

Fragen an das Gegenüber

Helene Hartmann arbeitet als Typberaterin und Heilpraktikerin für Psychotherapie

■ Von Klaudia Genuit-Thiessen

Halle (WB). Im Minirock oder mit leuchtendem Lidsschatten zum Vorstellungsgespräch? Dass der erste Eindruck auch im beruflichen Umfeld zählt, ist längst wissenschaftlich belegt. Machen sich Frauen womöglich mehr Gedanken um ihre Optik als Männer? Helene Hartmann beantwortet diese Frage mit einem entschiedenen Ja. Die Unternehmerin aus Hörste ist Visagistin, Stylistin und jetzt als Heilpraktikerin für Psychotherapie unterwegs.

Einen Gegensatz kann die Frau vom Fach in den Polen ihres Berufslebens nicht entdecken. Die 49-Jährige, die schon oft in der Maske für Film und Fernsehen gearbeitet hat, will ihren Kunden auch als Coach helfen, Wege durch das eigene Leben zu entdecken, einen Blick hinter die eigene Maske zu wagen. Innere und äußere Schönheit aus anderen Perspektiven betrachten – darum geht es der Expertin. Farb-, Typ- und Imageberatung einerseits, Persönlichkeitsentwicklung und Achtsamkeit andererseits – für die Expertin aus Hörste sind das eher zwei Seiten einer Medaille, insbesondere bei Frauen.

Was hat Make-up mit Psychotherapie zu tun? In Helene Hartmanns Workshops beschäftigen sich die Teilnehmer intensiv mit sich selbst. Der Blick in den Spiegel gehört dazu, auch seelisch. »Zu mir kommen Menschen, die bereit sind, mehr über sich zu erfahren und sich weiter zu entwickeln«, sagt sie. Jemanden zu schminken oder typgerecht zu kleiden habe auch einen Effekt, der die Seele berühre. »Dieser Moment, wo er sich selbst toll findet, ist wertvoll und kann eine Veränderung anstoßen«, ist sie überzeugt, dass jeder Mensch in sich selbst viele Antworten auf seine Fragen finden kann. »In unserer hektischen Welt werden Phasen der Orientierung immer seltener. Doch genau sie bringen uns weiter.«

Gerade in der jüngeren Generation spielt die eigene Präsentation eine große Rolle. Modebewusstsein



Der Blick in den Spiegel ist für Helene Hartmann ganz wichtig. Sich selbst neu entdecken – darin sieht die Haller Heilpraktikerin für Psychotherapie

Ansatzpunkte in Phasen der Neuorientierung bei der Suche nach dem individuellen Weg. Foto: Klaudia Genuit-Thiessen

und ein typgerechtes Auftreten ist im beruflichen Umfeld wichtiger als früher. Andererseits gibt es diese Sehnsucht nach Orientierung, die Helene Hartmann auch selbst gut nachvollziehen kann. Sie ist auf einem Bauernhof in Mönchengladbach aufgewachsen. Nach einer Lehre als Landschaftsgärtnerin studiert sie an der Technischen Fachhochschule Berlin, gestaltet

dann als Diplom-Ingenieurin Landschaften – bis die Liebe dazwischen funkt. An der Seite ihres Mannes, eines Werbefotografen, schlägt sie einen anderen Weg ein, lässt sich zur Visagistin und Stylistin ausbilden.

In der Maske für Film und Fernsehen entdeckt sie ihre Fähigkeit zum Zuhören. »Menschen, die ich eigentlich gar nicht kannte, ver-

trauten mir ihre Lebensgeheimnisse an, fragten mich um Rat«, sieht sie dort den Grund für ihre Ausbildung in körperorientierter Psychotherapie und Persönlichkeitscoaching. Beobachten, die richtigen Fragen stellen, das gehört zu ihrem Job. Helene Hartmann lebt heute mit ihrem Mann auf einer selbst renovierten Hofstelle in Hörste. Dort hat sie einen Raum

geschaffen, um sich mit ihren Kunden auf die Suche nach individuellen Lebenswegen zu begeben. Wobei sie Coaching-Termine in Einzelsitzungen bevorzugt, Typ- und Imageberatungen auch in kleinen Gruppen anbietet. Helene Hartmann verfolgt einen pragmatischen Ansatz: »Mit ist es auf jeden Fall wichtig, dass die Dinge, die ich mache, Hand und Fuß haben.«