

# Wenn ein Lächeln zur Therapie wird

Das Beispiel des oberaargauischen Pflegeheims Wiedlisbach (OPW) zeigt eine Möglichkeit auf, wie mit Humor in der Pflege gearbeitet werden kann. Eine anspruchsvolle Aufgabe, aber auch eine lustvolle.

Seit Marcel Briand Anfang 2003 erstmals ins oberaargauische Pflegeheim Wiedlisbach kam, hat sich in der Institution einiges verändert. «Seine Anwesenheit unterstützt uns, Lebensfreude und Lebenslust im Alltag zu integrieren», sagt Margret Blaser, Leiterin Personalentwicklung des Pflegeheimes. «Er inspirierte uns dazu, das humoristische Element in der Arbeit sichtbar und spürbar zu machen.»

## Nicht einfach Komiker

Marcel Briand tritt jeweils in verschiedenen Rollen auf, wenn er ins Pflegeheim kommt. Sei es als Begegnungs- oder Klinikclown, sei es als Humorberater, Workshop-Leiter oder auch als Mitglied der HumorCare Schweiz.

Wie sieht die Kunst eines professionellen Humoristen wie Briand aus? Er hat sich ein grosses Repertoire an Techniken erarbeitet, das ihm ermöglicht, andere Menschen zu verblüffen und zu erheitern. Das Ziel ist dabei, andere möglichst häufig zum Lachen zu bringen. Der Humorist präsentiert sich aber nicht einfach als Komiker, Clown oder Witzerzähler. Er setzt seine Fähigkeiten vielmehr dosiert ein, um den therapeutisch wirksamen Ermutigungsprozess humorvoll zu fördern.

Und der Effekt im Pflegeheim Wiedlisbach ist viel versprechend. Die 88-jährige Heimbewohnerin Marietta Schaad verkündet lachend: «Das ist schon eine gute Sache. Wir habens Gaudi gehabt mit dem Herrn Briand. Wir lachen aber auch sonst viel auf der Abteilung, gemeinsam mit den Pflegenden.» Der 87-jährige Walter Reimann, der den Klinikclown auch schon mehrmals gesehen hat, schliesst sich der wohlwollenden Beurteilung an: «Er hat uns gut gefallen. Gefreut hat mich aber vor allem die Tatsache, dass da ein junger Mensch für Ältere auftrat.»

Was ist aber das konkrete Rezept, wie Briand die Menschen anrührt? «Er geht individuell auf die Heimbewohner/innen und auf ihre alters-krankheitsbedingten Einschränkungen ein», beobachtete Margret Blaser. «Er holt Demente in ihrer Welt ab und bringt Depressive und Introvertierte zum aktiven Mitmachen.» Bei Geistigbehinderten baue er mehrheitlich auf der taktilen Ebene auf, bei psychisch Kranken auf der Musik, erklärt sie. «Briand zieht die Menschen in seinen Bann», begeistert sich auch Susann Winterberger, Mitglied der Humorgruppe des Pflegeheimes. «Es friert einem förmlich dabei, ein wunderbares Gefühl.» Dabei würden Ressourcen freigesetzt, berichtet sie. Kürzlich habe eine Frau, die stark in ihrer Mobilität eingeschränkt sei, sogar zu tanzen begonnen.

## Einen Moment inne halten

Damit sich der Humor innerhalb des Pflegeheims nachhaltig verankern kann, kommt Briand monatlich einmal vorbei. «Diese monatlichen Events ermöglichen den Heimbewohner/innen und Mitarbei-



Der Humorball ist im oberaargauischen Pflegeheim Wiedlisbach immer unterwegs. Wer ihn auffängt und weiterreicht, dem schenkt er ein Lächeln.



Empfang mit Saxophon-Musik: So macht der Arbeitsbeginn Spass.

Fotos: OPW

tenden, einen Moment inne zu halten, zu schmunzeln und miteinander ins Gespräch zu kommen», sagt die Personalverantwortliche.

Aus diesen Humorvisiten während der letzten zwei Jahre entfaltete sich indessen ein bunter Strauss von Aktivitäten. Als Erstes wurde eine Humorgruppe gegründet. Susann Wintenberger: «Mit der Humorgruppe wollen wir etwas Lustvolles auslösen.» So hat diese zunächst den Eingangsbereich mit Farbe und Dekorationen verschönert. Weiter hat sie eine grosse Pinwand für die Mitarbeitenden angebracht, worauf man nach einem vorgegebenen Monatsthema zeichnen oder auch seine Gedanken aufschreiben kann. Es gibt einen Briefkasten, der mit «erfreulichen Erlebnissen» gefüllt werden will. Ein «Humorball» ist des Weiteren im Haus unterwegs, der stets wieder jemand anderem zugespült wird. Ausserdem verschickt die Humorgruppe morgens in der Früh ein E-Mail mit schmunzelndem Inhalt, mit dem Ziel, den Tag schwungvoll zu starten. Und zu guter Letzt, als jüngstes



Projekt, wurde ein «Ort der Begegnung» auf dem Vorplatz des Haupteinganges geschaffen. Unter einem Festzelt an Stehtischen haben die Heimbewohner/innen und Mitarbeitenden die Möglichkeit, sich spontan für einen Schwatz zu treffen.

## Manchmal reicht ein Lächeln

Was hat sich seit der Anwesenheit von Marcel Briand bei den Mitarbeitenden verändert? «Auf konzeptioneller Ebene wurde der Wert Humor ins Bereichsverständnis aufgenommen, was sehr wichtig ist», betont Margret Blaser. «Das bedeutet: Wir sind uns der Wirkung des Humors als tröstendes, erleichterndes und distanzschaf-

Humor entsteht immer dann, wenn sich «komische» Normverletzungen ergeben, die einen vorgegebenen Bezugsrahmen sprengen. Geschieht dies unfreiwillig (wie im Fall körperlicher, geistiger oder psychischer Behinderungen), kann dies zu beschämenden, peinlichen Konsequenzen führen. Gerade psychisch kranke Menschen verhalten sich häufig unfreiwillig komisch. Sie können dadurch zu Objekten der Lächerlichkeit und zur Zielscheibe eines destruktiven, «schwarzen» Humors (Ironie, Sarkasmus, Zynismus) werden. Die Mitglieder von HumorCare beispielsweise verpflichten sich, diese Art des Humors grundsätzlich zu vermeiden. Ihre Arbeit basiert auf einer empathischen Grundhaltung und dem Respekt für die Würde, die Persönlichkeit sowie die Privatsphäre ihrer Klientinnen und Klienten.

(Auszug aus den Ethischen Richtlinien von HumorCare Schweiz)

## Was bewirkt gezielt eingesetzter Humor?

Der Humor stellt ein komplexes Phänomen dar, das kognitive, affektive und physiologische Aspekte einbezieht. Humor führt zu einer Erheiterung, die sich im Lächeln und Lachen äussern kann und zugleich kommunikativ wirkt. Freiwillige Komik entsteht, wenn sich ein Mensch bewusst und gezielt auf kommunikative oder nonverbale Normverletzungen einlässt, die zu einem erheitern Effekt führen. Dies setzt das Wissen um spezifische kontrollierbare Techniken voraus, die grundsätzlich erlernbar sind, daneben aber auch Ausdruck individueller Kreativität und Schlagfertigkeit sind. Dieser Effekt des Humors ist vom therapeutischen Standpunkt aus unspezifisch. Therapeutisch wirksamer Humor zielt nicht auf den schnellen Effekt ab. Seine primäre Absicht ist es, Einsicht in das Entstehen jener komischen Phänomene zu geben, welche die Identität eines Menschen in unfreiwilliger Weise akzentuieren und bestehende Krankheitssymptome möglicherweise verstärken. Wer diese Wirkung bewusst reflektieren und steuern kann, so das Verständnis von HumorCare Schweiz, vermag einen Identitätswandel zu vollziehen, der einem «anderen Weg des Denkens und Handelns» entspricht und zu einer aktiven Selbstbestimmung hinführt. Grundlegendes Ziel ist dabei die Ermutigung, sich selbst nicht allzu ernst zu nehmen (Mut zur Unvollkommenheit), über sich selbst lachen zu können (Mut zur Lächerlichkeit) und starre soziale Normen und Idealvorstellungen relativieren respektive in Frage stellen zu können (Mut zum Widersinn/ Unsinn)

## Pflegeheim Wiedlisbach

Das oberaargauische Alters- und Pflegeheim Wiedlisbach liegt am Jurasüdfuss, nahe dem Städtchen Wiedlisbach. Es umfasst 220 Betten mit rund 270 Mitarbeitenden, 160 davon in der Pflege. Bewohner/innen und geistig behinderte Menschen werden in verschiedenen Häusern und Wohngruppen betreut. Das Heim hat einen dörflichen Charakter mit Wäscherei, Restaurant, Mehrzwecksaal, Werkstätten und sogar mit einer Gärtnerei und einem Landwirtschaftsbetrieb. Eine ausgedehnte Parkanlage inklusive einer Voliere und einem Biotop rundet das Bild ab.

fendes Phänomen bewusst.»

Die regelmässigen Humor-Workshops, die allen Mitarbeitenden des Pflegeheims offen stehen, helfen, sich dieses Thema immer wieder in Erinnerung zu rufen und die Sensibilisierung präsent zu halten. In diesen Workshops taucht Humorexperte Briand mit den Teilnehmenden in die Geschichte des Humors ein, sensibilisiert fürs Thema und lehrt spezifische Interventionstechniken. Erste Begegnungen mit der roten Nase gehören auch dazu. «Die Wirkung dieser Nasen ist phänomenal», staunt Margret Blaser und fügt hinzu, in den Workshops werde der Stoff praxisnah und patientenorientiert vermittelt, sodass sich gleich jeder und jede getraue, die neuen Kenntnisse anzuwenden.

Die Anwendung droht höchstens am chronischen Zeitmangel zu scheitern. Dem jedoch hält Susann Wintenberger als Ab-

teilungsleiterin entgegen: «Manchmal braucht es nur eine Kleinigkeit, ein Lächeln oder eine Anekdote.»

Weiterführende Information unter: HumorCare Schweiz Postfach 2326, CH-8022 Zürich [www.humorcare.ch](http://www.humorcare.ch) [www.nachttopf.ch](http://www.nachttopf.ch) [www.opw.ch/heim.htm](http://www.opw.ch/heim.htm)

## Der Autor



Stefan Müller ist Sozialarbeiter und freier Journalist. Er schreibt unter anderem über Themen zu Gesundheit und Gesellschaft.

d f i