

AZA 4002 BASEL

coop

Coopzeitung

Nr. 52 vom 27. Dezember 2010

«Der Applaus ist in



**Eine Berührung, ein Lied, ein Blick:
Clownin Aurikla alias Katharina
Schwitter-Fedier weiss, dass
sie Demenzkranke nicht über den
Intellekt ansprechen kann.**

Humor und Gesundheit den Augen»



Ob Humor gesund macht, lässt sich bis jetzt nicht nachweisen. Aber er tut gut. Das spüren Gesunde und Kranke. Zum Beispiel, wenn Clownin Aurikla Demenzkranke unterhält.

TEXT: THOMAS COMPAGNO
FOTOS: YANNICK ANDREA

Manchmal ist es lustig, und manchmal kommen Aurikla die Tränen. Tränen der Rührung, wenn sie mit den Menschen in Kontakt tritt, wenn sie merkt, wie die Leute sie mit Freude erwarten und wenn sie ihren Applaus spürt. Aurikla oder Katharina Schwitter-Fedier, wie sie mit bürgerlichem Namen heisst, ist Clownin und tritt in Altersheimen auf. Ihr Publikum sind demenzkranke Menschen, deren Krankheit bei einigen so weit fortgeschritten ist, dass sie nicht einmal mehr ihren eigenen Namen kennen. Aber Aurikla kennen sie. Ihr Strahlen und ihre Musik nehmen sie wahr.

Aurikla geht behutsam auf die Patienten des Alters- und Pflegeheims in Thuis zu. Sie begrüsst jeden einzeln und lässt ►►



Katharina Schwitter-Fedier alias Clownin Aurikla: «Demenzpatienten sprechen auf sensible Gesten an».

►► ihnen Zeit, dieses neue Gegenüber zu erfassen. «Beim Begrüssen merke ich, wo die Menschen stehen, ob sie sich wohlfühlen oder ob ich ihnen noch Zeit geben muss», sagt Katharina Schwitter. Sie nimmt sich viel Zeit und strahlt eine grosse Ruhe aus.

Die körperliche Bewegungsfähigkeit der Heimbewohnerinnen und -bewohner ist sehr eingeschränkt. Verbale Kommunikation ist fast nicht mehr möglich. Und dennoch sehen, hören und spüren die Menschen noch. Sie empfinden Freude, wenn Aurikla mit ihnen Kontakt aufnimmt. Über den Blick, ein Lächeln, eine zarte Berührung, und über die Musik. «Ich habe gemerkt, dass Musik die stärksten Reaktionen auslösen kann», erzählt Katharina Schwitter. Deshalb hat sie immer ihr Akkordeon dabei. Aurikla spielt «Es Burebüebli». Plötzlich beginnt eine eben noch apathisch und abwesend wirkende Frau im Rollstuhl mitzusingen. Sie kennt den Text, singt die erste Strophe mit. Dann spielt Aurikla

«Lustig ist das Zigeunerleben». Die Frau kennt auch hier den Text und singt mit. Andere schlagen mit den Rhythmus-Rasseln zum Takt der Musik. Und beim Verabschieden fragt einer der Patienten ganz euphorisch: «Kann man so etwas wiederholen?» Es sind Momente wie dieser, die Katharina Schwitter-Fedier (48) die Kraft für ihre Arbeit als Clownin geben. Wenn sie in den verschiedenen Alters- und Pflegeheimen auftritt, gibt es keinen Klamauk. Ihr Humor ist feinsinnig, zart, ruhig. Aurikla verbreitet Freude, humorvolle Stimmung und eine Leichtigkeit, die ihrem Publikum ange-

massen ist. Der Applaus sind nicht Standing Ovationen, sondern ein freudiges Funkeln in den Augen ihres Publikums, oder eine Regung des Körpers, die zeigt, dass es gut ist.

Das evangelische Alters- und Pflegeheim Thusis arbeitet schon seit zehn Jahren mit Katharina Schwitter, beziehungsweise mit Aurikla zusammen. Was als Versuch begann, ist heute feste Institution. Einmal im Monat besucht die ausgebildete Bewegungstherapeutin für Behinderte und einstige Schülerin der Pantomimenschule Ilg in Zürich das Altersheim Thusis. Ihre Mittel ►►



Feinsinnig, zart, ruhig: Clownin Aurikla vollführt keinen Klamauk.

Stiftung Humor und Gesundheit Einsätze in der Therapie

Die Stiftung Humor und Gesundheit engagiert sich in der Förderung von Projekten, die im Zusammenhang mit dem therapeutischen Einsatz von Humor stehen. So ist vor Kurzem der Dokumentarfilm «Die etwas andern Clowns» von Nico Gutmann in den Kinos gezeigt worden. Der Film nimmt sich der Humorarbeit in der Betreuung und Pflege von alten Menschen an. Katharina Schwitter und Beat Hänni sind Mitglieder von Humorcure (Schweiz), Gesellschaft zur Förderung von Humor in Therapie, Pflege und Betreuung.

Die medizinische Forschung über Humor steckt noch weitgehend in den Kinderschuhen. Übers Lachen weiss man einiges, Humor hingegen sei viel weniger erforscht, sagt Beat Hänni von der Stiftung Humor und Gesundheit. Ein interessantes Forschungsergebnis präsentierte das Psychologische Institut der Uni Zürich. Eine gross angelegte Studie wies nach, dass Humor trainierbar ist.

► link

www.coopzeitung.ch/humor

►► sind einfach: Das Akkordeon, bunte Tüchlein, Seifenblasen. Kindern kann man so eine Freude machen, als Mutter von vier Kindern weiss Katharina Schwitter das. Doch die Menschen, die jetzt verzückt einer Seifenblase nachsehen, sind keine Kinder. Es sind demente alte Menschen, manche vielleicht mit Dokortitel, aber alle mit einem langen Leben hinter sich. Ist das nicht bedrückend? «Ganz und gar nicht», sagt Katharina Schwitter. «Die Menschen werden nicht zu Kindern, aber sie werden archaisch», sagt sie. Sie sprechen wieder an auf sensible Gesten, auf Berührungen.

Szenenwechsel. Auch Beat Hänni alias Till Heiter ist in Altersheimen tätig. Und auch er setzt Humor als the-

rapeutisches Mittel ein. «Wir alle haben Humor», ist Hänni überzeugt, «und zwar bis zum letzten Atemzug». Nur sei dieser Humor bisweilen etwas verschüttet, weil einem im Alter nicht immer ums Lachen zumute sei. Gerade das will er aber hervorholen. Nicht das Lachen in erster Linie, sondern den Humor. Hänni will nicht unterhalten, sondern die Betagten bei ihrem eigenen Humor abholen. Er erzählt keine Schenkelklopfer-Witze, sondern erzeugt Humor und Heiterkeit. Sein Künstlername, Till Heiter, ist durchaus Programm.

In der Humorwerkstatt, die er in Altersheimen anbietet und moderiert, kramt Hänni ganz tief in Erinnerungen der Menschen. «Habt Ihr als Kind Taschengeld erhalten?», «Was für Süßigkeiten habt ihr damals gekauft?», «Wie war das mit dem Samichlaus?» Erinnerungen an die eigene Jugend lösen in der Regel schöne Gefühle und positive Gedanken aus. Da wird gelacht und diskutiert, verglichen und gegenseitig überboten, was man damals alles gehabt oder eben nicht gehabt hat. «Wenn ich spüre, dass Freude oder ein Lächeln in den Gesichtern der Menschen



Katharina Schwitter-Fedier: «Musik löst die stärksten Reaktionen aus».

entsteht, habe ich ein Ziel erreicht», sagt Hänni. «Die meisten dieser Gesichter kennen diese Regung viel zu wenig.»

Das sieht auch Heimleiter Hans-Jörg Surber vom Al-

tersheim Domicil Schwabgut in Bern so. Die Nachwirkung einer einstündigen Humorwerkstatt mit Hänni sei bis in den Abend hinein feststellbar: «Die Menschen gehen mit dieser heiteren Stimmung ins Bett.» ■



Beat Hänni alias Till Heiter moderiert Humorgespräche.

Forschung: Sind wir Schweizer humorlos?

Ein Schweizer Kurort. Fragt ein Gast den Einheimischen: «Stimmt es, dass das Klima hier so gesund ist?» - «Selbstverständlich», erklärt ihm dieser. «Erst vor einer Woche mussten wir den Ortsältesten vergiften, damit wir den Friedhof einweihen konnten!»
Ein deutscher Tourist auf einer Bergwanderung. Er fragt einen Schweizer Bau-

ern: «Warum steht an diesem gefährlichen Abgrund kein Warnschild?» - «Das hei mr weck tue. Sisich sowieso keine abegfalle.»

Können Sie über diese Witze lachen? Können Sie überhaupt über Witze lachen? Kürzlich erzürnte der im Aargau lebende deutsche Publizist und Autor Michael Kühntopf die Schweizer mit

seinem Ratgeber «Alltag in der Schweiz». Darin behauptet er, Schweizer seien humorlos, sie verstünden weder Witz noch Ironie. Anders beurteilt es die Schweizer Psychologin Liliane Müller. Sie will dies auch gleich wissenschaftlich belegen. In ihrer Studie an der Uni Zürich erforscht sie, wie humorvoll die Schweizer tatsächlich sind und sie will auch regio-

nale Unterschiede betrachten.

Helfen Sie mit, die Humurlandschaft Schweiz zu erforschen und entdecken Sie dabei Ihren Humorstil oder erzählen Sie uns Ihren Lieblingswitz unter:

► **link**
www.coopzeitung.ch/humor