

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

**ACHTUNG  
GV-Termin:  
Fr 15.04.2011**

## Des Präsidenten Worte.

### **Liebe HumorCareler weit und breit**

Mit dieser ersten Nummer zum Jahresbeginn will ich zurück und nach vorne schauen.

2010 war geprägt durch das grosse Interesse, das der Dokumentarfilm «Die etwas andern Clowns – Humorarbeit in der Betreuung und Pflege betagter und demenzbetroffener Menschen» fand. Unser Verein war daran direkt beteiligt. Ausser Clown Dimitri sind alle die im Film vorkommen HumorCare-(Schweiz)-Mitglieder. In Anbetracht des uns nahestehenden Inhalts entschied Euer Vorstand den Film finanziell mitzuunterstützen. Der Film zeigt berührende und vorbildliche Beispiele differenzierter und einfühlsamer Humorarbeit. Viele von Euch haben die DVD bereits über unsere Website bestellt. Eine schöne Rückmeldung einer Filmbesucherin findet ihr weiter hinten.

Den «Humorkongress in Bad Zurzach 2010» haben wieder eine stattliche Anzahl HC-Mitglieder besucht. Einzelne Kongressteilnehmer haben im Anschluss Beitrittsgesuche bei HumorCare Schweiz gestellt, was uns sehr freute.

Schön, dass sich die HumorCafés in den Städten Basel, Bern, St. Gallen und Zürich zu festen Treffs etabliert haben. Den engagierten Organisatoren Innen danke ich herzlich. Ich ermutige alle Mitglieder gelegentlich reinzuschauen. Daten und Orte findet Ihr auf unserer Website unter «HumorCafés».

Fürs begonnene Jahr möchte ich Euch die Teilnahme an unserer nächsten **Mitgliederversammlung von Freitag, den 15. April 2011 in Olten** ans Herz legen. Notiert den Abend in euren Agenden (Beginn: 19.30 h). Der Vorstand wird mit zukunftsbestimmenden Traktanden aufwarten. Mehr Informationen und eine Einladung folgen später.

Am 15. Oktober 2011 ist vorgesehen, ein **Tagesseminar über praktische Humorarbeit (s.S. 4)** durchzuführen. Mehr Informationen werden folgen.

Mit Sabine Link und Emil Herzog äussern sich in dieser Nummer zwei unserer Mitglieder über ihre pionierhafte Humorarbeit in zwei äusserst unterschiedlichen Bereichen.

Ich wünsche Euch allen ein gesundes und buntes Humorjahr. *Beat Hännli*

## Zu Gast im HumorCareBlatt.

### **Emil Herzog, Parodist und Humortrainer**

Wenn man durch unsere HC-Mitgliederliste blättert\*, stösst man auf einen Humorexoten (er bezeichnet sich selber als schrägen Vogel): Emil Herzog. Tatsächlich, unser Interview mit ihm lässt einen Humorarbeiter der besonderen Art erkennen. Sein Humoransatz entspricht in unserer gestressten, von administrativen Zwängen und Kontrollen dominierten Arbeitswelt einem akuten Bedürfnis.

Emil Herzog ist, wie er uns erzählt, auf Umwegen auf den Humor gekommen. Etwas holprige Kindheit und Jugend mit Hang zum Klassenchall. Ein ansehnlicher Intelligenzquotient erlaubt Wirtschaftsabschluss an der Hochschule St. Gallen. Marketingmanager in Grossfirmen. Der Humor nagt und lässt ihn nicht los. Mimenschule in Paris, Clownerei. Humor, gepaart mit Business, bringen

Emil Herzog die Offenbarung und Berufung.

### **HCB: Wie beschreibst du deine Humorarbeit?**

*Ich bezeichne mich gerne als Humortrainer und Parodist. Ich trete nicht mit roter Nase auf, sondern parodiere Situationen aus dem Alltag eines Unternehmens. Auf humorvolle Weise überzeichne ich betriebliche, verklemmte Zwänge, um den Leuten einen Perspektivenwechsel in der Beurteilung der Probleme und Ressourcen aufzuzeigen.*



Emil Herzog

*Dein Humorangebot bietest du vornehmlich in der «Welt des Business» an. Hat deine Humorbot-*

*schaft auch in sozialen Institutionen, wie Alters- und Pflegeheimen, Platz?*

*Selbstverständlich. Auch hier geht meine Botschaft an das leitende Personal. Es geht darum die Leute zu überzeugen, dass der Humor als Schmiermittel in der innerbetrieblichen Kommunikation, in der Führung und im Kontakt mit den Bewohnern und Bewohnerinnen mobilisiert werden kann, um eine Arbeitsatmosphäre zu schaffen, die Platz für Heiterkeit und berufliche Befriedigung zulässt. Der Humor muss Bestandteil der Betriebskultur sein und von den Leitungspersonen praktiziert und unterstützt werden.*

*In einem Vorgespräch, bzw. Fragebogen mache ich mir vor meinem Besuch ein Bild über die Organisationsstruktur, das Führungsleitbild, die betrieblichen Abläufe, die angebotenen Dienstleistungen,*

*gen, die Firmenkultur, die Problemlösung die die Leitung von mir erwartet.*

*Was geschieht, wenn du vor dem Leitungspersonal oder der Belegschaft eines Betriebes stehst?*

*Ohne den Respekt vor Administrations- und Kontrollfunktionen, wie Qualitätssicherung, etc. ganz zu verlieren, überzeuge ich die Leute mit dem Spiegel der Parodie, dass Humor und Lachen nicht nur Erfolgsfaktoren des beruflichen Alltags sind, sondern auch effiziente Stressvertilger. Ich zeige mit konkreten Beispielen, wie Humor Bestandteil der Firmen- oder Heimkultur werden kann.*

*Besten Dank für das Interview, Emil.*

*Mehr über das Humorangebot von Emil Herzog: [www.emil-herzog-live.ch](http://www.emil-herzog-live.ch)*

*\* auf [www.humorcare.ch](http://www.humorcare.ch) beim Link «Internas» mit Passwort 1MaMaxaxe einzusehen.*

## Lachen und Humor erlaubt ...

### ... jetzt auch in der Arbeit mit suchtkranken Menschen!

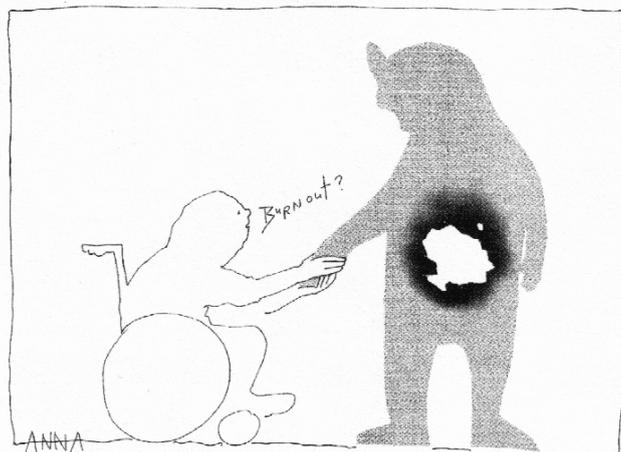
*Von Sabine Link, Koblenz, Mitglied HumorCare (Schweiz).*

Wie alles begann ... Die ersten «Gehversuche» in Sachen Humor unternahm ich im Rahmen einer Hausarbeit im Seminar «Standortbestimmung und Zukunft der Sozialen Arbeit». Aufgabe war es, den Einsatz von Humor in der Sozialen Arbeit als neue Perspektive zu betrachten. Das völlig überraschende Ergebnis: Humor muss unbedingt als Ressource in die Soziale Arbeit implementiert werden.

Im weiteren Verlauf absolvierte ich meine Praktischen Studiensemester in der Rhein-Mosel-Fachklinik Andernach (AöR), Abteilung Sucht und Sozialpsychiatrie, Station Haus Martinsberg. «Haus Martinsberg» bietet Drogenabhängigen ab dem 18. Lebensjahr die Möglichkeit zu einer qualifizierten Entzugsbehandlung. Der Entzug verläuft substituierend-medikamentengestützt. Schnell stellte sich mir

die Frage, ob wohl auch im Bereich der Suchtkrankenhilfe Humor wirksam eingesetzt werden könne. Ich erarbeitete ein entsprechendes Konzept, konnte dieses bei den Verantwortlichen überzeugend vorstellen und es konnte losgehen. So entstand im Rahmen meiner Diplomarbeit eine erste Untersuchung zur Relevanz des Humors als Ressource in der Arbeit mit suchtkranken Menschen – im Zuge derer ich auch Beatrice, Beat, Hans-Georg und Pello kennen lernen durfte :-)

Mit der Diplomarbeit verfolgte ich das Ziel (mal abgesehen von der Erlangung des FH-Abschlusses), Humor als positive Ressource im medizinischen und therapeutischen Suchthilfe-Alltag zu entdecken, zu verstehen und auszuschöpfen, also Humor kennen und nutzen zu lernen. Damit verbunden war die Absicht, zunächst im Rahmen einer eigens für die Diplomarbeit initiierten «Humorgruppe Kursänderung zur heiteren Gelassenheit», suchtkranke Menschen im Setting der Entzugsbehandlung zum Lachen anzustiften. Im Vordergrund stand die Lust am Lachen zu wecken, humorvolles Verhalten zu ermöglichen und zu fördern. Die Zielsetzung wurde von der Intention begleitet, das Bewusstsein für situativen Humor zu schärfen und damit die Aufmerksamkeit auf die Momente des Lachens, der Entspannung und Heiterkeit zu richten. Bei der Humorgruppe handelte es sich um ein freiwilliges Angebot; die Teilnehmenden hatten an maximal an drei (in Einzelfällen auch vier) Terminen die Möglichkeit, dieses wahrzunehmen. Dazu traf sich die Gruppe einmal wöchentlich für ca. 1 Stunde im Gruppenraum, der zum Humor-Labor umfunktionierte. In jeder Einheit wurde ein besonderer Aspekt des Humors hervorgehoben und neun Module theoretisch und praktisch (= humorvoll) be-



trachtet: Definition von Humor, Humor und Lachen, Humoranamnese, Humor als Ressource, Humor in der Kommunikation, Wirkungen von Humor, Erwachsen werden und Kind bleiben, Wo ist der Humor zu Hause, Humor als Motor.

Die Module waren so angelegt, dass sie nicht aufeinander aufbauten. Sie konnten flexibel angewendet werden. Es wurden unterstützend die unterschiedlichsten Spiele gespielt und alle erdenklichen Hilfsmittel (Humorstempel für Humor-Schnelltest, die Clownnase, Smileys, Ballons, verschiedene Sprüche, bearbeitete Bilderrahmen, Stempelkissen, Polaroid-Kamera zur Verdeutlichung der Langsamkeit, Humorreminder, Croco-Doc, Seifenblasen, Pfauenfedern ...) eingesetzt.

Die Ergebnisse des Angebotes zeigen deutlich, dass Humor erfolgreich in der Suchtkrankenhilfe eingesetzt werden kann: Die Teilnehmenden verspürten Erleichterung, Entspannung und Abwechslung im Klinikalltag. Ebenso konnten durch die Gruppe Hemmungen und Blockaden bei Teilnehmenden gelöst werden; sie entwickelten den Mut, sich an Dingen zu beteiligen und konnten somit ihr Selbstwertgefühl stärken. Beim überwiegenden Teil wurden die Neugier und das Interesse am eigenen Sinn für Humor geweckt; sie waren überrascht, dass Humor auch für sie als «Süchtige» noch von Bedeutung sein kann und darf. Nachweislich konnte bestätigt werden, dass der Kontakt und das Miteinander innerhalb der Patientengruppe verändert, respektive humorvoller gestaltet werden konnte. Von besonderer Relevanz in der Humorgruppe war das persönliche Erleben und Erfahren des Humors. Zusammenfassend ist festzustellen, dass Humor von erheblicher Relevanz in der Arbeit mit suchtkranken Menschen ist, sowohl für die Klienten als auch für die Fachkräfte der Suchtkrankenhilfe. Es stellt sich die Frage: Welche Ergebnisse können erreicht werden, wenn über einen Zeitraum von 15 Wochen ein Prozess zur (Wieder-)Entdeckung und Stärkung der Ressource Humor (im Sinne einer Sensibilisierung) im Rahmen eines Humortrainings mit regelmäßig stattfindenden Theorie-Praxis-Einheiten und zusätzlichen Trainingsmodulen zwischen den einzelnen Theorie-Praxis-Einheiten im Setting der medizinischen Rehabilitation Suchtkranker in Gang gesetzt werden würde?

Daher geht es weiter mit dem Humor in der Arbeit mit suchtkranken Menschen: Im Rahmen meiner Dissertation an der Philipps-Universität Marburg, FB Erziehungswissenschaften (Arbeitstitel der Dissertation: Relevanz des Humors als Ressource in der Sozialen Arbeit mit Rehabilitanden der Suchtkrankenhilfe) gilt es, aussagekräftige Ergebnisse darüber zu erhalten, ob Humor und Lachen in der Sozialen Arbeit eine wirkungsvolle und damit angezeigte therapeutische Interventions-

## Eingesandtes.



Neujahr:  
«Wirds besser?  
Wirds schlimmer?»  
fragt man  
alljährlich.  
Seien wir ehrlich:  
Leben ist immer  
lebensgefährlich.  
(Erich Kästner)

form bei Menschen mit einer Suchterkrankung darstellen. Die Beantwortung dieser Frage ist von Relevanz für die zukünftige Erweiterung der therapeutischen Angebote; sie soll jedoch auch zu einem verbesserten Verständnis für Humor und Lachen in der Sozialen Arbeit, insbesondere in der Suchtkrankenhilfe beitragen.

Die Ergebnisse der Untersuchung, die im Rahmen der Dissertation stattfinden wird, sind noch in weiter Ferne. Dennoch bin ich bereits heute überzeugt: Der Einsatz von Humor in der Arbeit mit suchtkranken Menschen wird ein sinnstiftender, innovativer, bereichernder sowie ergänzender Ansatz darstellen.

*Sabine Link ist Wissenschaftliche Mitarbeiterin, FH Koblenz und Dipl.Soz.Arbeitspädagogin (FH). Sie ist die Clownin auf leisen Füßen BimBamBine mit Ausbildung in Clownerie, Improvisation und Pantomime. Sie ist für Rückfragen gerne bereit und über ihre Mailadresse erreichbar:*

*sabine.link@gmx.net*

### Ein Aufruf zur Mithilfe!

Seit bald drei Jahren gibt es nun den **Verein Huusglön**. Wir sind ausgebildete und erfahrene Clowns und besuchen in der ganzen Schweiz Erwachsene, Jugendliche und Kinder jeden Alters mit körperlichen und geistigen Behinderungen oder mit schwerwiegenden Erkrankungen, um ihnen mit unseren Darbietungen Freude und Abwechslung in ihren oft schwierigen Alltag zu bringen. Diese Besuche finden dort statt, wo die Betroffenen zuhause sind.

Jeder Huusglön ist auch Mitglied von HumorCare Schweiz und hält sich an die Ethischen Richtlinien. Die Begegnungen mit den Huusglön sind für die besuchten Menschen kostenlos, da wir uns vollständig über Sponsoring und Spenden finanzieren.

Uns ist aufgefallen, dass vor allem in der Nordwestschweiz noch sehr wenig Besuche durchgeführt werden konnten, weil uns die Adressen von Betroffenen fehlen. Es ist aus Gründen des Datenschutzes recht schwierig, an solche Informationen heranzukommen.

Daher bitten wir all diejenigen, welche Personen kennen, die wir besuchen könnten, Flyer zu bestellen und diese den Betroffenen mit höflicher Empfehlung weiterzugeben. So erfahren diese Menschen von uns und können direkt bei uns einen Besuch beantragen. Bestellt bitte auch Flyer, wenn Ihr sie an einem guten Ort auflegen könnt. Herzlichen Dank für Eure Mithilfe!  
Ueli Lerch. Bestellungen unter [info@humorcare.ch](mailto:info@humorcare.ch)



## Film-Feedback.



Eine Besucherin des Films «Die etwas andern Clowns ...» sandte uns den folgenden, schönen Kommentar:

... und dann der Film, der besser als alles andere deutlich machte, was für eine gute Sache Du unterstützt und der für mich so erbaulich war wie ein Gottesdienst. Gibt es etwas Schöneres als zu erleben, wie Menschen ihre ureigene Begabung finden und entwickeln und sie so deutlich zum Wohl ihrer Mitmenschen einsetzen – mit Freude und Hingabe. Bei anderen Künstlern ist das, was sie bieten, natürlich auch ein Geschenk an die Mitmenschen und die geniessen es, ihr Leben wird bereichert. Aber der Künstler grenzt sich doch ab – ist der Bewunderte, der Götterliebhaber. Mit den Clowns ist es anders: Gut können sie nur sein, wenn sie das Leben verstehen, vor allem das sehen, was vergeblich und traurig ist in jedem Leben und was so leicht verdrängt oder gar nicht zur Kenntnis genommen wird. Und darum geht es doch: Das Ganze zu sehen und zu bejahen. Bei den Clowns kann man die einfachste und allen zugängliche Weise des Umgangs mit dem Dunklen erleben – nämlich sie erleuchten durch Lachen und entfachen Freude, trotz allem. Zu einem grossen Teil geschieht es dadurch, dass sie sich auf genau die gleiche Ebene wie die Demenzkranken begeben. Sie wirkten wirklich geschwisterlich.

Du siehst, der Vergleich mit dem Gottesdienst ist gerechtfertigt.

Mit herzlichen Grüssen  
Deine I.S.

## Tipps, Tricks, Infos ...

### Einlieferung von Texten im Word-Programm.

*Der Blatt-Layouter meint:* Noch eine Bitte ... ich habe zwar auch das neueste Word ... aber noch lange nicht alle anderen Humoristen ...

Das neue Word speichert die Files mit der Endung **.docx** und das können dann die Leutchen mit dem alten Word nicht öffnen ...

Also bitte: Ein Word-Dokument mit der File-Endung **.doc** (bei «Speichern unter» – unter den «Speicheroptionen») z.B. als ein Word-97-2004-document.doc abspeichern ... Thanx

## Termine.

# Symposium Positive Psychologie

### Symposium Positive Psychologie Theorie und Praxis neuer Möglichkeiten für Pädagogik, Psychologie, Therapie, Beratung und Coaching

Martin Seligman • Ernst Fritz-Schubert • Fred Berger  
• Maja Storch • Willibald Ruch • Philip Streit

Zürich, Samstag, 2. Juli 2011,

ETH Zentrum, Audi Max, Rämistrasse 101

Seit Anfang 2000 macht eine neue Richtung der Psychologie immer mehr von sich reden: die Positive Psychologie. Für die Arbeit und den Umgang mit Menschen betont sie die Erarbeitung von Stärken, positiven Emotionen, positiven Beziehungen, um Ziele zu erreichen und Herausforderungen zu meistern. Damit ergeben sich neue Möglichkeiten für Beratung und Therapie, aber auch für den pädagogischen und wirtschaftlichen Bereich.

Im Gegensatz zu blossen Glücksmodellen besticht die Positive Psychologie durch wissenschaftliche Fundierung, die die Ausarbeitung einer effektiven Praxis erst ermöglicht. Psychologie wird so unmittelbar zum Wohl der Menschen nutzbar.

Das Zürcher Symposium stellt erstmals in kompakter Form die Grundlagen der Positiven Psychologie und ihre Vernetzungen zu anderen Bereichen vor.

Eine Veranstaltung des Instituts für Selbstmanagement und Motivation Zürich (ISMZ), des Milton-Erickson Institutes Heidelberg, der Akademie f. Kind, Jugend und Familie Graz, des Fritz Schubert Institutes Heidelberg in Zusammenarbeit mit dem Lehrstuhl f. Persönlichkeitspsychologie und Diagnostik/Psychologisches Institut der Universität Zürich und Seligman Europe.

Infos und Anmeldungen:

Online unter [www.seligmaneuropa.com](http://www.seligmaneuropa.com)

## HUMOR FÜR ANFÄNGER

Immer wieder schreiben uns Neumitglieder, dass sie zu uns kommen, um etwas über die Humorarbeit zu erfahren. Diesen Wünschen wollen wir am 15. Oktober gerecht werden und anstelle eines üppigen Kongresses einen einfachen Humortag anbieten, an dem wir mit den Basics arbeiten – was ist Humor, was macht Humor, wie geht Humor ... Wenn Du diese Idee toll findest und gern kommen magst und Wünsche hast – oder wenn Du gern als Fachfrau/mann einen Beitrag leisten möchtest: bitte melde Dich – es ist erst Frühling, wir können zusammen noch viel entwickeln bis zum Herbst.

Wie freuen uns auch auf spannende Diskussionen und natürlich auch auf alle Eure Beiträge und Reaktionen:  
DIE BLATTBASTLER BeatBeatriceEnricoHans-Georg