

#gesundgestept

Ein Interview mit den
„Steptokokken“



Alle Fotos: privat

Das Ensemble „Die Steptokokken“ verbindet in seinen Auftritten Medizinisches und Komisches. Das kann gerade in Krisenzeiten extrem hilfreich sein, denn etwas mehr Resilienz-Kultur schadet niemandem. Machen wir also eine kleine „Erholungskur für Psyche und Intellekt“!

Können Sie uns kurz etwas über sich verraten? Welchen beruflichen Hintergrund haben Sie? Wie haben Sie sich kennengelernt? Wie lange sind Sie schon als Ensemble unterwegs?

Als Ensemble gibt es uns seit 1992. „Die Steptokokken“ sind also letztes Jahr 30 geworden!

Kennengelernt haben Inken Röhrs und ich, Elisa Salamanca, uns beim Kulturpädagogik-Studium an der Universität Hildesheim. Wir haben dort beide Musik und Theater studiert. Ich hatte außerdem gerade eine Ausbildung an der Zirkusschule in Bristol absolviert. Über unsere gemeinsame Leidenschaft fürs Steppen sind wir schließlich zusammengekommen und dann auch ziemlich schnell mit einer Kombination aus Steptanz, Musik und Comedy vor unseren Kommiliton:innen aufge-

treten. Die Begeisterung des Publikums und die ersten Engagements im eigenen sozialen Umfeld haben uns in unserem Tun bestärkt.

Zu uns beiden Ur-Steptokokken sind dann im Laufe der Jahre noch die beiden Multi-Talente Elisabeth Flämig und Stefanie Seeländer gestoßen. Mittlerweile treten wir je nach Anlass, Verfügbarkeit und Budget der Kund:innen in ganz unterschiedlichen Konstellationen auf. Unseren Walk-Act „Party-Ambulanz“ spielen wir von Solo-Auftritten bis zu vier Künstlerinnen, die Bühnenauftritte spiele ich solo oder im Duo. Unser aktuelles Bühnenprogramm, die „Resilienz-Revue“, ist ein Duo-Programm, welches wir in wechselnder Besetzung spielen.

Zusätzlich arbeiten wir neuerdings bei unseren Bühnenprogrammen mit einer Gebärdensprachdolmetscherin zusammen. Die Übersetzung erleichtert nicht nur gehörlosen Zuschauer:innen den Zugang zum Bühnengeschehen, sie fügt der Show auch eine weitere künstlerische Ebene hinzu, von der alle, wir Spielerinnen und auch das hörende Publikum, profitieren.

Wie kamen Sie auf die Idee, Medizinisches und Komisches zu verbinden? Welchen Bezug zum Gesundheitswesen haben Sie?

Da hat der Zufall keine ganz unwichtige Rolle gespielt. Erst mal brauchten wir einen Namen für unser Duo. Da wir auf der Bühne schon immer gern gekalauert haben, bot sich ein Wortspiel mit Steppen an. So sind wir dann auf „Die Steptokokken“ gekommen. Unser erstes abendfüllendes Bühnenprogramm hatte mit Medizin auch noch gar nicht viel zu tun, aber dann wurde uns klar, dass wir uns mit so einem Namen positionieren und definieren müssen. Außerdem bekamen wir zunehmend Auftrittsfragen für Ärzteiern und Mediziner-Galas.

Und so hat uns unser Name ein Paradies der kreativen Ideen eröffnet: der Mensch mit seinen Wundern und Wehwehchen!

Bei Gesundheit und oft leider auch bei Krankheiten können ja alle mitreden. Das geht jeden Menschen an. Und wie in wahrscheinlich jedem größeren Familien- und Freundeskreis gibt es auch bei uns diverse Vertreter:innen der Gesundheitsberufe.



Die Resilienz-Revue – die musikalisch-dynamische Erholungskur für Psyche und Intellekt!

Gemeinsam mit ihrem Publikum rüsten sich „Die Steptokokken“ für die psychischen Straßenkämpfe des Alltags. Mit einer Playlist, die jede Impulskontrolle unmöglich macht, geht es ins Resilienz-Trainingslager! Dort operiert Frau zwar nicht am offenen Herzen, moderiert aber garantiert jeden Wundstarrkrampf aus der geschundenen Seele. Wofür jede Reha mindestens drei Wochen oder Ihr Analytiker Ihr halbes Monatsgehalt braucht, schaffen „Die Steptokokken“ mit ihrer hochdosierten Medizin-Comedy an nur einem unterhaltsamen Abend.

#medizincomedy

#kurkultur

#gesundgestept

www.resilienz-revue.de

www.steptokokken.de

Die Steptokokken präsentieren:

Die Resilienz-Revue

In Zeiten, in denen der Begriff Krise anfängt in unseren Köpfen und Herzen Wurzeln zu schlagen, möchten wir die kleine Rettung, den Seelenairbag Resilienz erlebbar machen. Wir haben es uns zur Aufgabe gemacht, das Thema in ein humorvolles Bühnenformat mit den für uns typischen Elementen Musik, Steptanz, Medizin und Comedy zu übersetzen.

Wir haben uns inspirieren lassen von Hirnstrukturen und Entspannungstechniken, haben komponiert und getextet, haben Lerntheorien gelernt und Burnoutprophylaxe herausgefordert.

Herausgekommen ist die „Resilienz-Revue“ – eine witzig spritzige Erholungskur für Psyche und Intellekt! Lasst euch also entspannen, inspirieren, motivieren, stärken und vor allem – unterhalten!

Die nächste Krise kommt bestimmt! 😊

Viel Freude!

Eure Steptokokken

Der Illustreste unter ihnen ist wahrscheinlich mein spanischer Großvater. Er war der Leibarzt von König Alfonso XIII.

Wie kommen Sie an die Wirklichkeiten heran, die Sie in Ihrer Revue portraituren, kommentieren und persiflieren?

Viel lesen in erster Linie. Wir versuchen jedes Thema, das wir auf der Bühne angehen, so gründlich wie möglich zu durchdringen. Das heißt immer erst mal jede Menge Recherche. Da ist dann aber auch wirklich alles dabei: Fachliteratur, aktuelle Veröffentlichungen, Ratgeber, Webseiten von Fachgesellschaften, Forschungsinstituten und Expert:innen, Tweets, TikTok-Videos und natürlich dürfen auch Dr. Google und Professor YouTube nicht fehlen. So loten wir auch die Grenzen und Randbereiche der Themen aus und stellen Bezüge zu anderen Gebieten her. Wussten Sie, dass es Resilienz auch bei Pflanzen gibt?

Der nächste Schritt – oft passiert das natürlich auch einfach zwischendurch – sind Gespräche mit ganz unterschiedlichen Fachleuten. Welchen Blick hat zum Beispiel eine Resilienzberaterin auf die Dinge, welche Punkte sind einer Erzieherin wichtig?

Durch all das generieren wir Unmengen an Material. Eigentlich immer viel mehr, als wir verwenden können. Nun kommt der entscheidendste Punkt: Was davon können und wollen wir auf die Bühne bringen? Und vor allem, wie? Das Konzept der „Sieben Säulen der Resilienz“ zum Beispiel ist ein eher sperriges Gebilde. Die zweite Säule ist die Akzeptanz. Das gibt als

Nummer auch noch nicht besonders viel her. So ein locker flockig gesteppter Selbst-Akzept-Tanz macht aber schon richtig Spaß auf der Bühne.

Wo treten Sie hauptsächlich auf und was können die Zuschauer:innen erwarten, wenn Sie bei ihnen auftreten?

Nun, wir bedienen mit unseren Auftritten eine recht große Bandbreite: von der privaten Feier über die sogenannten Kleinkunsthöfen, wo wir unsere abendfüllenden Programme spielen und Open-Air-Veranstaltungen bis hin zu Firmen-Events oder Medizin-Kongressen. Durch unsere langjährige Erfahrung können wir inzwischen recht maßgeschneidert jedes Format bedienen. Immer wieder kommt es vor, dass wir sogar eigene Lieder oder Nummern für einen bestimmten Anlass kreieren. Eine ganz individuelle Humorthherapie sozusagen.

Bei unseren Bühnenprogrammen erwartet die Zuschauer:innen ein entspannter unterhaltsamer Abend mit viel Musik, aus dem die meisten ein bisschen leichter und ein bisschen beschwingter nach Hause gehen. Dass wir jede Menge Wissen in die Programme packen, fällt unserem Publikum bisweilen erst später auf. Unsere Walk-Acts sind humorvolle Begegnungen – ein kleiner Song, ein fetziger Steptanz, ein kurzer, schmissiger Vortrag aus dem Steptokokken-Labor, der einen für einen Moment in ganz andere Gefilde entführt und trotzdem mit dem einen oder anderen Denkanstoß oder auch einem sehr nachhaltigen Ohrwurm nachklingt. Die gute Laune schlägt also oft sofort an,

die Inhalte entfalten eher eine Langzeitwirkung.

Sicher sein können sich die Zuschauer:innen, dass wir uns niemals über Schwächen oder Krankheiten lustig machen. Uns ist ein wertschätzender, liebevoller und stärkender Blick wichtig. Wir lachen mit den Menschen, nicht über sie.

„Resilienz-Revue – Die musikalisch-dynamische Erholungskur für Psyche und Intellekt!“ – so werden Sie angekündigt! Gerade Sie als Künstlerinnen sind mit vielen Krisen konfrontiert worden in den letzten Monaten und Jahren. War Ihr Programm dann in gewisser Weise auch Selbstmedikation?

Auf jeden Fall! Es war, im Sinne der Selbstwirksamkeit – einer weiteren Strategie, die zur Resilienz beiträgt – großartig und heilsam, sich am Thema der Resilienz kreativ „abzuarbeiten“ und ins Handeln zu kommen. Dabei konnten wir uns zum einen dabei selbst (be-)stärken und zum anderen das Ziel vor Augen haben, ein Programm in die Welt zu bringen, welches es den Zuschauer:innen ermöglicht, einen neuen Blick auf die Dinge zu gewinnen, Fröhlichkeit und damit Leichtigkeit zu



genießen und sich den ein oder anderen Impuls zur Krisenbewältigung mit nach Hause zu nehmen.

Die Wege durch das Labyrinth des Gesundheitssystems sind undurchsichtig und in vielen Momenten kafkaesk. Helfen Sie uns mal raus: Wie können wir in Anbetracht dessen gelassen bleiben? Humor hilft sicherlich, oder?

Oha, jetzt wollen Sie zum Schluss aber noch die ganz dicken Bretter bohren? (lacht)

Wir haben uns in den letzten 30 Jahren mit allen möglichen Themen beschäftigt:

Mit der Gesundheit im Allgemeinen, mit Anatomie, diversen menschlichen Schwächen, der Psyche und einzelnen medizinischen Berufsfeldern. Das Gesundheitssystem als solches hat es bei uns bisher noch nicht auf die Bühne geschafft. Ob-

wohl das mal eine ziemliche Herausforderung wäre!

Generell kann man natürlich sagen, dass Humor eigentlich immer hilft. Er bietet nicht nur Unterhaltung, er schafft auch Abstand. Abstand hilft wiederum bei der Gesamtschau und dabei, Stärken und Schwachpunkte zu identifizieren und Bezüge herzustellen.

Unser künstlerischer Arbeitsansatz ist immer ein spielerischer. Diese Leichtigkeit kann natürlich auch helfen, kreative Lösungswege zu entwickeln. Also, vielleicht sollte Herr Lauterbach bei der Reform des Gesundheitssystems auch ein paar Expert:innen auf dem Gebiet der Medizin-Comedy mit ins Boot holen. Wir ständen zur Verfügung! ■

Vielen Dank für das Gespräch!




SRH Hochschule für Gesundheit

Ein Studium für eine gesunde Zukunft.

Wir sind Impulsgeberin für innovative und vielfältige Bachelor- und Masterstudiengänge in den Bereichen Gesundheit und Soziales und wenn es um berufsbegleitendes Studieren geht, auch Ihre verlässliche und erfahrene Partnerin. Studium, Privates und Berufsleben unter einen Hut bringen? Mit uns kein Problem. Lassen Sie uns gemeinsam Ihren Weg am Wachstumsmarkt Gesundheit gehen, zum Beispiel mit unseren Studiengängen:

- Dental Hygienist, B. Sc.
- Medizinpädagogik, B. A.
- Pflege, B. Sc.
- Physician Assistant, B. Sc.
- u. v. m.

Lernen wir uns kennen!

Sie haben Großes vor und suchen das passende Studienangebot? Dann schauen Sie bei uns vorbei und lassen Sie sich inspirieren.





www.srh-gesundheitshochschule.de