

Massage-Service

Gegen den Krampf im Büro

Therapeutin Susanne Ernst verhilft zur Entspannung am Arbeitsplatz

Von Susanne Hengesbach

Wenn Susanne Ernst zur Arbeit aufbricht, hat sie ein ziemlich sperriges Teil unterm Arm. Das bugsiert die zierliche Frau derart souverän an Pfortnern und neugierigen Gesichtern vorbei, dass kein Mensch auf die Idee käme, ihr helfend unter die Arme greifen zu wollen. Welches Unternehmen gerade auf ihrem Tagesplan steht, ist unerheblich. Ob Computerfirma, Tabak-Unternehmen, Medienhaus - in fast allen Büros herrscht dasselbe Bild vor: Menschen, die stundenlang am Computer sitzen oder am Telefon hängen und im Zuge der Gewohnheit kaum noch wahrnehmen, wenn die Schultern schmerzen oder der Nacken spannt.

Hier liegt das Betätigungsfeld von Susanne Ernst und ihrem Unternehmen „pro fit“. Seit fünf Jahren bieten die Massage-Therapeutin und ihr mobiles Team Energiemassage am Arbeitsplatz an. Der Hintergrund für die Geschäftsidee lag auf der Hand: In vielen - insbesondere jüngeren, mittelständischen - Unternehmen sind die Mitarbeiter derart eingespannt, dass sie nach der Arbeit kaum noch Gelegenheit finden, Energie zu tanken.

Falsche Vorstellungen

Den Ansatz, Rückenschmerzen und stressbedingte Störungen dort zu bekämpfen, wo sie entstehen, fand die ehemalige Firmenchefin von Joysoft so überzeugend, dass sie Susanne Ernst zu einer Demonstration vor Ort bat. Natürlich musste die Therapeutin auch dort - wie so oft - erst einmal mit Vorstellungen aufräumen, die vielfach an den Begriff „Massage“ geknüpft werden: harte Liegen, auf denen ölschmierter Leiber unter Wehklagen von gnadenloser Hand gewalgt und geknetet werden. Den Satz, „es hat immer so weh getan“, hörte die 40-Jährige oft, bevor sie selbst Hand anlegte und ihre Kunden Wohltat statt Schmerz spüren ließ.

Inzwischen taucht die Kölnerin, die über eine zusätzliche Ausbildung in chinesischer Heilkunde und Akupunktur verfügt, regelmäßig in Firmenetagen auf. Ihr einziges „Mitbringsel“ für die energiebedürftige Stammklientel ist der



AUF DIESEM SPEZIALSTUHL behandelt die Therapeutin verspannte Büroangestellte. Eine rund 20-minütige Massage kostet zwischen 35 und 40 Mark. (Bild: Worrington)

tragbare Stuhl, der speziell für Büromassagen entwickelt wurde. Mit seinem weißen Metallrahmen und den mintfarbenen Polstern wirkt er beinahe wie ein Trimmgerät. Tatsächlich ermöglicht diese Sitzkonstruktion dem Benutzer eine bequeme, leicht vornübergebeugte Körperhaltung, die wesentlich zur Entspannung beiträgt.

Nachdem abgeklärt wurde, dass kein akuter Krankheitsfall vorliegt, dehnt Susanne Ernst die Arme, die locker seitlich des Körpers herabhängen, reibt und dreht jeden einzelnen Finger der Hand, lockert Nacken- und Schultermuskulatur, tastet sich von der Halswirbelsäule herab bis zum Lendenwirbelbereich, während der Behandelte in gleichmäßig tiefe Atmung versinkt. Nach 15 bis 20 Minuten kann er sich „langsam aufrichten und die Augen öffnen“, was meist von einem wohligen Brummen begleitet wird.

„Es gelingt mir währenddessen, Gedanken neu zu sortieren oder sogar im Geiste zu verreisen“, sagt

Gregor Herzog. Für den Joysoft-Vize-Direktor, liegt der Nutzeffekt der Massage so klar auf der Hand, dass er für seine rund 40 Mitarbeiter nicht nur die Arbeitszeit zur Verfügung stellt, sondern auch die Kosten - zwischen 35 und 40 Mark pro Person - trägt. Eine höhere Mitarbeitermotivation und ein positives Arbeitsumfeld sind ihm die zusätzlichen Ausgaben wert, zumal er sie als gesundheitliche Vorbeugungsmaßnahme steuerlich geltend machen kann. Auch Mitarbeiter Jan An Haack, der sich im 14-Tage-Turnus auf den Stuhl begibt, findet es „eine klasse Sache“.

Susanne Ernsts Argument, dass letztlich doch nur das Ergebnis zählt, das der Mitarbeiter abliefern, und nicht, „dass er in jeder Minute beschäftigt aussieht“, (eilen inzwischen viele Arbeitgeber und räumen ihren Angestellten die Zeit für die Massage ein. Auf der anderen Seite arbeiten immer mehr Therapeuten nach der Devise, dass Vorbeugen sinnvoller als Heilen ist. Im

Gegensatz zum klassischen Masseur, der buchstäblich erst dann eingreift, wenn ein Krankheitsbild vorliegt, bieten inzwischen viele Physiotherapeuten oder Heilpraktiker in und außerhalb von Köln ihr Know-how im Dienste der Entspannung an.

Die Nachfrage ist so groß, dass Susanne Ernst nun als Erste einen Sieben-Tage-Sofort-Service installiert hat, um auch Hotelgästen, Schauspielern am Set oder erschöpften Messebesuchern blitzschnell auf die Sprünge helfen zu können. Zu diesem Zweck steht ein zehnköpfiges Team gewissermaßen mit dem geschulterten Massagestuhl abrufbereit.

In den USA wird diese Form der Behandlung, die ihre Wurzeln in einer traditionellen japanischen Massagetechnik hat, seit 15 Jahren praktiziert: Dort profitieren nicht nur Banker oder Büroangestellte, sondern auch Supermarkt-Kassiererinnen von dem vitalisierenden Effekt der Massage.