

Rode vlaggen & ethisch handelen in je Shiatsu praktijk

Als Shiatsu therapeuten werken we met mensen op fysiek, energetisch en emotioneel niveau. Emoties spelen vrijwel altijd mee bij klachten en symptomen, of ze nu herkend worden of niet of erkend worden of onderdrukt.

Dat is normaal. Het vrijkomen van emotionele lading werkt meestal bevrijdend, opluchtend en geeft ontspanning in lichaam en geest.

Maar we kunnen tijdens onze behandelingen ook tekenen opmerken van **onderliggende psychosociale problemen**.

Sommige signalen – in de psychosociale zorg ‘**rode vlaggen**’ genoemd – duiden op serieuze problematiek en vereisen een zorgvuldig en professioneel handelen.

Als Shiatsu therapeut dien je hiervan op de hoogte te zijn en in staat om het te herkennen zodat je adequaat en veilig kunt handelen binnen de context.

Ik vertel je waar je op moet letten als Shiatsu therapeut, **welke rode vlaggen** er zijn, hoe je rode vlaggen **herkent**, wat je **plichten** zijn en hoe je hier adequaat mee omgaat, inclusief **doorverwijzing**.

Ook kun je te maken krijgen met **ethische vraagstukken of dilemma's**. Ook dan is het belangrijk dat je je plichten, persoonlijke en professionele grenzen kent als therapeut.

Hieronder volgt eerst een samenvattend overzicht van rode vlaggen per categorie en daarna volgt een uitgewerkte lijst met signalen waarmee je als Shiatsu-therapeut rekening moet houden.

Daaronder volgt de uitwerking over ethisch handelen.

NB: dit artikel is nergens uitputtend qua info voorziening, maar biedt een samenvattende basis zodat je goed weet waar je op moet letten. Het is je wettelijke zorgplicht als therapeut om op de hoogte te zijn van rode vlaggen en ethische richtlijnen, zodat je adequate besluiten en handelingen verricht binnen de jouw gegeven context.

Het volgen van de MBK en PSBK is een rijke aanvulling op je kennis en professionele vorming als Shiatsu therapeut.

Rode vlaggen: waar letten we op?

Als Shiatsu therapeuten observeren we niet alleen lichamelijke klachten, maar ook het bredere welzijn van een cliënt. Psychosociale rode vlaggen kunnen zich op verschillende manieren uiten, zoals:

- **Veranderde lichaamstaal:** extreme terughoudendheid, afwezigheid van oogcontact, nerveuze bewegingen of gespannen houding.
- **Emotionele signalen:** onverklaarbare stemmingswisselingen, extreme prikkelbaarheid, aanhoudende neerslachtigheid of emotionele afvlakking.
- **Sociale isolatie:** cliënten die aangeven weinig steun te ervaren van hun omgeving of zich steeds verder terugtrekken.
- **Incoherente of onsamenhangende verhalen:** tegenstrijdige of verwarrende beschrijvingen van klachten of gebeurtenissen.
- **Fysieke tekenen:** onverklaarde blauwe plekken, zelfbeschadiging of lichamelijke klachten zonder duidelijke medische oorzaak.
- **Uitingen van hopeloosheid of suïcidale gedachten:** verbale of non-verbale signalen die wijzen op een crisis.

Hoe herkennen we rode vlaggen?

Het herkennen van rode vlaggen vereist observatie, actieve luistervaardigheden en professionele intuïtie. Enkele manieren waarop we alert kunnen blijven:

- **Luisteren naar onderliggende thema's:** soms zeggen cliënten niet direct wat er speelt ('the patient always lies'), maar geven ze indirecte signalen af. Luister naar wat niet gezegd wordt, maar wat wel voelbaar of zichtbaar is. Vraag door.
- **Lichaamsgerichte observatie:** de manier waarop spanning in het lichaam vastzit kan een indicatie zijn van diepere emotionele of psychische problematiek. Spreek met jezelf af wat jouw eigen grenzen zijn in wat je doet en doet op dit vlak.
- **Terugkerende klachten zonder duidelijke oorzaak:** als fysieke klachten blijven terugkomen ondanks behandelingen, kan er een onderliggend psychosociaal probleem spelen.

Onze plichten als Shiatsu therapeuten

Shiatsu therapeuten werken binnen een holistisch kader, maar we hebben ook ethische en professionele verantwoordelijkheden:

- **Grensbewaking:** we blijven binnen ons vakgebied en behandelen geen psychische aandoeningen, maar signaleren en begeleiden.
- **Vertrouwelijkheid:** we respecteren de privacy van de cliënt, maar in acute situaties (zoals bij gevaar voor de cliënt zelf of anderen) kan het noodzakelijk zijn om in te grijpen.
- **Doorverwijzing:** wanneer we signaleren dat een cliënt professionele psychische hulp nodig heeft, verwijzen we door naar de juiste hulpverlener.

Hoe gaan we ermee om?

Als we een rode vlag opmerken, is het belangrijk om professioneel en zorgvuldig te handelen:

1. **Creëer een veilige omgeving** waarin de cliënt zich gehoord en begrepen voelt.
2. **Vraag door op een neutrale manier**, zonder te oordelen, om meer context te krijgen.
3. **Bevestig wat je observeert** door samen te vatten wat de cliënt zegt en check of je interpretatie klopt. Focus op feitelijk benoemen wat je ziet en ervaart. Laat je eigen emotie erbuiten.
4. **Geef je grenzen aan** door uit te leggen wat je wel en niet kan bieden als Shiatsu therapeut.
5. **Stel een doorverwijzing voor** als dat nodig is en help eventueel bij het vinden van de juiste ondersteuning.
6. **Documenteer je observaties** zorgvuldig en objectief in de cliëntendossiers.

Doorverwijzing naar passende hulp

Doorverwijzing kan nodig zijn bij ernstige signalen van depressie, trauma, suïcidaliteit of andere psychische problematiek. We kunnen cliënten doorverwijzen naar:

- Huisarts
- Psycholoog of psychotherapeut
- Maatschappelijk werk
- Crisisdienst bij acute noodsituaties
- 112 bij acute medische aandoeningen

Hieronder volgt een overzicht van rode vlaggen per categorie.

1. Psychische problematiek

- **Suïcidale gedachten of uitingen:** cliënten die spreken over doodswensen of zelfbeschadiging moeten direct worden doorverwezen naar een huisarts of GGZ-instelling.
- **Psychotische symptomen:** hallucinaties, wanen of ernstig verward denken kunnen wijzen op een psychotische stoornis.
- **Ernstige depressie:** langdurige somberheid, energieverlies, concentratieproblemen en verlies van interesse in het leven.
- **Ongecontroleerde angst- of paniekaanvallen:** regelmatige paniekaanvallen zonder duidelijke oorzaak kunnen om gespecialiseerde behandeling vragen.
- **Dissociatieve klachten:** gevoelens van onwerkelijkheid, geheugenverlies of depersonalisatie kunnen ernstige onderliggende problematiek signaleren.
- **Onvermogen om de realiteit te toetsen:** bij cliënten die geen besef hebben van hun eigen situatie of gevaarlijk gedrag vertonen.

2. Gedrags- en sociale signalen

- **Agressie of impulsief gedrag:** plotselinge woede-uitbarstingen, dreiging met geweld of gebrek aan controle over emoties.
- **Verwaarlozing van zelfzorg:** ernstige hygiëneproblemen, ongezonde leefgewoonten of tekenen van ondervoeding.
- **Verslavingsproblematiek:** overmatig gebruik van alcohol, drugs of medicatie, vooral als het invloed heeft op dagelijks functioneren.
- **Geheimzinnigheid over verwondingen:** onverklaarbare blauwe plekken, snijwonden of brandplekken die kunnen wijzen op zelfbeschadiging of mishandeling.
- **Sociale isolatie:** drastisch verlies van sociale contacten, eenzaamheid of afhankelijkheid van de therapeut als enige vorm van steun.

3. Neurologische en medische signalen

- **Plotselinge gedragsveranderingen:** verwardheid, moeite met spreken, coördinatieproblemen of geheugenverlies kunnen wijzen op een neurologisch probleem.
- **Ernstige hoofdpijn of duizeligheid:** vooral als het gepaard gaat met misselijkheid, braken of bewustzijnsverlies.
- **Onverklaarbare lichamelijke klachten:** bijvoorbeeld aanhoudende pijn, gevoelloosheid of uitvalsverschijnselen zonder medische verklaring.
- **Extreem gewichtsverlies of -toename:** kan duiden op een eetstoornis, endocriene aandoening of andere ernstige ziekte.
- **Ademhalingsproblemen:** kortademigheid, benauwdheid of pijn op de borst zonder duidelijke oorzaak.
- **Flauwvallen of bewustzijnsverlies:** kan wijzen op een hart- of neurologisch probleem.

4. Trauma en grensoverschrijdend gedrag

- **Signalen van misbruik of geweld:** angst voor aanraking, extreme schrikreacties of inconsistenties in het verhaal van de cliënt.
- **Ongepast gedrag richting de therapeut:** flirterig, seksueel getint gedrag of overschrijding van professionele grenzen.
- **Herbeleving van trauma:** heftige emotionele of fysieke reacties tijdens een behandeling die kunnen wijzen op PTSS.

Wat te doen bij rode vlaggen?

- **Blijf kalm en professioneel:** geef de cliënt ruimte om te praten zonder oordeel.
- **Verwijs door naar een arts of specialist:** Shiatsu is complementair en geen vervanging voor medische of psychologische zorg.
- **Stel duidelijke grenzen:** bescherm jezelf en de cliënt door professionele afstand te bewaren.
- **Noteer objectieve observaties:** beschrijf wat je ziet en hoort zonder interpretatie, vooral bij vermoedens van misbruik of crisis.
- **Raadpleeg een collega of deskundige:** als je twijfelt over de ernst van een situatie.

Doorverwijzen naar een huisarts of specialist

Als complementair therapeut, zoals een Shiatsu-therapeut, heb je **geen wettelijke meldplicht zoals een arts, maar je hebt wel een zorgplicht naar je cliënten.**

Er zijn situaties waarin je verplicht of sterk geadviseerd wordt om iemand door te verwijzen naar een specialist of huisarts. Dit valt onder de ethische en professionele verantwoordelijkheid van een therapeut.

Hier zijn enkele belangrijke situaties waarin doorverwijzing noodzakelijk is:

1. Acute of levensbedreigende situaties.

- **Suïcidale gedachten of dreiging van zelfmoord:** bij concrete suicideplannen moet je de huisarts of crisisdienst inschakelen.
- **Acute psychische crisis (psychose, ernstige verwardheid, wanen, hallucinaties):** een verwijzing naar de GGZ is noodzakelijk.
- **Plotselinge neurologische uitval:** zoals verlamming, moeite met spreken of verlies van bewustzijn (kan wijzen op beroerte of neurologisch probleem).
- **Hevige, onverklaarbare pijn op de borst:** kan duiden op een hartprobleem, direct medische hulp inschakelen.
- **Ernstige ademhalingsproblemen of allergische reacties:** kan wijzen op een anafylactische reactie of longaandoening.

2. Medische aandoeningen buiten jouw expertise

- **Onverklaarbare en langdurige klachten zonder diagnose:** bijvoorbeeld aanhoudende pijn, gewichtsverlies, extreme vermoeidheid, duizeligheid of misselijkheid zonder duidelijke oorzaak.
- **Mogelijke ernstige infecties:** hoge koorts, ontstekingen, wondinfecties die niet genezen.
- **Voortdurende of verergerende neurologische symptomen:** tintelingen, gevoelloosheid, coördinatieproblemen, evenwichtsstoornissen.
- **Ongecontroleerd medicijngebruik of verslaving:** bijvoorbeeld overmatig gebruik van pijnstillers, kalmeringsmiddelen of alcohol.

3. Psychische of gedragsmatige signalen

- **Zelfbeschadiging of automutilatie:** bij herhaaldelijke of ernstige zelfbeschadiging is doorverwijzing naar psychologische hulp noodzakelijk.
- **Extreem verward of dissociatief gedrag:** als een cliënt niet in staat is om zijn/haar situatie te begrijpen of zichzelf in gevaar brengt.
- **Vermoeden van kindermishandeling of huiselijk geweld:** je hebt als therapeut de plicht om te handelen volgens de Meldcode Huiselijk Geweld en Kindermishandeling. Dit kan betekenen dat je de cliënt aanmoedigt om hulp te zoeken, maar in ernstige gevallen kan melding noodzakelijk zijn.

4. Grensoverschrijdende of ethisch complexe situaties

- **Cliënt vraagt medische adviezen of aanpassingen aan medicatie:** dit is niet jouw expertise; verwijs door naar een arts.
- **Cliënt weigert noodzakelijke medische zorg:** wanneer iemand medische zorg nodig heeft maar dit weigert, kun je dit bespreekbaar maken en indien nodig de huisarts informeren (bijvoorbeeld bij psychische kwetsbaarheid).
- **Cliënt vertoont afhankelijkheid van de therapeut:** als iemand je als enige steunpilaar ziet en professionele psychische hulp ontwijkt.

Hoe handel je professioneel bij doorverwijzing?

- **Bespreek je observaties objectief** met de cliënt en motiveer waarom je doorverwijzing noodzakelijk acht.
- **Ondersteun en begeleid de cliënt** in het vinden van de juiste hulp, maar blijf binnen je rol als complementair therapeut.
- **Documenteer je observaties** zorgvuldig en noteer wat je hebt besproken met de cliënt.
- **Overleg indien nodig** met collega's of een vertrouwenspersoon binnen jouw beroepsvereniging.

Ethisch handelen voor Shiatsu therapeuten

Ethisch handelen is een fundamenteel aspect van het beroep van Shiatsu therapeut. Omdat we werken met het welzijn van cliënten, dragen we een grote verantwoordelijkheid om respectvol, integer en professioneel te handelen. Dit artikel beschrijft de kernprincipes van ethisch handelen, de grenzen van ons vakgebied en hoe we omgaan met dilemma's in de praktijk, inclusief concrete voorbeelden.

De Kernprincipes van ethisch handelen

Shiatsu therapeuten hanteren een aantal ethische principes die de basis vormen van hun professionele gedrag:

- **Respect en autonomie van de cliënt**
We respecteren de fysieke en emotionele grenzen van cliënten en erkennen hun recht om zelf beslissingen te nemen over hun gezondheid en behandelingen. Dit betekent dat we altijd toestemming vragen voordat we behandelen en dat een cliënt zich op elk moment vrij moet voelen om te stoppen.
- **Vertrouwelijkheid en privacy**
Alles wat een cliënt deelt, wordt vertrouwelijk behandeld. Gegevens worden zorgvuldig bewaard en alleen gedeeld met toestemming of in uitzonderlijke situaties waarin de veiligheid in gevaar is, zoals bij dreigend zelfbeschadigend gedrag.
- **Grensbewaking**
We zijn ons bewust van de grenzen tussen therapeut en cliënt en bewaken een professionele afstand. Dit geldt voor zowel (onnodige) fysieke aanraking als emotionele betrokkenheid. We vermijden vriendschappelijke of intieme relaties met cliënten i.v.m. objectiviteit.
- **Eerlijkheid en integriteit**
We communiceren open en transparant over wat we kunnen bieden en maken geen valse of misleidende claims over de effectiviteit van behandelingen. We respecteren de wetenschap en erkennen de grenzen van Shiatsu therapie.
- **Geen misbruik van macht of invloed**
We zijn ons bewust van de kwetsbare positie waarin een cliënt zich kan bevinden en gebruiken onze kennis en vaardigheden nooit om misbruik te maken van hun vertrouwen. We bieden een veilige en ondersteunende omgeving zonder druk of manipulatie.

Grenzen van het vakgebied

Shiatsu therapeuten werken binnen een specifiek kader en moeten hun rol en beperkingen goed kennen:

- **Geen medische diagnose**
We stellen geen medische diagnoses en claimen geen ziektes te genezen. Als er tekenen zijn van een ernstige medische aandoening, verwijzen we door naar een arts.
- **Geen psychologische behandelingen**
Hoewel Shiatsu ondersteunend kan werken bij mentale en emotionele klachten, bieden we geen psychotherapie en behandelen we geen psychiatrische aandoeningen zoals depressie, angststoornissen of trauma.
- **Geen dubbele relaties**
We vermijden situaties waarin er een persoonlijke of zakelijke relatie is met de cliënt, omdat dit de professionele dynamiek kan beïnvloeden en de objectiviteit kan schaden.

Omgaan met Ethische Dilemma's

In de praktijk kunnen we geconfronteerd worden met situaties waarin ethische keuzes niet zwart-wit zijn. Hoe gaan we hier op een professionele manier mee om?

1. **Zelfreflectie:** sta stil bij je eigen intenties en grenzen. Wat maakt een situatie lastig? Wat zou een integere aanpak zijn?
2. **Overleg met collega's of een supervisor:** soms helpt het om een ethisch dilemma te bespreken met een andere professional.
3. **Terugvallen op ethische richtlijnen en beroepscode:** volg de richtlijnen die binnen de beroepsgroep* (als je lid bent van een beroepsgroep, dan heeft deze beroepsgroep een beroepscode) gelden en handel in lijn met professionele normen.
4. **Transparante communicatie:** bespreek moeilijke situaties open met de cliënt en geef duidelijk aan wat jouw professionele rol en grenzen zijn.
5. **Doorverwijzing als dat nodig is:** als een probleem buiten je expertise valt, is het ethisch verantwoord om een cliënt door te verwijzen naar de juiste professional.

Drie voorbeelden van ethische dilemma's in de Shiatsu praktijk

1. Een cliënt met ernstige psychische klachten

Een cliënt vertelt tijdens de behandeling dat hij suïcidale gedachten heeft en zich hopeloos voelt. Hoewel Shiatsu ondersteunend kan werken bij stress en ontspanning, is dit een situatie waarin een doorverwijzing essentieel is. De therapeut luistert empathisch, erkent de gevoelens van de cliënt, maar geeft ook aan dat professionele psychische hulp noodzakelijk is. Met toestemming van de cliënt kan een contactpersoon of huisarts worden ingeschakeld.

2. Een cliënt die ongepaste grenzen overschrijdt

Een cliënt begint steeds persoonlijker te praten en probeert buiten de sessies contact te zoeken via privéberichten. Dit kan de professionele relatie ondermijnen. De therapeut stelt duidelijke grenzen en communiceert dat contact buiten de behandelruimte niet professioneel is. Als de cliënt blijft aandringen, kan de therapeut besluiten om de behandelingen te beëindigen en de cliënt door te verwijzen naar een andere behandelaar.

3. Een medische aandoening die buiten het Shiatsu vakgebied valt

Een cliënt komt met aanhoudende, onverklaarbare pijn in de onderrug. Tijdens de behandeling merkt de therapeut symptomen op die mogelijk wijzen op een ernstige medische aandoening, zoals gevoelloosheid in de benen of onvermogen om de blaas te controleren. In dit geval is het ethisch noodzakelijk om de cliënt te adviseren direct medische hulp te zoeken en niet verder te behandelen totdat een arts een diagnose heeft gesteld.

Conclusie

Ethisch handelen is de basis van een verantwoordelijke en professionele Shiatsu praktijk. Door integer, transparant en respectvol om te gaan met cliënten, bewaken we de kwaliteit en betrouwbaarheid van ons vak. Door ons bewust te zijn van onze grenzen en ethische dilemma's zorgvuldig af te wegen, zorgen we voor een veilige en ondersteunende behandelomgeving.