

von Katja Sümenich

Shiatsu unterwegs - mit Shiatsu unterwegs

Gerade Shiatsu ist super geeignet, unterwegs angeboten zu werden. Mit ein paar gekonnten Handgriffen lässt sich schnell zur Entspannung und zum Auftanken beitragen. Der Shiatsu spezifische Kontakt ermöglicht kurzfristig einen Raum persönlicher Begegnung, ohne zuviel Intimität. Der persönliche Schutz wird gewahrt. Stellen Sie sich eine kurze Shiatsubehandlung, statt einer Portion Eis im Sommer vor. Sicherlich wäre es möglich, dass man im Sommer an jeder Ecke, Shiatsu genießen könnte. Welche Methode kann man schon durch dünne Kleider oder dicke Anzugjacken hindurch effektiv anwenden?

Ein aktuelles Thema ist und bleibt Shiatsu auf Messen und Events. Dort habe ich die Erfahrung gemacht, dass viele Gäste angenehm überrascht sind von der Intensität und Effektivität einer kurzen Verschnaufpause mit einer derartigen Behandlung. Tatsächlich können sich selbst Ungeübte dem Shiatsu hingeben und entspannen.

Mancher wirft sich regelrecht auf den Massagestuhl und kann es kaum erwarten, bis der Stuhl auf sein Maß eingestellt ist. Andere dagegen sind eher zögerlich und wissen gar nicht so recht, ob sie sich anfassen lassen möchten, sehnen sich aber offensichtlich nach einer Pause. Manch Einer lässt seinen dicken Pulli an, andere bleiben im Sakko. Das Schöne am Shiatsu ist, dass jeder in dem Zustand behandelt werden kann, wie er es mag.

Durch den Einsatz meines Teams während einer Abendveranstaltung war die anfängliche Steifheit der Gäste wie weggeblasen. Es wurde gescherzt, über Shiatsu geredet und über Berufliches. Das Angebot von mobilem Shiatsu auf Events lockert die Atmosphäre auf, löst Verspannungen, baut kommunikative Brücken und hilft den Besuchern untereinander leichter in Kontakt zu treten. Während einer Messe sind neben den Besuchern, die Aussteller froh sich mal kurz entspannen zu können. Morgens ist der Andrang meist nicht so groß wie nachmittags, wenn die Beine langsam schwerer werden und der Rücken vom vielen Laufen schmerzt.

Durch Kenntnis des Meridiansystems, lässt sich schnell erkennen, wo Handlungsbedarf besteht. Auch ist die Kürze des zur Verfügung stehenden Zeitraums, eine gute „Sehschulung“, um möglichst schnell die Bedürfnisse der Gäste zu erfassen. Denn in der Regel bleibt keine Zeit für ein ausführliches Gespräch oder gar eine Befunderhebung. Ich biete eine standardisierte Kurzbehandlung, wobei der Schwerpunkt auf die behandelte Person abgestimmt ist.

Auch in meiner Praxisarbeit profitiere ich von den „Auswärtseinsätzen“. Die Kurzbehandlung hilft minutengenau zu arbeiten ohne hektisch zu werden, damit jemand, der nur fünf Minuten Zeit hat, sich genauso wohl fühlt, wie jemand, der eine längere Behandlung genießt. Unterwegs mit Shiatsu lässt sich wunderbar die eigene



Zentrierung üben und eine aufrechte Haltung innerlich und äußerlich bewahren. Denn wer selbst entspannt und gelöst ist, überzeugt. So verbleibt auch nach acht Stunden Arbeit noch ein Lächeln im Gesicht und die Qualität der letzten Behandlung des Tages ist so gut wie die der Ersten. Das Bewegen aus dem Hara ist empfehlenswert, denn gerade bei mehrtägigen Veranstaltungen ist ein schmerzfreier und entspannter Körper unverzichtbar. Ein Thema, das Aufmerksamkeit verdient ist das Übernehmen von Beschwerden der behandelten Gäste. Beim Kontakt mit so vielen und vielfältigen Personen ist es umso wichtiger eine präzise und neutrale Haltung zu bewahren, denn oft bleibt keine Zeit zu energetischen Reinigungen. „Nicht Anhaften“ kann ständig geübt werden. Gute Laune ist wichtig. Oft findet die Behandlung inmitten einer Veranstaltung statt. Auch in turbulenten Situationen ist es wünschenswert, dass die Zuschauer schon durchs Zusehen entspannen. Nicht zuletzt zählen Ausstrahlung und gute Laune zu den wichtigen Kriterien einer guten Behandlung.

Auch am Arbeitsplatz hat Shiatsu Einzug gehalten: Immer mehr Unternehmen gönnen ihren Mitarbeitern mit mobilem Shiatsu eine Erholungspause, um Verspannungen und Konzentrationschwächen vorzubeugen. Die Kurzbehandlung ist für alle Beteiligten mit wenig Aufwand verbunden und auf einem mobilen Massagestuhl an fast jedem Ort möglich - also eine überschaubare Investition in die Gesundheit der Mitarbeiter, die sich lohnt. Regelmäßige Anwendungen helfen den Krankenstand zu reduzieren und das Arbeitspensum entspannt zu bewältigen.

Mir persönlich gefällt der Kontrast dieser vielschichtigen Arbeit. Die Anonymität auf einer Messe, der regelmäßigen Visite im Büro oder das eher beschauliche Arbeiten in der Praxis.

Ich bin seit über zehn Jahren Shiatsupraktikerin. Schon immer habe ich mich dafür eingesetzt, dass Shiatsu bekannt wird, denn ich kenne nichts Besseres, um sich in kurzer Zeit zu regenerieren. Oft bin ich allein unterwegs, aber immer häufiger werden von den Kunden mehrere PraktikerInnen angefragt. Mittlerweile wächst mein Unternehmen, und ich suche motivierte Mitarbeiterinnen, die Spaß daran haben „Shiatsu in die Welt zu tragen“. Hierzu biete ich Kurse in Shiatsu-Kurzbehandlung auf dem Behandlungsstuhl an. Ich unterrichte dynamisches Shiatsu für den Einsatz unterwegs. Der Vorteil der Dynamik ist, dass der Kunde sich entspannen kann, nicht zu sehr „absackt“ und nach tiefem Durchatmen und einem schmackhaften Getränk absolut einsatzfähig ist.

Katja Sümenich (GSD anerkannt)
Shiatsu Praxis in Wiesbaden
info@shiatsu-online.de