

Droga koleżanko WATSU,  
Drogi kolego WATSU,  
Drodzy byli praktykujący WATSU,

**Piszę, aby zaprosić Was do odpowiedzi na załączony kwestionariusz dotyczący WATSU i waszych doświadczeń jako praktyków.** Zbieram dane w ramach mojej rozprawy doktorskiej na Uniwersytecie Hildesheim (Niemcy), z zamiarem rozszerzenia wiedzy naukowej na temat WATSU, a tym samym promowania lepszego postrzegania WATSU w sektorze opieki zdrowotnej.

Na wiele pytań w tej ankiecie można odpowiedzieć, poprzez zaznaczenie. Może to potrwać około 15 minut. Ta ankieta zawiera również pytania otwarte, więc faktyczny czas ukończenia zależy od szczegółowości twoich pisemnych odpowiedzi. Do celów oceny, oprócz części statystycznej, planuję część "jakościową", **w której każda pojedyncza obserwacja jest znacząca, nawet jeśli jest wprowadzana tylko przez jedną osobę.**

**O mnie.** Jestem licencjonowanym fizjoterapeutą i od 20 lat jestem praktykiem WATSU i innych metod wodnych. W latach 2008-2016 pełniłem funkcję prezesa NAKA (stowarzyszenia praktyków WATSU w Szwajcarii). W 2014 roku, po 4 latach planowania grupowego i pozyskiwania funduszy, walnie przyczyniłem się do otwarcia pierwszej publicznej puli WATSU w Bernie, stolicy Szwajcarii. W 2016 roku rozpocząłem studia doktoranckie w pasywnych terapiach wodnych; moja komisja doradcza składa się z lekarzy, badaczy ruchu i sportu oraz psychologa pracy i organizacji.

**Problem.** Jako praktycy i klienci wszyscy doświadczyliśmy niezliczonych, dobroczynnych efektów WATSU. Ponieważ jednak istnieje stosunkowo niewiele opracowań naukowych na ten temat, WATSU nie jest traktowana odpowiednio poważnie i nie jest wykorzystywana tak często, jak byłoby to pożądane. Tylko kilka ubezpieczeń pokrywa koszty leczenia.

**Plan.** Gromadząc i dokładnie analizując obserwacje na rzecz WATSU oraz porównując te wyniki z literaturą naukową, chciałbym pokazać dokładnie, które badania byłyby przydatne i najbardziej obiecujące. W sumie moja praca doktorska składa się z trzech części: 1) przeglądu literatury aktualnej wiedzy naukowej na temat WATSU (ukończona), 2) tego badania, analizy otrzymanych informacji zwrotnych i konkretnych zaleceń badawczych, 3) badania klinicznego o wartości 250 000 dolarów porównującego krótkoterminowe efekty WATSU, pływających i przebywających w uzdrowisku.

**Moja prośba.** Prosimy podzielić się osobistym i zawodowym doświadczeniem WATSU w ankiecie [https://www.unipark.de/uc/IKOM\\_UniBern/9ae9/](https://www.unipark.de/uc/IKOM_UniBern/9ae9/) **najpóźniej do 21 stycznia 2019.**

Dziękuję za pomoc w poprawie naukowej i publicznej pozycji WATSU poprzez wypełnienie kwestionariusza. Wyniki tego badania mogą przynieść korzyści praktykom i klientom WATSU na całym świecie.

Wasz wkład jest bardzo cenny,

Agnes M. Schitter

P.S.: Jeśli znacie innych praktyków WATSU, przekażcie im ten komunikat. Dziękujemy!

---

**UNIVERSITÄT  
BERN**

University of Bern  
Faculty of Medicine  
Institute of Complementary and Integrative Medicine IKIM

PT, MSc PT, PhD cand.  
Agnes M. Schitter  
Research Associate

Inselspital  
Personalhaus 4 / Eingang 5  
CH-3010 Bern  
Switzerland  
Tel. +41 31 632 97 58  
Fax +41 31 632 42 62  
[agnes.schitter@ikim.unibe.ch](mailto:agnes.schitter@ikim.unibe.ch)  
<http://www.ikim.unibe.ch>

- English

Dear WATSU colleague, Dear former WATSU practitioners,

**I'm writing to invite you to answer the attached questionnaire about WATSU** and your experience as a practitioner. I am gathering data as part of my doctoral thesis at Hildesheim University (Germany), with the intention of expanding the scientific understanding of WATSU and thus also promoting the improved perception of WATSU in the healthcare sector. Many questions of this survey can be answered by ticking. This could take about 15 minutes. However, this survey also contains open-ended questions, so the actual duration of completion depends on the verbosity of your written answers. For the evaluation, besides a statistical part, I plan a "qualitative" part in which every single observation is significant, even if it is introduced by only one person.

**About Me.** I am a licensed physiotherapist, and have been a practitioner of WATSU and other aquatic modalities for 20 years. From 2008-2016 I served as President of NAKA (the association of WATSU practitioners in Switzerland). In 2014, following 4 years of group planning and fundraising, I was instrumental in opening the first public WATSU pool in Bern, the capital of Switzerland. In 2016, I began my doctoral studies in passive aquatic therapies; my thesis advisory committee includes a physician, sports and movement scientists, and a psychologist.

**The Problem.** As practitioners and clients, we have all experienced the myriad beneficial effects of WATSU. However, there have been few science-based clinical studies documenting these benefits. Without science-based research, WATSU is still not taken as seriously or used as widely as it should be, and few insurance plans cover the cost of treatments.

**The Plan.** By gathering and rigorously analyzing extensive anecdotal data on WATSU's benefits, and then comparing this data to the current scientific literature, I hope to show exactly what clinical studies of WATSU are needed and would prove most fruitful. Overall, my dissertation has three parts: 1) review of the current scientific WATSU literature (completed); 2) this survey, the analysis of its results, and recommendations for specific clinical studies; and 3) a \$250,000 clinical trial comparing short-term effects of WATSU with those of spa soaking, and flotation tank soaking.

**My Request.** Please share your personal and professional WATSU experience on the attached survey:

[https://www.unipark.de/uc/IKOM\\_UniBern/68bb/](https://www.unipark.de/uc/IKOM_UniBern/68bb/) **at the latest by January 21<sup>st</sup> 2019**

**Although this survey is conducted in English, you may respond in your own language and script!**

Thank you for helping to improve the scientific and public positioning of WATSU by completing the questionnaire. The results of this survey could benefit WATSU practitioners and clients around the world.

Your contribution is greatly appreciated,  
Agnes M. Schitter

PS If you know other WATSU practitioners, please forward this survey to them for their input as well. Thank you!

---

**UNIVERSITÄT  
BERN**

University of Bern  
Faculty of Medicine  
Institute of Complementary and Integrative Medicine IKIM

PT, MSc PT, PhD cand.  
Agnes M. Schitter  
Research Associate

Inselspital  
Personalhaus 4 / Eingang 5  
CH-3010 Bern  
Switzerland  
Tel. +41 31 632 97 58  
Fax +41 31 632 42 62  
[agnes.schitter@ikim.unibe.ch](mailto:agnes.schitter@ikim.unibe.ch)  
<http://www.ikim.unibe.ch>