

HILFE BEI SELBSTVERLETZUNGEN

Tattoo-Kunst gegen Narben

Sascha Schnellmann lässt Narben mit Hilfe von Tattoos verschwinden. Damit hilft er vielen und unterstützt Betroffene dabei, ihre Vergangenheit hinter sich zu lassen.

Tattoostudio Skintology in Siebnen. Ein paar Räume in Rot, Schwarz und Weiss. Alles neu, alles handmade, wie Besitzer Sascha Schnellmann mit Stolz betont. Im letzten Jahr eröffnete der ehemalige Profi-Wrestler sein Studio. Eine Besonderheit ist gleichzeitig eine Herzensangelegenheit des 38-Jährigen: die Aktion «Farbe gegen Gewalt». Sie richtet sich an Menschen, die körperliche oder physische Gewalt erlitten und sich selbst Verletzungen zugefügt haben, zum Beispiel durch Ritzen.

Er selbst, stämmig, muskulös, eine imposante Erscheinung, war zehn Jahre lang Wrestler. 2014 hängte er das Kostüm an den Nagel, wurde zunächst Fitnesstrainer und arbeitete dann auch im Sozialbereich. «Aber ich war schon immer sehr kunstaffin.» So entstand sein Interesse an Tattoos. Das Zeichnen habe er sich selbst beigebracht, sein erstes Tattoo stach er 2015.

Ein langer Weg

Alleine schon, wenn ein Kunde mit vernarbten Armen seinen Laden betritt, hat er Schnellmanns Anerkennung gewonnen. Denn dann hat er bereits einen grossen Teil seines (Leidens)weges hinter sich, was auch eine Voraussetzung ist. «Der Mensch muss sich bereits seit mehr als einem Jahr nicht mehr selbst verletzt haben.» Einer dieser Menschen ist Saige Fust, 23. Saiges Leben war bestimmt durch Depressionen, soziale Phobien, Persönlichkeitsstörung, Selbsthass. «Die alltäglichsten Dinge zwangen mich in die Knie. Dazu noch riesiges Unverständnis in meinem Umfeld.» Dann kamen die Selbstverletzungen als Ablenkung von den psychischen Leiden – manchmal, um wieder fühlen zu können, um Druck abzubauen, manchmal auch nur aus Selbsthass. Das Resultat: Unterarme voller Narben. Als Saige zu Schnellmann kam, lagen die Verletzungen nur



Tätowierer Sascha Schnellmann will den Betroffenen helfen. Aber den ersten Schritt müssen sie selbst machen.

Foto: M. Wassner

knapp ein Jahr zurück. «Ich habe mittlerweile schon mehrere stationäre wie auch ambulatorische Aufenthalte hinter mir.»

Tattoos sind keine Heilung

In diesem Sinne sagt Tätowierer Schnellmann: «Wir sind nur das Tüpfelchen auf dem i. Du hast es schon geschafft, das Problem zu erkennen, darüber zu reden, es zu bewältigen. Dann kommt der Sommer, T-Shirt-Zeit. Du wirst ständig erinnert an das, was eigentlich schon hinter dir liegt. Wir werden so das letzte Kapitel des Buches. Wir machen die Kosmetik.»

Aber ihm ist bewusst: «Tattoos heilen die Leiden nicht.» Leiden und Schicksale, die er häufig zu hören bekommt. Natürlich nehme ihn manche Geschichte mit. Aber er ist auch und vor allem Profi: «In dem Moment, wo ich anfang zu stechen, konzentriere ich mich zu 100 Prozent auf meine Arbeit.»

Für Saige Fust ist das Tattoo mehr als nur Kosmetik. «Es unterstützt mich im Alltag, ich würde es eine visuelle Heilung nennen. Das Motiv hat eine tiefere Bedeutung.» Und ja, T-Shirts

tragen sei wieder möglich – ohne sich erklären zu müssen oder bemitleidet zu werden.

Besonderes Arbeiten

Narben-Tattoos sind eine besondere Herausforderung, in zweierlei Hinsicht. Es sind spezielle Arbeitsvoraussetzungen und besondere Kunden. Schnellmann spricht von oft sehr zerbrechlichen Menschen. Umso mehr tut es ihm leid, wenn er Kunden enttäuschen muss. Denn: Bei Narben-Tattoos sind nicht alle Wunschmotive möglich. Die erste Frage lautet: Was ist machbar? «Dann besprechen wir die konkreten Wünsche und Vorstellungen der Kunden.»

Übrigens: Einfach über die Narben drüber tätowieren ist keine Option. Vielmehr gehe es darum, optische Täuschungen zu kreieren. Die Idee: «Die Narben müssen in den Schattierungen verschwinden.» Die Narben sollen in den Hintergrund treten.

Wollen Gutes tun

Im Gespräch merkt man: Schnellmann möchte helfen. Deshalb auch seine Aktion «Farbe gegen Gewalt». Zwei Kun-



Gekonnt gemacht, verschwinden die Narben fast gänzlich in dem Motiv.

Foto: zVg

den kommen pro Monat in den Genuss eines Gratis-Tattoos. Aber auch sonst: Narben-Tattoos werfen nicht wirklich grossen Gewinn ab. Der Aufwand ist gross. Aber das ist okay, denn für Schnellmann zählt etwas anderes: «Wir wollen damit Gutes tun.»

Zwar seien Narben-Tattoos nicht unbedingt die grosse Werbung für sein Studio. Aber sein spezielles Angebot hat sich inzwischen schon herumgesprochen. «Mittlerweile kommen Kunden aus der ganzen Deutschschweiz zu uns.»

Verspätete Begeisterung

Ein weiterer spezieller Aspekt bei dieser Kundschaft: Viele können zunächst gar keine Freude über das Resultat zeigen. Was verwundern mag, stösst beim Ex-Wrestler auf Verständnis. «Viele von denen sind zum Beispiel IV-Bezüger, haben ein hartes Leben, erwarten immer etwas Negatives. Jetzt bekommen sie zum ersten Mal etwas geschenkt und das von einem völlig Unbekannten. Oft aber», ergänzt Schnellmann, «rufen die Kunden dann an, zwei bis drei Tage später, und es kommt eine Reaktion.»

Für den Künstler sei das kein Problem: «Ich erwarte weder Dankbarkeit noch Freudentränen. Ich habe ja meinen artistischen Stolz, wenn das Tattoo gut geworden ist.» Bei Saige Fust war und ist die Dankbarkeit riesig. «Es ist auf jeden Fall ein unbeschreibliches Gefühl, wenn der Anblick jahrelangen Schmerzes hinter einem Kunstwerk verschwindet.» Es sei schwierig, diese Dankbarkeit in Worte zu fassen.

Mitgefühl statt Mitleid

«Normale» Menschen, glaubt Schnellmann, könnten die psychischen Leiden, die derartigen Selbstverletzungen vorangehen, wohl kaum nachvollziehen. Für ihn selbst gilt: Empathie ja, Mitleid nein. Das Narben-Cover ist nur ein Teil des Heilungsprozesses, für viele aber ein sehr wichtiger. So auch für Saige Fust. Die Selbstverletzungen gehören mittlerweile der Vergangenheit an. Das alltägliche Leben sei jedoch nach wie vor eine enorme Herausforderung. «Aber ich versuche, jeden Tag mein Bestes zu geben und positiv zu denken. Das Tattoo hilft mir dabei.»

Michel Wassner

TAKE-AWAY-TICKET FÜR DIE FITNESS

Notstand gilt auch für Fitnessstudios

Die Förderung des gesamten Gesundheitszustandes seiner Kunden hat sich Nick Huber von FNH Siebnen und Rapperswil-Jona zur Aufgabe gemacht.

Doch das Corona-Virus zwingt uns dazu, umzudenken. Und seien wir ehrlich: Ja, in einem Fitnessstudio sind einer Verbreitung von Viren und Bakterien durchaus Tür und Tor geöffnet. Viren verbreiten sich grundsätzlich über Tröpfchen, welche aus dem Mund oder aus Schweiss weiterverbreitet werden. So sehr wir auch Vorkehrungen treffen, den Tröpfchen den Kampf anzusagen, ist in der Menge fast unmöglich. Insofern ein vernünftiger Entscheid des Bundesrats.

Doch ist es durchaus möglich, im Freien und ohne Menschenansammlungen auf engem Raum zu arbeiten. Der Bundesrat hat aber klar formuliert, dass Take-away weiter offen bleibt und erlaubt ist. Da wird der ausgerufenen Notstand uns nicht aufhalten. Wir haben eigens hierfür ein «Take-



Nik Huber lässt Sie und Ihre Fitness jetzt nicht im Stich.

Foto: zVg

Away-Ticket» entworfen, wo jeder Personaltrainer individuell mit dem Kunden ein neues Training abmachen kann. Somit betrachtet Nick Huber

sich und sein gesamtes Team auch als individuelle Gesundheitseinrichtung. Huber möchte jedem aus seinem top ausgebildeten Team die Möglichkeit geben, den einzelnen Kunden via spezifischem «Take-away-Ticket» auch in diesen schweren Zeiten weiter individuell und einzeln betreuen zu können.

Neue Wege

Sein Fitnessstudio musste Nick Huber, wie alle anderen auch, schliessen. Doch hat er parallel das gesamte Personal freigestellt, um im 1:1 Coaching, Personaltraining und spezifischer Betreuung einzelner Kunden den bisherigen Weg von FNH gerecht zu werden und weiter für die Kunden da zu sein. Angeboten werden ab sofort und mit vorheriger telefonischer Absprache Einzeltraining und 1:1 Betreuung vor allem in der freien Natur.

Das bedeutet, Huber und sein Team sind erreichbar und der Kunde muss nicht auf etwas verzichten, was ihm persönlich das Immunsystem stärkt und gegen äusserliche Ansteckungen

schützt. Wichtig ist dabei, dass alle Empfehlungen des Bundesrats berücksichtigt sind und Nick Huber sich medizinisch und juristisch beraten lassen hat. «Wir halten alle Gesetze, Verfügungen und die medizinischen Vorgaben strikt ein», verspricht er. Die Zwei-Meter-Grenze werde respektiert und alle Riskiken strikt vermieden.

Diejenigen, die abnehmen, können nicht einfach stoppen, denn das wäre gesundheitsschädlich. Diejenigen, welche sich auf eine professionelle Sportsaison vorbereiten, können nicht einfach «ihr Trainings-Programm» einstellen. «So bereiten wir unsere Erwachsenen und neu auch die jugendlichen Kunden auf ihre spezifischen Bedürfnisse in Profi-Sportarten genauso vor wie diejenigen, welche weiter abnehmen wollen. Schauen Sie auf unsere Homepage und kontaktieren Sie uns. Sicher lässt sich noch ein Termin für Sie finden», sagt Huber. (ON)

www.fnhpersonaltraining.ch