

BowenTherapie – Ganzheitliche Therapie zur Stimulation der Selbstheilung

Seit Mitte der 80er Jahre verbreiten sich verschiedene Formen einer manuellen Behandlungsweise von Australien aus über die ganze Welt. Ihr gemeinsamer Ursprung geht auf den 1982 verstorbenen Tom Bowen zurück. Diese Therapie aktiviert die Selbstheilungskräfte auf völlig neue Weise. Im Vertrauen auf das Heilungspotenzial des Körpers, die Kraft ruhiger Momente und den Mut zur Eigenverantwortlichkeit des Patienten führt diese Methode oft erstaunlich schnell zu anhaltenden und positiven Resultaten.

Ausgangspunkt der Anwendung sind überwiegend Beschwerden des Bewegungsapparates, die hervorragend auf die Methode reagieren. Dies trifft sowohl für akute als auch für chronische Beschwerden zu. Es würde jedoch zu kurz greifen, wenn man die von Tom Bowen (sprich: „Bouen“) entwickelten Behandlungsprinzipien nur auf orthopädische Indikationen beschränkte. Viszerale Beschwerden können ebenso darauf ansprechen, denn die BowenTherapie bewirkt eine grundsätzliche Regulation des Vegetativums. Durch die Behandlungen kommt ein Prozess in Gang, der ganzheitlich die psychische und seelische Ebene einbezieht und sie integriert. Dies macht die Methode zu einem wundervollen Werkzeug für Patienten und Behandler, die über die reine Symptomebene hinausgehen möchten.

Kein Griff wiederholt sich!

Die BowenTherapie unterscheidet sich zum Teil auf eklatante Weise von den meisten anderen manuellen Behandlungsmethoden. Bei ihnen wird in der Regel repetitiv am betroffenen Gewebe gearbeitet und kontinuierlicher Hautkontakt mit dem Patienten verlangt. In der BowenTherapie hingegen gibt es keine repetitiven Griffe. Die konventionelle Vor-

stellung, das Gewebe „weich zu kneten“, hat Tom Bowen durch seine Idee ersetzt, eine weit gehend selbstständige Entspannung der Weichteilstrukturen zu erzielen. Der Bowen-Behandler nimmt dabei zwar auch fürsorglichen Kontakt mit dem Patienten auf, übernimmt aber nicht dessen (Heilungs-)Arbeit. Stattdessen führt er den Körper auf den Weg zur Selbstheilung.

Ruhepausen zwischen den Bowen-Moves

In der Ruhe liegt die (Heil-)Kraft. Durch spezielle Ruhephasen zeigt der Therapeut dem behandelten Organismus ganz konkret seine Eigenverantwortung auf. Der Patient wird während einer Behandlung immer wieder „allein gelassen“. Durch diese Ruhepausen erfährt er, dass er selbst die Hauptarbeit im Heilungsprozess leisten muss und auch kann.

Das Grundelement der Behandlung ist der Bowen-Move (▶ **Abb. 1**), eine quer zum Faserverlauf durchgeführte rollende Manipulation bzw. Stimulation des Gewebes, vor allem der Muskelfasziën, an bestimmten Schlüsselstellen des Körpers. Abfolgen dieser jeweils nur einmal pro Sitzung ausgeführten Moves werden zu so genannten Sequenzen zusammengefasst. Wichtiger Bestandteil der Behandlung sind die ca. zweiminütigen Ruhephasen zwischen den Abfolgen einzelner Bowen-Moves. Ähnlich einer homöopathischen Mittelgabe benötigen die Bowen-Moves einen gewissen Zeitraum, um dem Körper Gelegenheit zu geben, die neue Information aufzunehmen und sinnvoll zu verarbeiten. Während dieser Pausen wird der Patient in Ruhe gelassen, der Therapeut zieht sich aus der Aura des Patienten zurück. Der Körper reagiert auf die Moves lokal mit vermehrter Zirkulation von Blut und Lymphe sowie – durch die Lösung energetischer Blockaden – mit

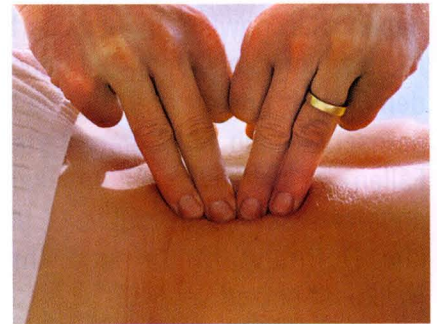


Abb. 1 Ansatz eines Bowen-Moves über die Rückenstrecker (M. erector spinae)

einer allgemeinen, raschen und tiefen Entspannung. Eine Neuorientierung der vegetativen und auch der emotionalen Gestimmtheit ebenso wie die strukturelle Neuausrichtung der Weichteile begründen die herausragende Effizienz der BowenTherapie. In dem von Dr. med. Jo Anne Whitaker [1] in Florida gegründeten Bowen Research & Training Institute Inc [2], konnte anhand von Messungen der „Heart Rate Variability“ ein signifikanter Effekt auf das Autonome Nervensystem nachgewiesen werden [3].

Selbstregulation des Körpers

Die BowenTherapie stimuliert die autoregulativen Fähigkeiten des Organismus so, dass die betroffenen Strukturen ihre freie physiologische Funktion in dem Maß und in der Geschwindigkeit wiedererlangen, wie es der individuellen Verfassung jedes einzelnen Patienten entspricht. Durch die BowenTherapie werden Schmerzen, Myogelosen, Verkrampfungen, Schonhaltungen usw., die zunächst sinnvoll vom Körper als Schutzmechanismen oder Warnzeichen installiert wurden, im besten Fall überflüssig. Der Organismus kann diese „stecken gebliebenen“ Gegenregulationen aufgeben. Auch schon lange bestehende Beschwerden können auf diese Weise häufig mit nur einigen Behandlungen

gen erfolgreich therapiert werden. Leiden, die mit strukturellen Veränderungen einhergehen, werden in ihrer Progredienz aufgehalten, Schmerzen können spürbar gelindert werden. Die Weichteilsituation wird grundlegend positiv beeinflusst. So kommt es immer wieder zu Verbesserungen, die man aufgrund der bereits vorhandenen Strukturalterationen für kaum möglich gehalten hätte, z.B. bei Arthrosen oder Skoliosen.

Hohe Akzeptanz bei Patienten

Die BowenTherapie ist nicht invasiv oder mit großer Krafteinwirkung verbunden. Die Akzeptanz bei den Patienten ist daher hoch. Vom Säugling bis zum hoch betagten Menschen, ob chronisch krank oder frisch verletzt – jeder Patient kann zu seinem Vorteil behandelt werden. Für den Therapeuten stellt die BowenTherapie eine schonende Möglichkeit dar, effektiv zu behandeln und dabei die Belastung für sich selbst auf ein Minimum zu reduzieren.

Der Kombination mit anderen naturheilkundlichen Methoden steht nichts entgegen. Es gibt zwar Schulen, die einen Ausschließlichkeitsanspruch auf verschiedenen Ebenen transportieren. Praktischen Bedürfnissen der Anwender und Patienten wird dies aber letztendlich nicht gerecht. So kann nach unserem Dafürhalten die BowenTherapie sowohl als "stand-alone-therapy" eingesetzt als auch in ein naturheilkundliches Gesamtkonzept eingegliedert werden, wie es von in Deutschland tätigen Therapeuten häufig praktiziert wird.

Eine Behandlung dauert in der Regel 20–40 Minuten. Prognose, Behandlungsdauer und Behandlungsintensität werden dem individuellen Fall angepasst. Bei chronischen Erkrankungen oder längerfristig angelegten Behandlungsplänen hat sich ein wöchentlicher Abstand als sinnvoll erwiesen. Bei akuten Zuständen haben sich häufigere Behandlungen bewährt. Langfristige Behandlungserfolge hängen vom Ausgangszustand ab und bedürfen wiederholter Behandlung. Häufig sehen wir nach sechs bis acht Anwendungen eine deutliche Verbesserung, bei akuten Zuständen (z.B. akuten Lumbalgie, auch mit Bandscheibenproblemen etc.) oft schon früher.

In Australien wird die BowenTherapie zunehmend von Privatkassen in deren Leistungskatalog aufgenommen. Im deutschsprachigen Raum ist das noch nicht der Fall. Hier finden die gleichen Regeln Anwendung wie sie beispielsweise auch für Osteopathie-Behandlungen gelten. Abrechnungsmöglichkeiten sind daher individuell unterschiedlich zu bewerten.

Helfen Sie schneller und nachhaltiger

Die Summe ihrer Eigenschaften ermöglicht es sowohl dem naturheilkundlichen Allgemeinthérapeuten als auch dem ganzheitlich orientierten Manualtherapeuten bis hin zum „D.O.“-Osteopathen [4], mit der BowenTherapie in vielen Fällen effektiver, schneller und vor allem auch nachhaltiger als bisher helfen zu können.

Seit dem Jahr 2000 gibt das Deutsche Zentrum für BowenTherapie (DZBT) die ISBT-BowenTherapie® in erster Linie an Heilpraktiker, aber auch an Ärzte, Masseur und zunehmend an Physiotherapeuten weiter. Die ISBT-Methode (Abk. für International School of BowenTherapy) ist klar und verständlich aufgebaut und damit auch in der Lernphase und der Anwendung überschaubar. Grundlage unserer Betrachtungsweise ist die Überzeugung, dass wir uns als Therapeuten in einen Austausch von Information und Energie begeben und nicht in eine übergeordnete Position gegenüber dem Patienten. Das Spüren (mit unseren Fingern) ist daher neben der Ausführung der Technik immer bedeutsam. Wer mit ISBT-BowenTherapie arbeiten will, braucht sich nicht auf Jahre hinaus exklusiv dieser Methode zu verschreiben.

Anmerkungen

- [1] vgl. "Who is Who in America".
- [2] Siehe: www.bowen.org
- [3] "The Bowen Technique – A gentle hands-on healing method that affects the Autonomic Nervous System as measured by Heart Rate Variability and clinical assessment", 1997 auf dem AAEM-Kongress vor alternativ arbeitenden, amerikanischen Medizinern vorgestelltes Papier, das dem Autor vorliegt.
- [4] Die älteste europäische Schule für Osteopathie, die renommierte B.S.O. (British School of Osteopathy), führt BowenTherapie in ihrer Liste für continued professional development, also weiterführende Berufsbildungen für Osteopathen.



Weiterführende Informationen

www.BowenTherapie.de

Deutsches Zentrum für BowenTherapie
Johann-Michael-Fischer-Str. 2
D-86911 Dießen am Ammersee
Tel.: 08807/94 77 35
Fax: 08807/94 69 95
E-Mail: dzbt@BowenTherapie.de



HP Tobias Hauser
Grünhülstr. 25
86911 Dießen am Ammersee

Tobias Hauser ist Heilpraktiker in eigener Praxis und Leiter des 1999 in Zusammenarbeit mit der International School of BowenTherapy (Melbourne Australien) gegründeten Deutschen Zentrums für BowenTherapie (DZBT).

E-Mail: dzbt@bowentherapie.de