

# Therapeutic Touch (TT)

## KURZBESCHREIBUNG

Therapeutic Touch (TT, Therapeutische Berührung) greift Heiltraditionen auf, die sich im religiösen/spirituellen Kontext („Handauflegen“) finden. Darüber hinaus werden fernöstliche Gesundheitslehren berücksichtigt. Ziel ist es, die Befindlichkeit des Patienten beziehungsweise Pflegebedürftigen zu verbessern und dadurch Heilungsprozesse zu unterstützen. Ausgelöst werden sollen Entspannung, Schmerzlinderung, Stressabbau, beschleunigte Heilung und die Linderung psychosomatischer Symptome.

## GRUNDANNAHMEN

Therapeutic Touch basiert auf der Überzeugung, dass Menschen Energiefelder haben. Eine ausgewogene, symmetrische Verteilung dieser Energiefelder soll die Gesundheit fördern, „gestörte“ Energiefelder dagegen sollen Krankheiten begünstigen. Jeder Mensch hat, so die Annahme, heilende Kräfte. TT geht weiter davon aus, dass Lebewesen auf energetischer Ebene ständig mit ihrer Umwelt im Austauschprozess stehen. Energiefelder könnten vom Therapeuten ausbalan-

ciert und Gesundheit dadurch unterstützt werden. Beim TT lenkt der Behandelnde den Energiefluss des Patienten durch den gedanklichen Fokus, um ein „heilendes Energiemuster“ wiederherzustellen.

Neben der energetischen Behandlung dient Therapeutic Touch dazu, in Kontakt zu treten, Zuwendung und Anteilnahme zu zeigen.

## ANWENDUNGSPRAXIS

Die Anwendung findet in der Regel ohne Berührung statt. Eine vollständige Therapeutic-Touch-Behandlung dauert etwa 20 Minuten und folgt einem standardisierten Ablaufschema:

- Zentrierung: Der Behandler bringt Körper, Geist, Gefühle in Entspannung und Konzentration und fokussiert sich auf den Patienten/Pflegebedürftigen.
- Einschätzen/Assessment: Mit den Händen wird der gesamte Körper von Kopf bis Fuß mit den Händen „abgescannt“, wobei die Hände etwa fünf cm Abstand vom Körper haben. Ziel ist es, Symmetrien/Asymmetrien im Energiefeld zu erspüren. Praktiker beschreiben Empfindungen wie Wärme, Kälte, Dichte, Ziehen, Prickeln, die ihnen Anhaltspunkte geben.
- Behandlung: Durch die Positionierung der Hände an bestimmten Stellen soll der Energiefluss verstärkt und Blockaden gelöst werden.
- Auswertung: Das Behandlungsergebnis wird festgestellt, anschließend erfolgt erneut ein Einschätzen/Assessment (s. o.), eventuell wird ein Schritt wiederholt.
- Dokumentation: Beobachtungen und Maßnahmen werden schriftlich festgehalten.

Therapeutic Touch wird bei einer Vielzahl von akuten und chronischen Beschwerden eingesetzt, unter anderem bei stressbedingten Erkrankungen, Schmerzen, Unruhezuständen.

Neben dem Effekt beim Patienten/Pflegebedürftigen bietet der TT-Ansatz Pflegenden eine Möglichkeit, die Beziehung zum Patienten zu stärken und die Qualität der Berührungen, die im Pflegealltag routinemäßig stattfinden, zu verbessern und bewusster einzusetzen. Da der Einsatz einer kompletten TT-Behandlung aus Zeitgründen oft schwierig ist, werden zum Teil nur einzelne Elemente, die nur wenige Minuten dauern, im Rahmen der Grundpflege integriert.

Ethikregeln des Dachverbandes zielen darauf ab, eine seriöse Praxis und einen achtsamen und respektvollen Umgang mit dem Patienten zu gewährleisten. Therapeutic Touch wird als Ergänzung im Bereich der Gesundheitsförderung eingestuft.

Zur Verbreitung von dieser Anwendung in der Pflege in Deutschland liegen keine Daten vor. Fachpublikationen weisen darauf hin, dass zunehmend mehr stationäre und ambulante Einrichtungen der Kranken- und Altenpflege Therapeutic Touch anwenden.



Fortsetzung: **Therapeutic Touch (TT)**

## FORT- UND WEITERBILDUNG

Pflegefachkräfte können sich für diese Behandlungsmethode in speziellen Kursen weiterbilden. In Deutschland gibt es keine einheitlichen Ausbildungsstandards. Die meisten Weiterbildungen orientieren sich jedoch an den Richtlinien des Amerikanischen Dachverbandes Therapeutic Touch International Association (TTIA) mit der Möglichkeit einer Zertifizierung

zum Qualified Therapeutic Touch Practitioner (QTP). Ausgebildet wird mit mehreren aufeinander aufbauenden Kursstufen mit einem Umfang von etwa 12 bis 16 Stunden. Für die Zertifizierung sind zusätzliche Fallstudien und eine einjährige Begleitung durch einen Mentor erforderlich.

Informationen zu Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten:

Therapeutic Touch International Association (TTIA)  
[www.therapeutic-touch.org](http://www.therapeutic-touch.org)

Therapeutic Touch in Deutschland  
[www.therapeutic-touch-deutschland.com](http://www.therapeutic-touch-deutschland.com)

## LITERATUR

Krieger, D. (2012). Therapeutic Touch. Die Heilkraft unserer Hände. Bielefeld: Lüchow.

Specht-Tomann, M., & Tropper, D. (2011). Hilfreiche Gespräche und heilsame Berührungen im Pflegealltag. Berlin: Springer Medizin.

May, D. (2013). Das Therapeutic Touch Handbuch Grundkurs – Basic. Toronto: Scribe.

Wydert-Bales, G. (2017). Anwendungsbereiche von „Therapeutic Touch“ im klinischen Bereich. Übersicht und Effektivität der Methode. München: Grin Verlag.

