



# Clown und Focusing

■ VON BETTINA NATHO

**A**us meiner Sicht hat das Clownspiel einiges mit Focusing gemeinsam. Jedenfalls verbindet sich beides in meiner Arbeit organisch miteinander. Und sowohl meine Auftritte als Klinik-Clownin als auch die Art und Weise, wie ich angehende Clowns in der Ausbildung begleite, haben vom Focusing enorm profitiert. Ich bezeichne den Effekt des Focusing gerne als »Booster« für die Clownarbeit.

Umgekehrt denke ich, dass auch das Focusing, bzw. die Menschen, die Focusing lernen und einsetzen, vom Clownspiel profitieren könnten. Was ich bei Focusing-Seminaren und -Treffen manchmal gerne hätte, wäre etwas weniger Ernst, statt dessen mehr Spaß, Lust und Freude, die Betonung der Neugier und des spiderischen Elements, mehr Heiterkeit und Optimismus. Vielleicht sogar ein bisschen Verrücktheit. Und sich selbst die volle Erlaubnis zu geben, Fehler zu machen, und sie darüber hinaus mit Anmut zuzugeben.

All dies kann man für sich entdecken und zum Teil auch einüben, indem man mit dem Clownspiel experimentiert.

Die wesentlichen Gemeinsamkeiten von Begleitung mit dem Clown – insbesondere als »therapeutischer« Begleit-Clown, meist als Klinik-Clown – und focusing-orientierter Begleitung sind für mich folgende:

- dass der Clown alles annimmt, was ihm in sich selbst, in der Welt und im Gegenüber begegnet, ohne es als »richtig« oder »falsch« zu bewerten.
- Für den Clown ist der Begriff der »Krankheit« bedeutungslos. Er geht selbstverständlich davon aus, dass das Gesunde, Lebendige des Menschen »da drin« ist – so wie Gendlin es formuliert hat. Mit diesem tritt er in Kontakt, ihm schenkt er seine freundliche, positive Aufmerksamkeit.
- Ein Clown arbeitet optimalerweise intuitiv, mit der »Resonanz« auf den anderen Menschen und – nach Möglichkeit – einem passenden »Response«.

- Clownarbeit ist »Beziehungsarbeit«. Die positive Wirkung wird nicht nur durch das Lachen erzeugt, sondern auch durch die entspannte Nähe. Tatsächlich steigt der Oxytocinspiegel im Speichel bei einem Clownbesuch messbar an (Oxytocin ist das sogenannte »Bindungshormon«, das z.B. auch beim Stillen erzeugt wird).

Es gibt aber auch ein paar wesentliche Unterschiede zwischen der Arbeitsweise des Clowns und der des Focusing-Begleiters:

- Ein Clown begegnet dem Zuschauer nicht auf Augenhöhe. Er stellt sich im Status tiefer, damit sich sein Gegenüber überlegen fühlen kann, und damit entspannter. Er bewundert die Menschen für alles Mögliche. Für Kinder (und demente Menschen) ist dies ein ganz besonders erfreulicher Gesichtspunkt: dass ein erwachsener Mensch noch naiver, unwissender und tollpatschiger ist als sie selbst. Der Clown steht für alles in uns, was schwach, verwirrt und hilflos ist oder auch lustvoll und manchmal auch gemein – also für alles, was wir häufig in uns ablehnen.
- Der Clown gibt Response, indem er stellvertretend für die Zuschauer (meist unangenehme) Gefühle verkörpert. Wenn er das auf treffende Weise tut, entsteht ein Wiedererkennen. Amüsement und Lachen geschieht, und dadurch entsteht Abstand zum eigenen Leiden, also Freiraum. Denn der Clown stellt sich diesen unangenehmen Gefühlen, durchlebt und durchleidet sie, öffentlich und in hoher Intensität, ohne aber dabei seinen Optimismus und seine grundlegende Heiterkeit zu verlieren. Die Clownfigur leidet, aber der Clownspieler genießt es, das Leiden stellvertretend für die Zuschauer zu verkörpern – und ihr Lachen. Dadurch strahlt er tiefes Wohl-

Der Clown gibt Response, indem er stellvertretend für die Zuschauer Gefühle verkörpert.



behagen aus. Die Zuschauer machen körperlich die Erfahrung: »Ist doch alles nicht so schlimm!«

- Ohne also auszusprechen und anzusprechen, was genau an Krankheit oder anderem Leidvollen vorhanden sein mag, entsteht eine heilsame Wirkung.

Dafür habe ich ein eindrucksvolles Beispiel erlebt. Eine Teilnehmerin mit MS im Rollstuhl fasste ihren momentanen Eindruck am Ende eines Clown-Workshops so zusammen: »Es ist komisch, aber ich fühle mich gesund.«

Eine Zeit mit Clownspiel zu verbringen, kann diesen Perspektivwechsel bewirken. Auch deswegen, weil das Spielen selbst eine gute Wirkung hat. Das Spielen ist Freiraum. Es weckt die Lebensfreude – und Kreativität, Energie und Kraft werden freigesetzt.

Wie sieht so eine Clownvisite konkret aus? Immer anders. Im besten Fall. Natürlich ergeben sich im Lauf der Jahre Eigenheiten, Stärken, Lieblingsthemen, so dass kleine Routinen oder gerne angenommene Angebote entstehen. Abgesehen davon gibt es auch Standard-Requisiten wie Seifenblasen und Ballons, die immer gute Türöffner sind.

### Einige Beispiele

Wir stehen an der offenstehenden Tür eines 13-jährigen, der gerade mit seinem Großvater telefoniert und ihn inständig bittet, ihn doch für eine Stunde zu besuchen. Mein

Partner ähnt ihm mimisch nach – etwas, das für mich ein »no go« ist, weil potentiell kränkend. Der Junge aber erzählt seinem Opa total begeistert: »Ey, Opa, da sind zwei Clowns! Opa, die verarschen mich!« Später schieben wir einen Tisch an sein Bett und pokern mit seinen Karten um seine Süßigkeiten (ohne viel Ahnung vom Pokerspiel zu haben). Er strahlt vor Stolz, unser Spielleiter und Gastgeber zu sein, und macht den Eindruck, als sei er innerlich um einen halben Meter gewachsen.

Ein 16-jähriges Mädchen liegt allein in einem Zimmer. Ich wäre eher nicht zu ihr gegangen, weil wir sowieso nicht alle Kinder an einem Nachmittag besuchen können, und diese Altersgruppe nicht unsere Kernklientel ist. Aber mein Clownpartner insistiert. Und hat, wie so oft, die richtige Eingebung. Wir linsen ins Zimmer und fragen dann, ob wir reinkommen dürfen. (Das tun wir immer.) Wir bekommen einen etwas erstaunten Blick und ein gedehntes »Okay«.

Dann treten wir ein und stellen uns vor, fragen das Mädchen nach seinem Namen und machen ein paar Komplimente. Zu ihrem Namen und dazu, wie viel Platz in ihrem Zimmer ist. Mein Clownpartner Rico Rossi teilt den Raum nach der Linie auf dem Linoleum des Fußbodens unter uns auf, gibt sich aber die größere Hälfte. Das empört mich natürlich. Rico ist aber sehr galant (als »italienischer« Clown) und überlässt mir so-

Das Spielen ist  
Freiraum.

fort die größere Hälfte. Er erzählt mir, wie sehr er mich bewundert. Ich bin berührt und reiche ihm meine Hand zum Handkuss. Als er sie küssen will, ist es mir aber peinlich, ich ziehe sie zurück. Rico betont sofort, dass er sehr geduldig ist und dass er abwarten kann. Zwischendurch haben wir beide immer wieder Kontakt mit dem Mädchen, mit Blickkontakt oder auch mit verbalen Kommentaren.

Jetzt finde ich das toll, dass Rico so geduldig ist. So sollte ein echter Freund sein – und das teile ich dem Mädchen auch mit. Ich reiche Rico nochmals die Hand, zögerlich, und diesmal ergreift er sie stürmisch und drückt einen feuchten Schmatzer drauf. Darauf entspinnt sich eine Szene von Empörung: »zu schnell!« (meinerseits), Bedauern und Entschuldigung (seinerseits), geräuschvollem Säubern der Hand usw. Das Ganze wird nochmals geübt, und dieses Mal klappt es »anständig«, ist aber trotzdem irgendwie etwas schamvoll und mit Gekächel verbunden. Wir schenken unserer »Gastgeberin« zum Schluss eine Ballonblume in ihrer Lieblingsfarbe und verabschieden uns.

Im Rückblick erscheint es mir, als sei diese Szene ein kleines »Lehrstück« über eine erste Annäherung an das andere Geschlecht gewesen. Wir haben nichts davon geplant, und das Mädchen war sehr zurückhaltend, wir wissen also nicht genau, was sie darüber dachte. Und das ist oft so.

Manchmal bekommen wir beim nächsten Besuch aber auch Feedback von einer Schwester über eine deutliche Reaktion der Kinder auf unseren Besuch. So zum Beispiel bei einem 8-jährigen türkischen Jungen, mit dem ich über seine Türkeireisen plauderte. Ich bewunderte unter anderem seinen Mut, weil er erzählte, wie er mit seinen Freunden die frei herumlaufenden Pferde des Dorfes ritt. Was für ein Abenteuer!

In der nächsten Woche erzählte mir die leitende Schwester, er habe auch ihr begeistert von dem Urlaub erzählt – ein Erlebnis, das bis dahin wegen sehr schwieriger Familienverhältnisse (der Vater war sehr plötzlich verstorben) kein Thema gewesen war. Sie fand ihn wie ausgewechselt, seine sonst dauerhafte Bedrückung war für den Tag gewichen.

Auf einer chirurgischen Station machen wir jedes Mal eine kleine »Show« für die Kinder, die schon aufstehen können. Und für ihre Eltern. Das ist immer herausfordernd,

weil es nicht so einfach ist, die verschiedenen Bedürfnisse, Interessen und Themen so zusammenzuführen, dass es für alle befriedigend wird. Umso »erhebender« ist es dann, wenn es einigermaßen gelingt. Etwa so: Während ein kleines Kind noch gefüttert wird, singen wir vielleicht Lieder vom Essen. Im Anschluss gibt's dann das »Lied vom Popeln«, das die meisten Kinder witzig und die meisten Mütter eklig finden. Wenn es einer von uns hinbekommt, sich mehr zu ekeln als die Mutter (mit echter Gänsehaut, gack!), dann ist es für alle lustig.

Wenn ein Kleiner einen tollen Spielzeug-Trecker hat (Marke »John Deere«) und der Vater eines anderen Kindes einen echten »Fendt« (mein Partner kennt beide Marken) und wir uns dann ausmalen, dass wir alle zusammen den Papa und die Familie auf ihrem Hof besuchen und zusammen Trecker fahren, dann ist das schon eine ganze Geschichte.

Mein Partner tanzt gerne mal »Schwanensee« (weil ich das nicht singen kann, singe ich dazu die Leitmotive von »Star Wars«, das fällt nicht immer auf). Diesmal gibt er stattdessen den »Tanz des Treckers auf dem Bauernhof«. Das sieht sehr komisch aus, ich schaue angemessen seriös, amüsiere mich aber heimlich königlich. Die musikalische Untermalung in wilden Akkorden produziere ich währenddessen mit der Ukulele.

Ich habe einige offensichtlich positive Effekte dieser Show beobachtet: Die Familien kommen aus ihren Zimmern heraus, Eltern kommen mit anderen Eltern ins Gespräch, die Kinder kommen in Bewegung (wir spielen Werfen und Fangen mit langen Ballons), manchmal wird gemeinsam gesungen (ohne dass wir extra dazu animieren). Oft wird gelacht, und es entstehen völlig neue Themen, über die dann gesprochen wird. Und die Schwestern haben in der Zeit eine Verschnaufpause.

Was im Inneren der Menschen geschieht, kann ich im Detail nicht wissen. Ich muss darauf vertrauen, was ich in mir wahrnehme: ob es gut war oder weniger gut. Und – ich kann es nicht gut »machen«. Stattdessen versuche ich immer, mich »nach oben hin« zu öffnen, mich in irgendeiner Form als »Kanal« vorzustellen, um zu vertrauen, dass zwischen uns hoffentlich irgendetwas geschieht, fließt, was die Menschen in ihrem Inneren einen kleinen Schritt weiterträgt.

Bettina Natho wird auf der Internationalen Focusing Sommerschule 2017 von 30.7. bis 3.8.2017 ein Seminar zum Thema »Der clowneske Response« anbieten.



**BETTINA NATHO**  
Jokers Schule für Clown,  
Improvisation und Pantomime  
22767 Hamburg  
clownschule.jokers@gmail.com  
www.jokers-clownschule-hamburg.de