

# Das Schwerste: immer wieder entdecken, was man ohnehin weiß<sup>1</sup> oder : Wissenschaft trifft Jin Shin Jyutsu

*Eika Bindgen, Gerlinde Geiss*

Jeder Jin Shin Jyutsu-Praktiker ist im Laufe seiner Tätigkeit bestimmt nicht nur einmal gefragt worden: „Wie und warum funktioniert eigentlich Jin Shin Jyutsu?“ Und die Praktiker selbst haben sich selbst tausendmal die Frage gestellt: Was führt zu einer wirkungsvollen Behandlung und was verhindert sie? So und ähnlich sind Fragen, mit denen sich auch die Wissenschaft<sup>2</sup> in ihrer Erforschung von alternativen und komplementärmedizinischen Heilmethoden auseinandersetzt.

Unter der Leitung von Dr. Gerlinde Geiss aus der Abteilung für Gesundheits- und Klinische Psychologie führt die Carl von Ossietzky Universität Oldenburg in Zusammenarbeit mit der Vorsitzenden der Deutschen Gesellschaft für Mary Burmeister Jin Shin Jyutsu e.V., Eika Bindgen, derzeit die erste deutschsprachige Studie zur Wirksamkeit von Jin Shin Jyutsu in Deutschland, Österreich und der Schweiz durch. Dabei sollen Behandlungsverläufe von Jin Shin Jyutsu-Behandlungen aus Sicht von Praktikern und Klienten erfasst und auf ihren Verlauf und ihre Wirksamkeit hin untersucht werden. Ziel des Projekts ist es, zum ersten Mal mit

<sup>1</sup> Zitat von Elias Canetti, bulgarischer Nobelpreisträger für Literatur 1981, entdeckt in dem Programm: Übermorgenstadt Oldenburg, Stadt der Wissenschaft 2009, Jan.-April 2009, S. 15

<sup>2</sup> „Wissenschaft ist die Erweiterung des Wissens durch Forschung, ...,Forschung ist die methodische Suche nach neuen Erkenntnissen sowie deren systematische Dokumentation und Veröffentlichung in Form von wissenschaftlichen Arbeiten“ aus: <http://de.wikipedia.org/wiki/Wissenschaft> (URL am 09.01.09)

wissenschaftlichen Methoden und einer großen Stichprobe von etwa 300-500 Behandlungen Aussagen darüber treffen zu können, welche Jin Shin Jyutsu-Behandlungen unter welchen Bedingungen gute und anhaltende oder aber wenig tragfähige Ergebnisse erbringen.

Dies erweist sich von Beginn an als ein sehr interessantes Projekt, denn schon bei der Zusammenstellung der Fragebögen zur Wirksamkeitsmessung betritt man im Vergleich zu schulmedizinischen Studien relatives Neuland. Wissenschaft, die alternative Heilverfahren erforscht, hat längst erkannt, dass man andere Maßstäbe und Methoden anwenden muss, um Wirksamkeitsnachweise zu erbringen als in der Erforschung schulmedizinischer Therapien. Ein hauptsächlich Unterschied dabei ist zum Beispiel der Blick auf den ganzen Menschen und auf alle Veränderungen, die sich in der Zeit der Therapie abspielen. In der Erforschung alternativer Therapie- und Heilmethoden wird die Unterteilung in Haupt- und Nebeneffekte oder die Unterscheidung zwischen tatsächlichem und Placebo-Effekt nicht in der gleichen Art getroffen wie in den klassischen medizinischen Forschungsdesigns. Denn anerkanntermaßen tragen viele Faktoren dazu bei, Besserung oder Heilung herbeizuführen oder zu beeinträchtigen.

Um diese Gegebenheiten und Einflussfaktoren zu erfassen, wurden in der Pilotphase dieses Forschungsprojekts, die im Sommer letzten Jahres durchgeführt wurde, mehrere „Experten“ in einem ca. halbstündigen Gespräch interviewt. Als Experten galten Professionelle, die eine langjährige praktische und theoretische Berufserfahrung als Jin Shin Jyutsu-Praktiker vorweisen konnten. Das Thema dieser Interviews war die Frage, welche Gegebenheiten bei einer Jin Shin Jyutsu Behandlung zur Wirksamkeit beitragen, beziehungsweise den Effekt einer Behandlung ausmachen. Diese Gespräche wurden auf Tonträgern aufgezeichnet, transkribiert und ausgewertet.

Im Folgenden stellen wir die Ergebnisse der Auswertung der Gespräche tabellarisch dar.

# Einflussfaktoren auf den Erfolg einer Jin Shin Jyutsu-Behandlung aus Sicht von JSJ-Experten

Patient/Klient (I)	Jin Shin Jyutsu-Praktiker (II)	Kontextfaktoren (III)
<p><b>Innere Haltung:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bereitschaft zur Veränderung im Leben</li> <li>- Offenheit</li> <li>- Bereitschaft, Zeit/Geld/Energie zu investieren</li> <li>- Vertrauen in Jin Shin Jyutsu</li> <li>- Positive Einstellung</li> <li>- Motivation</li> <li>- Erwartung an Behandlung</li> <li>- Glaube an Möglichkeit der Heilung</li> <li>- Bewusstwerdung von der Krankheit zugrundeliegenden seelischen Konflikten</li> </ul> <p><b>Äußeres Handeln:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- sich Raum und Zeit geben für Regeneration</li> <li>- aktives Mitwirken</li> <li>- Selbsthilfeübungen praktizieren</li> <li>- Übernahme von Verantwortung</li> </ul> <p><b>Selbstkontakt:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Eigenwahrnehmung</li> <li>- Sich-Fallen-Lassen-Können</li> <li>- Eintauchen-Können</li> <li>- Sich wohlfühlen</li> </ul> <p><b>Kontakt zum Praktiker:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Qualitäten in der Beziehung zum Praktiker</li> <li>- Gefühl von Sicherheit</li> </ul> <p><b>Äußere Einflussfaktoren des Patienten:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vorerfahrung mit Jin Shin Jyutsu</li> <li>- Stress im Leben</li> <li>- Stress vor der Behandlung</li> <li>- Einfluss von Körperfunktionen</li> </ul>	<p><b>Wissen und Fertigkeiten in Bezug auf Jin Shin Jyutsu:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ausbildung (Ausbildungsstand, Kontinuität im Studium, Erfahrung)</li> <li>- Selbsthilfeübungen praktizieren</li> <li>- Verständnistiefe</li> <li>- Wahrnehmungsfähigkeit für das Pulsieren</li> <li>- Wahrnehmungsfähigkeit für den Körper</li> <li>- Anamnese</li> <li>- Anpassung der Behandlung an die sich verändernde Symptomatik</li> <li>- Sicherheit in der Behandlung</li> </ul> <p><b>Allgemeine und erweiterte therapeutische Qualitäten:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Raum geben</li> <li>- Sicherheit geben</li> <li>- Achtsamkeit</li> <li>- Zuhören können</li> <li>- Beobachtungsfähigkeit</li> <li>- Ganzheitliche Wahrnehmung</li> <li>- Intuition</li> <li>- Zuwendung</li> <li>- Einführende Erklärung</li> <li>- Selbstreflexion</li> <li>- Inter-/Supervision</li> <li>- Herzensqualitäten</li> <li>- Bewusstseinsweite</li> </ul>	<p><b>Kontakt zwischen Praktiker und Klient:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Art der Beziehung</li> <li>- Dialog</li> </ul> <p><b>Behandlungsmodalitäten:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Merkmale der Behandlung</li> <li>- Eigenschaften der Symptomatik</li> <li>- Behandlung der zugrundeliegenden Disharmonie</li> <li>- Heilung auf mehreren Ebenen</li> <li>- Parallele Durchführung anderer Behandlungsmethoden</li> <li>- Unbeeinflussbare Faktoren</li> </ul> <p><b>Äußere Bedingungen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Behandlungsort</li> <li>- Atmosphäre im Raum</li> <li>- Verhalten des Umfeldes</li> </ul>

Die Interviewpartner nannten sowohl Gegebenheiten, die vom Patienten bzw. Klienten ausgehen (I), als auch solche, die mit dem ausführenden Jin Shin Jyutsu-Praktiker zusammenhängen (II) oder im Kontext einer Jin Shin Jyutsu-Behandlung allgemein liegen (III), als mögliche Einflussfaktoren auf den Erfolg einer Behandlung..

Mögliche Einflüsse auf die Jin Shin Jyutsu-Behandlung, die auf Seiten des Patienten/Klienten liegen (I), umfassen 5 thematische Bereiche (s. Tabelle). So liegt in der inneren Haltung des Behandelten ein bedeutsamer Einfluss auf den Behandlungserfolg: Die Geduld zur Veränderung - „(...) dass ich innerlich warten kann, bis ich merke, ich komme jetzt an diese Schwelle, wo es Veränderung geben wird (...)“ (Exp.1) oder „will er schnell repariert werden?“ (Exp.5) – spielt dabei ebenso eine Rolle wie eine grundsätzlich positive Einstellung zur Behandlung oder der Glaube an die Möglichkeit der Heilung.

Ein weiterer Faktor, der sich auf den Behandlungserfolg auswirken kann, besteht in den tatsächlichen Handlungen des Klienten. Für die befragten Experten ist dabei das Maß an Verantwortungsübernahme durch den Klienten für den Heilungsprozess besonders bedeutungsvoll für den Erfolg einer Jin Shin Jyutsu-Behandlung. Als ein Zeichen dafür wird u.a. die tägliche Selbsthilfe genannt.

Auch Gegebenheiten, die den Kontakt des Patienten zu sich selbst und zum Praktiker betreffen, können die Behandlung beeinflussen: „Je tiefer er sich auf sich selbst einlassen kann“ (Exp.2) – „Empathie muss vorherrschen“ (Exp.1). Und schließlich gibt es verschiedene äußere Einflussfaktoren im Leben des Klienten, die eine Behandlung beeinflussen können.

Die Aussagen über den Einfluss des Jin Shin Jyutsu-Praktikers auf den Erfolg einer Behandlung (II) lassen sich grob in zwei Bereiche unterteilen. Entweder beziehen sie sich auf Jin Shin Jyutsu-Wissen oder es sind allgemeine und erweiterte therapeu-

tische Qualitäten, die den Prozess mitgestalten. Fachwissen, das eigene kontinuierliche Studium, die tägliche Selbsthilfe und langjährige Erfahrung mit Jin Shin Jyutsu wurden als wichtige Komponenten im Bereich der fachspezifischen Kompetenzen genannt. Für genauso wichtig erachten die befragten Experten allgemeitherapeutische Fähigkeiten des Praktikers, zum Beispiel dem Klienten Sicherheit zu vermitteln, ihn „ganz wahrzunehmen, und dies auf vielen Ebenen: energetisch, auf körperlichen Ebenen, wo sich Spannungen zeigen, wie sich der Mensch präsentiert (...)“ (Exp.3), und ihm mit bestimmten „Herzqualitäten“ (Exp.9) und einer gewissen Bewusstseinsweite zu begegnen.

Schließlich liegen im äußeren Kontext, in dem eine Jin Shin Jyutsu-Behandlung stattfindet (III), mögliche Einflüsse auf das Behandlungsergebnis. Verschiedene Behandlungsmodalitäten, wie die Behandlungsfrequenz - „Wie viele Sitzungen in welcher Zeit?“ (Exp.5), „Es ist häufig nicht mit 10 Behandlungen getan“ (Exp.8) - oder ob die der Krankheit zugrundeliegende Disharmonie erkannt wurde sowie unbeeinflussbare Faktoren - „Karma,(...) geistige Faktoren, welche das verhindern, (...) weil sie noch zu sehr in ihren Denkmustern stecken“ (Exp.7) - sind hier bedeutsam. Und auch die allgemeinen äußeren Bedingungen wie „die Stimmigkeit, Ruhe, Harmonie im Raum“ (Exp.1) oder das Verhalten des sozialen Umfeldes, z.B. „Kommentare der Familie: Willst Du da schon wieder hin?“ (Exp.5) haben laut Expertenmeinung Einfluss auf das Ergebnis von Jin Shin Jyutsu-Sitzungen.

Aus diesen Antworten und Überlegungen der Interviewpartner ist zu ersehen, dass viele äußere Umstände und besondere Gegebenheiten einer Jin Shin Jyutsu-Sitzung die Art der Behandlung prägen und ihr Ergebnis färben. Ebenso tragen dazu äußere und innere Gegebenheiten beim Klienten/Patienten und beim Praktiker bei. Diese mit Hilfe der befragten Experten gefundenen Einflussfaktoren auf Erfolg

und Nachhaltigkeit des Behandlungsergebnisses werden nun in die Erstellung der Fragebögen einfließen, mit denen in der Hauptphase der Studie Behandlungsverläufe dokumentiert werden sollen. Für die Teilnahme an dieser Datenerhebung hoffen wir, möglichst viele Praktiker zu gewinnen, die in der Praktikerliste des Jin

Shin Jyutsu Europa-Büros eingetragen sind bzw. die nachweisen können, dass sie die Kriterien der besagten Liste erfüllen.

Denn schließlich wünschen wir uns, möglichst repräsentative und authentische Aussagen über Wirkungen von Jin Shin Jyutsu-Behandlungen machen zu können.