



Begegnungsmimin

Den Moment gestalten

Als „Aurikla“ besucht Katharina Schwitter-Fedier seit Jahren Menschen in Pflege-Institutionen und Heimen. Für diese Tätigkeit hat sie nun einen Anerkennungspreis erhalten. Stefan Knobel hat sie interviewt.

Stefan Knobel: Katharina, ich möchte mit dir über den Preis sprechen, der dir zugesprochen wurde.

Katharina Schwitter-Fedier: Ja – ich habe den „Fokus“-Anerkennungspreis der „Alzheimervereinigung Graubünden“ erhalten. Ich fühle mich sehr geehrt.

Stefan: Wer hat den Preis erhalten? Katharina oder Aurikla?

Katharina: Das ist eine interessante Frage. Ich glaube beide.

Stefan: Und was hat die Jury bewogen, dir den Preis zu verleihen?

Katharina: Das kann ich nicht genau sagen. Ein Vorstandsmitglied der Alzheimervereinigung meinte, ich sei mit meiner Art, mit meinem Sachwissen und Verständnis für demenzbetroffene Menschen eine echte Botschafterin.

Stefan: Warum braucht es bei dieser Arbeit mit Demenzbetroffenen einen Clown?

Katharina: Ich komme immer mehr vom Begriff „Clown“ weg. Viele Menschen haben ein fixes Bild von ihm: der Zirkusclown mit der roten Nase, ein Clown, der Klamauk macht. Ich muss mich dann immer erklären und sagen, dass ich nicht so bin. Einmal hörte ich während des Schminkens im Badezimmer, wie eine Pflegerin zu einem Be-

wohner sagte: „Kommen Sie mit, die Clownin ist da!“ – „Wer?“ – „Die Clownin“ – „Wer?“ Als er mich später im Wohnzimmer sah, sagte er: „Aha, du bist es! Weißt du, was die mir gesagt haben? Eine Clownin kommt. Dabei bist du es!“

Stefan: Wie kam er zu dieser Aussage?

Katharina: Vielleicht ist das Wort Clownin und auch die Rolle der Clownin sehr unpersönlich? Ich bin Aurikla, die auf Besuch kommt. Ich lerne die Menschen kennen – und sie mich. Wenn sie mich bereits kennen, freuen sie sich, wenn ich komme. Das verbinden vielleicht nicht alle mit einer Clownin. Meistens stellt man sich vor, dass ein Clown zu große Schuhe trägt und ein bisschen sehr laut ist. Die Pflegenden denken am Anfang oft, ein Clown passe gar nicht zu Menschen, die krank sind, oder gar zu sterbenden Menschen. Und dann, wenn Aurikla kommt, sehen sie, dass da gar nicht dieser unbeholfene und derbe Clown gekommen ist, der tatsächlich nicht passen würde. Viele Pflegenden sagen mir: „Du bist anders. Du bringst Schwung und Freude ins Pflegeheim.“

Stefan: Was macht denn die Aurikla?

Katharina: Das tönt jetzt vielleicht komisch; aber ich mache nichts, auf jeden Fall nicht viel.

Stefan: Nichts?

Katharina: Nichts. Ich versuche tatsächlich, nichts zu machen, wenig zu machen. Ich komme als Besuch. Ich begegne den Menschen. Ich komme aber als Figur. Als Aurikla. Ich habe ein Röckchen an. Die Figur ist schwierig zu definieren. Ist sie alt? Jung? Ein Mädchen? Eine junge Frau? Ein wenig bin ich geschminkt. Und ich habe mein Akkordeon dabei. Dazu ein Köfferchen mit ganz wenigen Sachen: ein paar Federn, ein paar Rasselinstrumente, ein paar Tüchlein. Für mich finde ich auch deshalb den Begriff „Begegnungsmimin“ für Aurikla passender als „Begegnungscloownin“.

Stefan: Und so gehst du als Mimin zu den Leuten?

Katharina: Ja – ohne Programm. Ich komme hinein und begrüße die Leute. Das macht man, wenn man zu Besuch kommt. Das habe ich in den letzten Jahren gelernt: Ich weiß irgendwie, wie ich auf die unterschiedlichen Leute zugehen kann. Achtsam. Ich gehe nicht laut in den Raum hinein, sondern ganz leise. Dann knie ich z. B. vor die Menschen hin. Ich berühre sie ganz fein an der Hand. Ich achte immer auf das, was passiert. Als Kinaesthetics-Trainerin kann ich jetzt sogar beschreiben, was ich da tue: Ich gestalte Interaktion.

Stefan: Kinaesthetics hilft das „Aurikla-Sein“ besser zu verstehen?

Katharina: Genau, das ist ja das Interessante daran. Ich tue etwas. Und mit den verschiedenen Konzeptblickwinkeln kann ich dann besser wahrnehmen, was ich tue. Das ist der Kern von Kinaesthetics – und deshalb bin ich auch davon fasziniert.

Stefan: Du kommst in den Saal, ohne Programm, und begrüßt die Menschen. Wie geht es weiter?

Katharina: Ich komme herein, stehe da. Dann hebt bspw. jemand den Kopf und sagt: „Ah, du bist es.“ Oder jemand schaut mir in die Augen und lächelt. Und so beginnt der Prozess. Gerade das funktioniert nicht, wenn ich ein Programm vorbereitet habe. Mit der Achtsamkeit auf das, was passiert, entsteht eben genau die Begegnung, die jetzt möglich ist: eine natürliche Begegnung. Bei einer anderen Person muss ich sagen: „Grüezi!“, und dann beginnt es. Bei einer dritten finde ich nicht auf Anhieb einen Kontakt. Und wenn ich spüre, dass jemand keinen Kontakt will, dränge ich mich nicht auf.

Stefan: Auf diese Weise entsteht also ein gemeinsamer Prozess mit den Menschen?

Katharina: Ja – aber es entsteht das, was entsteht. Ich möchte die Menschen ja nicht irgendwohin führen. Ich möchte mit ihnen den Moment gestalten. Darum rüttle ich sie nicht wach. Ich bin einfach da. Zum Beispiel beginne ich mit Musik, spiele ganz leise eine Melodie. Oder ich singe ein altbekanntes Lied. Dann entsteht sozusagen eine nächste Stufe der Begegnung. Viele reagieren in diesem Moment.

Stefan: Aber warum reagieren sie, wenn du spielst – und ignorieren vielleicht längst die Konservenmusik aus dem Lautsprecher des Speisesaals?

Katharina: Das ist eine interessante Frage. Ich habe das in der letzten Woche genau so erlebt. Ich war auf einer Station mit Menschen mit schwerster Demenz. Nach kurzer Zeit hatten wir auch dank meiner Harmonika eine fröhliche, heitere Stimmung. Und als ich ging, sagte ein Pfleger: „Ich lasse jetzt ein bisschen Musik laufen. Dann können wir diese Stimmung noch etwas erhalten.“ Aber ich bin sicher, dass es nicht gelungen ist. Wenn ich selbst Musik mache, ist eine ganz andere Energie im Spiel. Ich spiele keine Stücke, sondern passe die Musik an den Begegnungsprozess an. Ich spiele das Akkordeon so, dass die Melodie mit den Menschen spricht.

Stefan: Könnte man das so sagen: Du spielst gar nicht Musik – du spielst mit der Musik?

Katharina: Genau! Ich kann auch mittendrin stoppen und mit jemandem sprechen, und dann geht es wieder weiter.

Stefan: Was ist der Wert deiner Arbeit?

Katharina: Das habe ich erst mit der Zeit herausgefunden: Es sind die Reaktionen der Menschen. Diese Reaktionen gehen sehr tief.

Stefan: Warum gehen sie so tief? Du könntest doch auch anderswo als Künstlerin auftreten und wärst dir des Applauses sicher ...

Katharina: Es sind die Begegnungen, die Geschichten, die ich erlebe. Und die sind etwas ganz Besonderes. Sie treffen den Kern des Lebens.





Die Autorin:

Katharina Schwitter-Fedier ist von Beruf Begegnungsmimin und Kinaesthetics-Trainerin. Sie wohnt in Masein, Kanton Graubünden und arbeitet in verschiedenen Institutionen, in denen Menschen betreut und gepflegt werden.

Stefan: Hast du ein Beispiel?

Katharina: Kürzlich war da ein Mann. Er war noch ziemlich jung und rüstig. Seine Frau war auch dabei. Ich dachte, er sei sicherlich nicht demenzerkrankt. Dann sah ich, dass er offenbar eine Operation am Bein hinter sich hatte. Ich dachte: „Oh, er wird den Auftritt von Aurikla und das Umfeld hier sicherlich nicht schätzen.“ Aber ich habe mich getäuscht; er ist aufgetaut und hat sehr interessiert und aktiv mitgemacht. Am Schluss wollte seine Frau meinen Koffer für mich nach draußen tragen. Das hat sie getan, um mir Folgendes zu sagen: „Aurikla, Sie wissen gar nicht, was für eine Freude Sie mir und v. a. meinem Mann gemacht haben. Kurz bevor Sie gekommen sind, waren wir in seinem Zimmer und er sagte: ‚Es hat so keinen Sinn mehr zu leben. Und in der letzten Stunde hat er wieder einen Sinn erlebt.‘“

Stefan: Berührend...

Katharina: Ja – und genau das ist der Wert. Aurikla gelingt es, das Jetzt wirklich in den Mittelpunkt zu stellen. Und ich lebe dann wirklich in der Gegenwart. Demenzbetroffene Menschen haben mit wenig Aufwand Zugang zum Jetzt. Sie haben es geschafft zu reduzieren. So gesehen frage ich mich: Inwiefern sind sie gesund oder krank?

Stefan: Wie meinst du das?

Katharina: Ich glaube, dass eher bei uns „Gesunden“ etwas abhandengekommen ist, weil wir das Jetzt gar nicht mehr spüren können. Und die sogenannten Demenzbetroffenen können uns, wenn wir es zulassen, den Zugang zum Jetzt ermöglichen. Unsere Gesellschaft braucht diese Menschen. Sie können uns helfen, über die Werte des Lebens nachzudenken.

Stefan: Da stellt sich die Frage, was Krankheit ist, warum sie meist negativ gesehen wird.

Katharina: Mir passiert es oft, dass Menschen mir sagen, sie würden mich bewundern, weil ich diese schwere Arbeit mache. Ein Nachbar sagte mir, es sei anerkennenswert, dass ich mich so aufopfere für diese „armen Menschen“. In solchen Momenten muss ich immer lachen. Denn ich erlebe das ganz anders; von Aufopfern kann keine Rede sein.

Stefan: Was ist es dann?

Katharina: Als ich vor 13 Jahren mit dieser Arbeit begann, war es ein Pilotprojekt. Die

ersten Monate waren wirklich sehr streng. Nach jedem Auftritt sagte ich mir: „Ich höre auf damit.“ Ich glaubte, mich vorbereiten zu müssen. Doch dann ist immer mehr die Begegnung in den Mittelpunkt gerückt. Und dadurch hat sich auch die Qualität dieser Begegnungen langsam verändert. Plötzlich merkte ich, dass mich diese Stunden veränderten. Wenn ich nach meinem Einsatz in den Supermarkt ging, um einzukaufen, hätte ich die KassiererIn umarmen können. Ich war total beschwingt, irgendwie frei. Alles wurde so fein, so gut – und das ist bis heute geblieben. All die dummen vordergründigen Probleme des Alltags verschwinden. In diesem Sinne hat sich mein Respekt vor diesen Menschen noch vertieft. Demenzerkrankte Menschen muss man nicht unterhalten.

Stefan: Du siehst deine Rolle also nicht darin, ihnen im tristen Pflegeheim-Alltag eine Ablenkung zu verschaffen?

Katharina: Genau das ist es nicht. Ich komme zu ihnen. Ich mache den Menschen ein Angebot – und sie geben mir sofort etwas zurück. Dann entsteht das, was entsteht. Eine Begegnungsmimin braucht keine Tricks und Kniffs, um die Menschen herauszulocken. Sie begegnet ihnen. Punkt.

Stefan: Was bedeutet für dich der Preis der Alzheimervereinigung?

Katharina: Das ist eine Anerkennung für den Weg der letzten 13 Jahre. Ich hatte viele Zweifel in dieser ganzen Zeit. Und oft hatte ich den Gedanken, dass ich mich als Clownin vielleicht doch mehr schminken müsste. Der Preis ist für mich wie eine Bestätigung, dass Aurikla richtig ist, so wie sie ist.

Stefan: Die demenzerkrankten Menschen haben dir den Preis bestimmt schon längst verliehen.

Katharina: Ja – sie verleihen ihn mir jedes Mal. Die Begegnungen sind immer so intensiv, dass ein Klima der Verliebtheit entsteht. Das Wort ist ein bisschen schwierig – aber ich erlebe das so. Die hohe Aufmerksamkeit aller Beteiligten und die Intensität des Blickes sind genau das, was in der Verliebtheit passiert. Die Begegnung wird auf die Begegnung reduziert.

Stefan: Du hast gesagt, dass sich Aurikla immer weniger schminken musste. Auch das ist Reduktion.

Katharina: Wenn du das so sagst, dann denke ich, dass die Tatsache, dass ich keine rote Nase

mehr brauche, daher rührt, dass ich immer besser verstehe, was Begegnung ist. Ich muss die Menschen nicht mehr verführen. Wir führen uns gegenseitig zum Jetzt. Zur Konzentration auf das Wesentliche. Das Ganze ist quasi meine Lebensschule.

Stefan: Gibt es eine Ausbildung zum Begegnungsclown?

Katharina: Die gibt es seit einigen Jahren. Ich bin aber in der Zwischenzeit der Meinung, dass es nicht reicht, wenn man eine Clown-Ausbildung macht. Es braucht auch die Begabung, die Gabe, die man im Leben geschenkt bekommen hat, in diesem Sinn auch eine Aufgabe. Es geht darum, menschliche Begegnungen zu untersuchen – und sich selbst dabei zu beobachten. Ich profitiere zwar von all dem, was ich mein Leben lang gemacht habe. Ich war lange Kunstturnerin, bin in Pantomime, im Tanz geschult, habe die Ausbildung zur Kinaesthetics-Trainerin gemacht. All das bildet natürlich das Fundament für das, was ich tue. Aber es geht nicht darum, irgendetwas von dem „anzuwenden“. Es geht darum, dass ich Fragen stelle, dass ich authentisch bin.

Stefan: Du hast gesagt, du würdest innerhalb von Sekundenbruchteilen merken, wie du auf einzelne Menschen zugehen kannst. Wie kann man das lernen?

Katharina: Ich weiß es auch nicht. Immer wieder stellen mir Menschen an Kongressen und Symposien die Frage: „Wie kann ich lernen, einem Menschen zu begegnen?“ Dahinter steht oft die Illusion, dass man meint, beim Begegnen gehe es darum, miteinander zu sprechen. Denn miteinander zu sprechen, ist nur die Oberfläche des Begegnens. Es geht um Interaktion, um Führen und Folgen, wie man in Kinaesthetics sagt. Und dabei hilft keine Trickkiste.

Stefan: Da helfen keine Schubladen?

Katharina: Ich nahm kürzlich an einem Kongress teil. Dort stellte eine Referentin eine Gliederung vor, in die der Krankheitsverlauf der Demenz eingeteilt werden kann. Solche Schubladisierung führen dazu, dass die Leute fragen: „Wie kann ich mit diesem Menschen kommunizieren, wenn er im Stadium X ist?“ Oder: „Weißt du, er bekommt nichts mehr mit, weil er im Stadium Y ist.“ Wir schauen so auf das Stadium und nicht mehr auf die Reaktion des Menschen. Und das ist fatal. Dann sind die Begegnung und die Liebe tot.



Aurikla bei der Begegnungsarbeit in der Alterssiedlung Bodmer, Chur (Schweiz)

Stefan: Zuviel Denkstruktur hilft nicht bei der Begegnung?

Katharina: Begegnung hat schon Struktur. Aber diese wird in der Begegnung selbst gebildet. Ich bin der Meinung, dass viele Denkschemen hinderlich sind. Ich erlebe als Aurikla, wie befreiend es ist, ganz konzentriert in der Interaktion zu sein. Und ich bin jedes Mal erstaunt, wenn mir die Leute dann sagen, dieser Mann sei aggressiv oder kenne sich nicht mehr aus und könne sich nicht mehr orientieren. Ich arbeite als Aurikla gar nicht mit kranken Menschen. Es gibt natürlich Menschen, die eher gereizt sind. Wenn ich das weiß, muss ich mich halt anpassen. Das ist Begegnen. In Kinaesthetics sagt man dazu „viabel handeln“.

Stefan: Im aktuellen Moment das Richtige, etwas Passendes zu tun?

Katharina: Ja. Immer wieder höre und lese ich von der Belastung und der großen Herausforderung für unsere Gesellschaft, weil wir mit einer steigenden Zahl der Demenzerkrankungen zu rechnen hätten. Wenn wir uns auf diese Menschen wirklich einlassen, können wir – wie ich schon erwähnte – von und mit ihnen lernen. Sie können uns zeigen, was Dankbarkeit und Demut vor dem Leben bedeuten. Das ist keine Belastung, sondern eine Bereicherung.

LQ



kinaesthetics – zirkuläres denken – lebensqualität

In der Zeitschrift LQ können die LeserInnen am Knowhow teilhaben, das Kinaesthetics-AnwenderInnen und Kinaesthetics-TrainerInnen in zahllosen Projekten und im Praxisalltag gesammelt haben. Ergebnisse aus der Forschung und Entwicklung werden hier in verständlicher Art und Weise zugänglich gemacht. Es wird zusammengeführt. Es wird auseinander dividiert. Unterschiede werden deutlich gemacht. Neu entdeckte Sachverhalte werden dargestellt und beleuchtet. Fragen werden gestellt. Geschichten werden erzählt.

Die LQ leistet einen Beitrag zum gemeinsamen analogen und digitalen Lernen.

Bestellen Sie die Zeitschrift LQ unter www.verlag-lq.net
oder per Post

verlag lebensqualität
nordring 20
ch-8854 siebnen

verlag@pro-lq.net
www.verlag-lq.net
+41 55 450 25 10



Print-Ausgaben plus Zugang zur Online-Plattform



Bestellung Abonnement LQ – kinaesthetics – zirkuläres denken – lebensqualität

Ich schenke lebensqualität

- ☐ mir selbst
☐ einer anderen Person

Meine Adresse:

Vorname _____

Name _____

Firma _____

Adresse _____

PLZ _____ Ort _____

Land _____

eMail _____

Geschenkabonnement für:

Vorname _____

Name _____

Firma _____

Adresse _____

PLZ _____ Ort _____

Land _____

eMail _____