

Studien haben gezeigt, dass...

VON HEIKE RAHN



Wenn es um das Thema Studien geht, ist die Gemeinschaft der Heiler zwiesgespalten.

Die einen halten es für sinnvoll, Studien durchzuführen. So hätte man in unserer wissenschaftlich orientierten Welt eine fundierte Grundlage für die Wirksamkeit der angewandten Heilmethode. Andere wiederum sind der Meinung, dass das, was wir machen, nicht wirklich mit Studien zu belegen ist, und

dass sie deshalb überflüssig sind.

Beide Standpunkte haben ihre Berechtigung. Wir leben in einer Welt, in der die meisten Menschen „Beweise“ dafür brauchen, dass etwas wirkt. In der Welt der Wissenschaft ist die Frage dazu: „Ist Ihre Methode evidenzbasiert?“ Das bedeutet nichts anderes als „auf Fakten basierend“, also mit Zahlen, Daten und Fakten (ZDF) belegt.

Wir haben alle ein unterschiedliches Verständnis der Welt und brauchen unterschiedliche Formen der Erklärung, damit wir etwas verstehen oder uns überzeugen lassen. Es ist wichtig, diesem Bedürfnis nach Beweisen, so gut es geht, nachzukommen. Da ist es gut, wenn wir für diese Menschen eine Antwort auf ihre Fragen haben und man ihnen die Methode, mit Fakten unterlegt, nahe bringen und die Wirkweise erklären kann.

Handauflegen – ein Grenzbereich der Wissenschaft

Auf der anderen Seite stimmt es, dass das, was in einer Heilbehandlung durch eine Form des Handauflegens passiert, für die heutige Wissenschaft nicht wirklich greifbar ist. Forschung braucht klare Strukturen und immer wieder gleiche Herangehensweisen, so dass sie nachvollziehbar und wiederholbar sind. Diese Wiederholungen sollten zu den gleichen Ergebnissen kommen wie die ursprüngliche Studie. Aus diesem Verständnis heraus wurden alle bisherigen Studien zu Heilmethoden des geistigen Heilens, wie z. B. Therapeutic Touch, durchgeführt. Es wurden u. a. die Größen von Wunden vermessen, Schmerzskaleten zur Beurteilung von Schmerzen herangezogen oder Fragebögen erstellt, um nach dem Wohlbefinden oder einer Veränderung des Gemütszustandes zu fragen.

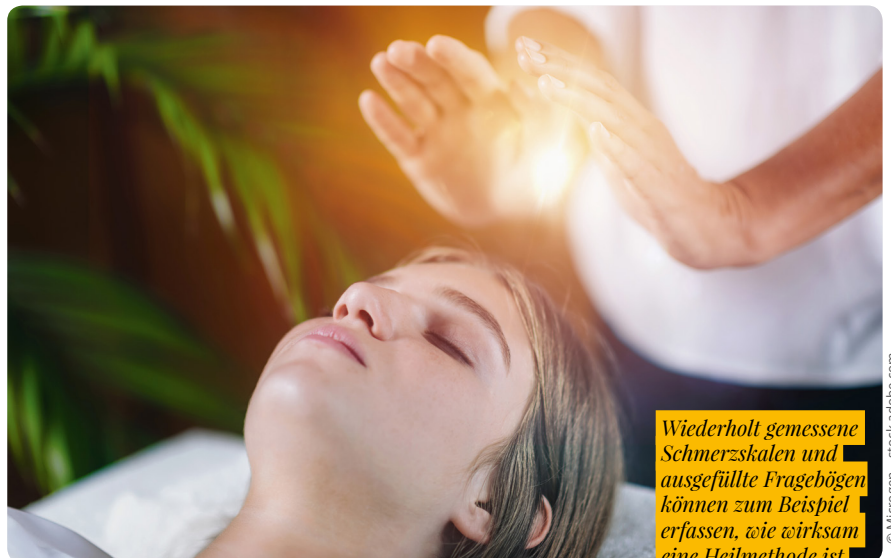
Der Kern des Heilens ist, dass wir uns auf die Person einlassen und eine Beziehung zu ihr aufbauen. Wir begegnen uns auf einer nicht greifbaren Ebene. Hier geht es um persönliche und individuelle Gefühle und Wahrnehmungen. Das kann mit Geräten nicht gemessen werden. Denn meines Wissens gibt es kein Gerät, mit dem man Mitgefühl oder Heilungspotenziale messen kann. Die Heilmethoden, die wir praktizieren, entziehen sich also den engen Anforderungen der Studien, in denen es um `ZDF` geht. Da ist die Frage, ob solche Studien wirklich sinnvoll sind, durchaus berechtigt.

Trotzdem haben sich viele Wissenschaftler auf den Weg gemacht, verschiedene Heilmethoden auf ihre Wirksamkeit hin zu erforschen. Therapeutic Touch ist die Methode, die wahrscheinlich die meisten wissenschaftlichen Forschungsarbeiten (in Form von Studien, Dissertationen oder Erfahrungsberichten) aufzuweisen hat. Therapeutic Touch wurde aus Studien heraus von Dr. Dolores Krieger und Dora Kunz in den USA entwickelt. Von Anfang an wurde die Methode über ihre nun fast 50-jährige Geschichte durch Studien begleitet. Wer sich also für Studien interessiert, wem aber für die eigene Heilmethode keine zur Verfügung stehen, kann sich an Studien mit Therapeutic Touch halten.

Den meisten von uns liegt es sehr am Herzen, dass die eigene Heilmethode ein gutes Ansehen in der Gesellschaft genießt. Dazu sollten wir uns in der Theorie (Definition der Methode, Hintergründe, Kenntnis von Studien, usw.) wie auch in der Praxis (Qualitätssicherung durch Fortbildung, Austausch unter KollegInnen, Selbstreflektion, usw.) um größtmögliche Professionalität und Kompetenz bemühen.

Wenn wir auf Studien hinweisen möchten, dann berufen wir uns normalerweise auf Effektivitätsstudien. In solchen Studien will man herausfinden, ob eine Methode wirksam ist. Das

„...meines Wissens gibt es kein Gerät, mit dem man Mitgefühl oder Heilungspotenziale messen kann.“



Wiederholt gemessene Schmerzskalen und ausgefüllte Fragebögen können zum Beispiel erfassen, wie wirksam eine Heilmethode ist.

© Microgen - stock.adobe.com



Therapeutic Touch wurde vielleicht wegen seiner Entstehung im Bereich der Pflege schon oft erforscht. Einige Ergebnisse lassen sich auf andere Methoden geistigen Heilens übertragen.

bedeutet: Wie gut ist die Methode, um Symptome zu reduzieren? Inwieweit beeinflusst sie die Krankheit positiv? Und wenn festgestellt wurde, dass sie wirksam ist, will man wissen, wie genau die Methode hilft. Kann sie Schmerzen lindern? Hilft sie, die Nebenwirkungen von Chemotherapie zu reduzieren? Vermindert sie die Angst vor OPs?

Wir möchten, dass sich unsere Methode für die Linderung bzw. Heilung möglichst vieler Beschwerden oder Symptome als hilfreich erweist. Die Aussage: „Studien haben gezeigt, dass...“ hört man deshalb immer wieder. Dem folgen verschiedene Ergebnisse, bei denen die Methode erforscht wurde. Bei solchen Aussagen sollten wir auf Genauigkeit achten, vor allem, wenn wir uns in einem professionellen Umfeld bewegen. Das Ergebnis einer Studie bezieht sich immer nur auf die in der Studie untersuchte Fragestellung sowie auf den Personenkreis, der daran teilgenommen hat.

Die Wissenschaft hat festgestellt...? Spezifische Aussagen machen mehr Sinn

Nehmen wir z. B. eine Studie, in der man Frauen mit Brustkrebs daraufhin untersucht hat, wie sich die Methode auf die Nebenwirkungen von Chemotherapie auswirkt. Wir dürfen dann das Ergebnis der Studie nicht verallgemeinern und sagen: „Studien haben gezeigt, dass meine Methode bei Krebs hilft.“ Eine solche Aussage ist zu ungenau. Denn das Ergebnis trifft nur auf die untersuchte Personengruppe zu und nicht auf Männer oder Kinder. Oder auf Menschen, die eine andere Krebsart haben. Oder die keine Chemotherapie bekommen. Wenn wir also korrekt sein wollen und uns um Professionalität bemühen, dann müssen wir auf Genauigkeit achten. Möchte ich in einem Flyer auf Studien hinweisen, ist es wichtig, keine allgemeingültigen Aussagen zu treffen. Vielmehr sollte spezifisch auf die Aussagen von bestimmten Studien hingewiesen werden. Das könnte dann folgendermaßen aussehen:

Forschungen zeigen, dass Therapeutic Touch

- Schmerzen und Müdigkeit bei Chemotherapie häufig reduziert (N. Aghabati, 2010),
- Schmerzen und Anspannung bei älteren Menschen lindert (Y. Lin & Taylor, 1998).

Damit wird ausgesagt, dass N. Aghabati in der Studie, die 2010 veröffentlicht wurde, zu dem Ergebnis gekommen ist, dass Therapeutic Touch häufig Schmerzen und Müdigkeit bei Chemotherapie reduziert. Ich berufe mich also ganz spezifisch auf das Ergebnis dieser einen Studie, anstatt zu sagen: Therapeutic Touch reduziert die Nebenwirkungen von Chemotherapie. Mit einer solchen Aussage stehen wir auch rechtlich auf guten Füßen.

Auf einer Internetseite oder in einem Artikel haben wir mehr Platz. Dort können wir, auch rechtlich korrekt, folgende Hinweise auf Studien veröffentlichen:

- Aghabati, Nahid, Eesa Mohammadi and Zahra Esmaeli (2010). The Effect of Therapeutic Touch on Pain and Fatigue of Cancer Patients Undergoing Chemotherapy. eCAM 7. 3: 375-381
- Lin, Y., & Taylor, A. G. (1998). Effects of Therapeutic Touch in reducing pain and anxiety in an elderly population. Integrative Medicine, 1(4), 155-162.

Hier haben wir als zusätzliche Aussage, wer die Mitautoren sind (wenn mehrere Personen die Studie durchgeführt haben), wo die Studie veröffentlicht wurde und auf welchen Seiten wir den Artikel finden. In diesem Fall also im eCAM Journal (Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine), 7. Jahrgang, Ausgabe 3, aus dem Jahr 2010, Seiten 375-381. Wer sich dann näher informieren möchte, kann diese Studie oder das Abstract, eine Art Kurzzusammenfassung, dort nachlesen.

Grundkenntnisse zur Erforschung der eigenen Methode schaffen Vertrauen

Über den Sinn oder Unsinn von Studien zum Geistigen Heilen kann man sich streiten. Wenn wir das Geistige Heilen allerdings weiter in der Gesellschaft etablieren wollen, sollten wir uns um größtmögliche Professionalität bemühen. Das bedeutet im Zusammenhang mit Forschung, dass wir wissen sollten, ob es Studien zu meiner Methode gibt, und wenn ja, welche Themen wurden untersucht und welches Ergebnis kam dabei heraus? Auch wenn wir nie alles wissen, sollten wir uns wenigstens einen ersten Überblick verschaffen und so Interessierten Auskunft geben können.

Heike Rahn ist Masseurin und medizinische Bademeisterin und Lehrerin für Therapeutic Touch (QTTT – Qualified Therapeutic Touch Teacher bei Therapeutic Touch International Association (TTIA), USA). Sie bietet Massagen, Fußreflexzonen- und Therapeutic Touch in Einzelbehandlungen in ihrer Praxis nahe Hamburg an und unterrichtet Therapeutic Touch auf Deutsch und Englisch in ganz Deutschland und innerhalb Europas. „Dieser Artikel wurde von mir nach bestem Wissen und Gewissen geschrieben“, sagt sie, „denn ich bin keine Wissenschaftlerin und habe auch keine akademische Ausbildung.“

Kontakt:

Tel.: 0 41 86 – 89 29 67

E-Mail: info@therapeutic-touch-seminare.com