

Was uns vom Tier unterscheidet

Als Kunsttherapeutin weiss Tanja Baumberger, wie Menschen atmen und sprechen sollten

Die in Oensingen wohnhafte Sängerin Tanja Baumberger beendet bald ihre Ausbildung zur Drama- und Sprachtherapeutin. Sie erzählt vom noch etwas unbekanntem Berufsfeld und was damit alles behandelt werden kann.

VON MELISSA BURKHARD

Haben Sie sich schon mal Gedanken darüber gemacht, ob Sie richtig atmen? Nein? Dann geht es Ihnen wahrscheinlich wie den meisten. Die Musical-Sängerin und angehende Drama- und Sprachtherapeutin Tanja Baumberger aber sagt: «Wir haben verlernt, richtig zu atmen.» Doch was ist es, was wir falsch machen? «Der Otto Normalverbraucher atmet nur bis unter die Brust», erzählt sie, «wir hören aber nicht unter der Brust auf.» Sie atmet tief ein und zeigt, wie sich beim Ausatmen ihr Unterbauch bewegt. Ausserdem können wir laut Baumberger nicht mehr loslassen und atmen nicht richtig aus. Einen Grund für die schlechte Atmung sieht sie darin, dass heutzutage viele Berufe sitzend stattfinden. «Ich glaube, Bauern oder Handwerker haben einen gesünderen Atem als jemand, der im Büro sitzt», sagt sie. Erkrankungen wie Bluthochdruck, Asthma oder Sodbrennen können aus dieser schlechten Angewohnheit resultieren. Als angehende Drama- und Sprachtherapeutin befasst sich Baumberger auch mit der richtigen Atemtechnik und hat schon miterlebt, dass nur schon dadurch Bluthochdruck gesenkt werden konnte, ganz ohne Medikamente. «Garantie für Heilung gibt es nie», erzählt sie, «aber in den meisten Fällen erfahren die Klienten Linderung.»

Kein «Gspürsch-mi, Füehlsch-mi»

Anders als man meinen würde, behandeln Kunsttherapeutinnen der Fachrichtung Drama- und Sprachtherapie also nicht nur klassische Sprachfehler wie Stottern oder Lispeln. Auch bei Schlaganfallpatienten, der Krebstherapie oder Patienten mit Traumata, kommt die Therapie als Begleitung zum Einsatz. «Wenn schwierige Diagnosen oder Erlebnisse die Psyche belasten, können die Übungen die Verarbeitung unterstützen», erzählt sie. Bei der Ausbildung handle es sich aber nicht um eine «gspürsch-mi, füehlsch-mi» Ausbildung, das müsse sie betonen, sondern



Gehen eher künstlerisch an die Sache heran: Drama- und Sprachtherapeuten. ZVG

um die vorbereitenden Kurse zu einem anspruchsvollen eidgenössischen Diplom (siehe Kasten neben Foto). Baumberger selbst ist durch einen Zufall zum Beruf gekommen. Eines Tages habe sie «The King's Speech» gesehen. Der Film handelt vom Leben des britischen Königs George VI, der mit starken Sprachproblemen zu kämpfen hatte. Lionel Logue, ein australischer Schauspieler, hilft ihm, sein Stottern zu überwinden, indem er auf sein schau-

spielerisches Handwerk zurückgreift. «Als ich diesen Film gesehen habe wusste ich: Genau das möchte ich machen», erzählt sie. Durch einen glücklichen Zufall sei sie dann auf die Ausbildung zur Drama- und Sprachtherapeutin gestossen, welche in Dornach angeboten wird.

Grosser Handlungsbedarf

Tanja Baumberger ist sich sicher, dass Drama- und Sprachtherapeuten in Zu-

Eine eidgenössisch anerkannte Ausbildung

Die Ausbildung in Kunsttherapie Fachrichtung Drama- und Sprachtherapie dauert berufsbegleitend circa fünf Jahre und führt zum eidgenössischen Diplom. Zum Ausbildungsinhalt gehört, neben der Therapie klassischer Sprachstörungen und einem medizinischen Modul, auch die Dramatherapie. Hierbei werden gezielt Drama- und Theaterkonzepte zu therapeutischen und beraterischen Zwecken verwendet. Dies unterscheidet die Sprachtherapie auch vom Schwesternberuf der Logopädie. «Drama- und Sprachtherapeuten gehen eher künstlerisch an die Sache heran, beispielsweise über Gedichte, Märchen und mithilfe von Werkzeugen, die auch in der Schauspielerei verwendet werden», erzählt Tanja Baumberger. Die Drama- und Sprachtherapie kann auch im nicht-medizinischen Bereich vielseitig zur Anwendung kommen. Beispielsweise bei Firmencoachings. Weitere Informationen zur Ausbildung unter www.amwort.ch und auf der Website des Dachverbandes für Kunsttherapie, www.artecura.ch.

kunft viel Arbeit haben werden (Kurse von ihr: siehe Kasten unten). Das liege auch an der Digitalisierung, die unsere Kommunikationsweise stark verändert. Hier sieht Baumberger grossen Handlungsbedarf. Anstatt sich ständig digital zu beschäftigen, könnten wieder vermehrt Gesellschaftsspiele und Konversation gepflegt werden. Hier lernen Kinder viel über Sprache und erweitern ihren Wortschatz. Auch das Hören trägt einen grossen Teil dazu bei: «Wenn man sich heutzutage auf der Strasse umsieht, laufen sehr viele Menschen nur noch mit Ohrstöpseln herum. Hört zu, was sich die Leute im Bus erzählen, man kann in jedem Moment lernen», meint Baumberger. Man müsse sehr aufpassen, dass man in der heutigen Zeit nicht langsam, aber sicher die Fähigkeit zu kommunizieren verlerne, sagt sie: «Denn das ist es doch, was uns vom Tier und jeder anderen Spezies unterscheidet.»

Noch gibt es wenige Plätze im nächsten Kurs

Seit einiger Zeit bietet Tanja Baumberger auch selbst Kurse in Balsthal und Solothurn an. Sie will Erwachsene dabei unterstützen, ihre Stimme zu führen, zu singen, Sprache zu gestalten und den Atem ins Bewusstsein zu holen. Wichtig ist ihr, dass in ihren Kursen Leistung keine Rolle spielt, sondern der Weg das Ziel

ist. «Es ist keine Pille, die man schlucken kann, und schon geht es einem besser», erklärt die vielseitig engagierte Frau, die demnächst wieder mit ihrer Formation fe-m@mail.ch unterwegs ist. Im nächsten Kurs von Tanja Baumberger gibt es noch wenige Plätze. Informationen: www.atemstimme-sprache.ch, www.fe-mail.ch.

Trimbach stärkt Familien des Mittelstandes

Trimbach unterstützt neu Familien und Alleinerziehende bei der Kinderbetreuung. Rückwirkend auf 1. Januar hat der Gemeinderat ein Reglement verabschiedet: Im Rahmen des Pilotprojekts stehen bis Ende 2019 jährlich 45000 Franken für die Betreuung in der Sternekita im Dorf zur Verfügung.

Der Mittelstand ist unter Druck. Flexibilität bei den Arbeitszeiten und lebenslanges Lernen fordern am Arbeitsplatz. Hinzu kommt, dass der Mittelstand im besten Fall am Ort tritt. Die Unterstützung ist deshalb auf mittlere Einkommen ausgerichtet. Sie kommt Familien und Alleinerziehenden zugute, deren Jahreseinkommen zwischen 30000 und 75000 Franken liegt und für die es schwierig ist, die Betreuung ihrer Kinder und die Arbeit unter einen Hut zu bekommen.

In einer zweijährigen Pilotphase stellt die Gemeinde Trimbach nun 45000 Franken pro Jahr zur Verfügung, mit denen sie einen Teil der Betreuungskosten in der Sternekita übernimmt. Eltern, die wieder oder mehr arbeiten gehen wollen, sich dies aber bislang nicht leisten konnten, können einen Antrag auf Unterstützung ausfüllen. Trimbach beteiligt sich bei Erwerbstätigen mit einem Jahreseinkommen bis 40000 Franken mit rund 30 Prozent, bei Erwerbstätigen bis 75000 Franken mit rund 20 Prozent an den Betreuungskosten. Die Eltern müssen pro Betreuungstag stets mindestens 25 Franken bezahlen und die Gemeinde bezahlt in der Regel auch nur an die Tage, die für die Ausübung einer Erwerbstätigkeit notwendig sind.

Informationen und Unterlagen können bei der Gemeindeverwaltung bezogen oder auf der Website www.trimbach.ch heruntergeladen werden. MGT

In Kürze

Kappel Tanzabend in der «Linde»

Mittwoch, 28. Februar, 19.30 bis 21.30 Uhr
 Nächsten Mittwoch findet im Restaurant Linde in Kappel ein Tanzabend mit Mimmo Russo statt (Disco Fox und Walzer). Der Eintritt ist frei, Beiträge an die Kollekte sind jedoch willkommen.

ANZEIGE

mit pflegeleichten Gläsern

Das Komplettangebot.

Modische Brillenfassung + Gläser
 Fern- oder Nahbrille: CHF 195.–

Modische Brillenfassung + Gläser
 Gleitsichtbrille: CHF 495.–

Import Optik
 weltmode. spitzenqualität. bestpreise.

Adliswil | Brig | Brunnen | Ebikon | Egerkingen | Einsiedeln | Goldau | Interlaken | Sissach | Sursee | www.import-optik.swiss