindikationen und eine korrekte, auf den*die Klient*in abgestimmte Dosierung, um mögliche Verletzungen und Missempfindungen zu vermeiden. - Schröpfstechniken und Gua Sha wendet der*die Shiatsu-Praktiker*in bei „Stagnation“ (auf Basis diagnostischer Befunde) an, um eine energetische Struktur (wieder) durchgängig zu machen. Beim Schröpfen verwendet er*sie Schröpfköpfe (der notwendige Unterdruck wird mit einer Pumpe oder durch

	<p>Feuer erzeugt), bei Gua Sha (wörtlich übersetzt: Kratzen oder Schaben) breite, flache Utensilien ähnlich einer chinesischen Suppenschale, wobei der*die Shiatsu-Praktiker*in jeweils sorgfältig auf die richtige, auf den*die Klient*in abgestimmte Dosierung achtet, um mögliche Verletzungen zu vermeiden, ebenso auf die genaue Einhaltung hygienischer Vorschriften, da bei diesen Anwendungen eine erhöhte Gefahr infektiöser Übertragungen besteht.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Der*die Shiatsu-Praktiker*in kann im Rahmen seiner*ihrer Behandlung für spezielle Zielsetzungen, z.B. Verstärkung der Wirkung eines Tsubos, ein Lasergerät einsetzen, wobei für die Anwendung im gewerblichen Bereich nur „schwache“ Laserstärken erlaubt sind und er*sie sorgfältig auf entsprechende Schutzmaßnahmen (z.B. Brillen, keine Spiegel im Behandlungsraum) achtet, ebenso auf eine auf den*die Klient*in und das Behandlungskonzept abgestimmte Dosierung.
<ul style="list-style-type: none"> - im Laufe der Shiatsu-Behandlung(sserie) verbale und nonverbale Reaktionen sowie Veränderungen beim Klienten/bei der Klientin zu erspüren/zu erfassen, die Behandlung an diese situativ und zielbezogen anzupassen, in Folge mit dem*der Klient*in zu erörtern und daraus allfällige Anpassungen für das Behandlungskonzept abzuleiten bzw. umzusetzen. 	<ul style="list-style-type: none"> - In jeder Shiatsu-Behandlung ist es notwendig, dass der*die Shiatsu-Praktiker*in sensibel verbale und non-verbale Reaktionen des*der Klient*in während der Behandlung und im Anschluss daran wahrnimmt (nonverbale Reaktionen während der Behandlung sowohl an der behandelten Stelle als auch an korrespondierenden Stellen/Körperbereichen, wie z.B. Spannungsänderungen, aber auch „systemische“ Veränderungen, wie z.B. Veränderungen im Atemmuster) und im Kontext des Behandlungskonzepts erfasst und bewertet. - Sind die Reaktionen „erwartungsgemäß“, d.h. kongruent mit den Erwartungen, die sich aus dem Behandlungskonzept ergeben (z.B. Entspannung, Beruhigung oder Aktivierung), so bestätigen sie das Behandlungskonzept und dessen Umsetzung. Zeigen sich dem*der Shiatsu-Praktiker*in kleinere Abweichungen von den Erwartungen, so nimmt dieser/diese geringfügige Anpassungen ad hoc innerhalb der aktuellen Sitzung vor, zugleich aber bestätigen die Reaktionen die grundlegende Behandlungsstrategie, die damit nur geringfügig adaptiert wird. Reagiert der Klient/die Klientin hingegen abweichend bis konträr (zu den Erwartungen) auf die Behandlung, so nimmt der*die Shiatsu-Praktiker*in eine unmittelbare Änderung im Behandlungsablauf vor, die sich dann meist auch im weiteren Behandlungskonzept niederschlägt, und entscheidet gegebenenfalls auch über einen Behandlungsabbruch. - Unerwartete Reaktionen auf eine Behandlung können z.B. durch fehlende (oder manchmal auch falsche) Informationen im energetischen Befundungsprozess, durch eine falsche Gewichtung gegensätzlicher Disharmoniemuster oder aber durch eine aktuelle (akute) Situation verursacht sein. Der QSP ist durch seine fortgeschrittenen Kenntnisse und Fertigkeiten in der Lage, die neuen Informationen im Kontext des Behandlungskonzepts zu reflektieren, sich rasch und flexibel auf die neue Situation einzustellen und die Behandlung entsprechend (d.h. mit einem für diese Behandlung angepasstem Konzept) weiterzuführen bzw. zu erkennen, ob in dieser Situation ein Behandlungsabbruch notwendig ist. - Anschließend an die Behandlung erörtert der*die Shiatsu-Praktiker*in seine*ihre Wahrnehmungen und Schlüsse mit dem*der Klient*in, sichert seine*ihre Überlegungen mit ergänzenden Informationen seitens des*der Klient*in ab (eventuell auch mit weiteren energetischen Befunden) und passt das generelle Behandlungskonzept, das er dem*der Klient*in in Folge erläutert, gegebenenfalls dem neuen Informationsstand an. Unter Umständen können bestimmte Reaktionen sogar zu einer Aussetzung der

	<p>Behandlungen (mit der Notwendigkeit z.B. einer medizinischen Abklärung) oder zur Feststellung führen, dass Shiatsu-Behandlungen kontraindiziert sind, wobei der*die Shiatsu-Praktiker*in eine solche Entscheidung dem*der Klient*in sachlich, einfühlsam und nachvollziehbar vermittelt.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Veränderungen beim*bei der Klient*in (wie z.B. Verbesserungen oder Verschlechterungen der Befindlichkeit, zusätzliche Belastungen und/oder zusätzliche Disharmoniemuster im Sinne des Shiatsu) können dem*der Shiatsu-Praktiker*in auch durch das in Behandlungsserien jeder Behandlung vorangehende Gespräch explizit oder implizit (in diesem Fall bedarf es einer weiteren Abklärung im Gespräch) mitgeteilt werden und erfordern gegebenenfalls ebenfalls Veränderungen/Anpassungen im Behandlungskonzept, die mit dem*der Klient*in erörtert und abgestimmt werden.
<ul style="list-style-type: none"> - im Rahmen der Shiatsu-Behandlung Anzeichen aufkeimender kritischer Situationen rasch und richtig zu deuten und rechtzeitig Ausgleichsmaßnahmen zu Abmilderung bzw. Verhinderung eines Ausbruchs zu setzen sowie im Ernstfall den*die Klient*in professionell zu unterstützen. 	<ul style="list-style-type: none"> - Der*die Shiatsu-Praktiker*in ist in der Lage, in der Behandlungssituation Anzeichen einer aufkommenden kritischen Situation (z.B. Hyperventilation, Panikattacke, Angstzustand, emotionaler Ausbruch) richtig zu deuten (z.B. leichtes Zittern im Mundbereich, zunehmende Spannung in den Händen bzw. am ganzen Körper) und schon im Vorfeld solcher Situationen entsprechende Maßnahmen zu setzen, um deren manifestes Auftreten zu verhindern bzw. abzumildern. Kommt es dennoch zu einer Manifestation, so kann der*die Shiatsu-Praktiker*in den*die Klient*in in dieser Situation durch seine*ihre spezifischen Kenntnisse und Fertigkeiten professionell unterstützen. - Die vom*von der Shiatsu-Praktiker*in ergriffenen Maßnahmen in einer Behandlungssituation betreffen eine auf die Situation angepasste Gesprächsführung, konkrete Maßnahmen (z.B. mit dem Ziel einer Verringerung der Sauerstoffaufnahme bei Hyperventilation) und auch ein entsprechendes generelles Verhalten (v.a. ruhig, sicherheitsvermittelnd, haltgebend), gegebenenfalls auch eine Behandlungsunterbrechung bzw. in besonderen Situationen sogar ein Behandlungsabbruch. Dazu kommen Shiatsuspezifische Maßnahmen, wie die Anpassung der Berührung (Qualität, Ort) an die Krisensituation oder auch die Anwendung bestimmter Tsubos (z.B. beruhigende Punkte, „Notfallpunkte“). Kommt es zu einer Notfallsituation, wie z.B. bei einem epileptischen Anfall, leistet der*die Shiatsu-Praktiker*in zudem Erste Hilfe und fordert professionelle Hilfe an. - Wichtig ist zudem, dass der*die Shiatsu-Praktiker*in das Aufkommen kritischer Situationen im Kontext des erstellten Behandlungskonzepts analysiert und bewertet sowie gegebenenfalls eine Anpassung des Behandlungskonzepts nach Erörterung und in Abstimmung mit dem*der Klient*in vornimmt.

<p>– das Gesundheitsbewusstsein und die Gesundheitskompetenz des*der Klient*in durch Stärkung seiner*ihrer Selbstwahrnehmung, Empfehlung Shiatsu-spezifischer Übungen sowie ziel- und klientenorientierte Gespräche im Zuge der Nachbereitung einer Shiatsu-Behandlung zu fördern und mit ihm*ihr Maßnahmen zu erörtern, um positiv erfahrene Veränderungen der Behandlung nachhaltig und selbstkompetent im Alltag zu verankern bzw. Resilienz zu fördern.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Im Anschluss an Shiatsu-Behandlungen machen Klient*innen oftmals die Erfahrung, dass die von ihnen positiv erfahrenen Veränderungen (z.B. leichtere und tiefere Atmung, aufrechte Haltung, größere Beweglichkeit, besserer/erholsamerer Schlaf, größere Gelassenheit) nicht anhaltend sind und der Organismus nach einer gewissen Zeit wieder in seine „gewohnte“ Funktionsweise (d.h. wie vor der Shiatsu-Sitzung) zurückkehrt. Um den Behandlungsergebnissen mehr Nachhaltigkeit zu verleihen, ist es die Aufgabe des*der Shiatsu-Praktiker*in, mit dem*der Klient*in auf dessen*deren Wunsch Maßnahmen zur Sicherung der erzielten Veränderungen zu erörtern. - Typische Empfehlungen an dieser Stelle sind Shiatsu- und TCM-spezifische Übungen (z.B. Makko-Ho-, Do-In-Übungen, Entspannungs-, Meditations- und Kontemplationstechniken), aber auch – unter Wahrung gesetzlicher Tätigkeitsgrenzen – Hinweise hinsichtlich Ernährung, Lebensgewohnheiten und Verhaltensweisen, Bewegung etc., gegebenenfalls auch die Empfehlung weiterer Unterstützung durch Spezialist*innen (z.B. Ernährungsberater*innen, Qi Gong-Lehrer*innen, Ärzte*Ärztinnen, Physiotherapeut*innen) in Anspruch zu nehmen, aber auch Literaturempfehlungen. - Wichtig bei diesen Empfehlungen und Anregungen ist nicht nur, dass diese bestmöglich auf die Stabilisierung der Veränderungen abgestimmt werden, sondern auch für den*die Klient*in (realistisch) umsetzbar sind, weshalb sie in einem partnerschaftlichen Dialog zwischen dem*der Shiatsu-Praktiker*in und dem*der Klient*in gesucht, entwickelt und in der Folge im Alltag des*der Klient*in auf ihre „Praxistauglichkeit“ überprüft werden. Sollten sich die Empfehlungen als nicht praxistauglich für den*die Klient*in herausstellen, so sind sie in einem nächsten Schritt (wieder gemeinsam von Shiatsu-Praktiker*in und Klient*in) zu adaptieren, abzuändern oder aber zu verwerfen, um neue Wege zu suchen. - Darüber hinaus ist die Stärkung der Selbstwahrnehmung des*der Klient*in und damit die Förderung seiner*ihrer Gesundheitskompetenz (somit auch Resilienz) ist ein wesentliches Ziel jeder Shiatsu-Behandlung, aber auch eine über die singuläre Behandlung hinausgehende Zielsetzung, die vor allem im Kontext von Behandlungsserien ihren Niederschlag findet. Auf Basis eines tiefen Verständnisses von westlichen und vor allem fernöstlichen Gesundheits- und Krankheitskonzepten unterstützt der*die Shiatsu-Praktiker*in den*die Klient*in in seiner*ihrer Fähigkeit sich selbst (besser) zu spüren, persönliche Grenzen (deutlicher) wahrzunehmen, persönliche Ursache-Wirkung-Zusammenhänge (d.h. Zusammenhänge zwischen Lebensgewohnheiten, damit verbundenen psychisch-körperlichen Belastungen und deren Auswirkungen auf Wohlbefinden, Gesundheit und Resilienz) zu erkennen und damit (zunehmend) Verständnis für sein*ihr eigenes Leben und dessen Bedingungen zu finden und so fundierte(re) Entscheidungen für die eigene Gesundheit und das eigene Wohlbefinden zu treffen. - Um diese Zielsetzungen, die einen wichtigen Baustein mentaler und physischer Gesundheit bilden, zu ermöglichen/fördern, unterstützt der*die Shiatsu-Praktiker*in die Selbstwahrnehmung des*der Klient*in – ähnlich wie bei der Förderung der Nachhaltigkeit von Shiatsu-Sitzungen – durch ziel- und klientenorientierte Gespräche ebenso wie durch die Empfehlung Shiatsu- und TCM-spezifischer Übungen (z.B. Makko-Ho-, Do-In-Übungen, Entspannungs-, Meditations- und Kontemplationstechniken). Unterstützung bietet der*die Shiatsu-Praktiker*in auch – unter Wahrung gesetzlicher Tätigkeitsgrenzen –
---	--

	<p>durch Hinweise zu Ernährung, Lebensgewohnheiten und Verhaltensweisen, Bewegung etc. und/oder durch Weiterweisung des*der Klient*in für weitere Unterstützung an Spezialist*innen (z.B. Ernährungsberater*innen, Qi Gong-Lehrer*innen, Ärzte*Ärztinnen, Physiotherapeut*innen). Gegebenenfalls empfiehlt der*die Shiatsu-Praktiker*in auch weiterführende Literatur.</p>	
<p>– Shiatsu-Behandlungen kritisch zu reflektieren und nachvollziehbar zu dokumentieren, um daraus Rückschlüsse für den weiteren Behandlungsverlauf ableiten, mit dem*der Klient*in erörtern und gegebenenfalls das Behandlungskonzept anpassen zu können.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Die Protokollierung von Shiatsu-Behandlungen erfordert, dass der*die Shiatsu-Praktiker*in die vom*von der Klient*in erhaltenen Informationen inhaltlich erfasst, strukturiert und nachvollziehbar festhält. In den Protokollen vermittelt/„zeichnet“ er*sie ein grundlegendes „Bild“ des*der Klient*in (z.B. Lebensumstände, Belastungen, Befindlichkeiten, medizinische Behandlungen etc.), die energetische Befundung und die klare und nachvollziehbare Zuordnung der Ergebnisse in Disharmoniemuster, deren Bewertung und deren Zusammenhang untereinander sowie ein daraus schlüssig abgeleitetes Behandlungskonzept. - Des Weiteren erfassen Behandlungsprotokolle Veränderungen, die sich seit der letzten Behandlung ergeben haben, wie auch den Verlauf und die Ergebnisse stattgefundener Sitzungen (auch in der Zusammenschau mehrerer Sitzungen), die kritisch bewertet werden, um Rückschlüsse auf eine eventuell erforderliche Anpassung des Behandlungskonzepts zu ziehen. Diese Rückschlüsse und Überlegungen werden mit dem*der Klient*in erörtert, um gemeinsam mit ihm*ihr eine neue bzw. optimierte Vorgehensweise zu entwickeln. - Bei auftretenden Fragen liegt es in der Kompetenz des*der Shiatsu-Praktiker*in sich eigenständig Informationen zu beschaffen (z.B. Konsultation von Fachliteratur, Abstimmung mit Fachexpert*innen) und diese Erkenntnisse in die weitere Behandlung als auch in eine mit dem*der Klient*in erörterten Anpassung des Behandlungskonzepts einfließen zu lassen sowie sich bei Bedarf Unterstützung durch Super- und Intervision einzuholen. 	
<p>Weiterführende Kompetenzen</p>		
<p>– neue Erkenntnisse aus der für Shiatsu relevanten Forschung durch die Lektüre von Fachunterlagen, den Besuch von relevanten Veranstaltungen sowie durch den Austausch mit Fachleuten auch anderer Disziplinen selbstständig zu eruieren, zu bewerten sowie im Hinblick auf deren Verwertbarkeit im Rahmen der eigenen Tätigkeit kritisch zu hinterfragen und gegebenenfalls in der Praxis zu implementieren.</p>		

<ul style="list-style-type: none"> – sein* ihr berufliches Handeln im Rahmen von Shiatsu-Behandlungen im Sinne der Sicherung der Qualität seiner*ihrer Arbeit kritisch zu reflektieren, entsprechende Rückschlüsse zu ziehen und sich bei Bedarf Unterstützung zu holen (z.B. durch Super- und Intervision, Mentoring). 	
<ul style="list-style-type: none"> – seine* ihre persönliche Verfassung im Rahmen seiner*ihrer Tätigkeit zur Sicherung der Qualität seiner*ihrer Arbeit zu reflektieren, das eigene Gleichgewicht zu pflegen bzw. bei körperlicher/seelischer Überlastung entsprechende Ausgleichmaßnahmen zu setzen bzw. sich bei Bedarf Unterstützung zu holen. 	
<ul style="list-style-type: none"> – auf Basis betriebswirtschaftlicher/kaufmännischer Entscheidungen sowie unter Einhaltung sämtlicher rechtlicher Bestimmungen eine Shiatsu-Praxis zu eröffnen und diese vorausschauend sowie nach berufsethischen Grundsätzen zu führen. 	

2.3 Qualifikationserwerb

Der Erwerb der Qualifikation „Qualified Shiatsu Practitioner“ setzt den Besuch einer **Ausbildung** sowie die Absolvierung einer **Abschlussprüfung** voraus. Interessent*innen können die Ausbildung sowohl an einer vom ÖDS akkreditierten Ausbildungseinrichtung/Shiatsu-Schule, d.h. an einer Certified School, als auch an einer nicht akkreditierten Einrichtung absolvieren. Wird die Ausbildung nicht an einer Certified School gemacht, ist die Abschlussprüfung in Umfang und Struktur geringfügig unterschiedlich, sie führt aber zur selben Qualifikation.

2.3.1 Ausbildung an einer Certified School

Shiatsu-Schulen, die einen QSP-Lehrgang nach den ÖDS-Vorgaben anbieten möchten, können beim Dachverband um **Akkreditierung** ansuchen⁵. Erfüllt die Bildungseinrichtung alle Vorgaben des Dachverbandes, wird sie als **Certified School** anerkannt. Durch die Anerkennung bzw. Akkreditierung, mit der die Ausbildungseinrichtung auch nach außen hin auftreten und werben darf, haben Auszubildende bzw. Schüler/inn/en die Gewissheit, dass der in dieser Einrichtung angebotene Lehrgang die inhaltlichen und qualitativen Voraussetzungen des ÖDS für den Erwerb der QSP-Qualifikation erfüllt. Zudem werden sie durch die Certified School kontinuierlich bis zum Qualifikationserwerb begleitet und können bestimmte Gegenstände bereits vor der Abschlussprüfung abschließen. Der ÖDS überträgt durch die Akkreditierung einen Teil der Verantwortung für die QSP-Qualifizierung an die Bildungseinrichtung.

Um die **ÖDS-Akkreditierung**⁶ „Certified School“ zu erhalten, stellen Bildungseinrichtungen einen Antrag beim Dachverband, in dem sie folgendes nachweisen müssen:

1. Der Shiatsu-Lehrgang, der in dieser Einrichtung/Schule angeboten wird, muss das **ÖDS-Curriculum** (vgl. Tab. 1 in Kap. 3.1)⁷ erfüllen.⁸
2. In den Gegenständen des Bereiches „Grundlagen aus medizinischen Disziplinen“ (vgl. Tab. 1) sind **Prüfungen (mündlich und/oder schriftlich)** nach den Vorgaben des ÖDS durchzuführen. Zudem sind **schriftliche Nachweise/Dokumentationen** (Bestätigungen, Protokolle und Fallstudien) für die absolvierte Praxis einzuholen sowie die Betreuung der **Facharbeit** zu gewährleisten (vgl. 3.2).
3. Die **Lehrgangsleitung** sowie die **unterrichtenden Personen** müssen hinsichtlich ihrer Qualifikation den ÖDS-Vorgaben/-Kriterien entsprechen (vgl. Kap. 4).

⁵) Vgl. <https://oeds.at/ausbildung/schulen/> (abgerufen am 30.06.2019).

⁶) Es handelt sich um eine Kombination aus Institutionen- und Programmakkreditierung: Einerseits muss das Curriculum, das diese Einrichtung verwendet, den Vorgaben des ÖDS entsprechen, andererseits gibt es Kriterien, die die Bildungseinrichtung selbst betreffen, z.B. wer die Lehrgangsleitung übernehmen bzw. wer unterrichten kann.

⁷) Die beiden Gegenstände im Bereich „berufliche, rechtliche und unternehmerische Grundlagen“ sind von der Akkreditierung ausgenommen. Diese sind Teil des ÖDS-Curriculums, werden aber direkt beim ÖDS angeboten bzw. geprüft.

⁸) Der Einrichtung/Schule steht es frei, das ÖDS-Curriculum um Inhalte zu ergänzen, die ihrem Verständnis und ihrer Tradition folgend für die Arbeit als QSP bedeutsam sind. Auch das im ÖDS-Curriculum vorgesehene Stundenausmaß kann überschritten werden.

4. Die Einrichtung muss die **Qualität** des Ausbildungsangebotes bzw. der Vermittlung der Ausbildungsinhalte glaubhaft machen (z.B. anhand der fachlichen Autorität der Lehrgangsführung, durch qualitätsvolle Schulungsmaterialien etc.). Ziel ist es, dass der ÖDS das notwendige Vertrauen erlangt, um ein Teil der Verantwortung für die Qualifizierung zum QSP an die Einrichtung zu übertragen.
5. Die Einrichtung muss weiters die **ÖDS-Verbandregeln** und den **Ehrenkodex** einhalten.⁹

2.3.2 Ausbildung an einer nicht vom ÖDS akkreditierten Einrichtung

Prüfungskandidat*innen, die ihre Ausbildung nicht an einer Certified School absolviert haben, müssen vor Absolvierung der Abschlussprüfung einen **Antrag** beim ÖDS stellen. Dem Antrag sind Informationen und Bestätigungen über die abgeschlossene Ausbildung beizulegen, d.h. über die curricularen Inhalte und das Ausmaß der Unterrichtsstunden, über die Gesamtdauer der Ausbildung, die Anzahl der erstellten Protokolle, über Selbsterfahrungssitzungen, die absolvierte Fachpraxis etc. Der ÖDS vergleicht die absolvierte Ausbildung mit dem ÖDS-Curriculum und schreibt bei nicht vollständiger Kompatibilität dem*der Kandidat*in das **Nachholen von Ausbildungsteilen** (gesamte Gegenstände oder Teile von Gegenständen, die im Stundenausmaß nicht dem ÖDS-Curriculum entsprechen haben) vor.

Fehlen dem*der Kandidat*in auch **Nachweise/Dokumentationen über die praktische Ausbildung** (insbesondere Protokolle und Fallstudien über eigene Behandlungen), so sind diese ebenfalls zu erbringen. Selbiges gilt für die **Facharbeit**, die im außerschulischen Weg mit einem*einer ÖDS-Betreuer*in verfasst werden kann.

Wenn der*die Kandidat*in das Ablegen von **Prüfungen** in den „Grundlagen aus medizinischen Disziplinen“ nicht nachweisen kann¹⁰, kann er*sie diese Prüfungen entweder vor der Abschlussprüfung direkt in einer Certified School absolvieren oder er*sie absolviert sie zeitgleich mit der Abschlussprüfung direkt beim ÖDS (vgl. Kap. 5).

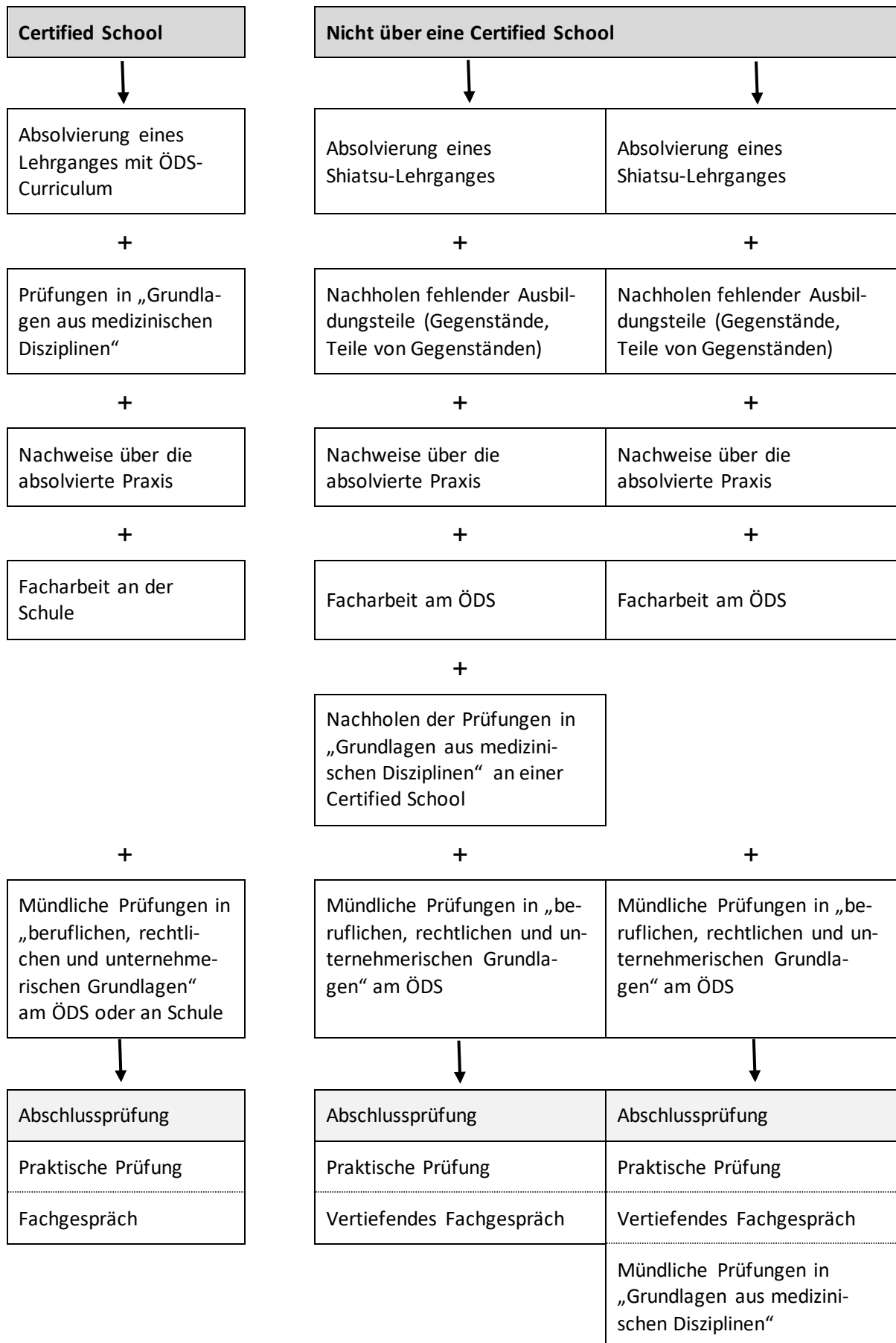
Wenn Kandidat*innen nicht über den Weg einer Certified School zur Abschlussprüfung antreten und der ÖDS daher die Qualität der Vermittlung der Lehrinhalte nicht geprüft hat, wird ein **vertiefendes Fachgespräch** geführt (vgl. 5.2.1). In diesem werden auch Fragen zur Fachtheorie gestellt, damit gewährleistet ist, dass die Kandidat*innen über die erforderlichen fachtheoretischen Grundlagen verfügen.

Umseitige **Darstellung** veranschaulicht den Weg zur Abschlussprüfung sowohl über eine Certified School, als auch über eine nicht vom ÖDS anerkannte Ausbildungseinrichtung.

⁹) Die Einrichtung/Schule muss sich zur Einhaltung von Ethikrichtlinien sowie von Richtlinien zum Konfliktmanagement (vgl. https://oeds.at/fileadmin/user_upload/dachverband/Ethik- und Konfliktmanagement.pdf) und zu einer demokratischen Struktur durch Etablierung einer Schülervertretung verpflichten.

¹⁰) Der Nachweis über diese Prüfungen entfällt für Kandidat*innen, die in medizinischen/pflegerischen Berufen aktiv tätig sind. Die Anrechnung von Erste Hilfe und Hygiene kann auch bei nicht aktiver Berufstätigkeit erfolgen, wenn der Qualifikationserwerb zum Zeitpunkt der Antragstellung nicht länger als fünf Jahre zurückliegt.

Abb. 1: Wege zur Abschlussprüfung zum Erwerb der ÖDS-Qualifikation „Qualified Shiatsu Practitioner“



3. Ausbildung

3.1 ÖDS-Curriculum

Zur Konzeption der Ausbildung wurden ausgehend vom Qualifikationsstandard (vgl. 2.2) **sechs Kompetenzbereiche** abgeleitet, die für die Ausübung der Tätigkeiten als Qualified Shiatsu Practitioner unabdingbar sind. Auf Basis dieser Kompetenzbereiche wurde der Fächerkanon des **ÖDS-Curriculums** bestehend aus elf Gegenständen¹¹ entwickelt, aber auch andere Aspekte der Ausbildung, u.a. die Mindeststundendauer der Gegenstände, die Gesamtdauer der Ausbildung, die Didaktik-Methodik (Alternierung zwischen Theorie und Praxis), die Reihenfolge der Lehrgangsinhalte, festgelegt.

Die zentralen **sechs Kompetenzbereiche** sind für den QSP sind:

1. **Kompetenzbereich „Methodik/Technik“:** Dieser Kompetenzbereich umfasst alle Kenntnisse und Fertigkeiten, die für eine fachgerechten Durchführung einer Shiatsu-Behandlung erforderlich sind, u.a. die Shiatsu zugrundeliegenden Philosophien und fernöstlichen Gesundheitslehren, die Shiatsu-Theorien, die Behandlungstechniken, Shiatsu-Diagnostik/-Befundungsmethoden etc.
2. **Kompetenzbereich „Medizin“:** Dieser Kompetenzbereich umfasst fachrelevante Kenntnisse in Anatomie, Physiologie, Pathologie und Erster Hilfe sowie deren Berücksichtigung im Rahmen einer Shiatsu-Behandlung.
3. **Kompetenzbereich „Recht“:** Dieser Kompetenzbereich schließt die Kenntnis und Berücksichtigung aller berufsrechtlich relevanter Gesetze und Vorschriften ein, insbesondere auch im Hinblick auf die Abgrenzung der Shiatsu-Tätigkeit zu anderen Fachgebieten/Disziplinen/Berufen.
4. **Kompetenzbereich „Kommunikation“:** Dieser umfasst die Fähigkeit, dem*der Klient*in durch/über Sprache, aber auch nonverbales Verhalten achtsam, wertschätzend und wertfrei zu begegnen, seinen/ihren energetischen Zustand zu erfassen und ihm*ihr alle Abläufe verständlich darzulegen. Er schließt auch die Fähigkeit ein, den*die Klient*in zu unterstützen und ihre*seine Selbstwahrnehmung sowie Gesundheitskompetenz zu fördern.
5. **Kompetenzbereich „Personales und Soziales“:** Dieser Kompetenzbereich umfasst die Fähigkeit zur Selbstreflexion, zur Kooperation mit Fachexpert*innen, weiters die Bereitschaft, sich persönlich und beruflich weiterzuentwickeln sowie neue Erkenntnisse in die Arbeit zu integrieren. Dazu zählt auch der verantwortungsbewusste Umgang mit seinen eigenen Ressourcen sowie mit Belastungssituationen.
6. **Kompetenzbereich „Selbstständigkeit“:** Kenntnisse und Fertigkeiten, die für die Eröffnung und Führung einer Shiatsu-Praxis (EPU) sowie für die Kooperation mit Fachkolleg*innen innerhalb und außerhalb des Österreichischen Dachverbandes für Shiatsu, erforderlich sind, sind diesem Kompetenzbereich zuzuordnen.

¹¹⁾ Die in der Tabelle mit ^{VO} gekennzeichneten Gegenstände sind Teil des Ausbildungsprofils gemäß Massage-Verordnung, mit dessen Erfüllung die Berechtigung verbunden ist, Shiatsu im Rahmen einer selbstständigen Tätigkeit (d.h. gewerblich) auszuüben.

Nachfolgende Tabelle (vgl. Tab. 1) gibt einen **Überblick** über das ÖDS-Curriculum (die mit ^{vo} gekennzeichneten Gegenstände sind Teil des Ausbildungscurriculums, das die Massage-Verordnung vorsieht).

Das ÖDS-Curriculum sieht eine Kombination aus **(fach)theoretischen** und **fachpraktischen Gegenständen** vor, ergänzt durch umfangreiche **Praxisphasen**. Jeder Gegenstand zielt auf einen oder mehrere **Kompetenzbereiche** ab.

Die **zentralen Inhalte**, die in der Ausbildung vermittelt werden müssen, werden vom ÖDS vorgegeben. Die Schulen können aber autonom ihren jeweiligen Shiatsu-Ansatz selbst wählen. Die Schulungsunterlagen (Skripten, Handouts, Fachbücher) werden von der jeweiligen Lehrperson gewählt bzw. selbst erstellt. Für einige Gegenstände werden Skripten bzw. Inhaltskataloge vom ÖDS zur Verfügung gestellt.

Das Curriculum gibt zudem das **Mindeststundenausmaß** pro Gegenstand an (eine Stunde entspricht einer Lerneinheit im Umfang von 50 Minuten).

Weiters ist in Tab. 1 angeführt, in welcher Form die Leistungsfeststellung erfolgt. An einer Certified School werden die „Grundlagen aus medizinischen Disziplinen“ anhand **mündlicher und/oder schriftlicher Prüfungen** nachgewiesen. Die Schule hat zudem durch das Einholen/die Kontrolle **schriftlicher Nachweise** festzustellen, ob die erforderliche Praxis absolviert wurde. Darüber hinaus hat jede*r Absolvent*in eine **Facharbeit** zu erstellen, die von einem*einer im Lehrgang unterrichtenden Lehrer*in betreut wird. Weiters sind die **mündlichen Prüfungen** in den „beruflichen, rechtlichen und unternehmerischen Grundlagen“ zur Erfüllung des ÖDS-Curriculums direkt beim ÖDS oder an der akkreditierten Schule zu absolvieren. Die Inhalte der übrigen Gegenstände sind Teil der QSP-Abschlussprüfung (vgl. Kap. 5).

Tab. 1: ÖDS-Curriculum

Nr.	Gegenstand	Kompetenzbereich(e)	Zentrale Inhalte	Mindeststunden	Prüfungen/ Nachweise
Fachtheoretische Ausbildung					
1.	Allgemeine Theorie ^{VO}	- Methodik/ Technik	<ul style="list-style-type: none"> - Vertiefte Kenntnisse über fernöstliche Gesundheitslehren und Shiatsu, über Yin und Yang und die Fünf Wandlungsphasen - Vertiefte Kenntnisse über fernöstliche Konzepte von Strukturen*, Substanzen* und Organsystemen* und deren Einfluss auf das energetische Gleichgewicht - Vertiefte Kenntnisse über energetische Zusammenhänge des Körpers, z.B. Nah-Fern-Regel, energetische Entsprechungen - Vertiefte Kenntnisse von Diagnostikverfahren der fernöstlichen Gesundheitslehren, wie Haradiagnostik, Zungendiagnostik, Pulsdiagnostik etc. - Umfassendes Verständnis von Gesundheit, Krankheit, Prävention und Gesunderhaltung - Umfassendes Verständnis der Einflüsse von Ernährungsweisen, Bewegung (inkl. Sport), Emotionen und Lebensstil auf Gesundheit, Wohlbefinden und Gesunderhaltung - Vertieftes Verständnis von Krankheitsursachen* aus Sicht der fernöstlichen Gesundheitslehren - Vertieftes Verständnis von unterstützenden Maßnahmen (z.B. Shiatsu-bezogene Übungen), um die Nachhaltigkeit von Shiatsu-Behandlungen zu fördern 	40 Std.	
2.	Spezielle Shiatsu-Theorie ^{VO}	- Methodik/ Technik	Vertiefte Kenntnisse über Shiatsu-spezifische Wissensgebiete: <ul style="list-style-type: none"> - Meridianen, deren Lokalisation und Verläufe - Zusammenhänge der Meridiane untereinander sowie zwischen Meridianen, Körperfunktionen und Organsystemen* - Lokalisation von mindestens 100 Tsubos - Indikationen und Funktionen von Tsubos sowie die Zusammenhänge zwischen Tsubos, Körperfunktionen und Organsystemen* - Lokalisierung von Ashi-Punkten (Punkten außerhalb des Meridian-Systems) für die Behandlung spezifischer Beschwerden und Indikationen - Lokalisation spezieller und kontraindizierter Punkte - Shiatsu-Techniken und ihre Wirkungen sowie Kontraindikationen - Prinzipien der korrekten und komfortablen Lagerung des*der Klient*in 	80 Std.	

Fachtheorie aus medizinischen Disziplinen					
3.	Anatomie und Physiologie sowie in Erste Hilfe und Hygiene ^{VO}	- Medizin	<p>Umfassende Kenntnisse über</p> <ul style="list-style-type: none"> - Shiatsu-relevante Aspekte aus der Anatomie und Physiologie - das muskuloskelettales System und seine Funktionen, den Aufbau und die Funktionen des Nervensystems, des endokrinen Systems, des Herz-Kreislauf-Systems, des Immunsystems, des Atmungssystem, des Verdauungssystem, des Urogenitalsystem, der Sinnesorgane, der Haut, des Blutes - Kontraindikationen für eine Shiatsu-Behandlung und deren Auswirkungen (Behandlungsverbot bzw. Behandlungseinschränkung) - Grundsätze der Gefahren- und Unfallverhütung, Infektionsschutz - Notfall- und Krisensituationen, die in der Shiatsu-Behandlung auftreten können (z.B. Hyperventilation), wie sie verhindert bzw. abgemildert werden können, sowie Maßnahmen, die in solchen Situationen zu ergreifen sind (bis hin zu Erste Hilfe-Maßnahmen und Anforderung professioneller Hilfe) 	105 Std.	Mündliche und/oder schriftliche Prüfung
4.	Westliche Pathologie	- Medizin	<p>Umfassende Kenntnisse über</p> <ul style="list-style-type: none"> - Shiatsu-relevante Aspekte aus der Pathologie, Ätiologie und Pathogenese - Abweichungen von der anatomischen und physiologischen Norm des Gesundheitszustandes - Unterschiede der östlichen und westlichen Sicht auf Gesundheit und Krankheit - diagnosespezifische Indikationen und Kontraindikationen für die Shiatsu-Behandlung - Umgang mit herausfordernden Situationen (individuelle und krankheitsbedingte Umstände, Absprache mit behandelnden Ärzten*Ärztinnen und Therapeut*innen etc.) 	50 Std.	Mündliche und/oder schriftliche Prüfung
Fachpraktische Ausbildung					
5.	Behandlungstechniken ^{VO}	- Methodik/ Technik - Personales und Soziales	<ul style="list-style-type: none"> - Anwendung und Wirkung unterschiedlicher Druck- und Shiatsu-Techniken mit den Daumen, Fingern, Handballen, Ellbogen, Knien und Füßen - Anwendung und Wirkung statischer und dynamischer Techniken - Arbeiten mit den Meridianen und Tsubos und aus dem Hara* durch Einsatz des Körpergewichts - Aufbau des energetischen Kontakts in der Anwendung von Shiatsu-Techniken - Dialektik zwischen Behandlung und „Diagnostik“ (energetische Einschätzung) - Umgang mit Notfall- und anderen herausfordernden Situationen 	180 Std.	
6.	Energetische Einschätzung des Behandlungsaufbaus ^{VO}	- Methodik/ Technik - Personales und Soziales	<ul style="list-style-type: none"> - Struktur, Ablauf und Zweck eines Anamnesegesprächs (Mon Shin) - Kommunikationstechniken für die Führung eines strukturierten Anamnesegesprächs - Techniken und Durchführung von Untersuchungen im Sinne von Bo Shin (Beobachten), Bun Shin (Hören und Riechen) und Setsu Shin (Tasten) 	115 Std.	

			<ul style="list-style-type: none"> - Erfassung und Differenzierung von Disharmoniemustern sowie Erstellung einer energetischen (Gesamt-)Einschätzung auf Basis der „Vier Untersuchungen“ - Struktur/Aufbau und Inhalt eines Behandlungskonzeptes - Vertiefung der Behandlung durch wirksamkeitserhaltende/verstärkende Maßnahmen - Sicherung der Nachhaltigkeit im Alltag - Stärkung der Resilienz 		
7.	Persönlichkeitsentwicklung im Sinne der Shiatsu-Begegnung, Schulung der Wahrnehmung und der Kommunikationsfähigkeit ^{VO}	<ul style="list-style-type: none"> - Personales und Soziales - Kommunikation 	<ul style="list-style-type: none"> - Achtsamkeit gegenüber dem*der Klient*in - Reflexion der beruflichen Tätigkeit und persönlichen Entwicklung im Sinne der Shiatsu-Begegnung - Kommunikationstheorien zur Gestaltung einer offenen und wertschätzenden Kommunikation - Gestaltung von personen- und zielorientierten, strukturierten Gesprächssituationen 	100 Std.	
Praxis					
8.	Shiatsu-Behandlungen unter Supervision ^{VO}	<ul style="list-style-type: none"> - Methodik/Technik - Medizin - Personales und Soziales - Kommunikation - Recht 	<ul style="list-style-type: none"> - Verknüpfen der professionellen Shiatsu-Behandlungen aus eigenem Erleben mit den im Lehrgang erworbenen Kenntnissen und Fertigkeiten - Reflexion der Shiatsu-Behandlungen aus „Kundensicht“ - Wahrnehmung der Unterschiede in der Arbeitsweise verschiedener Shiatsu-Praktiker*innen aus eigenem Erleben - Ableitung von Veränderungen im Laufe einer „Shiatsu-Serie“ aus eigenem Erleben 	15 Std.	Bestätigungen über absolvierte Stunden
9.	Shiatsu-Sitzungen unter Supervision ^{VO}	<ul style="list-style-type: none"> - Methodik/Technik - Medizin - Personales und Soziales - Kommunikation - Recht 	<ul style="list-style-type: none"> - Durchführung eigener Shiatsu-Behandlungen unter Supervision – selbstständiges Setzen aller Schritte, die für die Durchführung notwendig sind (vorbereitende Maßnahmen, erste energetische Einschätzung treffen, strukturiertes Anamnesegespräch führen, spezifische Untersuchungen durchführen, Behandlungskonzept erstellen, umsetzen und reflektieren, für Nachhaltigkeit sorgen) – und Dokumentation der Behandlungen, um sie – auch im Verlauf längerer Behandlungsserien (Darstellung in den drei Fallstudien) – zu reflektieren und Schlüsse für die weitere Behandlung aus ihnen zu ziehen 	225 Std. 15 Std. (Fallstudien)	Protokolle (Shiatsu-Sitzungen) 3 Fallstudien
Berufliche, rechtliche und unternehmerische Kenntnisse und Fertigkeiten¹²					
10.	Berufliche und ethische Kenntnisse und Fertigkeiten	<ul style="list-style-type: none"> - Selbstständigkeit - Recht 	<ul style="list-style-type: none"> - beruflichen Pflichten, Befugnisse und Grenzen - berufsspezifische rechtliche Bestimmungen (u.a. Verschwiegenheit, Datensicherheit und Datenschutz) - Abgrenzung zu anderen Berufsgruppen, insbesondere den Gesundheitsberufen 	8 Std. Unterricht + 8 Std. Selbststudium	Mündliche Prüfung

¹²⁾ Die Gegenstände zu den „beruflichen, rechtlichen und unternehmerischen Kenntnissen und Fertigkeiten“ (Nr. 9 und 10) werden direkt beim ÖDS und nicht an einer Certified School angeboten.

			<ul style="list-style-type: none"> - Bedeutung einer professionellen Dokumentation - ÖDS-Ethik-Kodex für Shiatsu-Praktiker/innen und Lehrende an Shiatsu-Schulen 		
11.	Unternehmerische Kenntnisse und Fertigkeiten	<ul style="list-style-type: none"> - Selbstständigkeit - Recht 	<ul style="list-style-type: none"> - Persönliche Voraussetzungen - Rechtliche Rahmen: Gewerberecht, Betriebsanlagenrecht, Gesellschaftsrecht, Sozialversicherungsrecht, Steuerrecht, DSGVO - Finanzgebaren: Kapital(verwaltung), Rechnungswesen und Buchhaltung, Kostenrechnung und Preisgestaltung, Nachhaltigkeit und Finanzierung, Förderung - Gewerbeanmeldung, Gründungsschritte - Behörden und Beratungsstellen 	8 Std. Unterricht + 8 Std. Selbststudium	Mündliche Prüfung

Gegen Ende des Lehrganges hat der*die Schüler*in eine **Facharbeit** über ein Shiatsu-relevantes Thema zu erstellen. Dafür sind insgesamt 80 Stunden vorgesehen.

Die gesamte Ausbildung, die sich über einen Mindestzeitraum von **drei Jahren** erstreckt, umfasst mindestens **1.037 Stunden** und verteilt sich wie folgt:

Tab. 2: Stundenausmaß der ÖDS-Ausbildung

Ausbildung – ÖDS-Curriculum	Mindeststundenausmaß
Fachtheoretische Ausbildung	120 Stunden
Grundlagen aus medizinischen Disziplinen	155 Stunden
Fachpraktische Ausbildung	395 Stunden
Praxis	255 Stunden
Berufliche, rechtliche, ethische und unternehmerische Grundlagen	32 Stunden
Facharbeit	80 Stunden
Gesamt	1.037 Stunden

3.2 Prüfungen und Nachweise

Certified Schools gestalten ihre Shiatsu-Lehrgänge nicht nur auf Basis des ÖDS-Curriculums, sie führen auch **mündliche und/oder schriftliche Prüfungen** in den Gegenständen „Medizinische Grundlagen in Anatomie, Physiologie, Erster Hilfe und Hygiene“ sowie in „Medizinische Grundlagen in westlicher Pathologie“ durch (vgl. auch Abb. 1). Der Prüfungsstoff orientiert sich dabei an den vom ÖDS erstellten Schulungsunterlagen, die im Lehrgang eingesetzt werden. Die Prüfungen dienen dazu, die Kenntnisse und Fertigkeiten, die mit den zentralen Inhalten (vgl. Tab. 1) des jeweiligen Gegenstandes verknüpft sind, festzustellen. Bei der Prüfung in Anatomie und Physiologie ist jedenfalls ein*e Physiotherapeut*in, ein*e Sportwissenschaftler*in oder ein*eine Arzt*Ärztin beizuziehen, die Prüfung in Pathologie erfolgt unter Anwesenheit eines*einer Arztes*Ärztin.

Zudem kontrollieren Certified Schools die **Nachweise**, die Auszubildende über die absolvierte Praxis erbringen müssen. Dabei handelt es sich um **Bestätigungen** für Shiatsu-Sitzungen im Ausmaß von 15 Stunden, die Auszubildende bei praktizierenden QSP-Inhaber*innen zur Selbsterfahrung machen müssen. Mindestens zehn dieser Stunden müssen bei einem, fünf Stunden können bei verschiedenen Shiatsu-Praktiker*innen absolviert werden. Ziel ist es, dass man mit einer*einem Praktiker*in über einen längeren Zeitraum hinweg arbeitet und so selbst die Wirkung, die Auswirkung, die Entwicklung von Shiatsu sehen/erleben/wahrnehmen kann. Durch den Wechsel zwischen fünf verschiedenen Praktiker*innen soll der*die Schüler*in unterschiedliche Arbeitsweisen und Stile kennenlernen, um auch den eigenen Horizont zu erweitern. Die eigenständige Durchführung von Shiatsu-Behandlungen unter Supervision im Ausmaß von 225 Stunden ist anhand von (anonymisierten) **Protokollen** nachzuweisen. Shiatsu-Behandlungen von drei Klient/inn/en (als Teil dieser 225 Stunden) sind anhand von (anonymisierten) **Fallstudien/Falldokumentationen** näher zu beschreiben. Dabei sollen zumindest zehn Sitzungen pro Klient*in stattfinden, um den Verlauf/die Entwicklung nachzuzeichnen. Die Fallstudien dienen v.a. dazu, die angehenden Shiatsu-Praktiker*innen zur kontrollierten Reflexion zu veranlassen und

einen strukturierten Erfahrungsaufbau zu erleichtern. Sie sollen zudem dazu beitragen, die „therapeutischen“ Effekte beurteilen zu helfen (Evaluation) sowie diagnostische Fehler zu erkennen, die mit der Lehrkraft bearbeitet werden können. Sowohl die Protokolle als auch die Falldokumentationen werden von einer in der Certified School unterrichtenden Lehrkraft begutachtet und mit dem/der Schüler/in besprochen (im Zuge der Behandlungsserie und/oder am Ende).

Auszubildende haben im Rahmen eines nach den ÖDS-Richtlinien gestalteten Lehrganges auch eine **Facharbeit** über ein Shiatsu-relevantes Thema zu schreiben. In formaler Hinsicht muss die Arbeit mindestens 20 A4-Seiten (Schriftgröße 12p, Zeilenabstand 1,5) sowie ein Inhalts-, Abbildungs- und Literaturverzeichnis umfassen. In inhaltlicher Hinsicht ist gefordert, dass sich die Schüler*innen mit einer komplexen Fachthematik in vertiefter Weise auseinandersetzen, sie theoretisch aufarbeiten und einen Bezug zu ihrer späteren Berufstätigkeit herstellen. Für die Beurteilung der Facharbeit, die von einer Lehrkraft an der Certified School vorgenommen wird, gibt es einen vom ÖDS vorgegebenen Kriterienkatalog.

Zusätzlich zu den bei der Certified School zu absolvierenden Prüfungen und zu erbringenden Nachweisen haben Auszubildende zwei **weitere mündliche Prüfungen** zu durchlaufen. Diese betreffen die beiden Gegenstände „Berufliche und ethische Grundlagen“ sowie „Unternehmerische Grundlagen“, die entweder direkt beim ÖDS oder an der akkreditierten Schule vermittelt und auch geprüft werden. Die Schulungsunterlagen werden – wie auch bei den medizinischen Fächern – vom ÖDS erstellt, die Prüfung orientiert sich an den zentralen Inhalten, die im Lehrgang vermittelt werden.

Die Schule bzw. die Lehrgangsleitung (mit umfangreicher praktischer und pädagogischer Erfahrung) prüft zudem auf Basis eines Gespräches (allenfalls mehrerer Gespräche) sowie auf Basis des Verhaltens/der Performance der Prüfungskandidat/inn/en im Rahmen des Lehrgangs, ob diese über die **fachliche und persönliche Reife** für den Antritt zur Prüfung verfügen. Wenn dies der Fall ist, erhalten die Kandidat*innen eine entsprechende Bescheinigung, die vom ÖDS als Zugangsvoraussetzung für die Absolvierung der Abschlussprüfung verlangt wird.

4. Lehrgangsleitung und unterrichtendes Personal

Neben den curricularen Inhalten sehen die Vorgaben des ÖDS auch Anforderungen an das **lehrgangsleitende und unterrichtende Personal** vor.

4.1 Lehrgangsleitung

Die inhaltliche Leitung des Shiatsu-Lehrganges, der an einer Certified School angeboten wird, kann nur durch einen **Qualified Senior Teacher** erfolgen (vgl. 4.2.2).

4.2 Unterrichtendes Personal

Für das unterrichtende Personal gibt es ebenfalls Vorgaben seitens des ÖDS. Der Unterricht in den Gegenständen der fachtheoretischen und fachpraktischen Ausbildung (vgl. Tab. 1 in 3.1) muss

- zumindest zu einem Drittel (mindestens 180 Stunden) von einem **Qualified Senior Teacher** und
- zumindest zu einem weiteren Drittel (mindestens 180 Stunden) von einem **Qualified Teacher** oder **Qualified Senior Teacher** abgehalten werden.
- Für die restlichen Stunden gibt es keine spezifischen Vorgaben zur Qualifikation der Unterrichtenden. Damit soll ermöglicht werden, dass auch Personen mit spezifischem Fachwissen, die aber keine ÖDS-anerkannten Lehrenden sind, in einem Teilbereich sowie auf Verantwortung und unter Kontrolle der jeweiligen Certified School unterrichten können.

Der Unterricht in den Gegenständen im Bereich „Grundlagen aus medizinischen Disziplinen“ ist durch folgende **Personengruppen** durchzuführen:

- Mindestens ein Drittel des Unterrichtes in den Grundlagen der Anatomie und Physiologie erfolgt durch Physiotherapeut*innen, durch Sportwissenschaftler*innen oder durch Ärzte*Ärztinnen. Westliche Pathologie wird zu einem Drittel von Ärzten*Ärztinnen unterrichtet. Bis zu zwei Drittel der erforderlichen Stunden in diesen Gegenständen können durch einen Qualified Senior Teacher oder eine Diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegefachkraft erfolgen.
- 15 der erforderlichen Erste Hilfe Stunden werden beim Roten Kreuz, Arbeitersamariterbund etc. erworben; die weiteren 15 Stunden sind integriert in den restlichen Unterricht, insbesondere in die Gegenstände „Grundlagen in westlicher Pathologie“ und „Spezielle Shiatsu-Theorie“
- Hygiene wird durch Gesundheits- und Krankenpflegefachkräfte, durch Mikrobiolog/innen oder Ärzte*Ärztinnen unterrichtet.

4.2.1 Qualified Teacher

Qualified Teacher können nur Personen werden, die Qualified Shiatsu Practitioner sind und eine aktive Gewerbeberechtigung haben. Die Ausbildung zum Qualified Teacher kann sowohl **schulintern** erfolgen d.h. berufsbegleitend an einer Certified School, oder **schulextern**, d.h. ohne bestimmte Ausbil-

ungsschule im Hintergrund (vgl. Tab. 3). Die Ausbildung, die sich über einen Mindestzeitraum von drei Jahren erstreckt, fokussiert auf den Erwerb pädagogisch-didaktischer Kompetenzen sowie einer Vertiefung/Erweiterung der Fachkompetenzen.

Tab. 3: Ausbildung und Feststellungsverfahren zum Erwerb der Qualifikation „Qualified Teacher“

	Schulinterner Weg	Schulexterner Weg
Pädagogisch-didaktische Ausbildung		
Assistenz (1)	400 Stunden	---
Eigenständiger Unterricht, begleitet durch eine Lehrperson (2)	300 Stunden	300 Stunden
Teilnahme (3), Assistenz und/oder Fortbildung (4)	---	450 Stunden (5)
Didaktik und Pädagogik	---	30 Stunden (6)
Erweiterung/Vertiefung der Fachkompetenz		
Shiatsu-Berufspraxis als Qualified Practitioner	Nachweis von durchgeführten Shiatsu-Behandlungen im Ausmaß von 1.000 Stunden (500 davon dokumentiert) (7)	Nachweis von durchgeführten Shiatsu-Behandlungen im Ausmaß von 1.000 Stunden (500 davon dokumentiert)
Fachliche Fortbildung	50 Stunden	---
Externe Supervision (8)	20 Stunden	30 Stunden
Shiatsu-Selbsterfahrung (9)	15 Stunden	15 Stunden
Persönlichkeitskompetenz		
Gruppendynamik und Selbsterfahrung (10)	50 Stunden	50 Stunden
Feststellungsverfahren		
Abschlussarbeit	mindestens 40 Seiten (11)	
Empfehlungsschreiben	durch ausbildende Certified School (mit Begründung)	durch drei Qualified Teacher (mit Begründung)
Einreichung	Alle Nachweise sind gemeinsam mit einer Beschreibung des beruflichen Werdeganges an den ÖDS zu senden	
Fachgespräch	Gespräch über relevante Rechtsgrundlagen, die ÖDS-Richtlinien und ÖDS-Ethik-Grundsätze mit einem* einer vom ÖDS nominierten Expert*in	

Erläuterungen:

- (1) Unter „Assistenz“ versteht man die strukturierte Beobachtung des Unterrichtsablaufes in Fachtheorie und Fachpraxis, die Mitgestaltung von Teilen des Unterrichts sowie die Mitbetreuung von Kursteilnehmenden.
- (2) Der eigenständige Unterricht hat einen Querschnitt der fachtheoretischen und -praktischen Ausbildung zu umfassen. Alle Gegenstände sollen über die drei Ausbildungsjahre hinweg in einem etwa gleichen Ausmaß abgedeckt werden. Die begleitende Lehrperson, die innerhalb der Schule für den angehenden Qualified Teacher verantwortlich ist, begleitet diese Unterrichtssequenzen. Gemeinsam mit dem Auszubildenden werden sie im Anschluss reflektiert/nachbesprochen. Teil

der schulinternen Ausbildung ist es auch, bei Prüfungen zum Qualified Practitioner dabei zu sein, um Prüfungserfahrung zu sammeln. Bei der schulexternen Ausbildung wird berücksichtigt, dass ein Unterricht in allen Shiatsu-technisch-relevanten Gegenständen nicht immer gewährleistet werden kann. Notwendig ist in diesem Fall eine nachvollziehbare Dokumentation (Unterrichtsaufbau, Inhalte, Verlauf etc.).

- (3) Als „Teilnahme“ werden Hospitationsstunden bezeichnet, in denen der angehende Qualified Teacher den Unterricht beobachtet, protokolliert sowie den*die Lehrende*n bei allgemeinen Aufgaben unterstützt, aber keine aktive Rolle im Unterricht spielt.
- (4) Eigene fachliche Fortbildungen werden ebenfalls anerkannt, da im Rahmen dieser Schulungen der Unterricht von Lehrenden beobachtet werden kann.
- (5) Bei der schulinternen Ausbildung sind 400 Stunden Assistenz und 50 Stunden Fortbildung erforderlich. Da diese Vorgabe bei schulexterner Vorgehensweise im Normalfall nicht erfüllt werden kann, können wahlweise Teilnahme, Assistenz, aber auch fachliche Fortbildung im Ausmaß von 450 Stunden absolviert werden.
- (6) Vortragstechniken, Unterrichtsaufbau etc. Im schulinternen Ausbildungsweg erfolgt die pädagogisch-didaktische Ausbildung (primär) im Rahmen der Assistenz sowie des eigenständigen Unterrichts, im schulexternen Ausbildungsweg sind vergleichbare Schulungen erforderlich. Ergänzend ist, wie nachfolgend angeführt, Supervision zur Begleitung der eigenen Unterrichtstätigkeit verpflichtend.
- (7) Angehende Qualified Teacher müssen seit Erwerb der Qualifikation Qualified Practitioner über 1.000 Stunden Shiatsu-Praxis verfügen, 500 davon müssen umfassend dokumentiert sein, d.h. Informationen zur genauen Anamnese, relevanten Symptome, Erscheinungsbild, Körperhaltung, eventuell Zeichnungen, diagnostischen Techniken, zum energetischen Bild, dem Behandlungsplan, Sitzungsverlauf, Reaktionen etc. umfassen. Aus Gründen des Datenschutzes sind die Protokolle anonymisiert einzureichen. Von den anderen 500 Stunden reicht das Vorliegen von Aufzeichnungen/Notizen.
- (8) Die Hälfte der Supervisionsstunden kann bei einem Qualified Senior Teacher absolviert werden. Die andere Hälfte muss bei einem*einer anerkannten Supervisor*in absolviert werden.
- (9) Bei einem Qualified Shiatsu Practitioner
- (10) Erfahrung im Erkennen von und Umgehen mit gruppenspezifischen und persönlichen Prozessen.
- (11) Inhalt: Shiatsu-relevantes oder Shiatsu-Unterricht-relevantes Thema; Format: 12pt, Zeilenabstand: 1,5 (inklusive Inhalts-, Abbildungs- und Literatur-Verzeichnis)

4.2.3 Qualified Senior Teacher

Qualified Senior Teacher können nur Personen werden, die über die Qualified Teacher Qualifikation verfügen und eine aktive Gewerbeberechtigung haben. Die Ausbildung, die sich über einen Mindestzeitraum von zwei Jahren erstreckt, hat das Ziel, die pädagogisch-didaktischen Kompetenzen, aber auch die Fachkompetenzen weiter zu vertiefen (vgl. Tab. 4).

Tab. 4: Ausbildung und Feststellungsverfahren zum Erwerb der Qualifikation „Qualified Senior Teacher“

Pädagogisch-didaktische Ausbildung	
Eigenständiger Unterricht	200 Stunden
Erweiterung/Vertiefung der Fachkompetenz	
Shiatsu-Praxis	500 Stunden (250 davon dokumentiert) (1)
Fortbildung	50 Stunden
Externe Supervision	20 Stunden (2)
Shiatsu-Selbsterfahrung	15 Stunden
Persönlichkeitskompetenz	
Gruppendynamik und Selbsterfahrung	50 Stunden
Feststellungsverfahren	
Abschlussarbeit	mindestens 40 Seiten
Einreichung	Alle Nachweise sind gemeinsam mit einer Beschreibung des beruflichen Werdeganges an den ÖDS zu senden
Fachgespräch	Gespräch über relevante Rechtsgrundlagen, die ÖDS-Richtlinien und ÖDS-Ethik-Grundsätze mit einem*einer vom ÖDS nominierten Expert*in (3)

Erläuterungen (vgl. dazu auch die Erläuterungen unter „Qualified Teacher“)

- (1) Angehende Qualified Senior Teacher müssen seit Erwerb der Qualifikation Qualified Teacher über 500 Stunden Berufspraxis verfügen, 250 davon müssen umfassend dokumentiert sein.
- (2) 10 der 20 Stunden können bei einem Qualified Senior Teacher absolviert werden, mindestens 10 bei einem*einer anerkannten Supervisor*in.
- (3) Das Fachgespräch entfällt, wenn die Erlangung der Zugangsqualifikation Qualified Teacher weniger als fünf Jahre zurückliegt.

5. Abschlussprüfung

Um das ÖDS-Diplom „Qualified Shiatsu Practitioner“ zu erhalten, ist die Absolvierung der vom ÖDS definierten **Abschlussprüfung** erforderlich. Als Voraussetzungen für den Antritt zur Prüfung gelten die **Absolvierung der Ausbildung** nach dem ÖDS-Curriculum bzw. einer vom ÖDS gleichgehaltenen Ausbildung sowie ein **Mindestalter** von 21 Jahren.

5.1 Prüfungsablauf

Die Abschlussprüfung besteht aus **zwei Teilen**, die getrennt voneinander bewertet werden:

- Praktische Prüfung
- Fachgespräch

Die praktische Prüfung wird immer vor dem Fachgespräch durchgeführt, da letzteres sich aus der praktischen Prüfung entwickelt bzw. die praktische Prüfung Ausgangspunkt für das Fachgespräch ist. Das Ergebnis der praktischen Prüfung ist für den Antritt zum Fachgespräch nicht entscheidend, d.h. der*die Kandidat*in wird jedenfalls zum Fachgespräch zugelassen.

Die Abschlussprüfung hat das **Ziel**, festzustellen, ob der*die Kandidat*in über fortgeschrittene Kenntnisse und Fertigkeiten im Shiatsu-Bereich verfügt und in der Lage ist, alle Aufgaben auch in unvorhersehbaren Situationen selbstständig und letztverantwortlich auszuführen.

5.1.1 Praktische Prüfung

Im Rahmen der **praktischen Prüfung**, die mindestens 80 Minuten und maximal 130 Minuten dauert, wird dem*der Kandidat*in ein Prüfungsmodell, d.h. ein*e Klient*in, zugewiesen. Der*die Kandidat*in arbeitet mit diesem*dieser Klient*in unter Beobachtung der Prüfungskommission (vgl. 5.2).

Der*die Kandidat*in hat im Rahmen der praktischen Prüfung

- ein Konzept für die Behandlung auf Basis einer energetischen Einschätzung zu erstellen (20 bis 30 Minuten),
- das Konzept der Prüfungskommission zu präsentieren, d.h. die erhobenen Befunde darzustellen, die energetische Einschätzung zu begründen sowie das daraus resultierende Behandlungskonzept und seine Besonderheiten zu erläutern (10 bis 20 Minuten),
- die Behandlung unter Beachtung von Behandlungskonzept, Drucktechniken, Arbeitshaltung und Kundenkontakt durchzuführen (40 bis 60 Minuten),
- die Behandlung mit der Prüfungskommission nachzubesprechen, d.h. Implikationen zum Behandlungskonzept auf Basis der durchgeführten Behandlung zu reflektieren und Überlegungen zum weiteren Behandlungskonzept sowie zu einer möglichen Nach- und Weiterbetreuung anzustellen (10 bis 20 Minuten).

Die Prüfungskommission **bewertet**,

- wie der*die Kandidat*in seine*ihre energetische Einschätzung darstellt und anhand von Befundung und Anamnese begründet,
- wie er*sie sein Behandlungskonzept darlegt und begründet,
- wie er*sie die Behandlung durchführt (Anwendung von Techniken etc.),
- wie er*sie neue Informationen, die sich im Laufe der Behandlung ergeben, in seine*ihre energetische Einschätzung und sein Behandlungskonzept integriert und diese anpasst,
- Abweichungen von seinem Behandlungskonzept begründet,
- wie er*sie auf verbale und nonverbale Äußerungen des*der Klient*in eingeht/reagiert,
- generell die nonverbale Interaktion mit dem*der Klient*in gestaltet.

5.1.2 Fachgespräch

Das Fachgespräch, das mindestens 30 Minuten und maximal 45 Minuten dauert, schließt an die praktische Prüfung an. Die Prüfungskommission holt zunächst als Teil der Nachbesprechung der Behandlung (vgl. 5.1.1) **Feedback** vom Prüfungsmodell ein (wie der*die Klient*in sich nach der Behandlung fühlt, wie es ihm*ihr während der Behandlung ergangen ist, wie die Druckstärke für ihn*sie war, wie geborgen/sicher er*sie sich gefühlt hat etc.). Im Anschluss daran wird der*die Prüfungskandidat*in über seine*ihre Eindrücke von der Behandlung befragt, d.h. wie es ihm*ihr bei der Behandlung ergangen ist, wie es ihm*ihr in Hinblick auf sein*ihr Behandlungskonzept gegangen ist, ob er*sie sein*ihr Konzept auf Basis der erfolgten Behandlung umändern würde, wie er*sie seine*ihre Behandlung in weitere Folge planen würde, ob es Hinweise für den*die Klient*in gäbe etc.

Ausgehend von der Arbeit am Prüfungsmodell bzw. an die konkrete Behandlung anknüpfend hat der*die Kandidat*in im Rahmen des Fachgesprächs weiterführende Aufgabenstellungen zu lösen/zu argumentieren/zu begründen, die zeigen sollen, dass er*sie die Fachtheorie sowie die Grundlage Shiatsu-relevanter medizinischer Disziplinen beherrscht bzw. anwenden kann. Der*die Kandidat*in hat

- Meridianverläufe und Tsubos zu demonstrieren und Auswirkungen auf die Behandlung darzulegen (z.B. Verlauf, Lokalisation, Indikationen, Funktionen, Zusammenhänge, Punktekategorien, Kontraindikationen),
- typische Disharmoniemustern, ihren Ursachen, Implikationen und Behandlungsansätze (inklusive möglicher, über die Shiatsu-Behandlung hinausgehender unterstützender Maßnahmen) zu beschreiben,
- eine energetische Einschätzung (anhand der Beschreibung einer Klient*innensituation) zu treffen und kurz- bzw. langfristige Behandlungskonzepte unter Berücksichtigung von Kontraindikationen und Behandlungseinschränkungen darzulegen,
- theoretische Grundlagen des Shiatsu darzulegen (inkl. Diagnostikverfahren),
- Gesundheitskonzepte und ihre konkreten Implikationen für die Shiatsu-Behandlung darzustellen.

Die Prüfungskommission **bewertet** im Rahmen des Fachgesprächs, ob der*die Kandidat*in die Fachtheorie beherrscht und weiß, wie diese in der Praxis umgesetzt/angewandt wird bzw. welche Auswirkungen/Implikationen damit in der Praxis verbunden sind. Der*die Kandidat*in, der*die zum Zeitpunkt der Prüfung bereits über Berufserfahrung verfügt, soll seine*ihre fachliche Expertise im Rahmen des Gesprächs unter Beweis stellen.

Wenn Prüfungskandidat*innen ihre Ausbildung nicht an einer Certified School absolviert haben, haben sie ein **vertiefendes Fachgespräch** zu absolvieren (vgl. Abb. 1). Im Rahmen dieser Erweiterung werden die Inhalte der fachtheoretischen Ausbildung (nach dem ÖDS-Curriculum, vgl. Tab. 1) im Fachgespräch vertiefend erörtert. Dabei möchte sich die Prüfungskommission davon überzeugen, dass der*die Kandidat*in die zentralen Aspekte der Fachtheorie auch tatsächlich verstanden hat. Bei Kandidat*innen, die über eine Certified School kommen, wird die Vermittlung der Lehrinhalte durch die Akkreditierung gewährleistet.

5.2 Prüfungskommission und Bewertung

Beide Teile der Abschlussprüfung sind **kommissionelle Prüfungen**. Wenn der*die Kandidat*in den Weg zur Prüfung über eine Certified School gewählt hat, besteht die Prüfungskommission aus **zwei Mitgliedern**, d.h. einem*einer Hauptprüfer*in und einem*einer Prüfungsbeisitzer*in. Wenn der*die Kandidat*in nicht über eine Certified School kommt, dann setzte sich die Prüfungskommission aus **drei Mitgliedern** zusammen – aus einem*einer Hauptprüfer*in und zwei Beisitzer*innen, damit diese sich ein umfassenderes Bild vom*von der Kandidat*in machen können.

Als Hauptprüfer*innen und Beisitzer*innen können nur Personen tätig sein, die in einer **Liste des ÖDS** aufscheinen. Auf diese Liste kommen Personen, die als Qualified Teacher oder Qualified Senior Teacher arbeiten, die eine aktive Gewerbeberechtigung haben (d.h. aktiv selbstständig berufstätig sind) und eine mindestens fünfjährige Unterrichtspraxis vorweisen können.

5.2.1 Hauptprüfer*innen

Hauptprüfer*innen müssen jedenfalls über einen Qualified Senior Teacher Abschluss verfügen. Bei Prüfungen, die an Certified Schools abgelegt werden, nominiert die Schule den*die Hauptprüfer*in. Es handelt sich dabei in der Regel um den*die Lehrgangsleiter*in. Allenfalls kann ein anderer erfahrener Qualified Senior Teacher die Funktion des*der Hauptprüfer*in übernehmen. Bei Prüfungen von Kandidat*innen, die ihre Ausbildung nicht an ÖDS-akkreditierten Einrichtungen absolviert haben, wird der*die Hauptprüfer*in vom ÖDS nominiert. Es ist jedenfalls darauf zu achten, dass keine Befangenheitsgründe vorliegen. Dies ist beispielsweise dann der Fall, wenn Hauptprüfer*in und Kandidat*in verwandt sind, in einer Lebensbeziehung miteinander stehen oder wenn zwischen ihnen ein Arbeitsverhältnis besteht bzw. bis zwei Jahre vor dem Prüfungsantritt bestanden hat. In diesem Fall muss die

Schule bzw. der ÖDS eine*n andere*n Hauptprüfer*in bestellen. Prüfungskandidat*innen haben zudem das Recht, bei einem bestehenden Konflikt mit dem*der Hauptprüfer*in diese*n als befangen abzulehnen.

Hauptprüfer*innen tragen die **primäre Verantwortung** für die Prüfung, d.h. sie wählen das Prüfungsmodell (den*die Klient*in) aus, formulieren die Aufgabenstellungen, führen die Prüfung durch und bewerten die Ergebnisse beider Prüfungsteile.

5.2.2 Prüfungsbeisitzer*innen

Prüfungsbeisitzer*innen sind Qualified (Senior) Teacher. Der ÖDS entsendet an jedem Termin eine*n Beisitzer*in zu Prüfungen, die an einer Certified School abgelegt werden. Er achtet dabei darauf, dass Beisitzer*innen nicht häufiger als zweimal hintereinander an einer Einrichtung tätig sind. Wenn Kandidat*innen nicht über eine Certified School kommen, werden vom ÖDS zwei Beisitzer*innen in die Prüfungskommission berufen. Hinsichtlich Befangenheit gelten dieselben Regelungen wie bei Hauptprüferinnen.

Beisitzer*innen haben primär die Aufgabe, die **Prüfung zu beobachten** und für einen korrekten, den ÖDS-Vorgaben/Qualitätsstandards entsprechenden Prüfungsablauf zu sorgen. Zudem sollen sie sich einen ausreichenden Eindruck über das Wissen und Können der Prüflinge machen. Dazu haben sie auch die Möglichkeit, Fragen zu stellen. Der*die Beisitzer*in (bei einer Zweier-Prüfungskommission) bzw. die Beisitzer*innen (bei einer Dreier-Prüfungskommission) bewerten zudem beide Prüfungsteile.

5.2.3 Bewertung

Hauptprüfer*in sowie Beisitzer*in(nen) bewerten jeweils gesondert (d.h. individuell/für sich) beide Prüfungsteile. Es wird ausschließlich zwischen „**bestanden**“ und „**nicht bestanden**“ unterschieden; Noten werden keine vergeben. Nach dem Fachgespräch stimmen sich Hauptprüfer*in und Beisitzer*in(nen) über das Ergebnis ab. Der*die Kandidat*in verlässt dazu kurz den Prüfungsraum. Die Prüfungskommission erstellt gemeinsam ein **Protokoll** über den Prüfungsablauf, über die Inhalte der Prüfung, über das Ergebnis für jeden Prüfungsteil sowie über das Gesamtergebnis. Dieses Protokoll wird dem ÖDS übermittelt.

Im Protokoll ist auch anzugeben, wenn sich die Prüfungskommission über die Bewertung nicht einig ist und es daher kein eindeutiges Gesamtergebnis gibt. In diesem Fall prüft der ÖDS-Vorstand genau das Protokoll und befragt sowohl den*die Hauptprüfer*in als auch die Beisitzer*in(nen). Kann keine Entscheidung getroffen werden, so ist die Prüfung mit neuer Prüfungskommission zu wiederholen. In diesem Fall müssen die Beisitzer*innen jedenfalls Qualified Senior Teacher sein.

Bei negativer Beurteilung können die negativ bewerteten Prüfungsteile **wiederholt** werden. Der Ablauf der Wiederholungsprüfung ist analog zum Erstantritt.

Kandidat/inn/en haben in jedem Fall, insbesondere aber beim negativen Prüfungsergebnis, das Recht, beim ÖSD Einsicht in das Protokoll zu nehmen. Jedes Protokoll wird beim ÖSD für einen Zeitraum von 60 Jahren archiviert.

5.3 Ausstellung des Qualifikationsnachweises

Wenn Prüfungskandidat*innen die Abschlussprüfung erfolgreich absolviert haben, werden alle erforderlichen Unterlagen (Bestätigungen, Nachweise, Zeugnisse etc.) an den ÖSD übermittelt, der das **Diplom „Qualified Shiatsu Practitioner“** ausstellt. Dieses Diplom ist gleichzeitig die Bestätigung für die Gewerbebehörde, dass die Ausbildung die Massage-Verordnung erfüllt.

6. Glossar

Das nachfolgende Glossar erklärt und kontextualisiert zentrale Shiatsu-spezifische Begriffe und Konzepte. Zu beachten ist, dass Shiatsu einen fernöstlichen Ursprung hat. Demzufolge ist auch die Bedeutung der Begriffe und Konzepte von einer fernöstlichen Denkweise/einem fernöstlichen Verständnis geprägt. Dieses Verständnis unterscheidet sich zum Teil deutlich von einer modernen westlichen Weltanschauung, daher haben auch die Begriffe und Konzepte eine unterschiedliche, manchmal eine nahezu gegensätzliche Bedeutung (vgl. Kap. 7).

Chronobiologie

Die Chronobiologie untersucht und beschreibt die zeitliche Organisation physiologischer Prozesse, die jeden Organismus grundlegend ausmachen. Solange er lebt, wird er von einer Vielzahl unterschiedlicher Rhythmen bestimmt, die seine zeitlich geordnete Funktionsweise gewährleisten: von Millisekunden dauernden bis hin zu jahreszeitlichen Zyklen, die bei Gesundheit harmonisch zusammenwirken. Von besonderer Bedeutung sind circadiane Rhythmen (24-Stunden-Rhythmen, die, wie beispielsweise die Melatoninausschüttung, die Anpassung des Organismus an die Tageszeiten betreffen) und circanuale Rhythmen (Jahres-Rhythmen, die die Anpassung des Organismus an die Jahreszeiten betreffen und sich beispielsweise in saisonalen Stimmungsänderungen zeigen). Zugleich sorgen äußere Einflüsse („Zeitgeber“) für die Synchronisation des Menschen mit seinem Umfeld. Synchronisationsstörungen sind Ausdruck von Erkrankungen, können aber auch ihrerseits zu Befindlichkeitsstörungen (wie Jetlag) bis hin zu schwerwiegenden Problemen führen.

Disharmonie (Dysbalance), Disharmoniemuster

Disharmonie (Dysbalance) verweist auf ein Ungleichgewicht der Körpersysteme: Die verschiedenen Funktionsbereiche des Organismus funktionieren untereinander nicht mehr in einem harmonischen, physiologischen Zusammenspiel und/oder sind nicht in Einklang mit ihrem Umfeld. Vergleichbar ist diese Vorstellung mit den wissenschaftlichen Erkenntnissen der Chronobiologie. Wird dieser disharmonische Zustand chronisch, so spricht die Shiatsu- und traditionelle fernöstliche Theorie von einem Disharmoniemuster, das (wieder) harmonisiert werden soll, da sich daraus Befindlichkeitsstörungen und Erkrankungen entwickeln können.

Energie (chinesisch: Qi; japanisch: Ki)

Der traditionelle Begriff Qi (oder Ki) wird im Westen üblicherweise mit Energie übersetzt. Shiatsu verwendet diesen Begriff allerdings weder in einem technischen (im Sinne von Elektrizität), noch in einem esoterischen Verständnis. Vielmehr folgt Shiatsu der fernöstlichen Verwendung dieses Begriffes, wonach Energie die konkrete Erfassung eines Funktionsniveaus von Körpersystemen mit Hilfe diagnostischer Verfahren ist. Shiatsu verwendet damit den Begriff in derselben Weise wie die traditionelle chinesische Medizin (TCM).

Fluss der Energie

Darunter versteht man einerseits die (idealerweise) harmonische, in einem zeitlichen Ablauf erfolgende Verteilung und Versorgung des gesamten Organismus mit Energie (Qi, Ki), andererseits den damit zusammenhängenden, biologisch begründeten zeitlichen Ablauf von Körperfunktionen im Tageszyklus. Das bedeutet, dass zu bestimmten Zeiten bestimmte Organsysteme (besonders) aktiv sind und Unregelmäßigkeiten auf jeweils bestimmte Funktionsstörungen hindeuten (d.h. Auffälligkeiten, die in

die energetische Einschätzung miteinbezogen werden). Ein regelhafter Fluss des Qi hingegen deutet auf eine physiologisch einwandfreie Funktion des Organismus hin, und damit auf Gesundheit und Wohlbefinden.

Fünf Wandlungsphasen (Fünf Elemente)

Die Fünf Wandlungsphasen Holz, Feuer, Erde, Metall und Wasser lassen sich als Differenzierungen der beiden Urprinzipien Yin und Yang verstehen und treten in allen Erscheinungen des Kosmos zutage. Die Wandlungsphasen Holz und Feuer sind Yang, die Wandlungsphasen Metall und Wasser sind Yin. Erde als fünfte Wandlungsphase entspricht dem Gleichgewicht von Yin und Yang. Im Jahreszyklus assoziiert man die Wandlungsphase Holz mit dem Frühling, die Wandlungsphase Feuer mit dem Sommer, die Wandlungsphase Metall mit dem Herbst und die Wandlungsphase Wasser mit dem Winter. Die Wandlungsphase Erde bildet die Mitte und den Übergang zwischen jeweils zwei Wandlungsphasen. Die Lehren der Fünf Wandlungsphasen wurden unmittelbar aus der Naturbeobachtung abgeleitet und beschreiben systemische Zusammenhänge von Werden, Wandel und Vergehen, denen alle dynamischen Prozesse unterliegen. Damit bilden sie ein (systemisches) Verständnis von Disharmonien und zeigen Ansätze für ihre Behandlung auf.

Ganzheitlichkeit

Ganzheitlichkeit im Sinne von Shiatsu bedeutet, den Menschen als untrennbare, systemische Einheit von Körper, Geist und Seele zu sehen. Zugleich verweist der Begriff auf die Einbettung des Menschen in sein biologisches, soziales und kulturelles Umfeld sowie auf seine vielfältigen Beziehungen in diesem Umfeld.

Hara

Hara (japanisch) lässt sich wörtlich mit „Bauch“ übersetzen und bezeichnet traditionell das physische und energetische Zentrum des Menschen. Arbeit aus dem Hara bedeutet, dass der ausgeübte Druck „aus der Mitte“, zentriert und durch Einsatz des Körpergewichts erfolgt, frei von Verspannung und Anstrengung. Synonym steht „Arbeit aus dem Hara“ auch für die innere Haltung von Klarheit, Ruhe, Präsenz und Zentrierung, die eine einfühlsame und damit qualitativ hochwertige Behandlung ermöglicht.

Harmonie

Harmonie bedeutet – im Gegensatz zu Disharmonie, Dysbalance – eine ausgeglichene Verteilung von Energie (Qi, Ki) in den Meridianen und im gesamten Organismus sowie ein gleichmäßiges Fließen der Energie, d.h. ein harmonischer Ablauf und ein harmonisches Zusammenspiel der Körperfunktionen und damit letztlich Gesundheit und Wohlbefinden. Vergleichbar ist diese Vorstellung mit den wissenschaftlichen Erkenntnissen der Chronobiologie.

Krankheitsursachen

Krankheit bedeutet im traditionellen fernöstlichen Gesundheitsverständnis eine Dysbalance der Körperenergien und des Zusammenspiels der Organe und Substanzen des Organismus. Die Suche nach verursachenden Faktoren, die sowohl im Organismus (z.B. übermäßige Emotionen) als auch außerhalb (z.B. klimatische Einflüsse, Ernährung oder Überbelastungen) liegen können, ist für die Behandlung von Bedeutung, da ihre Identifizierung die Auswahl der richtigen Behandlungsmethode unterstützt.

Meridiane, Meridiansystem (chinesische: Jing Luo)

Das Meridiansystem beschreibt ein Geflecht von Leitbahnen oder Gefäßen (chinesisch: Jing Luo) und damit ein komplexes reflektorisches System, das sich westlich-wissenschaftlich betrachtet als eine Art Matrix verstehen lässt, die den gesamten Körper umfasst und alle seine Teile miteinander (und auch mit der Außenwelt) in Wechselwirkung verbindet. Die Meridiane und ihre vielfältigen Verbindungen bilden die traditionelle Erklärung für die mittlerweile mit moderner Forschung in manchen Bereichen nachgewiesene Wirkung von Akupunktur-Behandlungen.

Organe, Organsysteme (chinesisch: Zang Fu)

Im Unterschied zum westlichen, primär anatomisch/morphologischen Verständnis von Organen werden in der traditionellen fernöstlichen Betrachtung Organe (besser: Organsysteme) als Funktionen (Funktionskreise) betrachtet, wobei sich diese Funktionen nur teilweise mit denen der westlichen Medizin decken. Zudem existieren in der fernöstlichen Medizin Organsysteme, für die es keinerlei Entsprechungen in der modernen Medizin gibt. Physische, geistige, emotionale und soziale Lebensdimensionen fließen in die traditionelle fernöstliche Konzeption von Organsystemen ein. Nur in all diesen Aspekten sind die Organe der fernöstlichen Medizin zu verstehen, definiert durch die mit ihnen assoziierten Funktionen.

Struktur

Das funktionelle Grundgerüst der traditionellen fernöstlichen Gesundheitslehren beruht auf vier eng miteinander verwobenen Strukturen: auf Substanzen, Meridianen (Jing Luo), Organen (Zang Fu) und Geweben. Anders als im modernen westlichen Verständnis bilden Struktur und Funktion ein untrennbares Kontinuum, wobei der Fokus der Betrachtung auf den wechselseitigen funktionellen Beziehungen liegt. Diese können entgleisen und bilden dann ein charakteristisches Disharmoniemuster.

Substanz

Der Begriff „Substanz“ ist als relativer Begriff zu verstehen, da in den fernöstlichen Gesundheitslehren Energie und Materie, ebenso wie Körper und Geist ein Kontinuum darstellen. Beispiele sind Qi (Energie) und Xue (Blut), wobei die westlichen Übersetzungen Sinn und Inhalt der fernöstlichen Konzepte nicht korrekt widerspiegeln.

Tsubo (Akupunkturpunkt, Akupressurpunkt)

Tsubos (Akupunkturpunkte) sind besondere Stellen auf der Körperoberfläche, an denen nach traditioneller Vorstellung das Qi der Organe/Organsysteme (Zang Fu) und der Meridiane an die Oberfläche tritt. Sie haben durch das System der Leitbahnen eine enge Beziehung im Sinne einer wechselseitigen Beeinflussung mit jeweils bestimmten Funktionskreisen des Organismus. Gemeinsam mit den Meridianen bilden die Tsubos die traditionelle Erklärung für die mittlerweile mit moderner Forschung in manchen Bereichen nachgewiesene Wirkung von Akupunktur-Behandlungen.

Vier Untersuchungsmethoden (chinesisch: Si Zhen; japanisch: Shi Shin)

Mit Hilfe der traditionellen Vier Untersuchungsmethoden werden Disharmonien erkannt und energetische Einschätzungen erstellt.

- Das Beobachten (chinesisch: Wang Zhen, japanisch: Bo Shin) umfasst vor allem die Beobachtung des Allgemeindrucks, der Gesichtsfarbe, der Augen und der Lippen sowie der körperlichen Ausscheidungen und der Zunge.

- Das Hören und Riechen (chinesisch: Wen Zhen, japanisch: Bun Shin) umfasst vor allem die Sprache, die Atemgeräusche, den Körper- und Mundgeruch sowie den Geruch von Absonderungen und Ausscheidungen.
- Die Befragung (chinesisch: Wen Zhen, japanisch: Mon Shin) bezieht sich auf Qualitäten wie Kälte und Hitze, Schweiß, Essen und Trinken, Kopfschmerzen und Schwindelgefühl, Qualität und Lokalisation von Schmerzen sowie Fragen zu einer etwaigen Krankheitsgeschichte.
- Das Tasten (chinesisch: Qie Zhen, japanisch: Setsu Shin) umfasst Tastbefunde des gesamten Körpers und spezifischer Diagnostikpunkte und -zonen (wie beispielsweise Hara- oder Rücken-Diagnostik) sowie die Pulsbefundung.

Yin und Yang

Yin (wörtlich übersetzt: „Schattenseite eines Hügels“) und Yang („Sonnenseite eines Hügels“) sind in der traditionellen fernöstlichen Philosophie und Medizin polare und sich gleichzeitig ergänzende sowie gegenseitig bedingende Kräfte oder Phänomene. Sie beschreiben die grundlegenden Beziehungen und Wechselwirkungen jener Kräfte, die auf ein System einwirken (z.B. bewahrende und verändernde, aufsteigende und absenkende Kräfte) und dieses zu jedem Zeitpunkt dynamisch bestimmen. Erfasst wird damit der grundlegende und regelhafte Ablauf von Entstehung, Entfaltung, Etablierung, Verfall und Auflösung – die Basis der fernöstlichen Diagnostik. Die Dialektik von Yin und Yang lässt sich vereinfachend damit zusammenfassen, dass Yin und Yang immer abwechselnd steigen und sinken. Nach einer Hochphase des Yang folgt zwangsläufig ein Absinken des Yang und gleichzeitig ein Ansteigen des Yin, bis auch dieses wieder seinen Höhepunkt erreicht hat und absinkt. Wie im Zusammenspiel von sympathischem und parasympathischem Nervensystem können Yin und Yang niemals gleichzeitig ansteigen, denn wenn das Yang zunimmt, verringert sich das Yin und umgekehrt. In der fernöstlichen Tradition ist ein Ungleichgewicht im Verhältnis von Yin und Yang die Ursache für Befindlichkeitsstörungen und – in weiterer Folge – Erkrankungen.

7. Kultureller und zeitlicher Bezugsrahmen

Die dem Shiatsu zugrundeliegenden Begriffe und Konzepte entstammen einem uns heute fernen gesellschaftlichen, kulturellen und zeitlichen Kontext, weshalb die direkte Übersetzung der Begriffe leicht zu Missverständnissen führt. Alle Beobachtungen wurden auf Basis des damals in Fernost herrschenden Weltverständnisses und seiner Begrifflichkeiten, die einem gänzlich anderen Sprach- und Denksystem entspringen, erfasst und konzeptualisiert.

Sprache bedeutet immer Konzepte: eine bestimmte Art die Welt wahrzunehmen, bestimmte begriffliche Einheiten zu bilden und bestimmte Zusammenhänge zu schaffen. Der kulturelle und gesellschaftliche Hintergrund bildet die Basis, wie wir die Welt sehen bzw. in Worten/Konzepten erfassen und ausdrücken. Die moderne Wissenschaft legt nahe, wie Forscher/innen rund um R. E. Nisbett¹³ an Untersuchungen an traditionell lebenden asiatischen und westlichen Kulturangehörigen zeigen konnten, dass selbst grundlegende Denkprozesse tiefgehend kulturell geprägt sind.

Dazu kommt, dass viele Begriffe sehr unterschiedliche, manchmal geradezu gegensätzliche Bedeutungen haben, die sich oft erst aus dem Kontext erschließen. In der Wissenschaft beschreibt man dieses Phänomen als konnotativen Bedeutungsraum. Ein Beispiel dafür ist der Begriff des Qi (Ki), der im Kontext des Shiatsu gewöhnlich und letztlich vereinfachend mit „Energie“ oder „Lebensenergie“ übersetzt wird. Im globalsten Verständnis aber ist Qi einfach alles: Alle Phänomene, ob sichtbar oder unsichtbar, lassen sich als Manifestationen des Qi betrachten. Zugleich aber bezeichnet man mit Qi auch das Wetter, die Atmosphäre zwischen Menschen oder auch ein Funktionsniveau von Körpersystemen. Vergleichen kann man diese Vielfalt der Bedeutungen durchaus auch mit dem westlichen Energiebegriff, der von einer Vielzahl verschiedener Energieformen (z.B. potenzielle, kinetische, elektrische, chemische, thermische Energie) bis hin zu relativistischen und quantenmechanischen Modellen reicht, die das gesamte Universum als Energie oder Schwingung betrachten lassen.

Generell ist die Trennung zwischen materiell und immateriell in der fernöstlichen Tradition deutlich weniger ausgeprägt als im Westen. Vereinfachend könnte man sagen, dass das fernöstliche Verständnis Geist und Körper nie auf eine Weise getrennt hat wie die westliche Philosophie in der Tradition von Descartes. Jedes Phänomen hat damit immer materielle und immaterielle Aspekte, und es gibt auch keine ausschließlich somatischen oder ausschließlich psychischen/geistigen Phänomene. Immer ist der Mensch in der Betrachtung der traditionellen fernöstlichen Gesundheitslehren ein untrennbar psychosomatisches Wesen, untrennbar verbunden auch mit seinem Umfeld, letztlich der gesamten Umwelt.

¹³ Masuda, T. & Nisbett, R. E.: Attending Holistically Versus Analytically. In: Journal of Personality and Social Psychol. 81, 2001, S. 922;
Nisbett, R. E.: The Geography of Thought. Nicholas Brealy Publishing Ltd. London, 2003;
Nisbett, R. E., Peng, K, Choi, I. & Norenzayan A.: Culture and Systems of Thought. In: Psychological Review 108, 2001, S. 291;
Kühnen, U.: Denken auf asiatisch. In: Gehirn und Geist 3, 2003, S. 10, <https://www.spektrum.de/magazin/denken-auf-asiatisch/839490>.