

# Berührung durch Worte

Von Dr. Margret Rueffler

**E**s ist eine spannende Herausforderung, gemeinsam mit der Shiatsu Gesellschaft Schweiz die SupervisorInnenausbildung zu entwickeln. Wie kann ich die feine Wahrnehmung, die bereits im Shiatsu geübt ist, diese sensible Kunst des Berührens, auch in Worte fassen? Es beinhaltet auch, wie kann ich das, was während der Shiatsubehandlung selbstverständlich ist, in andere Ausdrucksformen und ins berufliche, sowie tägliche Leben einfließen lassen? Wie kann ich die Qualität, die ich in der Behandlung mit KlientInnen erlebe, vertiefen? Was bedeutet Qualität? Welche Eigenschaften bestimmen meine Qualität als Shiatsu-PraktikerIn? Wie erweitere und vertiefe ich meine berufliche Qualität? Als SupervisorIn? Während des Pilotprojektes der Ausbildung zur SupervisorIn beschäftigten wir uns intensiv mit diesen Themen.

Die allgemeine Erkenntnis der Arbeitsgruppen ist, dass sich Qualität durch meine innere Weiterentwicklung entfaltet und zum Ausdruck kommt. Das heisst, Qualität wird durch eine innere Haltung bestimmt und vermittelt. Diese inneren Werte kann ich durch Selbsterkenntnis und Selbstheilung fortwährend vertiefen. Qualität ist demnach unbegrenzt vertiefbar. Übersetzt in die Situation mit KlientInnen und SupervisorInnen: Wertschätzung und Achtung meiner selbst wird im Gegenüber die gleichen Schwingungen erklingen lassen. Meine Herzensqualitäten entfalten, erlaubt dem Anderen von dieser Schwingung berührt zu werden. Ich, als PraktikerIn, SupervisorIn, kreierte die Qualität des Raumes und seine Schwingungsfrequenzen, in dem die Interaktion stattfindet.

Bin ich im Wachstumsprozess, kann ich auch anderen Wachstum ermöglichen. Bin ich klar und im Einklang mit meinem

«Selbst» und Potenzial, darf «es» fließen. Von meiner Mitte her wird ein offener Raum kreierte, in dem KlientIn und SupervisorIn leichter zur inneren Mitte kommen können.

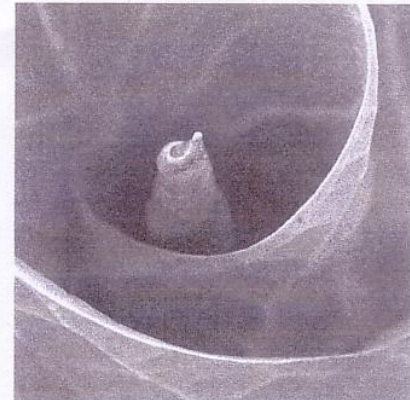
Qualität zu modellieren, beinhaltet unter anderem auch authentisch und präsent zu sein, KlientIn/SupervisorIn Verantwortung zurückgeben zu können. Dazu wird ein fachliches Wissen (das man sich durch Erfahrung aneignen kann) benötigt und auch den Raum zu gestalten, das Begegnen, Berühren und die gesprochenen Worte, die ausgetauscht werden. Es dürfen neue Gesprächsformen gefunden werden, Worte wie die Berührung fließen lassen, Shiatsu durch Worte. Meine Worte können einen Wohlklang und auch Disharmonie hervorbringen. Jeder Klang hat bestimmte Schwingungsfrequenzen, die wie eine innere Haltung bewusst und unbewusst wahrgenommen werden. Hier zeigt sich Qualität in den Worten und in der Art und Weise wie Worte fließen.

Der Ausbildung unterliegt die psychologische Basis, zu lernen, ermächtigend zu arbeiten. Dies ermöglicht SupervisorInnen bewusst zu erkennen, um durch Erfahrungslernen zur Klarheit zu gelangen. Wortklänge ermächtigend anzuwenden, bedeutet auch den Schritt vom Beurteilen und negativer Kritik zur Anerkennung, Wertschätzung und ergänzendem Feedback zu schreiten. Die vorliegenden fachlichen und psychologischen Problemstellungen verwandeln sich dann in Wachstumschancen. Gleichzeitig wird die Qualität durch fundiertes Fachwissen und Erfahrung vertieft.

Dem psychologischen Prozess im SupervisorInnentraining unterliegt (unter anderen Werten) ebenso die Entfaltung der Herzensqualitäten, der Zugang zum

*Dr. Margret Rueffler,  
Ph.D., Dipl. Ac. (NCCAOM)  
ist Transpersonale Psychologin,  
Akupunkturistin, in Shiatsu  
ausgebildet, mit über zwanzig  
jähriger Erfahrung in  
psychologischen Ausbildungen,  
Kursleitungen und  
Supervision. Sie leitet die  
SupervisorInnen Ausbildung.*

[www.pppi.net](http://www.pppi.net)



«Selbst», der eigenen Mitte, die Wertschätzung und Annahme eigener Muster und Charakterzüge.

Um dies zu verdeutlichen, folgen kurze Kommentare von TeilnehmerInnen des psychologischen Prozesses im ersten sechstägigen Seminar und danach von den TeilnehmerInnen nach Abschluss der Ausbildung.

### **Psychologischer Teil – die ersten sechs Tage**

Was habe ich gelernt?

**Sybille:** Ganz wichtig war für mich die Erfahrung, dass alle psychodynamischen Strukturen (Charakterzüge) in mir Raum und Platz haben dürfen. Dass ihre Qualität sich verändert, wenn ich liebevoll mit ihnen umgehe. Ich habe gelernt, aus emotionalen Situationen, die mich belasten herauszutreten, in meine Mitte (Hara) zu gehen, als Beobachter die Situation ganz anders wahrzunehmen und anders damit umzugehen.

Mit dem Wahrnehmen in Supervisionssituationen (Feedback) habe ich noch Mühe, obwohl mir Struktur und Aufbau, wie sie in den letzten zwei Tagen gezeigt und vorgestellt wurden, (mit mir Selbst) klar ist.

Ich habe Freude an dem Kurs, spüre das langsame Öffnen und Weiten meiner Sinneswahrnehmungen, die ich früher nicht in dem Masse zugelassen habe.

**Charlotte:** Die Wirkung der liebevollen Zuwendung und des Annehmens der psychologischen Strukturen – es macht weicher und weiter, es stellt sich Heiter-

keit ein und das Bild: mit diesem vielfältigen Team lässt es sich eigentlich gut leben. Es bedeutet Lebendigkeit... und immer wieder kann ich mich erinnern und wählen.

Wichtig war für mich, dass dieses Seminar zu diesen «Psycho-Themen» so ganz ohne Drama und Schwere verlief, dass ernst – aber dennoch leicht und humorvoll – Schwieriges angegangen werden konnte.

**Regula:** Das wichtigste für mich war ein neues «Instrument» zu erfahren: direkt mein Herz anzusprechen und zu erfahren was sich bei mir verändert. Seit Monaten war ich in Riesenspannungszuständen, weil ich Vieles in mir erkannt habe, vom Kopf her annehmen konnte und doch hat sich wenig gelöst. Ich fühle eine grosse innere Versöhnung und viel Raum ist entstanden. Im Wissen ich war zum richtigen Zeitpunkt hier und kann weiter üben.

### **Aus dem Fragebogen nach Abschluss der Ausbildung**

**Edith:** Es war stets eine offene wohlwollende Atmosphäre. Schnell erkannte ich den hohen Wert des ermächtigenden Arbeitens, weil auch der Kurs so geleitet wurde.

Ich lernte mich von einer neuen Seite kennen. Einiges, was ich persönlich im Leben schon wahrgenommen hatte (psychologische Strukturen), wurde hier genannt/benannt und bekam Form für Alltag und Beruf.

Was würdest Du Anderen sagen, die

dieses Seminar besuchen wollen: Es erwarten dich interessante, lehrreiche und weiterführende (im Sinne von Weiterentwicklung) Ausbildungstage.

**Alexander:** Das Seminar ist/war genau der richtige weiterführende Mosaikstein für die Weiterentwicklung meiner Arbeit und mir selbst. Es war voller liebevoller Überraschungen.

Eine wichtige Erfahrung für mich war: Grundlage für Entwicklung/Entfaltung ist die Kraft des Herzens und damit verbunden die Selbstakzeptanz.

**Sybille:** Nebst dem Ziel als SupervisorIn zu arbeiten, vermittelt dieses Training ganz viele Inhalte, die das persönliche Wachstum fördern und somit auch für uns als Shiatsu praktikerInnen dienlich sind.

Du begegnest, neben Methoden für die Supervision, ganz fest dir selbst, in einem geschützten Rahmen. Eine Wachstumschance, wo das Herz viel mitspricht und endlich den ihm zugehörigen Raum zugesprochen erhält.

**Claudia:** Ich habe mich gut aufgehoben gefühlt. Die Qualität des Lern-Bodens hat mir Raum für Entfaltung gebracht. Du erfährst hier eine Art zu arbeiten, die dich entlastet und dich von einem «Burnout» bewahrt.

**Meine wichtigste Erfahrungen:** Mit Akzeptanz erlaube ich mir loszulassen, Raum zu gestalten – Entkrampfung findet statt – und das Erkennen meines Potenziales in meinen sich erweiternden, noch ausbaufähigen Fähigkeiten. Ermächtigungsarbeit entspannt mich. ■