



Atemtherapie im Wandel

Zehn Jahre Atemfachverband Schweiz:
Zeit für eine Debatte. Vertreterinnen
verschiedener Atemrichtungen und
Ausbildungsinstitutionen haben sich in
Zürich zum Gespräch getroffen.



Bilder: Annegret Ruoff

Judith Gautschi, 58

Lic.phil.I., KomplementärTherapeutin mit eidg. Diplom, Methode Atemtherapie (Atemrichtung organisch-rhythmische Bewegungsbildung ORB). Aus- und Weiterbildungen im Bereich Atem, Rhythmus, Stimme, Coaching und Supervision. Seit 1995 in eigener Praxis als Atem- und Bewegungstherapeutin tätig. Supervisorin und GVV-Expertin OdA KT. Mitarbeit im Vorstand AFS. www.judithgautschi.ch

Interview: Annegret Ruoff

Schaut man die Entwicklung der Atemtherapie an, ist sie an einer Stelle angelangt, wo der Blick Richtung eidgenössischer Abschluss, Höhere Fachprüfung geht. Vieles wird professionalisiert, angepasst, institutionalisiert. Wie kommt Ihnen dieser Moment vor?

Evelyne Kernen: Ich finde, es geht in die richtige Richtung. Das bringt einfache, aber auch schwierige Momente mit sich. Ich denke da etwa an die Arbeitsbelastung, für uns, als Fachschule Atem, Beratung, Therapie LIKA, ebenso wie für die einzelnen Therapeutinnen und Therapeuten. Aufwendig an diesem Prozess ist, dass man sich vieles erarbeiten muss. So ein Dossier zusammenzustellen, ist kein Klacks. Daneben läuft ja auch noch der Alltag. Der Ort, an dem sich die Atemtherapie zurzeit befindet, ist anspruchsvoll. Man muss sich in eine neue Sprache reinknien und, auf dieser Basis, viele Grundlagen selbst erstellen.

Kann man sich dabei auch Hilfe holen?

Natürlich gibt es die Möglichkeit, Unterstützung bei der Organisation der Arbeitswelt KomplementärTherapie OdA KT zu holen, sowohl für Einzelne als auch für Schulen. Aber am Anfang probiert man halt selbst. Es macht ja – nebst aller Anstrengung – auch Sinn, sich in ein Thema zu vertiefen und es zu bearbeiten.

Wie ist das beim Institut für körperzentrierte Psychotherapie IKP? Kämpft man sich da alleine durch oder ist man im Austausch mit anderen Institutionen?

Esther König: Das IKP hat die Akkreditierung der OdA KT vor einem Jahr bekommen. Im Hinblick darauf haben wir den Ausbildungslehrgang neu strukturiert. Das war viel Arbeit und gleichzeitig sehr bereichernd. Ich fand es gewinnbringend, mich mit den anderen

Fachpersonen am Institut hinzusetzen und zu schauen: Was machen wir eigentlich? Bei der Formulierung kamen dann in der Tat viele neue Wörter auf uns zu, die wir vorher vor allem aus dem Bereich der Psychologie kannten. Da war zum Beispiel auf einmal von Prozessphasen die Rede. Diesen Wortschatz, diese ganze Denkweise dahinter auf unsere Arbeit umzumünzen, empfand ich als bereichernd.

Natürlich gabs auch viel Druck. Und weil alles so neu ist, noch viele Unklarheiten. Das beinhaltet meiner Meinung nach aber auch die Chance, einen Neuanfang zu wagen, etwas mitzugestalten. Und andererseits, bei vielem noch nicht richtig zu wissen, was es braucht, wie es sein wird. Ich gehe davon aus, dass das nun mit jedem Jahr klarer werden wird.

Neuanfang und zugleich noch Chaos: Wie ist das für Sie, Judith Gautschi?

Judith Gautschi: Alles in allem befinden wir uns in einem tollen Prozess. Dieser findet nicht mehr nur rückbezogen auf die Ausbilderinnen statt, sondern als grosser Austausch über die Grenzen der Atemrichtungen und Methoden hinweg. Dafür braucht es eine gemeinsame Sprache, die allgemein verständlich ist. Eingebettet ist dieser Entwicklungsprozess in einen Wandel der Gesellschaft betreffend den Umgang mit unserem Beruf. Unsere Schule, ich komme von der Organisch-Rhythmischen Bewegungsbildung ORB her, wurde 2007 geschlossen. Die Zeit der Pionierinnen war vorbei, und es gab keine Nachfolgeregelung. 2008 wurde dann der Atemfachverband Schweiz gegründet. Dieser Prozess leitete die heutige Entwicklung ein. Und, verglichen mit damals, muss ich sagen: Heute ist viel mehr möglich. Wir Atemtherapeutinnen kamen aus dem Schattendasein raus, müssen uns nicht mehr dauernd erklären.

«Ich nehme insgesamt ein grosses Öffnen wahr. Die Energie, die ich bei diesem Umbruch merke, ist ein Werden und ein Wachsen.»

Judith Gautschi

Auf diesem Boden setzt die neue Sprache an. Als Expertin bei der OdA KT musste auch ich mich da zuerst hineinendenken. Der Prozess bringt mit sich, dass wir lernen, unsere therapeutische Tätigkeit breiter zu reflektieren und in Begriffe umzusetzen. Die Grundrichtung der momentanen Entwicklung ist das Bemühen, alle Richtungen der KomplementärTherapie mitreinzuholen. Da nehme ich insgesamt ein grosses Öffnen war. Die Energie, die ich bei diesem Umbruch merke, ist ein Werden und ein Wachsen – und ein umfassendes Integrieren.

Carmen Siegrist, wie fühlt sich Ihre Atemrichtung, die Intergrale Atem- und Bewegungsschulung IAB, integriert?

Carmen Siegrist: Persönlich habe ich mich entschieden, altershalber das Branchenzertifikat nicht mehr zu machen. Gleichzeitig bin ich eine grosse Verfechterin der Professionalisierung unseres Berufs. Während meiner ersten Berufsjahre als Atempädagogin in den 80er-Jahren wurde ich nahezu misstrauisch gefragt: Was machen Sie genau? Kurz nach meinem Abschluss habe ich mich für eine Stelle als Körpertherapeutin an der Psychiatrischen Universitätsklinik beworben. Da man mich dort von meiner früheren Tätigkeit für Soziotherapie her kannte, wurde sehr bedauert, dass es nicht möglich sei, mich anzustellen. Der Grund war, dass ich eine Privatschule absolviert hatte. Der Kanton müsse Fachleute anstellen, deren Ausbildungsstätten vom Kanton subventioniert seien, hiess es. Das muss man sich mal vorstellen! Deshalb freue ich mich heute besonders über das, was wir zusammen erreicht haben. Dass es gelungen ist, dieses Miteinander zu verwirklichen, erfüllt mich mit grosser Genugtuung. Dass unsere Arbeit nun in der Medizin, Pädagogik und der breiten Öffentlichkeit Anerkennung findet, begeistert mich.

Dazu haben unsere Pioniere der Atem- und Körperarbeit die Türen geöffnet. Persönlichkeiten wie Klara Wolf, Ilse Middendorf, Volkmar Glaser und Margrith Schneider stellten ihr ganzes Leben in den Dienst der Atem- und Körperarbeit. Sie hatten Feuer in sich, entwickelten ihre Methode dauernd weiter und inspirierten zahlreiche Schüler. Manchmal vermisse ich diese Aufbruchsstimmung. Atemtherapie war damals nicht ein Beruf, sondern eine Berufung. Dieser Groove ist heute etwas verblasst. Zugleich ist es schön, dass die verschiedenen Richtungen nun eine Einheit bilden und gleichwohl ihr Eigenes pflegen und vertiefen können. Vielleicht aber birgt das auch die Gefahr der Vermischung.

Judith Gautschi: Genau diese Diskussion haben wir doch schon vor zehn Jahren geführt, als wir uns zum Verband zusammensetzten. Dieses Zusammenspannen im Hinblick auf ein- und dieselbe Ausrichtung, das war ein langer Kampf.

Carmen Siegrist: Das stimmt. Die einen waren offen, wollten gerne mit den andern an den Tisch sitzen, die andern wehrten sich dagegen. Und trotz allem habe ich manchmal Bedenken, dass das Ganze durch den Zusammenschluss nicht mehr so sehr in die Tiefe geht, sondern flacher wird.

Folgt, nach der Abkehr von den Pionierinnen, im Zusammenschluss zu einer Methode und einem eidgenössischen Abschluss in KomplementärTherapie nun die Beliebbarkeit?

Evelyne Kernen: Den Charme, den Volkmar Glaser einst versprühte, gibt es in dieser Form wohl nicht mehr. Ich habe es am LIKA so erlebt, dass die Besinnung auf den Ursprung von Glasers Forschungen immer wesentlich war, dass aber stets auch andere Elemente einfließen, von Ilse Middendorf beispielsweise. Das geschah eher punktuell. Es war eine gute Durchmischung, aber kein beliebiger Mix.

Klar hatte der Loslösungsprozess von der Pionierengeneration auch Schwieriges an sich. Zugleich war es aber eine Öffnung. Und das Feuer, das am Anfang unse-



rer Therapierichtung stand, ist noch lange nicht erloschen.

Carmen Siegrist: Birgt der Veränderungsprozess nicht die Gefahr in sich, dass heute, wo das Angebot im Therapiebereich so gross ist, die Therapeuten Verschiedenes gleichzeitig machen und dadurch die Vertiefung zu kurz kommt?

Evelyne Kernen: Ehrlich gesagt, finde ich diese Phasen des Ausprobierens sehr wichtig. Man muss herausfinden, was für einen das Richtige ist. Am Ende geht es ja nach wie vor darum zu entscheiden: Passt diese Ausbildung, dieser Beruf zu mir, oder nicht? Und da stelle ich bei den Studierenden fest, dass sie erstaunlich viel Kontinuität und Dranbleiben an den Tag legen, wenn sie wissen, was sie wollen, und merken, dass es ihnen gut tut. Dann wollen sie durchaus mehr investieren, sich konzentrieren, in die Tiefe gehen.

Haben Sie, Esther König, auch das Gefühl, dass die Ausbildung mit dem Wegfall der Pionierinnen weniger Tiefgang bekommen hat?

Esther König: Nein, ich muss allerdings sagen, dass wir beim IKP diese Pionierinnenphase innerhalb der Atemtherapie nicht hatten. Yvonne Maurer, die Begründerin unseres Instituts, ist Medizinerin und Psychotherapeutin. Sie erkannte den Wert der Atemtherapie und hat Fachleute ins Haus geholt, die dann die Ausbildung im Bereich der Atemtherapie geleitet haben. Dadurch gab es am IKP schon immer diesen Mix aus Middendorf, Glaser und den IKP-Psychotherapieinhalten. In den letzten zehn Jahren hatten wir die Chance, im Rahmen der KomplementärTherapie unsere Methode stärker zu definieren und zu schauen: Was macht unsere Ausbildung aus, was wollen wir heute anbieten?

Carmen Siegrist: Da besteht ein Riesenunterschied vom IKP zu unserer Atemrichtung IAB. Bei uns kamen die Lehrpersonen meist aus den eigenen Reihen. Vielleicht ist das mit ein Grund, warum die Schule heute

Esther König, 50

Grundausbildung
Primarlehrerin, laufend diverse Aus- und Weiterbildungen im Bereich Atemtherapie und Körperarbeit, Coaching (NLP Trainerin), Supervision (Supervisorin BSO), psychologischer Beratung, Hypnose, Erwachsenenbildung (Ausbilderin FA). Seit 2002 in eigener Praxis tätig, seit 2009 als Ausbilderin und Dozentin im Bereich Atemtherapie am IKP engagiert.
www.inpool.ch

Carmen Siegrist, 67

Grundausbildung dipl. Sozialarbeiterin. Im Gesundheitswesen für Soziotherapie und im Gemeinwesen für Einzel- und Gruppenarbeit tätig. Ab 1979 berufs begleitende Ausbildung an der Integralen Atem- und Bewegungsschule Klara Wolf in Brugg. Laufende fachspezifische Fortbildungen in Atem- und Körpertherapie. Ausbildungsseminare in Ayurveda. Ausbildung zur Meditationslehrerin. Seit 1984 in eigener Praxis in Basel und für soziale Einrichtungen als Atempädagogin tätig, Familienfrau.

keine Ausbildung mehr anbietet. Es ist nahezu unmöglich, jemanden zu finden, der die Lehre genau so weitergibt, wie Klara Wolf und ihre Töchter das selbst gemacht haben.

Judith Gautschi: Das finde ich spannend. Bei den Pionierinnen gabs ja auch ganz viel Idealismus. Das passt so nicht mehr in die heutige Zeit. Die Schulen, die es jetzt gibt, haben die Möglichkeit, einerseits bei den Phänomenen wie Atem und Tonusregulation zu bleiben und andererseits Strukturen an die Gegenwart anzupassen. Die Pionierzeit rückt damit in die Ferne. Im gleichem Mass, wie sich der Staat, die Kirche und das Frauenbild reformieren, gilt das auch für das Berufsfeld der Atemtherapie. Und dabei finde ich entscheidend, dass wir nicht in ein Bachelorsystem kippen, wo man dann in Serien behandeln und Credits sammeln muss.

Die grosse Leistung der KomplementärTherapie ist doch gerade diese Freiheit, nicht nach Punkten zu arbeiten, sondern selbstverantwortlich therapeutische Beziehung zu gestalten. Es gibt formale Aspekte, die ich als Therapeutin einhalten muss. Aber in der Praxis habe ich einen grossen Spielraum. Und es geht definitiv nicht mehr darum, sich einer Lehrmeinung anzuvertrauen, und auch nicht darum, sich zu verzetteln. Sondern, entsprechend seiner Persönlichkeit, innerhalb eines bestimmten Rahmens sein Eigenes zu finden und zu entwickeln.

Carmen Siegrist: Wenn man bedenkt, dass das Wissen um den Atem in den alten Hochkulturen nur von Meister zu Schüler weitergegeben wurde, also nur an wenige Auserwählte, stehen wir heute in der Tat an einem andern Ort. Das Wissen um die Heilkraft des Atems und die seelisch-geistige Entwicklung des Individuums ist jetzt allen Menschen zugänglich. Wir leben in dieser Selbstverantwortlichkeit. Diese Wandlung betrifft auch die

Atemschulen. Früher standen eher Wille und Disziplin im Zentrum.

Judith Gautschi: Genau. Und KomplementärTherapie ist wirklich ein radikales Weggehen vom Grundsatz, Übungen zu machen. Heute geht es um eine ganz andere, vorwiegend kommunikative Ausrichtung: Da werden Beziehungen aufgebaut, da wird Prozessorientiertheit gelebt. Es steht situationsbezogenes, interaktives Arbeiten im Vordergrund. Mir gefallen diese Übergänge, da geschieht etwas an Begegnungsqualität untereinander, eine Entwicklung aufeinander hin. Heute unterscheidet der Atemfachverband nicht mehr zwischen IKP, LIKA, ATLPS, IAB und ORB. Das war ein wichtiger Klärungsprozess, zu sehen, dass man bei einem Zusammenschluss nichts verliert, sondern sich aufeinander einlassen und voneinander profitieren kann.

Bei all den Chancen, die der eidgenössische Abschluss in KomplementärTherapie bietet: Mit Atemtherapie seinen Lebensunterhalt zu bestreiten, ist immer noch eine grosse finanzielle Herausforderung.

Esther König: Kommt dazu, dass die Ausbildung, gerade auf die HFP hin, sehr viel Geld kostet. Die Möglichkeiten der Subjektfinanzierung sind zwar da, aber Unterstützung gibt es erst im Nachhinein. Für mich geht das innerhalb der Berufslandschaft noch nicht auf.

Judith Gautschi: Die Berufsverbände spielen hier eine wichtige Rolle. Sie müssten sich dafür einsetzen, dass die Subventionierungsmöglichkeiten und die Entlohnung an den nationalen Standard angepasst werden.

Evelyne Kernen: Immerhin, man kann sich als KomplementärTherapeutin jetzt auch anstellen lassen.

Judith Gautschi: Ja, aber zu was für einem Lohn? Seien wir ehrlich: Die HFP entspricht einem Fachhochschulabschluss. Das müsste andere Löhne geben.

Carmen Siegrist: Ich hoffe, das kommt noch. Die Entwicklung ist ja noch nicht abgeschlossen.

In Ihrem Beruf als Atem- und Körpertherapeutinnen stehen Bewegung, Körperempfinden und -erfahrung im Zentrum. Jetzt definiert man sich plötzlich als KomplementärTherapeutin, über ein Wort also, das nicht viel Sinnlichkeit erzeugt. Wird in diesem Entwicklungsprozess nicht etwas Körperliches stark verkopft?

Judith Gautschi: Ich bezeichne mich bei Vorstellungsrunden immer noch als Atemtherapeutin.

Esther König: Ich brauche die Bezeichnung KomplementärTherapeutin sehr bewusst. Mit dem Wort Atemtherapie habe ich mich übrigens immer schwergetan. Es impliziert, dass wir uns nur mit dem Atemgeschehen befassen.

Evelyne Kernen: Ich mich auch. Wenn ich das Wort KomplementärTherapie benutze, habe ich das Gefühl, die Leute wissen, von was ich spreche. Und ich habe den Eindruck, der Begriff hat in der Bevölkerung eine grosse Akzeptanz. Die «Verkopfung» nehme ich vor allem da war, wo es bei diesem Prozess vieles zu erarbeiten gibt. Aber das ist übergeordnet. In der Ausbildung oder Therapie steht doch nach wie vor die Körperwahrnehmung im Zentrum. Und es ist so: Man kann nicht mit dem Kopf allein durch diese Ausbildung gehen. Der Körperanteil ist und bleibt bei dieser erfahrungsorientierten Ausbildung gross.



Wie gross ist die Tendenz, dass sich in der Entwicklung hin zu einer Methode, hin zur KomplementärTherapie, die Eigenarten der Atemrichtungen verlieren?

Esther König: Meine persönliche Meinung ist: Es hat gar nicht so viele Unterschiede. Seit vielen Jahren besuche ich Kurse und Ausbildungen bei ganz unterschiedlichen Fachleuten. Dabei wurde mir bewusst: Es kommt viel mehr auf die Person an, welche einen Kurs prägt, als auf die Methode, nach der sie arbeitet.

Carmen Siegrist: Die Zukunft wird zeigen, ob eine Vermischung durch unsere gemeinsamen Weiterbildungen das Eigene verflachen oder bereichern wird. Ich halte mich daran, das Eigene zu pflegen, zu vertiefen und Neues bestmöglich zu integrieren. Früher verlangten die Begründer einer Methode noch direkter, ganz ihrer Vorgabe zu folgen. Es war alles bis ins Detail strukturiert. Die Abgrenzung zwischen den einzelnen Methoden erlebte ich härter als heute.

Diese Vision von einem «Atemhaus», das den Atem ins Zentrum stellt, gefällt mir sehr. Man könnte sich gegenseitig inspirieren.

Carmen Siegrist

Judith Gautschi: Die Struktur für unser Berufsfeld wird heute vom Verband gegeben. Dieser mischt sich aber methodenspezifisch nicht ein. Die Weiterbildung findet dann eher in den verschiedenen Atemrichtungen statt. Und ich empfinde es so, dass man sich heute frei fühlt, Weiterbildungen bei allen möglichen Richtungen und Personen zu besuchen.

Wie ist das für die Institutionen? Gibts da nicht auch das Phänomen, dass man sich unterscheiden muss, um in Zukunft zu bestehen? Oder sind IKP und LIKA am Ende ein- und dasselbe?

Evelyne Kernen: Wir machen ja nicht in dem Sinne Werbung, dass wir uns abheben vom IKP. Das würde auch nicht gut ankommen. Das LIKA positioniert sich mit seinen Qualitäten und seiner Haltung und nicht durch Unterschiede.

Esther König: Ich empfinde da auch kein riesiges Konkurrenzdenken.

Judith Gautschi: Und manchmal phantasieren wir ja auch, dass es in Zukunft nicht mehr verschiedene Richtungen, sondern eine grosse Atemschule gibt in der Schweiz.

Carmen Siegrist: Diese Vision von einem «Atemhaus», das, mittels individuell gestalteter Räume, den Atem ins Zentrum stellt, gefällt mir sehr. Man könnte sich gegenseitig inspirieren. Ja, so ein Atemhaus, das wäre ja schön!

Was möchten Sie in Zukunft noch erreichen für Ihren Beruf?

Evelyne Kernen: Als Schule wünsche ich mich, dass wir nach wie vor genug Interessenten haben, die unsere Methode entdecken möchten und den Mut haben, in diesen Beruf reinzugehen, ihn auszuüben, und auch, sich anstellen zu lassen. Für meine Praxis wünsche ich mir, dass die interdisziplinäre Zusammenarbeit funktioniert und die Institutionen noch interessierter sind, die KomplementärTherapie einzubinden.

Esther König: Meine Vision ist, dass die Ganzheitlichkeit unserer Therapieform noch mehr ins Leben der Menschen kommt. Ich finde es spannend, wenn KomplementärTherapeutinnen zum Beispiel auch in der Wirtschaft und in anderen Feldern des Lebens Kurse geben. Damit unsere Arbeit den Ruf des Handgestrickten verliert, wir rausgehen und ressourcenorientiert Kraft, Zufriedenheit und Erdung in den Alltag der Menschen bringen können.

Judith Gautschi: Vom Verband her gedacht, finde ich es wichtig, dass junge, frische Leute dazukommen. Ich wünsche mir, dass der Verband eine ordnende Wirkung hat für die Mitglieder. Von der Therapeutinnenseite her finde ich es schön, dass wir diese Vernetzung haben unter den verschiedenen Methoden und, unter dem Dach der KomplementärTherapie, diese Zugehörigkeit erleben.

Carmen Siegrist: Die Vision vom Atemhaus steht bei mir im Mittelpunkt. Auch fände ich es toll, eine Gewerkschaft zu haben, die uns den Kampf um korrekte Anstellungsbedingungen, Lohngleichheit, administrativen Aufwand abnimmt, sodass wir uns ganz auf die therapeutische Arbeit konzentrieren könnten. Zudem wünsche ich mir, dass KomplementärTherapie kein Nebenerwerb mehr sein muss, sondern dass es selbstverständlich wird, dass wir von diesem Beruf leben können.

Evelyne Kernen, 50

eidg. dipl. Atemtherapeutin, ehemaliges Gründungsmitglied des Atemfachverbands AFS, Mitglied und Leiterin Ausbildung der LIKA GmbH.
www.atempraxis-kernen.ch

