

Newsletter Juni 2026

ZOE SCHOOL FOR DANCE MOVEMENT THERAPY

Bewegen - Gestalten - Verkörpern - Wirken



Trudi Schoop: "komm tanz mit mir!"

Humor in der Psychiatrie? Das klang Mitte des 20. Jahrhunderts nach schlechtem Geschmack.

Trudi Schoop hat ihn trotzdem mitgebracht. Sie brachte Menschen in Bewegung – Menschen, die sich seit Jahren in sich zurückgezogen hatten. Manchmal bis zum Tanzen.

Ein Lachen bewegt manchmal mehr als eine Erklärung.

Komm tanz mit mir

«Komm tanz mit mir», so heisst ihr Buch – eine direkte Einladung von einer Frau, die als Komödiantin begann und als Pionierin der Tanztherapie endete.

Trudi Schoop (1903–1999) wuchs in Zürich auf, tourte mit ihrer Tanzkompanie durch Europa und Amerika, parodierte auf der Bühne sogar Hitler – in schwarzem Tutu und mit aufgemaltem Bärtchen, sehr zur Verstimmung des deutschen Konsuls. Dann, 1947, löste sie ihre Kompanie auf und zog nach Los Angeles. Um in psychiatrischen Kliniken zu arbeiten.

Mit ihrer Bewegungsfreude lud sie Menschen ein, selber in Bewegung zu kommen – und entdeckte dabei, dass die Isolation ihrer Patientinnen fast von selbst wich. Ihr Humor, den sie im richtigen Moment einsetzte – selbstironisch, mit dem liebevollsten Ton – brachte die Menschen dazu, aufmerksam zu werden, anzukommen, ganz da zu sein.

Ich sehe meine Lehrerinnen noch vor mir, wenn sie von Trudi Schoop erzählten. Es kam mir so vor, als hätte ich etwas Kostbares verpasst, nämlich Trudi Schoop selber kennengelernt zu haben.

Du kannst hier das Interview zu diesem Newsletter
anhören

War sie ihrer Zeit voraus? Die Forschung antwortet.

Lange galt Humor in therapeutischen Kreisen als heikel – zu riskant, zu wenig seriös. Schoop hat es gemacht, einfach weil es zutiefst zu ihr passte.

Das ist mir ein Herzensanliegen: Studierende, die den Mut haben, ihre eigene Haltung zu entwickeln – und das Handwerk, diese Haltung zu begründen.

Heute wissen wir: Humor gilt als wesentlicher Wirkfaktor in der Therapie – grundsätzlich und schulenübergreifend, für die therapeutische Beziehung genauso wie für gezielte Interventionen. Er kann Schmerz reduzieren, Stress abbauen, das Immunsystem stärken. Vor allem aber schafft er etwas, das sich kaum direkt herbeiführen lässt: tiefe Verbindung. Und er öffnet innere Suchprozesse dort, wo direkte Ansprache an ihre Grenzen stösst.



Humor an der Zoe School – eine Szene aus dem Unterricht

Einmal arbeiteten wir an Nacken, Arm und Hand. Eine Studierende blieb plötzlich wie angewurzelt stehen, schaute mit grossen, erstaunten Augen in die Runde und sagte: «Wenn ich hartnäckig bin, habe ich kein Fingerspitzengefühl.»

Die anderen hielten das Lachen kaum zurück.

Und dann – der Moment, wo sie selber merkte, was sie da gerade gesagt hatte. Sie lachte schallend. Wir alle mit ihr.

Genau das hätte Trudi Schoop gefallen. Der Körper als Sprache – und ein Lachen als Erkenntnis.

Was wir heute weiterentwickeln – und was bleibt

Schoop tanzte dort, wo der Körper als therapeutisches Medium noch undenkbar war. Dass sie das tat – mit Humor, mit Leichtigkeit, mit einer Einladung an jeden Menschen vor ihr – das grenzte damals an Provokation.

Was geblieben ist: der Körper als Weg. Bewegung als Sprache. Und die Haltung, die Schoop verkörpert hat – Wärme, Präsenz, tiefe Begegnung.

In der ZOE SCHOOL bilden wir Tanztherapeut:innen für eine Zeit aus, die neue Herausforderungen des zukünftigen Gesundheitssystems in der Schweiz an uns stellt. Tanztherapeut:innen heute brauchen differenziertes Wissen und eine evidenzinformierte Praxis.

Das ist mein Herzensanliegen: Studierende, die den Mut haben, ihre eigene Haltung zu entwickeln – und das Handwerk, diese Haltung zu begründen.

Trudi Schoop hat ihren Humor eingesetzt, weil er zutiefst zu ihr passte. Unsere Studierenden lernen heute, warum er wirkt – und wie sie ihn bewusst, präzise und mit demselben liebevollen Ton einsetzen.

Wenn ich heute unsere Studierenden begleite, geniesse ich es immer von Neuem, wenn Humor entsteht. Was gibt es Besseres als ein gemeinsames Lachen, ein gemeinsames Schmunzeln – oder, und auch das kann Humor hervorbringen, einen gemeinsamen nachdenklichen Moment.

Nun wünsche ich Ihnen einen
wunderbaren Sommerbeginn!
Brigitte Züger

Direktorin ZOE SCHOOL



Unsere Kurse
offen für alle interessierten
Menschen

Themenspezifische Weiterbildung
für Interessierte aus den
Bereichen
Gesundheit, Pädagogik,
Psychotherapie, Tanz

Info Abende
ZOE
SCHOOL

Einführungstage
ZOE SCHOOL

Information zum
Anmelde- und
Aufnahmeprozedere
ZOE SCHOOL

Zur Website ZOE
SCHOOL



ZOE SCHOOL FOR DANCE MOVEMENT
THERAPY
Elsässerstrasse 34
4056 Basel

Lehrgang zur Hinführung an die Eidg.
Höhere Fachprüfung Kunsttherapie /
Bewegungs- und Tanztherapie Basel

Website: www.zoeschool.ch
Mail: brigitte.zueger@zoeshool.ch

Abmelden

Copyright © *|ZOE SCHOOL FOR DANCE MOVEMENT THERAPY / Zoe ArtsTherapy*, All rights reserved.