Körper, Geist und Seele osteopathisch behandeln – das ist möglich!

Interview

Ein Interview mit Stefan Schöndorfer

Stefan Schöndorfer D.O.® ist Osteopath, Heilpraktiker und Physiotherapeut. Die Betrachtung des Menschen in seiner Ganzheitlichkeit ist ihm ein besonderes Anliegen. Osteopathisch behandelt er seine Patienten seit knapp 20 Jahren und entdeckt dabei immer wieder neue Aspekte und Möglichkeiten in dieser Methode.

Lieber Herr Schöndorfer, Sie sind Physiotherapeut, Heilpraktiker und Osteopath zugleich und haben im Laufe Ihrer therapeutischen Tätigkeit verschiedene Facetten und Methoden der Heilkunde kennengelernt. Welche Erkenntnisse empfinden Sie rückblickend als besonders prägend?
Die Komplexität des Menschen und anderer Lebewesen (Pferde, Hunde, Katzen etc.) ist faszinierend. Belastungen in einem System, z.B. in der Psyche, werden an

den Körper übermittelt und dort wahrgenommen. Es funktioniert aber auch in umgekehrter Richtung. So ist es möglich, über den Körper auch die Psyche zu beeinflussen. Die Kompensations- und Regenerationsfähigkeit ist oft sehr beeindruckend. Daraus Konzepte zu entwickeln und diese im Werkzeugkoffer zu haben, ist sehr effektiv und lohnend.

Worin steckt Ihrer Meinung nach das größte Potenzial der Osteopathie im Zusammenspiel mit anderen naturheilkundlichen oder komplementären Methoden?

Im Zusammenspiel mit anderen Therapeuten, Heilpraktikern, Medizinern und Heilern und deren Methoden gibt es viele Möglichkeiten, sich der Gesundheit des Menschen zu nähern und ihn dabei zu unterstützen, gesund zu bleiben oder zu werden. Akupunktur, Homöopathie, Spagyrik, Psychotherapie und viele andere Verfahren können sinnvolle Möglichkeiten darstellen. Je mehr Ebenen und Systeme beim Patienten erreicht werden, desto größer sind die Chancen auf eine nachhaltige Besserung. Selbstverständlich muss die Zusammenarbeit auf Augenhöhe erfolgen. Der Patient sollte über die einzelnen Schritte und Ideen informiert werden und selbst entscheiden, welche Maßnahmen ergriffen werden. Dies erfordert eine verständliche Aufklärung und Information. Der Patient muss sich angenommen und verstanden fühlen.

Ich selbst empfehle meinen Patienten regelmäßig spagyrische Präparate, die ich biodynamisch austeste.

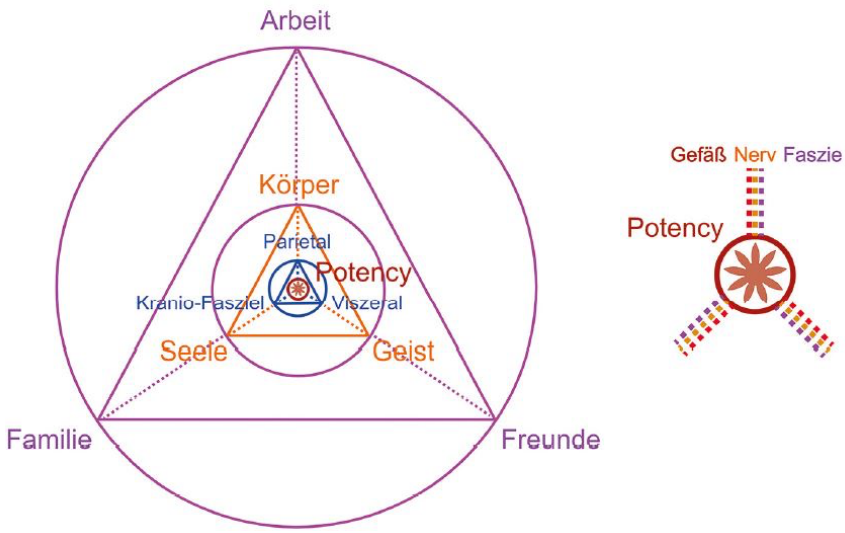
Neben den körperlichen Ergebnissen einer osteopathischen Behandlung geht es in Ihrem neuen Buch um die Möglichkeit, auf psychosomatische Aspekte einer Erkrankung einzuwirken. Welche praktischen Erfahrungen konnten Sie damit sammeln?

Es gibt immer wieder Ereignisse (Belastungen, Konflikte, Schockzustände) im Leben, die eine Art Stillpoint (Wendepunkt) im Leben darstellen. Damit ist gemeint, dass sich das Leben nach dem Ereignis deutlich anders darstellt als vor dem Ereignis. Dies kann förderlich, aber auch hinderlich sein. Negative Ereignisse können uns sehr nachhaltig aus unserer Mitte bringen und die Homöostase sehr massiv schwächen. Die Psyche wird dadurch nachhaltig negativ beeinflusst. Mit der von mir entwickelten osteopathischen Methode „Dynamik der Gedanken“ können solche starr verankerten Muster gelöst werden. Daraus ergibt sich die Möglichkeit, eine andere emotionale Positionierung zu diesem Ereignis zu entwickeln.

So kann zum Beispiel eine nicht bestandene Prüfung, aus der sich eine Prüfungsangst entwickelt hat, sehr leicht in ein anderes Licht gerückt werden. Die Prüfungsangst wird reduziert oder verschwindet. Dies geschieht in der Regel nachhaltig. Aber auch andere tiefgreifende Umbruchsituationen und Lebensphasen können dauerhaft erträglicher gemacht werden. Bei der Recherche zu diesem Buch bin ich auf das Phänomen des „abruf-induzierten Vergessens“ gestoßen. Es erklärt die Wirkung der Therapie sehr eindrücklich.

Mit „Stärkung der Homöostase“ haben Sie langjährige Erfahrungen und Erkenntnisse in ein Behandlungsprinzip übertragen. Worum geht es dabei?

Es geht darum, dem Körper die Möglichkeit zu geben, sich selbst zu verändern. Das soll so gestaltet werden, dass es dem Menschen sehr nahe kommt. Es knüpft an die Möglichkeiten an, die dem Menschen zu diesem Zeitpunkt zur Verfügung stehen.



Belastungsschema (erweitert) aus „Osteopathie und Psychosomatik“, ML Verlag 2024

Es können alle Strukturen behandelt werden, die mit Gefäßen, Faszien und Nerven in Verbindung stehen. Eigentlich alles. Wenn man das Prinzip in die Praxis umsetzt, kann man auch Strukturen, Organe, Körperabschnitte behandeln, die im Buch oder in den Kursen nicht vorkommen.

Sehen Sie es manchmal als Herausforderung (in der Herangehensweise), wenn in der Therapie ein so vielseitiger Werkzeugkasten an Möglichkeiten und Methoden zur Verfügung steht?
Es gibt sehr häufig eindeutige Hinweise am oder im Patienten, welches Behandlungswerkzeug anzuwenden ist. Die daraus folgende Reaktion lässt selten länger darauf warten und gibt einen Hinweis. Die Osteopathie und die von mir im Buch beschrieben Möglichkeiten sind sehr klar und eindeutig in den Wirkungen.

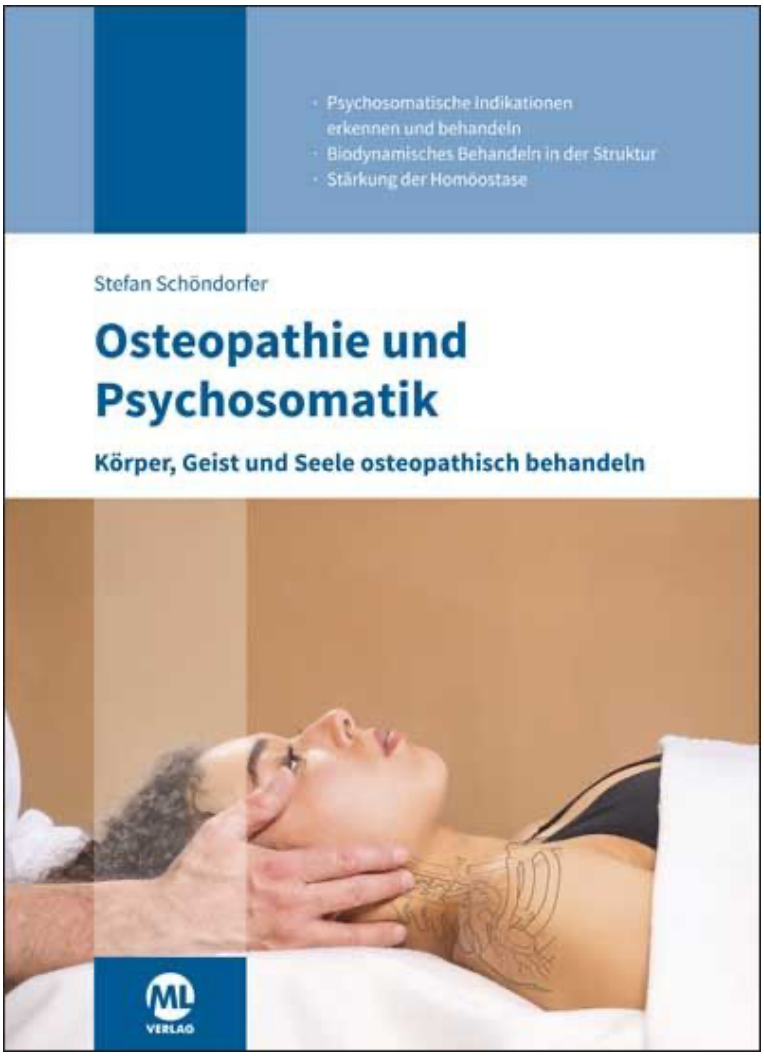
Welche Rolle spiel das Mindset des Therapeuten in der osteopathischen Behandlung?
Osteopathie ist für mich eine Individualmedizin. Das bedeutet zum einen, dass die Ursachen für Beschwerden, gesundheitliche Belastungen und Krankheiten sehr individuell sind. Zum anderen aber auch, dass der osteopathisch arbeitende Therapeut über einen individuellen Werkzeugkasten verfügt. Dieser sollte so umfangreich wie möglich sein. Ein entspannter und offener Umgang damit ist für Patient und Therapeut sehr hilfreich. Immer wieder treffe ich in den Kursen Kolleginnen und Kollegen, die Schwierigkeiten haben, einen konkreten Behandlungsansatz zu finden. Das Buch und die Kurse bieten dazu eine Möglichkeit. Die verschiedenen Systeme des Menschen geben oft klare Hinweise. Diese gilt es zu erkennen und zu verstehen.

Welche Möglichkeiten hat die Patientin oder der Patient, selbst Einfluss auf den Behandlungserfolg zu nehmen?
Ein entspannter Umgang mit sich selbst, der Wille zur Veränderung, gesunde Ernährung, angepasste Bewegung ohne übertriebenen Ehrgeiz sollten einen auf dem Weg zur Gesundheit begleiten.
Im Moment denke ich über einen Patientenratgeber nach. Darin könnten Techniken vermittelt werden, zum Beispiel die Dynamik der Gedanken als Meditationstechnik. Wir werden sehen…

Ich freue mich jedenfalls auf das Buch und seine Verbreitung. Es wird Fragen geben. Diese zu stellen und zu beantworten, wird weitere Schritte in Richtung einer ganzheitlichen Osteopathie ermöglichen. Ich bin dankbar, dazu beitragen zu dürfen.
„Die Osteopathie ist eine Wissenschaft, die den Menschen untersucht und herausfindet, dass er an Gottes Intelligenz teilhat.“
(A.T. Still, Autobiographie I-88)
Dem ist von mir nichts hinzuzufügen 😉.
Vielen Dank für das Gespräch.

Das Interview führte Ramona Kretschmann vom ML Verlag
Informationen und Kontakt zu Stefan Schöndorfer unter www.dynamik-der-gedanken.com

---



Osteopathie und Psychosomatik
236 Seiten, Hardcover
Inkl. Abbildungen und Videoaufnahmen zum Download
ISBN 978-3-96474-674-0
49,95€
Leseprobe und Bestellung