

HumorCareBlatt

November 2011

Eine lose Sammlung von Ideen, Materialien, Anregungen und Wünschen von HumorCare Schweiz – von Mitgliedern, mit Mitgliedern, für Mitglieder ...

**Bericht:
HumorCareTag.
*GV: 11.02.2012**

Des Präsidenten Worte ...

Liebe HumorCare Mitglieder

Auf die Frage an den kürzlich verstorbenen Humorpapst Lorient, ob man ohne Humor leben könne, meinte er: «Ja, aber es ist sinnlos». Diese treffende Feststellung projizierte Hans-Georg Lauer zu Beginn unseres 1. HumorCareTages vom vergangenen Oktober in Bern an die Wand. Sozusagen als Aufhänger für den gut besuchten, überaus heiter gestimmten Anlass. Die zahlreichen Rückmeldungen motivieren uns vom Vorstand weitere Workshop-tage durchzuführen.

Etwas weniger heiter, aber mit einer «standing ovation» bedacht, war die Verabschiedung unserer lieben, administrativen Humorseele Bigna Gadola, die in den letzten drei Jahren unser Sekretariat umsichtig und effizient geführt hat. Die gute Nachricht: mit Elisabeth Curti haben wir eine engagierte Nachfolgerin gefunden. Elisabeth hat sich mit ihrer Marktanalyse «Alter kennt keine Grenzen» bei uns bereits einen Namen gemacht.

Ein Ziel von uns allen ist die Verbreitung und Verankerung des heilsamen Humors mit seinen vielfältigen Anwendungen in der Öffentlichkeit. Jeder und jede von uns tut es auf seine/ihre eigene, persönliche Art. Mit dem Dok-Film «Die etwas anderen Clowns ...» haben wir die Wahrnehmung unserer

Humorarbeit um einiges verbreiten und auch vertiefen können. Und vor kurzem fanden die Premieren des Films «Freude bringen, Lachen schenken» in Basel und Thun statt. Dieser zeigt den verdienstvollen Einsatz unserer Huusglön auf beeindruckende Weise (beide Filme sind über unsere Website erhältlich). Weiter so. In diesem Zusammenhang will ich die *Stiftung Humor & Gesundheit* erwähnen, deren Ziel es ist, durch die finanzielle Unterstützung von innovativen und nachhaltigen Humorprojekten einen Beitrag zur Akzeptanz von Humorwendungen in sozialen Bereichen zu leisten. (Siehe www.stiftung-humor-und-gesundheit.ch – Informationen über den Link «Anträge»).



Elisabeth Curti

Zu Schluss bitte ich Euch, in Euren Agenden unser nächstes *HumorCare-Treffen* vom Samstag-nachmittag, den 25. Februar 2012* einzumeisseln.

Ich wünsche rundum alles Gute zum Jahresende und viel heitere, humorvolle Zuversicht für 2012.

Beat Hänni

Das war der HumorCareTag 2011 ...

An die 60 Humorinteressierte pilgerten am Sa 15. Oktober nach Bern und folgten der Einladung zum HumorCareTag 2011.

Dieser sollte den Mitgliedern Gelegenheit geben, sich auszutauschen, sich kennen zu lernen, praktische Humorwendungen zu entdecken oder/und zu vertiefen.

Iren Bischofberger eröffnete den Vormittag mit einem Einblick in Wesen und Ziele der «*Stiftung Humor & Gesundheit*» und warb für innovative und nachhaltige Projektanträge.

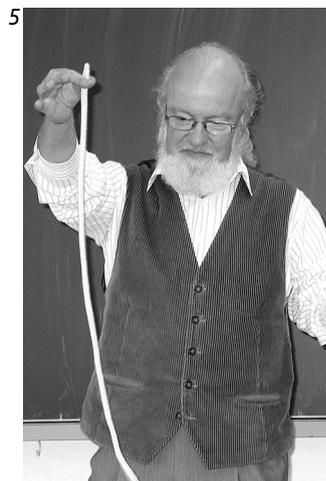
Es folgte ein Dialog zwischen den beiden Organisatoren des Tages: Beat Hänni und Hans-Georg Lauer. Im Zwiegespräch thematisierten die beiden

Praktiker Eckfragen des Humors. Ihr Ziel war es, «Angefangenen» und «Fortgeschrittenen» Humorerfahrungen weiterzugeben, die deren eigene Humorkenntnisse festigen und erweitern sollen. Dazu kam ein Abstecher in die Humortheorie.

Viel Zeit wurde dem «*Humormarkt*» eingeräumt, der den Anwesenden regen Austausch ermöglichte und Einblick in die Humorangebote einzelner Mitglieder gab.

Am Nachmittag hatte man die Wahl – oder Qual der Wahl – an 2 von 11 angebotenen Humorworkshops teilzunehmen.

Unser Eindruck: neue Menschen, aber auch vertraute sind gekommen, die sich für die Anwen-



dung dieses «heilsamen» Humors interessieren (das freut uns natürlich). Man spürte reges Wissenwollen und das Bedürfnis nach Austausch. Auch unter den Referenten gab es neben bekannten Fachleuten neue Gesichter, die das Spektrum unseres Vereins erweiterten.

Nicht alles hat bestens geklappt. Aber dies gibt uns die Möglichkeit, uns zu verbessern. In jedem Fall haben wir vor, weitere solche Tage zu veranstalten. Wir danken denen, die uns zu diesem Tag anregende Rückmeldungen gegeben haben, von denen wir Euch, aus Platzgründen, nur eine kleine Auswahl vorstellen können:

- *Es war ein «Supertag». Konnte einige Ideen und Anregungen mitnehmen. Werde mich mit dem Humor weiter befassen. Vielen Dank.*
- *Markplatz war mager, Teilnehmer sollen bezahlen.*
- *Sehr gute Dozenten, sehr aufschlussreich.*
- *Nur eine Antwort: SUPER!*
- *Eventuell Einführungsvortrag kürzen und dafür einen 3. Workshop.*
- *Allgemein viel länger, Wochenende, hätte gern mehrere Workshops besucht. Danke vielmool.*
- *Die Idee ist sehr gut, es muss aber etwas mehr «Power» rein. Austausch ist sehr wichtig.*
- *Als Anregung gut, Vertiefung fehlt.*
- *Vielen herzlichen Dank für diesen Tag!! Ich habe wieder Mut und Selbstvertrauen gefasst, nun in meiner Arbeit weiter zu machen (nach einer grossen Krise!).*
- *Absolut toll gemacht. Vielfältige Bereicherungen auf diesem HumorCareTag erlebt ... Vielen, vielen freudvollen Dank.*
- *Warum nicht mit ausschliesslich Workshops und nur ein kurzes, einführendes «Referat»; Marktplatz gut, Workshops: weniger, dafür länger; zu Workshop 4: sehr gut, aber zu wenig Zeit. Zu Workshop 10: neuartig anregend; schade dass so viele Workshops einander überschneiden; less is more und siehe oben, aber: BRAVO + DANKE.*
- *Mehr Bewegung ins Ganze, weniger still sitzen.*
- *Herzl. Gratulation – war super. Freu mich auf weitere Anlässe und dass ich jetzt ein Mitglied bin. Danke.*

1. H.-G. Lauer und Beat Hänni beim Einführungsreferat. / 2. Einführungsreferat, immer wieder «gestört» durch Clownin Susi von den Huusglön. / 3. H.-G. Lauer und Iren Bischofberger (Stiftung Humor & Gesundheit) / 4. u. 5. Pello und Ueli in ihren Workshops.

Weitere Bilder vom HumorCareTag 2011 befinden sich in der Bildergalerie unserer Website ...

«Unsere» Filmpremiere

Jetzt ist sie über die Bühne, die Filmpremiere der **Huusglön!** In einem Kino, auf der grossen Leinwand! Meine Befürchtungen, dass wegen der Grösse des Bildes die Qualität leiden könnte, sind nicht eingetroffen, im Gegenteil! Die Szenen, welche Roland Achini sehr feinfühlig eingefangen hat, haben uns alle ganz besonders beeindruckt und bewegt! Roland hat diesen Film nach seinen ganz speziellen Kriterien gestaltet. Ohne erklärende Kommentare hat er vor allem die ausdrucksstarken Gesichter der Besuchten sprechen lassen. So stehen nicht eigentlich die Clowns im Mittelpunkt, sondern das, was sie bewirken. Wunderbar! Danke Roland, für Dein Opus! Und danke, Fredi, denn Du hast Roland die Idee eines Films über die Huusglön zugesteckt! *Ueli Lerch*

Die Puppen tanzen lassen · 2. Teil

ZU GAST IM
HUMORCARE
BLATT

Für die Teilnehmer eines Workshops in einem Ruhrgebietsaltenheim wird lebendig, was oft als theoretisch daherkommt. Denn schon im Warming-up des gemeinsamen Fortbildungstages wird klar, dass sich die Workshop-Teilnehmer auf die Puppenfiguren einlassen. Die Puppen haben im Handumdrehen eine grössere Präsenz im Raum als der Seminarleiter. Und was in der Begegnung zwischen Handpuppe und Mitarbeiter gelingt, wieso sollte es nicht auch im Alltag mit verwirrten Menschen glücken?

Menschen konzentrieren sich schnell auf das Faszinosum der Handpuppe. Ein Lächeln kommt in ihr Gesicht, die Augen werden wacher, die Sitzhaltung wird aufrechter. Es ist die vergleichbare Wirkung, die auch eine rote Nase beim Gegenüber erzeugt. Es scheint der Überraschungseffekt zu sein, von dem die Begegnung lebt.

Was bewirkt die Handpuppe? Sie bringt nicht nur Bewegung in die Szene. Sie schafft es auch, dass Menschen wieder sprechen, die sonst eher kurz angebunden wirkten. Und die Handpuppe hört Dinge, die der umsorgenden Angehörigen oder der bemühten Pflegekraft oft nicht erzählt werden. Es kommen Gefühle zur Sprache, es werden Erinnerungen wach, weil die Handpuppe etwas an sich hat, was den alten und/oder dementen Menschen an die eigene Vergangenheit erinnert.

«Du hast ja einen Leder-Schulranzen auf dem Rücken, wie ich den früher selber gehabt habe», hört man den alten Menschen sagen und so wird aus dem Langzeitgedächtnis doch noch eine kleine Episode aus einem langen Leben wieder wachgerufen. Oder eine verwirrte, ständig unruhige Frau mit Weglauftendenzen wird mit der Handpuppe davon abgelenkt, wieder einmal den Weg in Richtung Treppenhaus zu suchen.

Für die Seminarteilnehmer ist es einmal mehr wieder schwierig, über den eigenen Schatten zu springen. Es fällt ihnen schwer, die angebotenen Szenen in Rollenspielen mit den Handpuppen aufleben zu lassen. Sie möchten sich nicht lächerlich machen vor den eigenen Kolleginnen und Kollegen. Doch darum geht es sicher nicht, entgegen ich ihnen. Es gehe darum, das Spielerische und Kreative humorvoller Interventionen in den Begegnungen mit den Handpuppen zu entdecken und lebendig werden zu lassen.

Es ist ein entscheidender Zeitpunkt in einem Seminar zur therapeutischen Arbeit mit Handpuppen. Es sind nicht die alten Menschen und die Handpuppen, die sich begegnen. Die Pflegenden stehen einer gelegentlich einer Authentizität gegenüber, die sie von den ihnen anvertrauten Menschen gar nicht kennen. Und sie begegnen sich selber, weil sie aufgefordert sind, heiter auf den Alltag zu blicken



Bettina von Eyser und Christoph Müller (HumorCareDeutschland).

statt den Ernst des Lebens einmal mehr zu leben. Und Pflegende sind aufgefordert, sich selber zu erproben. Denn sie können sich nicht auf das zurückziehen, das ihnen mit Körperpflege, Toilettenhängen und Essenreichen so vertraut ist.

Wer alten und verwirrten Menschen Lebensqualität bieten möchte, hat mit dem Handpuppenspiel eine Möglichkeit. Es gibt keine Idealbedingungen, um etwas tun zu können. Man muss es einfach wagen. Das Leben und auch der pflegerische Alltag lebt von der Kreativität und der Freiheit, die die Handelnden sich nehmen. Die aktiv Handelnden tragen die Verantwortung für das Drehbuch des Alltags. Nur wer die Puppen tanzen lässt, wird eine Lockerheit in den Wohnbereich bringen, die für sich selber spricht. So ist es auch mit den Pflegenden im Seminar. Anfänglich zieren sie sich, äussern deutlich ihre gewollte Zurückhaltung, verbunden mit einer grossen Portion Neugier. Die ersten Wellenbrecher wagen sich ins Abenteuer. Und das wohlwollende Gelächter der Kollegen ist als Applaus zu verstehen. Und so wird an diesem Tag aus einem vorsichtigen Wellenklatschen am Strand zwar kein Sturmesebrausen, doch bricht sich die Begeisterung Bahn. Und es wird klar, dass im Grunde jeder humorvoll mit Handpuppen arbeiten kann. Es bedarf einiger Grundinformationen. Doch der Rest des Weges entsteht beim Gehen. Herzliche Einladung

Christoph Müller arbeitet als Krankenpfleger in der psychiatrischen Pflege sowie als Dozent in der Aus-, Fort- und Weiterbildung von Pflegenden. Er lebt im Rheinland und im Aargau. Ansprechbar ist Christoph Müller unter arscurae@web.de. Bettina vom Eyser arbeitet als Krankenschwester in der Behindertenhilfe. Die beiden sind verheiratet und haben über ihre Kinder zum Handpuppenspiel gefunden. Ab 2012 bieten sie gemeinsam Workshops zum Spielen mit therapeutischen Handpuppen an. •

Ein schönes Clown-Projekt ...



Christel Ruckgraber

In Tübingen (DE) gibt es eine engagierte Clowngruppe – die «Clowns im Dienst» – die ein vorbildliches und nachahmungswertes Projekt realisiert haben. Es heisst «Humor verbindet Generationen». Wir haben die Initiantin u. Leiterin der Gruppe Christel Ruckgraber gebeten, uns über diese innovative Idee zu berichten.

In 14-tägigen Abständen begleiten ehrenamtliche und engagierte Eltern eine Gruppe von Kindern in Pflegeheime. Die Kinder entscheiden frei, ob sie mitmachen wollen. Im Aufenthaltsraum der Wohnbereiche des Heims werden die Kinder von den Clowns in Empfang genommen. *Christel schreibt in ihrem Bericht:*

«Die Kinder werden beim gemeinsamen Tun mit den Senioren von den Eltern und Clowns betreut (Ideen und Materialien für das gemeinsame Basteln und Spielen werden von den Clowns, den Erzieherinnen und Eltern vorab vorbereitet). Immer wieder dürfen einzelne Kinder mit den beiden Pflegeclowninnen demenzerkrankte und bettlägerige Menschen auf ihren Zimmern besuchen ...».

Christel berichtet weiter: «Kinder, Senioren, Engagierte und Pflegeclowns spielen, singen, beschäftigen sich mit jahreszeitlichen oder anderen Themen und teilen so gemeinsam Erfahrungen. Die Pflegeclowns sind für die Kindergartenkinder und Eltern Brücke und Modell für humorvollen, spielerischen Kontakt und Begegnung mit Menschen mit Demenz und Schwerstpflegebedürftigen. Die Gemeinsamkeit von Kindergartenkindern und demenziell erkrankten Menschen ist, dass sie über die Sinne, spielerische Kommunikation, Musik, Lieder, visuelle Me-

dien und Heiterkeit besonders ansprechbar sind. Durch die Unterstützung der Clowns gehen die Kinder offen und interessiert auch auf bettlägerige und verwirrte alte Menschen zu.»

Christel fasst die gewonnenen Erfahrungen wie folgt zusammen:

- Es braucht Vermittler und Unterstützer (die Clowns), damit Kinder und alte Menschen mit grossen Einschränkungen miteinander in Kontakt kommen.
- Zwischen Kindergartenkindern und demenzkranken Menschen kann eine Beziehung gelingen, die für alle Beteiligten bereichernd ist.
- Menschen mit Demenz haben Wertvolles zu geben, wenn sie die Möglichkeit der Begegnung und Teilhabe erhalten.
- Kinder entwickeln ein Bewusstsein für die eigenen Emotion und die eigenen sozialen Kompetenzen, eignen sich Einfühlungsvermögen und Mitgefühl an und entwickeln Wertschätzung für Kranke.
- Kindern und Ehrenamtlichen wird die Kontaktaufnahme und Begegnung mit demenziell Erkrankten durch das modellhafte Tun der Clowns erleichtert.

Ist dieses innovative Clown-Projekt nicht nachahmungswert? Möglicherweise mit Unterstützung der Stiftung Humor & Gesundheit, Basel?

Weitere Informationen sind über Christel Ruckgraber (www.clowns-im-dienst.de) oder Beat Hänni (beat.haenni@humorcare.ch) erhältlich.



Zerlesenes ...

Liebe Lachstiftbesitzerinnen (= HumorCareTag-Teilnehmer) und liebe Nichtlachstiftbesitzer (= ...): als kleinen Nachschlag bekommt Ihr noch den wissenschaftlichen Hintergrund (darauf legen wir ja alle brrrudal viel Wert!) für die Lachstiftübung am Samstagvormittag: Ein Professor namens Fritz Strack liess 1988 zwei Gruppen von Menschen Cartoons beurteilen. Beide Gruppen bekamen einen Bleistift. Die eine Gruppe musste den Bleistift mit den Lippen berühren, die andere durfte ihn auf keinen Fall mit den Lippen, sondern nur mit den Zähnen beissend berühren, damit der Bleistift so die

Mundwinkel nach oben zieht. Nun ratet mal, welche Gruppe die Cartoons lustiger fand. Das Ganze heisst übrigens *Facial-Feedback-Hypothese* oder einfach *Gesichtsfeedback*. Vermutlich weist Euer Stift schon ziemlich tiefe Zahnabdruckspuren auf – oder er ist schon gar nicht mehr nötig. H.-G.

**Wir gratulieren dem HumorCafé
St. Gallen zum 2-jährigen Jubiläum
des Bestehens.**