

Berühren beruhigt die Sinne. Eine medizinische Massage kann Abläufe im gesamten Körper beeinflussen, wie zum Beispiel das vegetative Nervensystem.

# Heilendes Handwerk

Olivia Schröter kommt ihren Patientinnen und Patienten nah – sehr nah sogar. Denn sie arbeitet als medizinische Masseurin und Pilates-Trainerin.

Bereits als Kind genoss es Olivia Schröter, von ihrer Mutter gekrault zu werden: „Ich habe ein angenehmes Gefühl auf der Haut gespürt, und es hat direkt gutgetan“, erinnert sich die inzwischen selbstständige Therapeutin. Heute sind es ihre Berührungen, die Muskeln entspannen und Gedanken ruhig werden lassen. Ihr wichtigstes Werkzeug dafür hat sie immer bei sich: ihre Hände. Doch das ist nicht alles. „Wenn Patientinnen und Patienten meine Massage und damit die Nähe zulassen, vertrauen sie sich mir an und öffnen ihre Sinne“, erklärt Schröter. Dadurch wirke eine Behandlung nicht nur oberflächlich auf den Körper, sondern auch auf einer Gefühlsebene. „Das drückt sich dann in den direkten Reaktionen auf die Massage aus oder auch darin, wie gut Beschwerden gelindert werden können“, sagt sie.



Nähe ist die Grundvoraussetzung für jede Behandlung. Wenn jemand zum ersten Mal zur Massage kommt, versucht die Therapeutin deshalb eine Art „Raum des Vertrauens“ zu erschaffen. „Einerseits hilft mir dabei meine unverblümte und direkte Art, dass ich gezielt Fragen stelle und so meinen Patientinnen und Patienten das Gefühl gebe, dass es nichts gibt, wofür sie sich schämen müssen“, erklärt Schröter. „Immerhin kommen sie ja genau wegen ihrer Probleme zu mir.“ Andererseits liefert eine ausführliche Befundung alle relevanten Informationen für die Behandlungen, weil sich der Ursprung der Problematik und die Symptome oftmals nicht am gleichen Ort befinden. Während einer Massage sei es dann wichtig, der Person auf der Liege zu beschreiben, was genau passiere und welche Handgriffe sie aus welchen Gründen anwende. „Ich frage dann auch immer nach: Wie ist das? Wie fühlt es sich an?“, berichtet Schröter. Das helfe der Person, Vertrauen zu fassen und die Nähe



**4**

*Behandlungen sind laut Schröter ein grober Richtwert, um zu erspüren, ob eine Therapie anschlägt oder nicht.*

zuzulassen. Rasch merkt sie, was die Patientinnen und Patienten mögen. „Bei den darauffolgenden Sitzungen muss ich nicht mehr so viel fragen“, bestätigt Schröter. „Das entstandene Vertrauen erlaubt dann auch, verschiedene Techniken auszuprobieren. Denn wie sagt man so schön: Viele Wege führen nach Rom.“

In den allermeisten Fällen läuft diese Strategie sehr gut. Nichtsdestotrotz komme es auch mal vor, dass sich die Bedürfnisse während eines Behandlungsverlaufs veränderten, berichtet Schröter. Das könne an individuellen Beschwerden wie beispielsweise einer Menstruation oder schlichtweg der Tagesform der zu behandelnden Person liegen. Deshalb fragt die Therapeutin zu Beginn jeder Sitzung nach der Stimmung und danach, welche Beschwerden es gibt. Wenn die Bedürfnisse während der Massage aufkommen, beispielsweise durch Anspannung, macht sich das durch die körperliche Nähe direkt bemerkbar. „Dann braucht es vor allem Einfühlungsvermögen und eine gute Kommunikation“, sagt Schröter. Und ein nicht zu unterschätzender Teil liegt auch beim Gegenüber: Für eine langfristige Wirkung gibt Schröter ihren Patientinnen und Patienten Übungen zum Selbermachen an die Hand. „Das Ziel ist ja, dass sie nicht für immer bei mir bleiben, sondern selbst weiterarbeiten können“, erklärt die Therapeutin. Der Abstand zu Schröter schafft Raum für die Selbstheilungskräfte und die Nähe und Achtsamkeit zum eigenen Körper.



**Olivia Schröter**

*Medizinische Masseurin und Pilates-Trainerin*

–

*In den Augen von Olivia Schröter ist Massieren eine beeindruckende Heilkunst, die einen umgehenden Einfluss auf den Körper und die Psyche ausübt. Ihre Faszination lebt die in der Schweiz ansässige Therapeutin seit zwei Jahren in Selbstständigkeit.*

Teufen – Schweiz