



„Shiatsu für Schwangerschaft und Geburt“ von Suzanne Yates und Tricia Anderson

Buchbesprechung

„Shiatsu für Schwangerschaft und Geburt“ ist das vollständigste und hilfreichste Buch über Shiatsu während der Schwangerschaft, Geburt, und der frühen postnatalen Zeit, das ich bislang gefunden habe. Die Ideen darin sind sowohl originell als auch, durch Suzanne's langjährige Praxis, erprobt. Die offene Art und Weise wie Suzanne von ihren Schülern, Schülerinnen und Klientinnen über viele Jahre Erfahrungen gesammelt hat, ist hier ganz offensichtlich und durchwegs unterstützend für sie in diesem Buch.

In der Einleitung gibt Suzanne an, sie suche „ein verständliches Shiatsu -Pflegermodell für Hebammen“ und das Buch decke „Beispiele für eine sichere und effektive Arbeit“ ab. Mit der starken Unterstützung von Tricia Anderson, einer freiberufliche Hebamme und erfahrenen Vortragenden für Hebammen wird in diesem Buch die Natur des Shiatsu (5 Elemente, TCM) beleuchtet - vor allem in Bezug auf seinen Nutzen in der Mutterschaftspflege, auf Forschung, auf praktische Anwendung während der Schwangerschaft, Geburt und frühen postnatalen Zeit sowie auf Shiatsu für Selbstheilung. Wie eine dieser Supermütter, die alles Erdenkliche einpacken wenn sie ins Spital entbinden gehen, hat Suzanne alles in ihrem Buch verpackt: Von Photos über Abbilder, Glossar, bis hin zu Zitaten von Hebammen und Schwangeren. Dabei wird alles mit voller Aufmerksamkeit in Hinblick auf die Sicherheit für alle Beteiligten präsentiert.

Im dritten Kapitel werden Shiatsu Practitioners gewarnt, dass einige grundlegende Shiatsu-Konzepte vielleicht für sie uninteressant sein könnten. Ich fand sie allerdings sehr spannend und habe bereits einige Übungen in meinem eigenen Unterricht umgesetzt. Die Liste der Forschungsarbeiten im zweiten Abschnitt ist beeindruckend und liefert ausgiebig Material für Fragende aus den Gesundheitsberufen über die Anwendung von Shiatsu in diesem Arbeitsfeld. Eigene Textfelder von Eltern und Hebammen geschrieben sind leicht leserlich und gut im Haupttext platziert, so dass ein schöner Gesamtfluss entsteht. Die Photos sind qualitativ hochwertig und obwohl der Text sehr dicht ist, zeigt er Klarheit und ist gut entworfen. Diese Photos sind auch ohne falsche Scham – sie zeigen ganz klar wie man Zugang zu Punkten wie KG 1 / LG 1 findet, oder wie man mit einem schwangeren Bauch im fortgeschrittenen Schwangerschaftsstadium arbeitet und andere Möglichkeiten, die man vielleicht sonst als unanständig betrachten würde, die aber äußerst hilfreich sein können während einer Geburt!

Die absolute Stärke dieses Buch liegt darin, dass es bewusst mit den Ängsten umgeht, die mit der Arbeit in diesem Bereich verbunden sind. Es stärkt die Sicherheit und das Vertrauen bei der Anwendung unserer menschlichen und professionellen Fähigkeiten: „Obwohl wir unsere einst instinktiven Fertigkeiten wieder erlernen müssen, sollten wir – auch in dieser streitsüchtige Gesellschaft - keine Bedenken über die Sicherheitsaspekte bei der Anwendung von Shiatsu haben. Der Körper gibt uns sofort Rückmeldung und es wird kein Schaden angerichtet, wenn man die allgemeinen Richtlinien des Hausverstandes einhält.“ Eine weitere Stärke dieses Buches ist, dass es Informationen über die tiefgehenden praktischen Erfahrungen Suzanne's beinhaltet, und nicht bloß Theorie. Weiters gibt es Passagen, wo sie bereits bekannte Informationen darüber, was man machen kann oder nicht, umstößt: „Es gibt keine absoluten Kontraindikationen“.

Persönlich hat Suzanne mein ganzes Vertrauen. Sie arbeitet nicht nur seit Jahren auf diesem Gebiet, sondern sie hat auch großartige Verbindungen zu Menschen geknüpft wie

z.B zu einer in London lebenden japanischen Hebamme, deren Mutter eine *Samba* war (traditionelle japanische Hebamme). Sie hat gewiss auch einige Befunde aus meiner eigenen Arbeit mit Schwangeren und Babies bestätigt.

Ich habe das Buch einer erfahrenen (aber auch skeptischen) Hebammenfreundin geliehen die selbst kein Shiatsu macht. Sie meinte, dass sie dieses Buch als Ergänzung zu einem Shiatsukurs für Hebammen sicher kaufen würde, sonst aber nicht. Das ist nicht weiter überraschend, denn das Buch erkennt das an, was wir alle schon wissen: Shiatsu kann man nicht aus einem Buch lernen – selbst nicht aus einem guten und gründlichen Buch wie diesem. Meine Freundin hat allerdings die Textfelder mit den persönliche Erfahrungen genossen und nachdem sie schon andere Bücher für Hebammen kennt (vom selben Herausgeber), kann sie bestätigen, dass das Buch auf der Basis echter Hebammenpraxis beruht und verlässlich und lohnend ist. Ich zweifle nicht daran, dass die Existenz dieses Buches für das Ansehen von Shiatsu auf dem Gebiet der Integration in die Mutterschaftspflege beitragen wird.

„Shiatsu für Schwangerschaft und Geburt“ wendet sich sowohl an Shiatsu Practitioners als auch an Hebammen. Vielleicht gibt es Momente, wo du als Shiatsu- Practitioner manche Passagen überspringst, die für Hebammen nachvollziehbar sind aber nicht für uns. Jedoch, falls du ein Shiatsu Practitioner bist, der auf Sicherheit sehr bedacht ist, wird dich dieses Buch sowohl beruhigen als auch neue Ideen liefern. Solltest du nicht nur Shiatsu Student/in bzw. Shiatsu Practitioner sein, sondern auch bald ein Kind erwarten, wird dieses Buch lebenswichtig.

Tamsin Grainger
Shiatsu Practitioner und Lehrerin

„Shiatsu für Schwangerschaft und Geburt“
ISBN 978-3-437-57410-8

Dieses Buch kannst du auch direkt beim Verlag bestellen:
www.elsevier.de/artikel/1026060

Suzanne Yates praktiziert Shiatsu seit 1984. Sie ist registrierte Lehrerin und Practitioner im Shiatsu-Dachverband (GB) und Mitglied im „Avon Maternity Services Liaison Commitee“. Sie leitet seit vielen Jahren Ausbildungskurse für Hebammen, Shiatsu-Practitioners und Komplementär-Mediziner in Europa, USA und Australien. Autorin des Buches „Shiatsu for Midwives“. Suzanne leitet seit 1999 das WELL MOTHER – Projekt in der Shambhala Shiatsu Schule in Wien.

Weitere
Infos dazu: www.shiatsu-schule.at