

Zoneterapeutisk Fagforståelse

Zoneterapi er en af de mest anvendte komplementære terapiformer i Danmark. Det fremgår af de Sundheds- og Sygelighedsundersøgelser, som Statens Institut for Folkesundhed med jævne mellemrum gennemfører, og det tyder på, at danskerne godt ved, at zoneterapi virker. Det ved vi også som behandlere, der i det daglige ser tydelige og taknemmelige beviser på, at vi kan gøre en forskel for den enkelte klient. Men alligevel har det været vigtigt for os at gå lidt bagom terapiformen for mere nøgternt at beskrive, hvad det er, der gør zoneterapien så unik, hvad vi i dag ved om, hvorfor den virker, og hvor der kan forskes mere, så denne behandlingsmetode i højere grad bliver anerkendt som en behandlingsform – også i det mere etablerede behandlingssystem. Det er det, vi beskriver med denne Fagforståelse.

Definition

Zoneterapi er kort fortalt en behandlingsmetode, hvor man med trykpåvirkninger ét sted på kroppen søger at forbedre funktionen et andet sted. Teorien er, at hele kroppen (makrosystemet) kan findes afspejlet i delområder af kroppen (mikrosystemer), som kommunikerer og vekselvirker med helheden.

Den mest udbredte form for zoneterapi er fodzoneterapi, hvor fødderne ses som et mikrosystem. Hver fodzone anses at svare til et bestemt område i kroppen, og ved at påvirke zonen med en særlig manuel trykteknik opnås en effekt i kroppen.

Det er det ene kendetegn ved zoneterapien. Det andet er, at terapeuten arbejder holistisk. Det vil sige, at hun eller han sammen med klienten ser på vedkommendes hele situation med fokus på både funktionsforstyrrelser, årsagerne og kroppens selvhelbredende kræfter. Det tredje kendetegn er derfor, at klienten er en tæt samarbejdspartner under hele behandlingen, og at hun eller han også tager et ansvar på sig for at få kroppen i balance og ligevægt igen.

Vores teori

Vi har selv en teori om, at behandlingsmetoden især er velegnet til moderne livsstilssygdomme, hvor der sjældent er tale om én årsag – én virkning, men om flere forskellige ubalancer, og at det er derfor, at behandlingsmetoden er blevet så populær herhjemme fra især 70'erne og frem. Men zoneterapien er faktisk ikke en ny ”opfindelse”. Den har en meget gammel historie med rødder i flere verdensdele, og den har et meget spændende forløb, som vi kort vil fortælle om herunder. Vi vil også gerne vise, hvordan den form, vi kender og benytter i dag, er kommet hertil, hvordan den bliver brugt i praksis – og hvordan den peger videre. Bl.a. med hjælp af forskningen.