



# WENN WELLNESS UNTER DIE HAUT GEHT

FOTO RODERICK AICHINGER  
AUTOR CORNELIA BRAMMEN

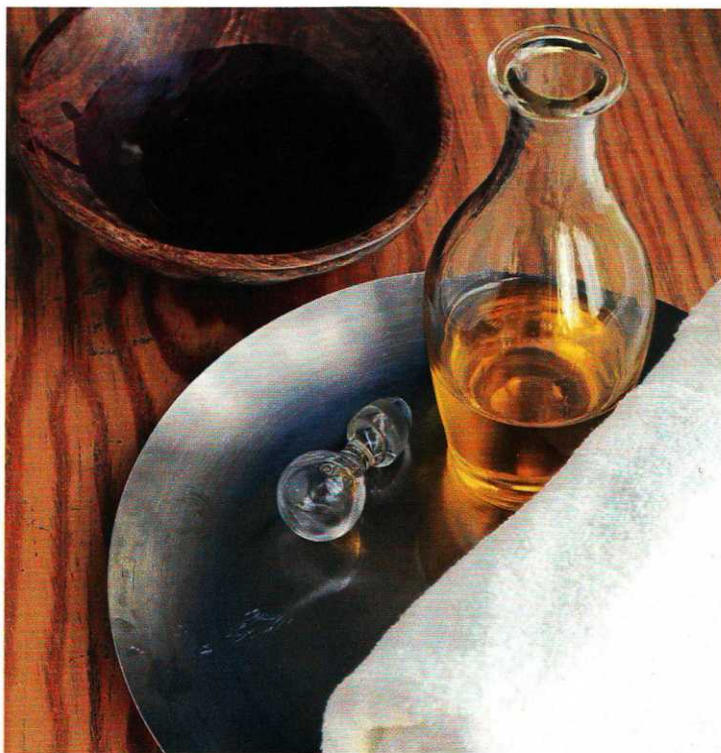
ECHTE NÄHE  
Geben und  
nehmen: Nur  
erfahrenes  
Personal  
kann Psycho-  
wellness  
schenken

**WUT, TRÄNEN, AGGRESSIONEN - DAS WECHSELSPIEL DER EMOTIONEN RÜCKT IMMER MEHR IN DEN MITTELPUNKT VON WELLNESS. SCHON DA VINCI WUSSTE: WO VIEL GEFÜHL IST, IST VIEL LEID. UND DAS KOMMT BEI EINER MASSAGE ODER ANDEREN TREATMENTS IM WELLNESSHOTEL OFT UNVERHOFFT HOCH. NICHT IMMER WERDEN TRAINER DAMIT FERTIG**

**S**o geborgen, gehalten und einfach glücklich hatte sich Sascha Sarmast seit seiner Kindheit nicht gefühlt.

„Mein Kopf ruhte in diesen Händen. Mein Körper sank immer tiefer in die Massage-liege“, erzählt der 35-Jährige von seinem letzten Wellnesserlebnis. „Ich hatte auf einmal ein Gefühl tiefsten Vertrauens. Wie damals als Vierjähriger, wenn meine Mutter mir vor dem Einschlafen die Bettdecke über die Schultern zog und plötzlich jede Angst vor der Nacht weg war.“ Sarmast hatte Glück, er war in guten Händen – Margot Esser, seine Therapeutin, ist die Begründerin der Vegeto-Dynamik, einer besonderen Form der Körperbehandlung.

Die meisten Menschen würden Wellness so definieren oder einfach nur mit Wohlfühlen gleichsetzen. Es kann aber auch ganz anders kommen. Ganz anders. Manchmal geschehen Dinge mit Behandlungen und Behandlern, die überraschen bis erschrecken: seelische Dammbürche, Tränen, Wut, Aggressionen – eine ganze Batterie menschlicher Emotionen kann bei einer Wellnessanwendung explodieren. Und den Gast im Spa



**FEINE ÖLE UND WARME WORTE** In der Spa-Kabine reicht es nicht mehr, nur die Haut zu streicheln. Für immer mehr Menschen wirkt Massage wie ein **EMOTIONALER BLITZABLEITER**

ebenso kalt erwischen wie den Trainer.

Claus-Arwed Lauprecht, Geschäftsführer des Europäischen Wellness Instituts EWI, kennt das Problem überforderter Trainer längst: Er spricht von einem „Riesendefizit in der Branche, einer offenen Wunde, die vor sich hin schmerzt“. Denn, so Lauprecht, „weder Trainer noch Gäste sind bisher ausreichend darauf vorbereitet, dass gut gemachte Wellness emotionale Prozesse

und Lebensveränderungen in Gang setzen kann.“

Einen Raum zu schenken, in dem Menschen ihre Ängste, Verspannungen und Probleme loslassen können, ist das Geheimnis guter Wellness. Gelingt es einem Therapeuten oder Trainer, diesen Zustand beim Gast zu erzielen, muss er auch in der Lage sein, mit den frei werdenden Gefühlen umzugehen. Wenn der Manager plötzlich die „fremde“ Hand nicht mehr loslassen will oder

in einem nicht zu stoppenden Redeschwall sein Leben ausbreitet. Wenn der dreifachen Mutter unter der sanften Berührung im Spa plötzlich klar wird, wie sehr sie Zärtlichkeit und guten Sex in ihrer Ehe vermisst und diesem Defizit Ausdruck gibt. Das ist extrem – und zwar für beide Seiten. Was damals genau mit ihm geschehen ist in den Händen von Margot Esser, kann beispielsweise Sascha Sarmast, inzwischen selbst Beauty- und Wellnessexperte, erst jetzt mit ein wenig Abstand verstehen: „Ich hatte das Gefühl, dass jede einzelne Zelle mit Wärme, Licht und Energie geflutet würde. Alles war gut, stimmig und in Ordnung.“ Dieses Gefühl begleitete ihn auch noch lange nach der 90-minütigen Behandlung: „Ich war einfach selbstsicher, voller unerschütterlicher Energie und Tatendrang.“

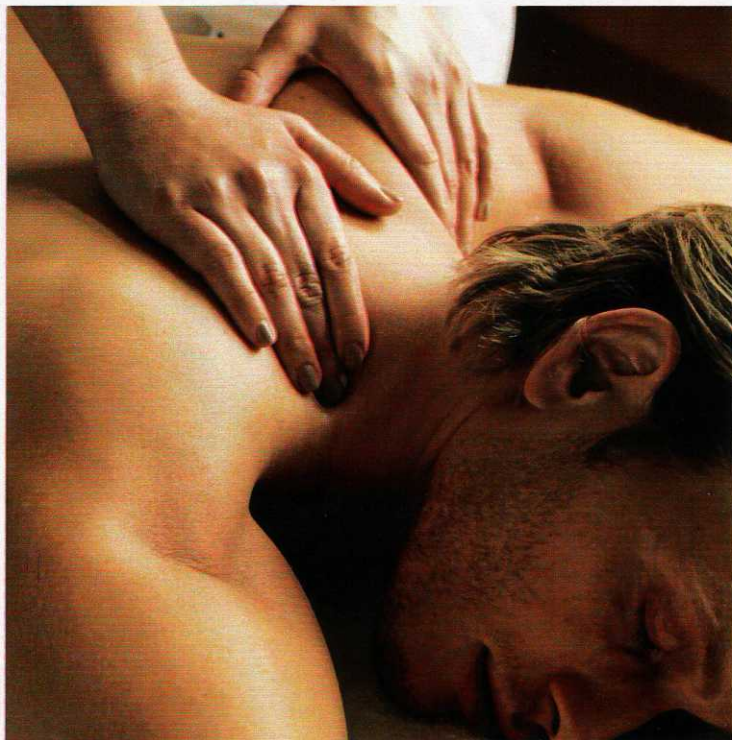
Silvia Schröder, Spa-Managerin im Hotel & Spa Sommerfeld am Beetzer See vor den Toren Berlins, hat bei ihren Gästen die ganze Spannweite möglicher Empfindungen erlebt. Mit ihrem Team hat sie deshalb ein Konzept entwickelt, das schon mit dem ersten Gespräch an der Rezeption die Bedürfnisse und Wünsche des Wellnessgastes einfängt. Wie nervös oder erschöpft ▶

# „GIFT IN DEN HÄNDEN EINES WEISEN IST EIN HEILMITTEL – EIN HEIL- MITTEL IN DEN HÄNDEN DES TOREN IST GIFT“

CASANOVA

(oder beides zusammen) ist er? Wie viel körperliche Nähe ist ihm angenehm? Wie experimentierfreudig ist er? Durch einfühlsames Fragen tasten sich die Therapeuten an ihn heran, damit es bei den Anwendungen keine bösen Überraschungen gibt. Leidet beispielsweise ein Gast womöglich unter Burn-out, steht im Hotel ein spezialisiertes Ärzteteam zur Verfügung.

**S**tandard ist das noch nicht in den Luxustempeln der Wellnessbranche. Überlastete, zuweilen gar ausgebrannte Therapeuten und Gäste, die im besten Fall mit glatter Haut nach Hause fahren, sind die Regel. Für die Hoteliers eine durchaus ausbaufähige Bilanz. Deshalb setzen immer mehr von ihnen auf Mitarbeiterschulung. Denn gerade bei sehr angespannten Menschen kann Wellness mehr aufreißen als glätten – in tiefer liegenden Schichten als der bloßen Hautoberfläche. Coaching ist der Oberbegriff, Lifestyle-Beratung die Richtung, in die seriöse Wellness sich entwickelt. Thomas Cook schickt in einigen Resorts einen Relax-Coach ins Rennen um die Gunst der Gäste. Der begleitet die Urlauber und gibt Hilfestellung



**LOSLASSEN UND SPÜREN** Haben Männer einmal den Weg ins Spa gefunden, wollen sie oft die **HAND DER THERAPEUTIN** gar nicht mehr loslassen – endlich müssen sie nicht den harten Kerl geben

beim richtigen Seelebaumeln-lassen. Damit Erholung länger hält als die Urlaubsbräune.

Bei Sascha Sarmast hat die Vegeto-Dynamik intensiv nachgewirkt. Ein halbes Jahr nach der Behandlung hat er mit der Ausbildung zum Trainer begonnen. Und im Laufe eines Jahres am eigenen Leib gespürt, wie stark Wellness auf Behandler und Behandelte wirken kann. „Wenn es gelingt, einen Raum zu schenken, in dem Gefühle Platz

haben, ist so ein Treatment erfolgreich. Das hat nicht mehr viel mit der Massage zu tun. Manchmal reicht es auch, dass eine Hand oder der Kopf oder das Becken einfach gehalten wird. Dann lösen sich Blockaden, Energie und Gedanken können wieder frei fließen“, sagt er.

Als Therapeut braucht man etwas Zeit, um nach so einer intensiven emotionalen Erfahrung bereit für die nächste Behandlung zu sein. Mehr Entspannung für die Entspanner, mehr wirkliches Loslassen für die Gäste, die sich unterbewusst womöglich genau das wünschen – es gibt viel zu tun in der schönen Wellnesswelt.

Wir fragten Astrid Grewe, Spa-Leiterin im Hotel Gräflicher Park:

## Wie sind Ihre Spa-Mitarbeiter auf Gefühlsausbrüche der Gäste vorbereitet?

„Wir haben ein langjährig erfahrenes Team, das mit Gefühlsausbrüchen professionell umgehen kann. Meine Mitarbeiterinnen gehen individuell auf die Situation ein und fragen nach, wie das Bedürfnis desjenigen aktuell ist: Möchte die Person allein sein und Zeit haben, sich zu sammeln, benötigen sie Trost und muss einfach in den Arm genommen werden. In der Regel merkt man aus Erfahrung intuitiv, was das Beste ist.“

## Sind bei Ihnen Wellness-trainer oder Therapeuten tätig?

„Meine Mitarbeiterinnen sind staatlich geprüfte Kosmetikerinnen und Therapeutinnen.“

## Empfehlen Sie Gästen auch schon mal eine andere Anwendung als die gewünschte – weil sie besser passt?

„Ja, definitiv. Wenn sich im ausführlichen Vorgespräch, das wir immer führen, herausstellt, dass der Gast von der Behandlung eigentlich für sich eine andere Vorstellung hatte, wird, wenn irgend möglich, ein passenderes Treatment angeboten.“

## Mit welchem Wunsch kommen die Gäste zu Ihnen?

„Entspannung zu finden und sich etwas Gutes zu gönnen. Unsere Gäste möchten sich während ihres Aufenthalts einmal selbst in den Vordergrund stellen. Nicht sich als Person, sondern allein um für sich etwas Gutes zu tun.“ **f**



**ASTRID  
GREWE, 37,  
SPA-LEITERIN**

Gräflicher Park Hotel & Spa in  
Bad Driburg/Teutoburger Wald