

Atem – Erleben Ein Kongressbericht

Den Atem »er-leben« so konnte die Einladung zum Kongress der Arbeitsgemeinschaft für Atempflege und Atemforschung (AFA/BVA) in Pullach im Isartal vom 18. – 20.4.2008 verstanden werden. Begriffe wie »Körper-Wahrnehmung«, Schwingungen, Introspektion sowie Körperräume waren in aller Munde der überwiegend weiblichen, in 3-jähriger Ausbildung geschulten AtemtherapeutInnen und -pädagogInnen. Die etwa 500 KongressbesucherInnen, oftmals als HeilpraktikerIn, FachärztIn für Psychotherapie oder in anderen Bereichen von Körper-Seele-Arbeit tätig, konnten aus einer Vielzahl von Vorträgen, Präsentationen oder Workshops das passende Angebot wählen.

Historisch aus ähnlichen Strömungen wie die Physiotherapie entstanden, sehen sich die Atemtherapeuten im Spannungsfeld zwischen Persönlichkeitsentwicklung und spirituellem Weg sowie bewusstem Umgang mit dem eigenen Atem in Kunst, Gesang, Sprechen und Lachen. Namen wie E. Gindler, Dr. Schmitt, Medau, Schroth, H. Richter, Middendorf haben auch in der Physiotherapie einen Klang.

Die Atemtherapie sieht mit ihrem salutogenetischen Ansatz ihren Platz sowohl in der Prävention als auch in der Therapie. So konnte die Wirksamkeit durch Studien in der Therapie des Burnout-Syndroms, bei Alkoholkrankheit und bei Schlafstörungen bewiesen werden. Weitere evidenzbasierte Daten zu sichern und das medizinische Wissen aktuell zu halten, wird für Atemtherapeuten eine wichtige Aufgabe für die Zukunft sein. Um Anerkennung ihrer



Tätigkeit von den Kostenträgern bemüht, sieht sich die Atemtherapie sowohl als Weiterentwicklungsmöglichkeit als auch in bewusster Abgrenzung zu physiotherapeutischem Wirken.

Während PhysiotherapeutInnen im Akutbereich den Atem ganz gezielt beeinflussen müssen, um beispielsweise postoperativ eine Pneumonie zu verhindern, liegt der Schwerpunkt der Atemtherapeuten eher in der Schulung der Atemwahrnehmung und damit mehr in der späteren Betreuung von Menschen mit chronischen Erkrankungen oder im Prozess der Spätrehabilitation. PhysiotherapeutInnen kennen diese Ansätze zum Beispiel aus der geburtsbegleitenden oder Entspannungs-Arbeit.

Dr. Karl Kälble (Soziologe, Uni Freiburg) verdeutlichte in seinem Vortrag die aktuellen Entwicklungen im Gesundheitssystem und beleuchtete die Möglichkeiten für Atemtherapeuten und -pädagogen, deren Ausbildung durch ein Markenzeichen geschützt, aber nicht durch ein Berufsgesetz geregelt ist. Die fruchtbare Einbindung atemtherapeutischen Handelns in ein interdisziplinäres Team (unter anderem Ärzte, Pflegepersonal, Psychologen und Seelsorger) beleuchtete Ira Summer (München) in ihrem Vortrag zur »Palliative Atemtherapie«. Professor Yoneyhama (Tokio) analysierte, wie »innere Sammlung« auf sichtbar gemachte Schwingungen von

akustischen Signalen wirkt; mit Peter Cubasch konnte man lachend über genderspezifische Unterschiede der kognitiven Auslösung von spontanem Lachen nachdenken oder H. Segatz (München) bei der Durchführung einer »Atemmassage« beobachten. Herta Richter begleitete einige hundert lauschende, lächelnde AtemtherapeutInnen auf dem Weg zu »Erkenne Dich selbst in Dir selbst« und ließ Atmung als individuelle Erfahrung, auch im Körperkontakt mit den Fingerspitzen und Bewegungen Anderer spürbar werden.

Wie sich Rhythmus auf das Leben und Lebensveränderungen auf den Rhythmus auswirken, beinhaltete der Vortrag von Professor Petersen (Medizinische Hochschule Hannover), der ebenso zur kritischen Auseinandersetzung mit heutigen Lebensentwürfen anregte, wie das von psychologisch, soziologisch, philosophisch geprägte Angebot an Literatur, die man in den – dank guten Zeitmanagements reichlichen – Pausen kennenlernen konnte.

Als Physiotherapeutin war es für mich eine weitere gute Gelegenheit, die eigene Position im Prozess des »Gesund-Werdens oder -Bleibens« zu überprüfen und die Achtsamkeit im Umgang mit Körperausdruck, Stimme und Atem weiter zu pflegen. ■

Christiane Rothe, Physiotherapeutin



INTERNET

Die heutigen Zusammensetzungen der Methoden, die durch die AFA repräsentiert werden, sind nachzulesen unter:

www.AFA-atem.de