

## **Protokoll zum Treffen des Arbeitskreises Qigong und Psychotherapie am 10. März 2018 in Frankfurt am Main**

Nach der Begrüßung durch Barbara und Rainer stellten sich die neun Teilnehmerinnen vor und berichteten darüber, wie sie zu Qigong gefunden haben und in welchen Organisationen bzw. in welcher geistigen Heimat sie sich aufhalten oder aufgehalten haben. Es war eine Freude, bekannte Gesichter wiederzusehen.

### Teil I

Rainer Kurschildgen informierte über Artikel und Bücher. Er machte aufmerksam auf die Zeitschrift: „Körper, Tanz, Bewegung“. Zeitschrift für Körperpsychotherapie und Kreativtherapie aus dem Reinhardt Verlag. In Heft 2 / 2017 ist auch ein Aufsatz von Dr. Stefan Dietrich aus Arnsberg zum Thema: „*Die Transformation der Vitalitätsempfindungen als Element der Emotionsregulierung in der chinesischen Atemgymnastik (Qigong)*“ Rainer weist auch auf dessen Buchveröffentlichung hin.

Er selbst konnte einen Beitrag in der Zeitschrift des Verbandes der Psychologischen Psychotherapeut\*innen veröffentlichen, in dem er beschreibt, wie Qigong die psychotherapeutische Arbeit unterstützen kann („*Qigong: Dialog mit der Lebenskraft*“, in: VPP Juni 2016)

Weitere Informationen:

Eva Lüdi Kong hat einen Preis bekommen für die Übersetzung des chinesischen Klassikers „*Die Reise in den Westen*“, in gewisser Weise ein Roman über die Selbstkultivierung, über die „Arbeit am eigenen Inneren“. Sehr schön, profund und überaus überzeugend, stellt Eva Lüdi Kong diese Aspekte des Romans in ihren Vorträgen und Veröffentlichungen in der Zeitschrift für Qigong Yangsheng dar (z.B. Eva Lüdi Kong: Universum der menschlichen Seele. Das „Herz“ im Roman „*Die Reise in in den Westen*“, Zeitschrift für Qigong Yangsheng 2017). Ihre Vorträge, Veröffentlichungen und ihre Übersetzung sei deshalb insbesondere allen Mitglieder unseres AK „ans Herz gelegt“.

Ein weiteres wichtiges Buch für die Arbeit in unserem Arbeitskreis könnte das Buch von Jean Francois Billeter „*Das Wirken in den Dingen*“ sein. Im Gegensatz zum französischen Sinologen Julien, der stets das ganz Andere im chinesischen Denken betont, versucht Billeter herauszuarbeiten, dass Zhuangzi ganz alltägliche Erfahrungen, die wir alle machen oder machen können, thematisiert. Da er dabei viel Wert auf die „unbewusste Aktivität“ legt, könnte er doch glatt als einer der ersten Körperpsychotherapeuten angesehen werden.

### Teil II

Rainer hatte einen Reader zum Treffen des Arbeitskreises vorbereitet als Grundlage zum fachlichen Austausch. Er referierte zum Thema: Bewegungsprinzipien im Qigong und psychische Störungen zentriert auf Depressive Störungen und Angststörungen.

Disharmonien im lebendigen Austausch zwischen den verschiedenen Polen des Lebens spielen dabei eine große Rolle.

Der Reader umfasste u.a. einen Artikel von Manfred Geißler aus der Zeitschrift für Qigong Yangsheng von 1993 („*Qigong aus psychotherapeutischer Sicht*) und Auszüge aus dem *Leitfaden*

*Qigong* hrsg von Ute Engelhardt, Gisela Hildenbrand und Christa Zumfelde-Hüneburg.

Es folgte ein reger Austausch über die verschiedenen „Bewegungs/Lebensaspekte“ die bei den genannten psychischen Störungen eine Rolle spielen könnten und wie sich diese in den verschiedenen Qigongübungen ausdrücken und aufgegriffen werden können.

Nach einer Mittagspause in einer nahegelegenen Pizzeria bewegten wir uns nach den 15 Ausdrucksformen unter Anleitung von Angela Büniger.

### Teil III

Erfahrungsbericht von Barbara Hofmann-Huber: Wie wird Qigong in der stationären Behandlung von Psychisch Kranken in China eingesetzt. Der Begriff Qigong ist derzeit nicht so erwünscht. Jedoch die Ausübung von TaiChi würde praktiziert, weil sie als Bewegungsangebot akzeptiert und verstanden werde. Barbara Hofmann-Huber berichtete über ein Ausbildungsprojekt in China. Durchgeführt von der Deutsch-Chinesischen Akademie für Psychiatrie, seit ca. 26. Jahren. In einem Team jeweils vier Chinesischen und vier Deutschen Trainern werden ca. 100 Chinesische Studenten (jeweils vier westlicher Psychotherapie ausgebildet). Ursprünglich hat der DAAD das Projekt gefördert. Bereits vor 125 Jahren sind westliche Ärzte nach China gekommen. Die Psychologie wurde erst später hineingelassen, unter Mao war es gar nicht möglich.

Barbara Hofmann-Huber arbeitet dort mit älteren Auszubildenden, sie sind teilweise in Leitungspositionen. Thematisch ist die Psychotherapie etwas anders gelagert.

Es gilt: nicht etwa zu sagen, löse dich von deiner Familie, sondern: wie willst du dich verändern, wenn du Schwierigkeiten in der Familie hast? Auf Umwege wird therapiert, es wird nicht die Familie ausgegrenzt.....

Durch das 1- Parteien- System sind während der Kulturrevolution viele Menschen gefoltert worden, haben eine Gehirnwäsche durchgemacht.

Barbara Hofmann-Huber: die Verhaltenstherapie benutzt das „Staubsauger Prinzip“: sie verleibt sich alle möglichen Techniken anderer Therapieschulen ein, so auch genuin tiefenpsychologische Prinzipien, hypnotherapeutische Techniken. Alles, was brauchbar ist, werde als verhaltenstherapeutisch deklariert. Diese Beobachtung wurde auch von anderen Teilnehmerinnen bestätigt.

### Teil IV Verschiedenes:

Barbara Kieslich-Hoffmann berichtete dann noch über einen Artikel im Tinnitus-Forum: „*Tinnitus aus der Sicht der Chinesischen Medizin, Selbsthilfe mit Qi Gong-Übungen*“ von Dr. Anna Mietzner in: Tinnitus-Forum 4-2017.

Eine weitere Teilnehmerin berichtete über eine Akut-Klinik, in der sie Qigong praktiziert: Klinik Wirsberg zwischen Kulmbach und Bayreuth.

Da es darum geht, den Effekt von Qigong-Übungen zu erforschen, zu prüfen und zu belegen, bot **Angela Büniger ihre Erfahrungen in der klinischen Forschung** an und gab ihre Kontaktdaten an für Interessenten, die vielleicht ein Budget anzubieten haben, um bestimmte Fragestellungen aus der Chinesischen Medizin zu erforschen. (siehe Anhang)

Das Protokoll erstellte Barbara Kieslich-Hoffmann  
29.04., 26.05.2018

Anhang:

Folgende Tätigkeiten beherrscht Angela Bünger aufgrund ihrer 20 - jährigen Erfahrung in der Klinischen Forschung:

Recherche von klinischen Prüfungen in einschlägigen Datenbanken

GCP gerechte Prüfprotokolle schreiben für Initiator Initiated Trials (IIT)

Patientenaufklärung und Informed Consent generieren

Einreichungen Ethikkommission und BfArM

Meldung Regierungspräsidien/Gesundheitsämter

Patientenversicherung abschliessen

Klinische Monitoring-Tätigkeit an teilnehmenden Prüfzentren mit Good Clinical Practice Schulung  
letztendliches Datenclearing

Angela Bünger

Dipl.Sozialpädagogin/ Qigong-Lehrerin

Palliativ-regeneratives Stressmanagement

Qigong-Präventionskurse nach § 20 SGB V

Diploma of Advanced Studies (Universität Oldenburg)

Mobil: 0174 36 46 735

Email: [angela.buenger@web.de](mailto:angela.buenger@web.de)