



Juli/August 2011

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

HC-HUMORTAG
15. Okt. 2011
in Bern

Präsidentenfreuden.

Liebe HumorCare-Mitglieder

Es **freut** mich, dass eine stattliche Zahl von euch an der Umfrage von Elisabeth Curti teilgenommen und den *Fragebogen* ausgefüllt zurückgeschickt hat. Über eine erste Auswertung berichtet Elisabeth in diesem Blatt (S. 4). Euer Vorstand wird über das weitere Vorgehen entscheiden.

Es **freut** mich, dass sich im Wallis der «Verein z. Förderung von Gesundheitsclowns» gegründet hat, mit überzeugter Absicht, sich uns anzuschliessen.

Es **freut** mich, dass die Vorbereitungen für den *HumorCareTag* am 15. Okt. 2011 in Bern in vollen

Gänge sind. Die Einladung mit der Workshop-Programmübersicht liegt diesem HCBlatt Nr. 14 bei.

Und es **freut** mich, dass immer wieder neue, engagierte Humorarbeiterinnen und Humorarbeiter bei HumorCare Schweiz mitmachen.

Die im HC-Blatt Nr. 13 angekündigte Fortsetzung des Artikels «Die Puppen tanzen lassen» mussten wir auf das HC-Blatt Nr. 15 verschieben.

Mitgliederstand per 15.07.2011: 148 Mitglieder.

Es **freut** mich zum Schluss, euch einen in jeder Hinsicht grandiosen Sommer wünschen zu dürfen.

Beat Hänni

Gedanken eines Clowns ...

... zum Sein und Humor von Dementen

Diese Gedanken sind zunächst aus den Erfahrungen des Clowns mit dementen Menschen entstanden, hinzu kommt noch eine philosophisch-therapeutische Sichtweise. Die Sichtweisen mischen sich. Ich wage es nicht, allgemeingültige Statements über den Humor von Dementen zu machen, dazu bräuchte es wohl noch weitere Jahre an Erfahrung im Seniorenheim. Eine Annäherung an den status quo.

Was macht es denn aus, dass sich Demente und Clowns gegenseitig anziehen? Ganz sicher hat es mit der Zentrierung auf den Augenblick, auf das Jetzt zu tun. Für beide ist es die einzig existente Zeit. Keine Vergangenheit, oder nur Spuren davon, keine Zukunft.

In der Ausbildung zum Clown haben wir darüber nachgedacht, was das Komische ausmacht. Was macht eine Person komisch, egal, ob sie auf der Bühne oder im Leben steht? Oft ist es das innigst Eigene, eine Eigenart, die im Spiel gepflegt und übertrieben wird, die im Beobachter Heiterkeit auslöst und berührt.

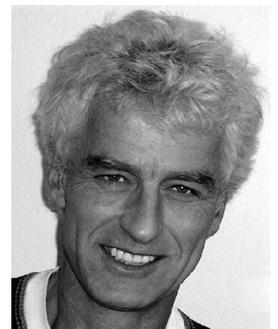
Diese Eigenart oder dieser Eigensinn im nicht kognitiven Sinne ist auch bei vielen Dementen zu sehen. Sie wollen nichts mehr beweisen, haben, anders ausgedrückt, ihr Ego abgelegt und entwickeln sich wieder hin zu Originalen, die sie einst als Kind gewesen sind.

Zwischen diesen 2 Lebensstufen haben wir alle besonders in der westlichen Gesellschaft mit der sog. Normopathie zu tun. Das ist die Krankheit, die uns unser Leben zu grossen Teilen nach den Normen und Erwar-

tungen anderer leben lässt. Das sogenannte Eigene rückt in den Hintergrund, bzw. wird durch das Erfüllen-Wollen von fremden Erwartungen und Normen verschüttet. Auch die eigenen Erwartungen werden oft durch die fremden Normen dominiert, bzw. determiniert. So verlieren wir unsere Originalität.

Da dieser Vorgang nur funktioniert, wenn bestimmte Hirnareale und damit unsere kognitiven Fähigkeiten intakt sind, kann, aber muss nicht, der Verlust des Kognitiven mit dem Gewinn von Originalität und Humor einhergehen. Wenn der Clown manchmal in das Gesicht eines Dementen schaut und es kommt zum Kontakt, ist das Gesicht schon komisch, ohne dass die demente Person irgendetwas macht.

Wir haben gelernt: der gute Clown zeigt sich in seinem So-Sein und macht immer weniger. Er hat es schlicht nicht nötig, zu agieren, um komisch zu wirken. Demente und gute Clowns lassen sich nichts Komisches einfallen, sondern gemeinsam fällt ihnen das Komische auf. So liegt ein Teil des Mysteriums der Komik in der Wahrnehmung – Wahrnehmung des alltäglichen Lebens mit-samt den Reibereien, die es uns bereitet. Wir können die Frage in den Raum stellen, wie verändert sich die Wahrnehmung und damit auch der Humor des Dementen. Der



Stephan Klein

mit wachsender Demenz immer feinmaschigere Filter der Wahrnehmung scheint noch die richtigen Zutaten zum Humor durchzulassen, die eher kontraproduktiv zum Humor wirkenden Bestandteile dagegen herauszufiltern. Eine Demente und ein Clown treffen sich auf einer kindlichen, unschuldigen Ebene, auf der das Spiel, das spielerische Aneignen der Welt geprobt wird. Das innere Kind ist beiden aus unterschiedlichen Gründen präsenter und greifbarer, als den meisten anderen Erwachsenen, die aus dem Spiel herausgewachsen sind. Der Clown lernt in seiner hoffentlich fundierten Ausbildung im Ringen um Authentizität mit seinem inneren Kind wieder mehr verbunden zu sein. Die Demente ist aufgrund des Verlustes des Kurzzeitgedächtnis und zumindest fragmentarisch erhaltenen Langzeitgedächtnis oft nahe an ihrer Kindheit. Wenn z.B. durch das Medium Musik, welches sich weitestgehend dem Vergessen entzieht, ein Zugang zu einem frühen Lebensstadium erreicht wird, entstehen berührende Momente, die besonders im clownesken Kontakt gegenseitig vermittelt werden können.

«Der Mensch ist erst Mensch, wenn er spielt», sagte Schiller. Auf dem Spielfeld können Clown und Demente durch das Spiel zum Traumpaar werden, indem sie einen kurzen Augenblick das Glück miteinander teilen.

«Aller Humor fängt damit an, die eigene Person nicht ganz so ernst und wichtig zu nehmen», sagte Hermann Hesse. Dieses Hesse-Zitat ist wohl das Fundament einer Humorentwicklung. Aber Vorsicht! Während es ein dementer Mensch aufgrund seiner somatischen Veränderungen im Gehirn mit dieser Voraussetzung für den Humor nicht so schwer hat – oft gibt es für ihn nichts zu erreichen, nichts darzustellen, kein «um zu» – ist es für uns als Clown und «gesunder Mensch» eine grosse Herausforderung, diese Hürde zu nehmen. Es fällt uns leicht, wenn es uns gut geht, wir uns in den Augenblick

entspannen können. Aber was ist, wenn der Spass aufgehört, wie z.B. in einem Konflikt? Bleibt dann die Grundhaltung eines inneren Lächelns erhalten? Können wir im Streit die rote Nase in unserer Hosentasche berühren und uns damit erinnern, uns nicht zu wichtig zu nehmen, statt zu kämpfen, uns zu behaupten, Recht haben zu wollen??? Du kannst entweder Recht haben, oder Kontakt – besagt ein alter Zen-Spruch. Diese Erinnerung bleibt für die meisten von uns eine lebenslange Aufgabe. Wir können versuchen, dabei von anderen zu lernen, auch von Dementen.

Während ich diese Zeilen selbst lese, sehe ich die Gefahr einer Verallgemeinerung des Krankheitsbildes Demenz. Mir ist bewusst, dass Demente auch ganz anders, sogar konträr zu dem oben Beschriebenen erscheinen können.

Zum Abschluss meiner Gedanken möchte ich noch 3 Fragen in den Raum stellen, die mich bewegen:

- 1 *Könnten wir in einem oder anderen Fall Demenz als Erlösung von der Normopathie verstehen, jener präkeren Neigung, unser Leben zu grossen Teilen nach den Normen der anderen zu leben, statt auf unsere eigene, innere Stimme und damit unserem Wesenskern zu lauschen???*
- 2 *Wir haben uns alle ein Leben lang angepasst. Könnte es nicht ein Krankheitsgewinn sein, dass sich nun die Welt der dement gewordenen Person anpassen muss?*
- 3 *Ist hier das Pendel in die andere Richtung ausgeschlagen?*

Humor und Lachen verbindet uns mit den Anderen und mit uns selbst, mit der Welt und dem Mysterium, das grösser ist als wir selbst. ●

Stephan Klein, Bad Krozingen, www.kleinstephan.de



Sommerdenksport

Humor hat viel mit Querdenken zu tun.

Da ist mir eine schöne Geschichte von Georg Schumacher, Dozent für Querdenken, über den Weg gelaufen, die ich gern als Querdenksportaufgabe stellen möchte.

Unter den «richtigen» (= quergedachten) Lösungen verlosen wir am Humorcaretag eine Box mit 75 Übungen zum Querdenken.

Hier die Geschichte: Du fährst mit deinem zweisitzigen Sportwagen, es regnet in Strömen und stürmt. An der Strasse stehen 3 Menschen: Deine geliebte Erbtante, der Arzt, der Dir mal das Leben gerettet hat und eine Person, in die du dich sofort und für den Rest des Lebens verliebst. Dein Auto hat nur zwei Sitzplätze. Wie entscheidest du dich?

Schicke Deine Quergedanken an:
h-g.lauer@gmx.de

Dhani, wie bist du auf den Humor gekommen?

In schwierigster Lebenslage, nach einem schweren Lebenstrauma, mit plötzlich mehreren psychischen Störungen gleichzeitig, mit 35 Jahren. Irgendwann fand ich dann heraus, dass Humor mir gut tut.

Welche Figur verkörperst du in deiner Humorarbeit und welche Hilfsmittel setztst du ein?

Als Heiterkeitspfleger (Therapeutischer Humorarbeiter u. Pflegehelfer SRK) kann ich beim Pflegen gut ohne Hilfsmittel arbeiten. Mit Mitbewohner herzlich echt anlachen, mit singen, tanzenden Bewegungen, lustiger Mimik, heiteren Gesprächen und Sprüchen, Witze erzählen, etc.. Beim Betreuen hingegen benütze ich gerne auch Hilfsmittel wie Handpuppen, Ballone, Softbälle, Softfrisbees, Spezial-Spielkarten, Spezial-Musikinstrumente, Bilder und Fotos, Musik aus der Kinder- und Teeniezeit der Heimbewohner, sowie weiteres.

Du nennst dich Heiterkeitspfleger. Was unterscheidet dich vom Clown?

Als Clown müsste ich die Pflegeabläufe ja tollpatschig und verkehrt machen, was natürlich nicht geht. Als Heiterkeitspfleger betreue und pflege ich ganz normal und einfach zusätzlich mit therapeutischem Humor, ohne rote Nase und in der genau gleichen Pflegekleidung wie das Pflegepersonal.

Besuchst du vor allem demenzbetroffene Bewohner und Bewohnerinnen?

Ich besuche zumindest kurz nach dem Heimeintritt alle Heimbewohner auf allen Stationen zwecks ihrer Ressourcenabklärung von Humor, Heiterkeit und Lebensfreude. Die Abteilungsleiter teilen mir im weiteren jeweils mit, welche Bewohner ich pflegen und welche Bewohner ich heute besonders intensiv mit viel Heiterkeit und Humor betreuen soll. Und ich besuche ja auch die Pflegeteams, wo ich Hilfestellungen bezüglich Humor und Heiterkeit im Pflegealltag geben kann.

Deine Besuche im APH sind Teil eines Humorprojektes. Kannst du uns etwas darüber sagen?

Ziel des Gesamtprojektes ist: Heiterkeit und Humor kontinuierlich und praktisch in das Leben und Arbeiten im Pflegeheim einfließen lassen, Heiterkeit und Humor zu sensibilisieren, zu fördern, zu reflektieren, zu leben, so dass es uns allen möglichst gut geht. Langfristige und regelmässige Humorprojekte dazu sind: Heiterkeitspfleger in der Pflege, Therapeutischer Clown in der Aktivierung (ich als Clown Wieni), jährliche Humorweiterbildung für das gesamte Personal (durchgeführt bisher durch Iren Bischofberger und Pello), ein hausinternes HumorCafé. Punktuelle Humor-Projekte gibt es z.B. bei Bazar und Jubiläum sowie aktuell sogar bei einem Forschungsprojekt mit der Uni Zürich.

Wieweit wird das Pflegepersonal in die Humorarbeit einbezogen?

In direkter Zusammenarbeit in der Betreuung und Pflege mit mir zusammen, in spontanen persönlichen Gesprächen, in Abteilungsrapporten und Kader-Sitzungen. Im Konzept Heiterkeitspfleger wie es heute ist, wer-

den persönliche Bedürfnisse, Wünsche und empfohlene Innovationen vom Heimleiter, vom Pflegedienstleiter, von den Abteilungsleitern und vom Pflegepersonal so gut wie möglich berücksichtigt. Der Heiterkeitspfleger ist bisher in Zusammenarbeit mit fast dem gesamten Moosmatt-Personal mitentwickelt worden.

Was sind bisher so für Wünsche und Innovationen vom Moosmatt Personal?

Vom Heimleiter (z.B. Gesamtkonzept Humor, etc.), vom Pflegedienstleiter (z.B. wenn Humor vom Pilotbetrieb dann irgendwann offiziell werden soll, muss Humor in Dokumentation, in Qualitätssicherung, in Sicherheit, in Pflegekonzept wie z.B. palliative Pflege integriert werden, wenn Humor offiziell wird, muss dies bei Inspektionen «Behörden-tauglich» sein), von den AbteilungsleiterInnen (z.B. Humor, Heiterkeit und Lebensfreude) in die Biografiearbeit integrieren, Checklisten mit praxistauglichen und funktionierenden Humor-Interventionen AEDL kompatibel) und vom Pflegepersonal (z.B. Humor-Fokussierung vom Heiterkeitspfleger primär auf Heimbewohner und nicht auf das Personal, leicht nachahmbare und sofort gut funktionierende Humor-Interventionen, möglichst kein Dokumentationsaufwand).

Welche Rolle spielt die Heimleitung?

Dass der Heimleiter Herr Kilian Ruckstuhl den therapeutischen Humor voll unterstützt und offen ist um Neues auszuprobieren ist enorm wichtig für den bisherigen Erfolg. Ohne den Heimleiter wäre dieses Pionier-Humorprojekt trotz grosszügiger Unterstützung von HumorCare-Fachleuten nie zustande gekommen.

Werden deine Humorinterventionen dokumentiert? Wenn ja, wie?

Ja, für sämtliche Heimbewohnern individuell in der Pflegedokumentation. In der Biografiearbeit (Ressourcen für Humor, Heiterkeit und Lebensfreude), in der Basis Pflegeplanung sowie im Pflegebericht. Therapeutischer Humor kann so also auch in die Qualitätssicherung (Basisqualität, ISO 9001, etc.), sowie in die Pflegebedarfsabklärungssystemen (BESA, RAI/RUG, etc.) integriert werden.

Dürfen sich HumorCare-Mitglieder bei dir melden, falls sie mehr Informationen über das Humorkonzept im APH «Moosmatt» erhalten möchten?

Ja natürlich, wir sollten uns als HumorCare-Mitglieder immer so gut wie möglich unterstützen und einander weiterhelfen. ●

E-Mail: wieni.dhani.heiniger@bluewin.ch
oder Telefon 079 469 96 00.

Und das APH Moosmatt ist ja als Institution ebenfalls HumorCare-Mitglied: www.aph-moosmatt.ch



Dhani Heiniger, Heiterkeitspfleger

Projekt: «Humor kennt kein Alter».

Auswertung der Fragebogen

Im Mai 2011 erhielten die 148 HumorCareSchweiz Vereinsmitglieder einen Fragebogen, der im Wesentlichen die Professionalisierung der Humorarbeit in Gesundheitsinstitutionen zum Thema hatte.

70 Vereinsmitglieder nahmen an dieser Umfrage teil. Die Rücklaufquote zeigt, dass die Förderung des Humors im allgemeinen und in Gesundheitsinstitutionen im speziellen einem Anliegen unserer Mitglieder entspricht.

40 Personen aller Antwortenden sind oder waren als Clowns in Gesundheitsinstitutionen unterwegs. 26 Personen, die geantwortet haben, können als Humorarbeiter bezeichnet werden. Sie lassen den Humor als Mitarbeitende einer Gesundheitsinstitution oder privat in den Alltag einfließen. Die restlichen 4 Personen verstehen sich als Zauberer, Puppenspieler oder Märchenerzähler.

Der humoreske Hintergrund der Antwortenden schlägt sich in den Rückmeldungen der einzelnen Personen nieder. So befürworten die teilnehmenden Clowns mit 85% eine Koordinationsstelle und sind zu 90% der Ansicht, dass professionelle Qualitätsanforderungen an CareClowns und Humorarbeitende gestellt werden müssten. Die teilnehmenden HumorarbeiterInnen sind in beiden Fällen etwas zurückhaltender. Sie unterstützen mit 76% die Idee der Plattform/Drehscheibe und finden zu 80% Qualitätsanforderungen an CareClowns und Humorarbeitende sinnvoll.

Das Projekt «Humor kennt kein Alter» wird nun – basierend auf den Umfrageergebnissen und in Zusammenarbeit mit dem Vorstand – weiterentwickelt. Vielen Dank für eure aufschlussreichen Rückmeldungen und die aktive Unterstützung des Projekts.

HumorCareTag 15.10.2011 in Bern.

Die Vorbereitungen sind abgeschlossen, das Programm liegt diesem HumorCareBlatt Nr. 14 bei, Ihr seht also selbst, dass das ein interessanter und abwechslungsreicher Tag voller Humorgehalt wird.

Für Humorcaremitglieder ist die Teilnahme völlig kostenlos – Nichtmitglieder sind aber auch, gegen eine Teilnehmergebühr, eingeladen.

Macht also bitte bei Euren Freundinnen, Freunden und Bekannten Werbung für diesen aussergewöhnlichen Tag.

Eurer Kommen wird uns bestärken, das Konzept dieses Tages auch in kommenden Jahren zu verfolgen und auszubauen – also:

Auf geht's nach Bern!

HumorCare Schweiz war an der 2. Humorwoche Tübingen (BRD) vertreten.

Vier beherzte HumorCareler (s. Bild) folgten der Anfrage aus Tübingen und vermittelten in einem vierstündigen, interaktiven Workshop Einblick in ihre praktische Humorarbeit. «Humor im Märchen und in der Trauerbegleitung» (Rosemarie Krüttli, Huusglön, l.), «Clowns als Überbringer von Lebensfreude bei behinderten Menschen» (Silvia Rindlisbacher, Huusglön, u.), «Freude und Heiterkeit vertragen keinen Stress» (Max Burgener, r.) und «Humor mit Betagten» (Beat Hänni, o.) waren die Themen, denen an die 50 Teilnehmer und Teil-

nehmerinnen ihr ungeteiltes Interesse schenkten. Auch HumorCareSchweiz-Mitglied Prof. Dr. Willibald Ruch (nicht auf dem Bild) beteiligte sich an einem Symposium über Humor aus der Sicht der Wissenschaft.

Neuer Dokumentarfilm über die Huusglön

«Freude bringen, Lachen schenken»,

(ca. 40 Min.), von Roland Achini.

Clowns besuchen Menschen mit Behinderungen und schweren Erkrankungen zu Hause. Der Film gibt Einblick in die Haus-Besuche der «Huusglön».

Filmpremièren:

Sa, 29. Okt., 11 Uhr im Stadtkino Basel

Sa, 19. Nov, 11 Uhr im Kino City Thun

DVD-Verkauf an den Premièren: Fr. 25.–.

Vertrieb ab Ende Oktober bei:

Roland Achini, Vogesenstr. 33, 4106 Therwil

Tel. 061 721 45 39

E-Mail: roland.achini@bluewin.ch



Wie freuen uns auch auf spannende Diskussionen und natürlich auch auf alle Eure Beiträge und Reaktionen:
DIE BLATTSOMMERFRISCHEN BeatBeatriceEnricoHans-Georg · Kontakt Redaktion: h-g.lauer@humorcare.ch