

DRESDNER WIRTSCHAFT

32 02. Juli '99

Reflexologie

# Auf den Punkt gebracht

Silke Steinfatt drückt seit einem Jahr ihre Klienten an Ohren, Händen und Füßen

Von Kathrin Krüger

In der Mitte des erdgelb getünchten Zimmers in der Altonaer Straße 16 steht ein Massagestuhl. Decke und Kissen liegen bereit, es duftet nach ätherischem Öl. An der Wand drei kleine Tonreliefs: ein Ohr, ein Fuß und eine Hand. Silke Steinfatts Metier ist seit einem reichlichen Jahr die Reflexologie, eine Arbeit an eben jenen Körperteilen. Bei sich daheim, in Gesundheits- und Familienzentren oder als Hausbesuch verhilft die Dresdnerin Menschen zu Entspannung und Wohlbefinden. „Das suchte ich vor drei Jahren für mich selbst“, erinnert sich die 36jährige gelernte Zierpflanzengärtnerin. „Eine Bekannte erzählte mir von den Reflexionen und deren Massage. Das ist eine sehr alte Form der Gesundheitsvorsorge.“

In ihrem Beruf arbeitete die Wahl-Dresdnerin schon lange nicht mehr. Nach der Wende hatte sie versucht, als Englisch-Lehrerin für Kinder Fuß zu fassen. Dann aber bekam die junge Frau Lust auf eine Arbeit, in der ihre eigenen Fragen an das Leben stärker eine Rolle spiel-



Reflexzonenmassage Silke Steinfatt (r.) hat ihr berufliches Schicksal in die eigenen Hände genommen. Foto: SZ/Marion Gröning

## Auf eigenen Füßen

EINE SERIE DER SÄCHSISCHEN ZEITUNG

len sollten: Wie lebe ich gesund? Was ist wesentlich für Körper und Seele? Wie kann man die Hektik des Großstadt-Alltags ausgleichen?

Mit dem Wechsel in die Selbständigkeit wurde ihr bewußt, daß viele Menschen mit Reflexologie erstmal gar nichts anzufangen wissen. Silke Steinfatt: „Ich mußte jedesmal erklären, worin die Wirkungsweise besteht: daß durch sanftes, rhythmisches Drücken bestimmter Punkte die an den Energiebahnen des Körpers liegenden Organe positiv beeinflusst werden.“ Die Durchblutung soll dadurch angeregt werden, Muskelverspannungen sollen sich lösen, Körper, Geist und Seele würden sich stabilisieren

und besser harmonisieren. Am Anfang waren es vorrangig Freunde und Bekannte, denen sie eine Schnupperstunde gewährte. Der stabile Kern ihrer Kundschaft umfaßt jetzt zirka 30 Personen. Der Existenzgründer-Kredit reichte nur für die Ausbildung und den Alltag in dieser Zeit, für Fachbücher und die Werbung.

### Im Tipi auf der Dresdner Öko-Messe

Um Auftragsmöglichkeiten zu finden, ging sie in Hotels und Fitnesscenter, in Gesundheitseinrichtungen und Vereine. Im Vorjahr stellte sich Silke Steinfatt in einem Tipi auf der Dresdner Öko-Messe vor. Es fiel ihr anfangs ganz schön schwer, gleich Termine verbindlich zu machen und selbstsicher ihre Anwendung anzupreisen. Eine Zeit lang holte sie sich am Runden Tisch für Frauen Hinweise für das Überstehen der ersten schwierigen Jahre auf eigenen Füßen. Die Masseuse

kann nicht verstehen, daß sich Berufsgestresste viel zu wenig Zeit zum Entspannen nehmen. Ginge es nach der Mutter zweier Teeny-Töchter, müßten Betriebe und Einrichtungen mehr darauf Einfluß nehmen, daß ihre Mitarbeiter Wert auf gesunde Lebensweise legen. Dabei denkt sie nicht nur an ihren Massagestuhl. Im Gesundheitszentrum Balance im Seidnitz-Center wurde Silke Steinfatt Vereinsmitglied, „weil ich Menschen zeigen will, daß sie selbst es sind, die Verantwortung für ihr Wohlbefinden tragen“.

Über die Reflexologie hinaus beschäftigt sich die gebürtige Fischländerin mit der Wirkung der von ihr verwendeten Öle oder mit Kräutern, Düften und Essenzen und macht eine berufsbegleitende heilpraktische Ausbildung. Silke Steinfatt weiß um ihre Grenzen: „Eine Ärztin bin ich nicht“, sagt sie. Info-Abende bleiben ein wichtiger Teil ihrer Tätigkeit. Sie gibt Wochenendkurse und Veranstaltungsreihen an der Volkshochschule.