

Haan

Aquatik-Trainerin nutzt die Kraft des Wassers



FOTO: Staschik, Olaf (ola)

Haan. Die Haanerin Monika Souvignier bietet eine besondere Entspannungsmethode im Wasser an. Für sie ist ihr Beruf eine Berufung. Von Daniele Funke

Ein wenig scheint es so, als schwebte Gabriele Steven auf dem Wasser. Schwerelos wirkt ihr Körper, die Augen sind geschlossen, das Gesicht ist entspannt. Gehalten wird sie sanft von Monika Souvigniers Unterarmen, die Gabriele Steven langsam im 34 Grad warmen Wasser hin und her wiegen wie eine Mutter das mit ihrem Kind tut.

"Man nennt das Wasser-Shiatsu, eine Entspannungsmethode, bei der im Gegensatz zu den klassischen wie zum Beispiel Yoga der Behandelte weder körperlich, noch mental bewusst mitwirken muss", erklärt die Gesundheitspraktikerin leise und hebt vorsichtig das Becken ihrer Klientin an. "Dazu gehören auch sanfte Dehnübungen, Streckungen, Massagen und Drehungen". Von je her ist Wasser das Element von Monika Souvignier. Früher, als Schülerin, hat sie an Schwimmwettkämpfen teilgenommen. Nach der Schulzeit wollte die heute 50-Jährige allerdings Masseurin oder Dekorateurin werden, entschied sich aber aus Vernunftsgründen für eine Ausbildung zur Zahnarzthelferin.

Drei Kinder und einen Burnout später wurde ihr dann aber immer klarer: Ich muss mehr meiner inneren Berufung folgen. "Ich habe dann die Ausbildung zur Masseurin und anschließend zur Gesundheitspraktikerin gemacht und mich erst einmal auf "Therapeutic Touch" konzentriert", erzählt sie. Basis dieser Therapie sind gesundheitsfördernde Berührungen, die die Selbstheilungskräfte aktivieren und energetische Blockaden auflösen.

Die Weiterbildung zur aquatischen Wassertherapeutin folgte 2013. Seitdem nimmt Monika Souvignier regelmäßig an Schulungen und Fortbildungen teil. "Das Tolle an der Wassertherapie ist, dass sie dreidimensional ist. Es gibt keine Gegenkraft, wie bei der klassischen Massage die Liege. Und durch das Wasser lassen sich viele Übungen intensiver und öfter durchführen, bei Schwangeren ebenso wie bei Schwerkranken, etwa den Schlaganfallpatienten", erläutert die Haanerin. Auch solch sanfte Therapien haben ihre Berechtigung: "Man weiß, dass es wichtig ist, in solchen Fällen mit Therapien schnell zu beginnen, da sich der Körper dann an das, was vor dem

Schlaganfall funktionierte, besser erinnern kann."

Monika Souvignier hat lange nach einem Ort gesucht, an dem sie ihre Wassertherapien anbieten kann, zunächst ohne Erfolg. Beim Neanderbad Erkrath allerdings ist die Gesundheitspraktikerin direkt auf offene Ohren gestoßen. "Ich stehe von je her den fernöstlichen Heilmethoden positiv gegenüber, habe auch einmal ein Seminar zum Thema aquatische Körperarbeit besucht und muss sagen, es war ein überragendes Erlebnis", sagt Betriebsleiter Till Eckers. Vorerst einmal im Monat wird im Neanderbad nun die aquatische Körpertherapie angeboten, die sich, laut Aussage Monika Souvigniers, auch für die Arbeit mit Behinderten wunderbar anbietet. "Menschen mit Spastiken entspannen sich sichtlich. Das kann einen schon zu Tränen rühren, wenn man ihnen das Wohlbefinden im Gesicht ablesen kann", erzählt die dreifache Mutter. Die Leidenschaft für das was sie tut, lässt ihre Augen strahlen.

Auch Sigrid Pooth ist bereits in den Genuss der Therapie gekommen. "Ich habe oft Probleme im Hals, Nacken und Rückenbereich. Es sind dafür perfekte Entspannungsmethoden", erzählt sie. Noch muss die aquatische Therapie privat gezahlt werden. Mehrere laufende Langzeitstudien wollen aktuell aber den wissenschaftlichen Nachweis der Wirksamkeit erbringen, in der Hoffnung auf eine baldige kassenärztliche Zulassung.

Mit Leib und Seele hat sich Monika Souvignier ihrer "Berufung" verschrieben. Da bleibt kaum Zeit für andere Dinge. Wenn, dann geht sie gern wandern, fotografiert mit Leidenschaft, schreibt Gedichte oder: massiert die Familie. "Mein großer Sohn hat öfters mal Migräne, dem hilft das sehr. Und auch mein Mann, der sich erst gesperrt hat, muss mittlerweile zugeben - das tut echt gut bei Problemen mit der Bandscheibe."

*Die erste aquatische Körpertherapie im Neanderbad Erkrath ist am Montag, 19. Oktober.
Anmeldungen und weitere Informationen gibt es im Internet unter www.monika-souvignier.de*

Quelle: RP