

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

**humor**  
kongress  
in Basel  
25. – 26.10.2014

## Alle Jahre wieder ...

### HumorCare Schweiz – Generalversammlung vom 15. März 2014 in Bern.

Wie es sich für einen Verein gehört, werden mindestens einmal im Jahr dessen Mitglieder aufgerufen, sich neben den üblichen administrativen Traktanden, wie Finanz- und Jahresbericht, Budget und Wahlen, über Vergangenheit und Zukunft von HumorCare Schweiz zu äussern. An die 20 Engagierte fanden am 15. März 2014 den Weg nach Bern. Sie attestierten dem «in corpore» anwesenden Vorstand(1) einstimmigen Dank für seinen Einsatz und die tadellose Geschäftsführung. Beatrice Rutishauser und Lis Curti wurden für zwei weitere Vorstandsjahre gewählt. Die Statutenänderung – die Mitgliederkategorien auf «Ordentliche Mitglieder», «Gönnermitglieder» und «Ehrenmitglieder» zu reduzieren – wurde angenommen.

Beatrice Rutishauser erläuterte uns das Projekt «Glücksmomente – Humor kennt kein Alter», in

dem sie auf Umsichtigkeit und die geforderte Professionalität in der Umsetzung hinwies.(2) Lis Curti erhielt einhelligen Applaus für das Management des Projektes. Hans-Georg Lauer, Mitglied des Teilprojektes «In-house»-Schulung, berichtete über dessen erfolgreichen Start. Die Initiierung des CareClown-Projektes hängt noch von der Ernennung eines künstlerischen Leiters oder einer Leiterin ab – dies ist aber noch nicht erfolgt.

Nach dem gemeinsamen Mittagessen wurde mit «Pauken und Harfen» in den gesellige Nachmittag eingestiegen, eröffnet vom humorvollen Profizauberer Ueli Lerch, alias «Maggic Thomy»(4) mit seiner eklatanten Magiershow. Den musikalischen Rahmen(3) lieferte der begabte Panflötist Urs Gruber. Munterer Gesang von Volksliedern, begleitet von der virtuoson Pianistin Madeleine Theiler, bildeten den stimmungsvollen Abschluss des Tages.

Beat Hänni



1



2



3



4

## 25. – 26. Oktober 2014 Congress Center Basel

*83% der HumorCare-Mitglieder wissen es schon – nun sollen es alle von den Dächern pfeifen:*

*DAS Humoreignis des Jahres 2014 ist der Humorkongress in Basel am 25. und 26. Oktober.*

### **WEITERSAGEN, WEITERMAILEN, WEITERGEBEN!**

Zu diesem Kongress sind alle eingeladen: Mitglieder und Nichtmitglieder, Humoraktive u. Humorkonsumenten, Interessierte und Neugierige, alte Hasen und junge Frösche, die, die schon im letzten Jahrtausend einen Kongress besucht haben und die, die damals noch nicht geboren waren – kurzum und gut und wie schon erwähnt: alle!

Das Programm ist so vielfältig wie der Humor, so bunt wie das Leben und so tiefgehend wie es einem Kongress ansteht. Auch für ein heiteres Abendprogramm ist gesorgt.

Nicht unwichtig ist es, von den grosszügigen Preisnachlässen zu wissen: wer sich als HumorCare-Mitglied früh anmeldet hat noch ausreichend Franken übrig, um sich beim Kongress mit Büchern und Humormaterial einzudecken. Allerdings lassen sich die Vergünstigungen nicht anhäufen: auch ein Pflegewissenschaft studierender erwerbsloser Rentner mit HC-Mitgliedsausweis bekommt lediglich den einfachen Rabatt für Mitglieder.

Einen groben Ein- und Überblick über Themen und Vortragende geben wir hier, Genaueres nachzulesen ist unter [www.humorkongress.ch](http://www.humorkongress.ch). Dort gibt es den Programmzeitplan mit Referenten, den Inhalten ihrer Humorimpulse und das Anmeldeformular. Damit kann Mann und Frau sich anmelden – schon jetzt! Gleich! Und später.

**PS: Als «save-the-date» legen wir diesem HumorCareBlatt zwei Flyer des HK-Vorprogramms bei.**

### **Die Referenten und ihre Humorimpulse (Stand 01.04.2014)**

*Aeschimann, Iris: Humor in der Palliativpflege*

*Amrein, Jose: Provokation, Direktheit und paradoxe Interventionen*

*Berenbrinker, Udo: Humor als Stressbewältigung im betrieblichen Alltag*

*Bischofberger, Iren: Humor als Beitrag zur Versorgungsqualität im Gesundheitswesen*

*Cohn, Fabian: Mut zur humorvollen Interaktion mit Betagten!*

*Dumbs, Franz: Humor – liebevoll und provokativ eingesetzt*

*Emmelmann, Christoph: Der Humor als Erfolgskonzept für den Alltag und Beruf*

*Fey, Ulrich: Clownarbeit mit betagten und dementen Menschen*

*Gerhards, Alfred (GLOBO): Das Lächeln am Fusse der Bahre*

*Hablützel, Christian: LACHYOGA – Positive Emotionen aktivieren und trainieren*

*Hain, Peter: Schlimmer geht immer – besser auch!*

*Hänni, Beat und Heiniger, Dhani: Heiterkeiten im Alters- und Pflegeheim*

*Hinz-Käfer, Bärbel: Lachtraining für jeden Tag*

*Hirsch, Rolf: Das bunte Antidepressivum im Alter – Humor*

*von Hirschhausen, Eckhart: Humor hilft heilen*

*Holtbernd, Thomas: Humor und Heiterkeit am Arbeitsplatz*

*Liebertz, Charmaine: Lachen und Lernen bilden ein Traumpaar*

*Matthiae, Gisela: «Hat Gott Humor?»*

*Metzner, Michael: Humor und Achtsamkeit*

*Ruch, Willibald: Der Sinn für Humor – Ein Merkmal zwischen Laster und Tugend*

*Sonnenschmidt, Rosina: Humor und Paradoxie in der Homöo-pathie*

*Stucki, Regula: Der Clown und sein Fettnapf*

*Suda, Michael und Mayer, Renate: Humor in der Wissensvermittlung – Alternativen zur gähnenden Lehre – ein Werkstattbericht*

*Titze, Michael: Paradoxie als Humorelement*

*Wild, Barbara: Humor ernst genommen – Lächeln, Erheiterung und das Gehirn*

*Winterberger, Elisabeth und Baumann, Nicole: Humor am Patientenbett*

[www.humorkongress.ch](http://www.humorkongress.ch)

Das Team vom HumorKongress 2014: B. Hänni, H.-G. Lauer, E. Luisoni, Rosemarie B. Marty.

Patronat:

STIFTUNG

HUMOR & GESUNDHEIT

**Übrigens: Beim 1. Kongress «Humor in der Therapie – Die Heilkraft des Lachens in Krankenpflege, Psychotherapie und Medizin» 1996 in Basel fragt ein Teilnehmer am Bahnhof SBB einen Einheimischen, wo denn der Humorkongress stattfindet. Antwortet der Basler: «Das Bundeshaus ist in Bern und nicht in Basel». Wir sind gespannt, was die Basler in diesem Jahr antworten.**

## Zu Gast: José Amrein im Interview ...

**«Humor und Geduld sind die Kamele, mit denen ich durch jede Wüste komme».**

*Was hat Dich bewogen, dieses Zitat als «Aushängeschild» Deiner Praxis zu wählen?*

Humor bedeutet mir viel. Ich lache sehr gerne und entdecke immer wieder, wie schwierige Situationen und belastende Gefühle durch Humor entspannt und relativiert werden. Auch Geduld bewährt sich in meinem Berufsalltag. Erst wenn Humor mit Geduld und Weitblick kombiniert wird, entfaltet sich seine volle Stärke.

*Haben Logopädie und Humor wirklich Gemeinsamkeiten?*

Humor lässt sich in fast allen Lebenssituationen und Berufen einsetzen. Für eine ideale Anwendung von Humor in der Logopädie wird jedoch Fingerspitzengefühl benötigt. Einerseits respektiert man, dass Sprachprobleme für den andern etwas Schwieriges sind, andererseits geht man das Ganze auch mit der nötigen Gelassenheit und Leichtigkeit an. Statt die Probleme allzu ernst zu nehmen, wird der Mensch ins Zentrum gerückt, all seine Seiten als wichtig betrachtet und auch die Stärken gebührend beleuchtet. Niemals wird der andere ausgelacht, viel mehr lacht man miteinander über die Unvollkommenheit des Lebens.

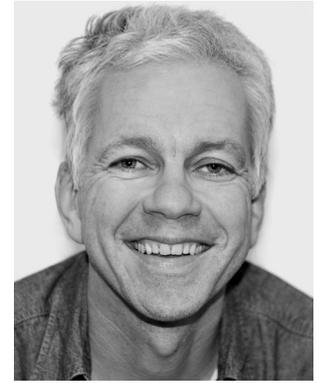
*Eines Deiner Angebote ist die Stottertherapie. Wo hat da der Humor Platz?*

Sowohl Erwachsene wie auch Kinder schätzen es sehr, wenn Therapeuten nicht dauernd eine ernste Miene aufsetzen. Humor in der Stottertherapie? Gewisse Probleme wie das Stottern scheinen für manche Personen zu ernst und zu wichtig, um darüber lachen zu können. In meinen Therapien mache ich ganz andere Erfahrungen. Auch bei sehr belastenden Problemen und schwierigen Gefühlen kann Humor ins Spiel gebracht werden. Viele Stotternde lernen, ihr Sprechproblem auf humorvolle Weise anzugehen. Natürlich wird nicht unentwegt gelacht. Schliesslich gibt es ja noch viele andere interessante Stimmungen zu erleben. Humor ist jedoch das Salz in der Suppe der Stottertherapie. Humor-Treffer gibt es nicht dann, wenn der Therapeut sein Scherzchen besonders witzig findet, sondern dann, wenn die Klienten lachen und gemeinsames Schmunzeln die Situation entspannt.

*Du bist ein überzeugter Vertreter des paradoxen oder provokativen Humors. Wieso eignet sich dieser Ansatz in deiner therapeutischen Arbeit?*

Ganz besonders geeignet sind paradoxe und provokative Interventionen bei chronischen Problemen, bei festgefahrenen Mustern und Gewohnheiten. Auch scheinbar hoffnungslose Situationen können damit verändert werden. Menschen werden übrigens gerne herausgefordert. Wenn die therapeutische Beziehung stimmt und ein guter Draht vorhanden ist, kann man oft ziemlich forsch zur Sache gehen und auch bei heiklen Punkten am Ball bleiben. Dies alles geschieht immer zum langfristigen Nutzen der Klienten. Ähnlich einem Hofnarren zeigt man dem

*José Amrein ist langjähriges HumorCare-Mitglied und führt in Luzern eine Praxis für Logopädie und lösungsorientierte Therapie.*



Gegenüber den Spiegel: Natürlich darf das gemeinsame Lachen nicht zu kurz kommen, schliesslich will man ja nicht «geköpft» werden, respektive soll in keiner Art

und Weise ein Therapieabbruch provoziert werden. Die herausfordernden, direkten und manchmal auch frechen Bemerkungen von meiner Seite sind frei von Überheblichkeit und richten sich ausschliesslich gegen das Schädliche und Destruktive im Verhalten der Klienten.

Stotternde betonen oft, wie wertvoll es war, dass sie (heraus)gefordert wurden. Viele Klienten und ihre Bezugspersonen berichten mir, dass sie durch meinen herausfordernden Gesprächsstil an Durchsetzungsvermögen und Schlagfertigkeit gewinnen und viel für den Alltag profitieren.

*Wie lange führst Du schon Deine Praxis? Siehst Du eine Entwicklung im Bedürfnis nach Deinen therapeutischen Angeboten?*

Ich führe meine Praxis seit 13 Jahren. Die Anwendung von humorvollen, provokativen und paradoxen Elementen wird bei Therapieende von vielen meiner Klientinnen und Klienten ganz besonders hervorgehoben und gelobt.

Humorvolle, herausfordernde und paradoxe Äusserungen sind hochwirksame Mittel in Therapien und Beratungen, aber auch ganz allgemein in Gesprächen. Sie können jederzeit mit anderen Kommunikationsstilen und Gesprächstechniken kombiniert werden.

Mein Therapie- und Kursangebot ist in unserer hektischen, stressbeladenen Zeit eine willkommene Oase der Entspannung und stösst auf viel positives Echo.

*Besten Dank für das Interview. Es freut uns, dass Du am Humorkongress 2014 als Referent dabei bist.*

*Weitere Informationen über José Amrein und sein Angebot: [www.praxis-amrein.ch](http://www.praxis-amrein.ch)*

## Humortreff Bern: News ...

Der **Humortreff Bern** ist wieder-auferstanden. Beim ersten Mal im Januar waren wir zwar nur zu dritt, dafür beim zweiten Mal schon über doppelt so viele – das lässt uns hoffen! Die Treffen finden alle zwei Monate bewusst an verschiedenen Wochentagen von 19–21 Uhr statt. Bei der Raumsuche wurden wir ganz in der Nähe des Bahnhofs Bern fündig: Im Hinterhof des Heilsarmee-Hauptquartiers an der Laupenstrasse 5, Bern. Die Daten für das ganze Jahr sind fixiert. Jedes Mal wird ca. zwei Wochen vorher eine Erinnerungs-E-Mail mit Angabe des Programms verschickt. Gerne nehmen wir auch dich auf unsere Mailing-Liste.

**Weitere Infos:** [www.humorcare.ch/humortreffs](http://www.humorcare.ch/humortreffs) und bei:

Silvia Rindlisbacher, [silvia.rindlisbacher@gmx.ch](mailto:silvia.rindlisbacher@gmx.ch)

Tel. 033 221 50 31 und 079 226 95 02

Madeleine Theiler, [madeleine.theiler@bluewin.ch](mailto:madeleine.theiler@bluewin.ch)

Tel. 031 381 39 57 und 078 670 80 80

### ... Humor kennt kein Alter»

Mit «Glücksmomente» will HumorCare mehr Humor und Lebensfreude in Alters- und Pflegeheimen der Deutschschweiz bringen. Wo stehen wir heute in der Umsetzung unserer Vision?

Hier ein kurzer Überblick über den aktuellen Stand der Dinge:

- Das Referententeam testet seit September 2013 die **Inhouse-Schulung «Humorvolle Kommunikation»** in Alters- und Pflegeheimen. Die Rückmeldungen (Evaluation) der Schulungsteilnehmenden sind bis heute sehr positiv ausgefallen. Für das laufende Jahr sind 6 Buchungen bereits eingegangen. Mit dem Flyer «Zum Glück gibt's Glücksmomente» bewerben wir das Angebot intensiv.
- Die Termine für die **Netzwerk-Anlässe «Humorvolle Kommunikation»** stehen: Am 4. Juni 2014 und am 5. November 2014 treffen sich Mitarbeitende von Alters- und Pflegeheimen, um mit Gleichgesinnten ihre Humor-Erfahrungen auszutauschen. Wir sprechen mit diesem Ange-

bot im speziellen die Teilnehmenden der Inhouse-Schulungen an, die bereits für den Humor im Pflegealltag sensibilisiert sind.

- Das Konzept für das **CareClown-Training** steht seit Oktober 2013. In den vergangenen Monaten haben wir zum einen Drittmittel für die Umsetzung des Projektes gesucht; zum andern ging es darum, eine geeignete künstlerische Leitung zu finden. Da sich leider die designierte Leitungsperson kurzfristig zurückgezogen hat, verzögert sich nun die Umsetzung des CareClown-Trainings. Wir setzen alles daran, rasch möglichst eine neue Lösung zu finden.

*In eigener Sache:* Stephan Klein ist anfangs Januar 2014 aus dem Glücksmomente-Team ausgeschieden. Er ist auch nicht mehr als Referent für die Inhouse-Schulung tätig.

*Mehr Infos:*

Lis Curti, 076 416 22 48

[elisabeth.curti@humorcure.ch](mailto:elisabeth.curti@humorcure.ch)

beantwortet gerne allfällige Fragen.

[www.gluecksmomente.ch](http://www.gluecksmomente.ch)

## 1. Basler Lachmeisterschaft ...

*In Basel wird mehr gelacht als anderswo, könnte man meinen. An die hundert Lachinteressierte konnte Claude Messer, Lachyoga-Trainer und HumorCare-Mitglied an einem trüben Sonntagnachmittag zur 1. Basler Lachmeisterschaft begrüssen.*

Drei TV-Stationen hatten sich mit ihren Kameras positioniert. Das Medieninteresse schien sehr gross. Nach munterem Warm- und Einlachen aller Anwesenden outeten sich zwölf Couragierte (*Bild oben*) um in vier anspruchsvollen Läufen den Siegespokal zu erlangen. Von Claude orchestriert, galt es mit Grunz-, Hexen-, Gorilla- und Bayernlachen unter dem gestrengen Auge des jurierenden Publikum die Endrunde zu erreichen.

Dort lachten Esin und Patrick mit Pasqualina und Franz Christian um die Wette. Im Finale standen sich dann Pasqualina und Franz Christian gegenüber, die gar nicht mehr aufhören wollten, zu lachen!

Das Publikum entschied sich schliesslich für Pasqualina (*Bild unten, 2. v. r.*), die völlig erschöpft den Pokal mit nach Hause nehmen durfte.

