

Inhaltsverzeichnis

Vorwort – Ein Anfang ohne Ende	15
Dank	17
Vorwort zur 2. Auflage	19
Dank	20
Geleitwort – Oder eine historische Sicht von Humor in der Pflege	21
Teil I: Humor und Lachen in der Pflege – Theoretische Hintergründe und praktische Anwendung	27
Humor – ein Pflegekonzept im Aufwind	29
■ Humor trotz und mit Krankheit	30
– Humor trotz(t) Krankheit	30
– Humor – Eine Trotzmacht auch im Krankenhaus	31
■ Humordefinitionen – Ein bunter Strauß	33
– Humor, Lachen und ihre Metaphern	34
– Humor als Körpersäfte	34
– Humor als Persönlichkeitsmerkmal	34
– Humor als Verhaltens- und Bewältigungsstrategie	35
– Humor als Funktion	36
– Humor aus der Sicht der PatientInnen	36
– Humor als Gabe und Fähigkeit	37
– Humor trotz und mit Krankheit	37

■ Humorthorien und Humorprozess – ganz im Ernst	38
– Überlegenheitstheorie	39
– Inkongruenztheorie	40
– Erleichterungstheorie	40
– Therapeutischer Humorprozess	41
■ Humor und Lachen – ein ungleiches Paar	42
– Humor	42
– Lachen	43
– Humor und Lachen – unscharf getrennt	44
■ Ethische Richtlinien – Leitplanken für therapeutisch wirksamen Humor	45
■ Humor – Elixier für die Seele und Frischzellenkur fürs Hirn	47
■ Lachen – eine Fundgrube für Gelotologen	51
■ Humor – ein Erlebnis wert!	54
– Humor bei chronisch kranken Menschen	54
– Humor bei psychisch erkrankten Menschen	56
– Humor bei betagten Menschen	58
– Humor bei lebensbedrohlichen Erkrankungen und angesichts des Todes	61
– Humor bei Angehörigen	62
– Humor bei den professionell Helfenden	65
– Humor bei Männern und Frauen	69
■ Humoranamnese – Reden ist Silber, Fragen und Beobachten sind Gold	71
■ Humorinterventionen – Mut zum Risiko	75
– Interventionsebenen	76
– Interventionsbeispiele	77
– Interventionen auswerten	83
– Humor und Lachen – mögliche unerwünschte Wirkungen und Ausdrucksformen	84
Teil II: Humor angesichts von Krankheit und Tod	87
Heitere Gelassenheit trotz allem	89
Aus dem Alltag eines Lachkoffers – Möglichkeiten für Humorinterventionen im Akutspital	91
■ Wie kam es zur Einführung des Lachkoffers?	92
■ Was ist ein Lachkoffer?	93
■ Wie wird der Lachkoffer angewendet?	94

– Herr Ackermann	94
– Herr Langenegger	97
– Herr Morgenthaler	98
– Der Offizier	99
■ Was hat der Lachkoffer beim Pfllegeteam bewirkt?	100
■ Mut zum Wagnis!	102

Von der Idee zum Konzept – Humorkultur in der Klinik

am Beispiel der Reha Zurzach-Baden	105
■ Am Anfang war der Clown mit den roten Schuhen	105
■ Ein Clown allein macht noch keinen Humorfrühling – die Humorgruppe	106
– Stimmungsbarometer – die Kommunikation nach innen und außen	107
– Steuerungsorgan – die Sicht nach oben und unten	107
– Visionärin – die Sicht nach vorn	110
■ Von der Idee zum Konzept	110
– Voraussetzungen	110
– Ziele	111
– Wichtige Entscheide	112
– Definitionen von Humor	113
– Präsenz von Humor	114
■ Bisherige Stationen auf dem Weg des Humorprojektes	117
– Schlüsselerlebnisse	117
– Veränderungen	118
– Grenzen	120

Humor im Kinderspital – mit und ohne CliniClowns

■ Hereinspaziert ins Kinderspital!	125
■ Humor in den kindlichen Entwicklungsstufen	127
– Säuglinge	127
– Kleinkinder	128
– Kindergartenalter	130
– Schulalter	131
– Jugendliche	132
■ Humor anstelle von Schlafmitteln im Spital?	134
■ Die heitere und humorvolle Atmosphäre als gesundheitsförderndes Stimulans	136
■ Und die Eltern?	138
■ Die Bedeutung des Lachens bei schwerkranken Kindern	139
■ Humorprofis – Die Klinikclowns	140

Die Sicht der Dinge bestimmt das Handeln – Lachen und Humor in der psychiatrischen Pflege	145
■ Einleitung	145
■ Lachen und Psychopathologie	147
– Lächeln und Schizophrenie	148
– Lächeln und Depression	148
– Lachen und Manie	149
– Lachen und Abhängigkeitserkrankung	149
– Lachen und Persönlichkeitsstörung	149
– Lächeln und Verwirrtheit	149
■ Humor und das Modell der interaktionellen Pflege nach Peplau	151
– Orientierungsphase	152
– Identifikationsphase	153
– Nutzungsphase	153
– Ablösungsphase	154
■ Humor in psychiatrischen Notfall- und Krisensituationen	155
– Den Krisenanlass verstehen	156
– Eine gemeinsame Krisendefinition erarbeiten	156
– Gefühle ausdrücken und Emotionen entlasten	157
– Gewohnte Bewältigungsstrategien reaktivieren und Konfrontation mit der Realität	157
– Nach neuen Lösungen suchen	158
– Abschließender Rückblick und Bilanz	158
■ Lachen im Trialog	159
■ Lachen hinter Gittern – Humor in der forensisch-psychiatrischen Pflege	160
■ Humor als Haltung und Intervention	162
■ Der Pflegenden in der Psychiatrie als Clown und die Möglichkeiten des Provokateurs	164
«Keine Chance, ich habe Aids.» – Humor in der Pflege und Begleitung von Menschen mit HIV und Aids	167
■ Humor – frivol oder makaber?	168
■ Humor aus der Sicht HIV-infizierten Menschen	169
■ Humor im Leben von Angehörigen HIV-infizierter Menschen	171
■ Humor in der ambulanten und häuslichen Betreuung	172
■ Humor im Hospiz	176
■ Humor in der HIV-Prävention	178

Das Lächeln am Fuße der Bahre – Humor im Angesicht von Tod und Trauer	181
■ «Lieber totlachen als sterben!»	181
■ «Das Lächeln am Fuße der Bahre»	182
■ Der Tod – ein zuverlässiger Geselle!	184
■ Das Leben ist ein Fluss	185
■ Die kosmische Perlenkette	185
■ Sterbende sind Lebende!	186
■ Stirbt man nur einmal?	187
■ Der «Pinocchio-Effekt»	188
■ Plötzlich und unerwartet... ..	190
■ Fantasiereise «Das Kaufhaus der Lebensalter»	191
Teil III: Humor im Alter	195
Humor und Heiterkeit im Alter – Ressource und Schmiermittel ...	197
Zwischen Tragik und Komik – Humor bei verwirrten Menschen im Altersheim	201
■ Humor bei dementen Menschen – eine Entdeckungsreise	201
■ Wie äußert sich Humor bei verwirrten Menschen?	202
– Zum Beispiel Herr Berger	202
– Zum Beispiel Frau Walter	203
– Zum Beispiel Frau Müller	204
■ Angehörige – wie erleben sie Humor bei verwirrten Menschen?	205
■ Wie können Mitarbeitende ihren Humorsinn schärfen?	207
– Holland statt Zürichsee – örtliche Desorientierung	207
– Erbsensuppe statt Brausesaft – «Kreativer» Gebrauch von Medikamenten	208
– Frau von Welt – Verwechslung von Personen	208
– Baden statt Ganzkörperwäsche – Verbale Defizite	209
■ Aus Verwirrungssituationen lernen	210
■ Wie wirkt geplanter Humor?	212
■ Gefahr von Humor – Auslachen	213
■ Zum Schluss	214

Jenseits von Gelächter und Klamauk – Das Pilotprojekt «Humor in der Betreuung und Pflege» im Wohnheim Resch, Schaan (FL)	215
■ Das keimende Samenkorn – der Floh im Ohr	216
– Das Wohnheim Resch	216
■ Das zarte Pflänzchen – von der Idee zur Projektskizze	218
– Die Formulierung der Projektziele	218
– Die Finanzierung des Projektes	218
– Fit für Humor	220
– Die ersten Früchte – oder die Humorinterventionen der Mitarbeitenden	220
– Die Clown-Einsätze	221
■ Erfahrungen und Schlussfolgerungen	221
Wenn Emotionen tanzen – ein Reisebericht unterwegs zu alten Herzen	227
■ Erster Akt: Das Morgenrauen	227
■ Zweiter Akt: Die Ankunft	228
■ Dritter Akt: Die Visite	230
– Blinde Ohren und verstopfte Augen	231
– Zwerchfell- und Beingymnastik	232
– Tanz der Emotionen	234
– Das Leben ist hart	235
– Realität oder Karikatur?	236
– Die Stille lebt vom Sein	237
■ Vierter Akt: Resümee und Mittagessen	239
■ Fünfter Akt: Wetterleuchten am Nachmittag	239
■ Schlussakt: Abendrot	240
«Herr Meier war mein Lehrmeister» – Humor in der Pflege und Betreuung zuhause	245
■ Humorbrücken bauen	245
■ Herr Meier: Ein Lehrmeister in Sachen Humor	247
– Caruso oder Robinson Crusoe?	247
– «Früher war ich schön und schlank» oder Humor als Selbstironie ...	248
– Wer hat nun wem das Leben gerettet?	249
■ Heitere Erinnerungen und sonstiges	250
– Herr Fischer und die Jammertante	251
– Was arbeitet denn ihr Mann?	252
– Humor in einem Haushalt mit mehreren Generationen und Haustieren	253

■ Hemmungen und ihr Humorpotenzial	255
– Dass ich das noch erleben muss...	255
– Die himmelblaue Badehose	256
– Den Körper auch im Alter gerne haben – oder: Der Partner und die Partnerin fehlen	257
■ Humor im Betrieb	258
– Das Humorbuch	259
– Die Schmunzelminute	261
■ Zum Schluss	263

**«Du hast uns gerade noch gefehlt...» – Humor als Element
der Führungsphilosophie in der Alterspflege**

■ Humor – Wie eine zerknitterte Zeitung	265
■ Sind Führung und Humor getrennte Welten?	266
■ Humor und Führung – ein neuer Trend?	269
■ Führung in Alterspflegeinstitutionen – eine Herausforderung	272
■ Wie können wir den Herausforderungen begegnen?	274
– Das Gegengift zu Einsamkeit ist Miteinander	274
– Das Gegengift zu Hilflosigkeit ist, sich nützlich machen zu können	274
– Gegengifte zu Langeweile sind Abwechslung, Spontanität und Humor	274
■ Humor in der Pflegedienstleitung – eine Gratwanderung, die sich lohnt!	276
■ Humorvolles Personal – Beispiele zum Nachmachen	278
■ Schlussplädoyer	280

**Teil IV: Humor aus der Sicht von Betroffenen und
Angehörigen**

Kaum zu viel, aber oft zu wenig...

**«I dance as fast as I can!» – Humor als Überlebensstrategie
trotz chronischer Krankheit**

■ Humor in meinem Berufsleben	286
– Offenes Herz bei kranken Augen	286
– Offene Augen bei krankem Gemüt	288
– Humor an einem dunklen Ort	289
■ Humor in meinem persönlichen Leben	290
– Humor als Nahrung für die Seele	291

– Die Humorfarbe ist orange	292
– Humor und das Gesetz der Schwerkraft	293
«Diese Fähigkeiten sind seine <i>und</i> meine Rettung.» – Humor mit betagten Angehörigen	295
■ Humor nimmt Gewicht von den Schultern	296
■ Humor in der Familie – eine Entdeckungsreise	298
■ Es bleibt noch viel zu tun!	299
– Scherzende Kommunikation fördern	300
– Humorvolle Ereignisse teilen	300
■ Bedeutung für die professionelle Pflege	303
Krebs und Humor oder – Mehr Trittsicherheit bei der Gratwanderung in der onkologischen Pflege	305
■ Humor und Krebs – zwei ernste Themen	305
■ Onkologie und Humor – ein zunehmendes Interesse	307
■ Auf der onkologischen Akutstation	308
– Vorsichtig einsteigen und dran bleiben	308
– Knackpunkte	309
■ Auf der Rehabilitationsstation	310
■ Lachstunde – selbst ausprobiert	313
– Devise eines Lachtrainers: Lachen ist gesund – Punkt.	314
– Das Leben ist kostbar	314
– Die Anderen	315
■ Krebskranke wollen nicht immer ernst sein – Was sagt die Literatur dazu?	316
– Humor in der englischsprachigen Fachliteratur	316
– Humor und Krebs in der deutschsprachigen Literatur	319
– Krebs und Humor – einige zentrale Forschungsergebnisse	319
– Krebskranke	319
– Angehörige	325
– Pflegefachleute und das multiprofessionelle Team	326
■ Pflegerischer Beitrag – wie weiter in der onkologischen Pflege?	328
Teil V: Umsetzung in der Pflegepraxis	331
Tipps für engagierte MacherInnen	333
■ Aller Anfang ist – eine Humoridee!	333
■ Klein, aber fein!	334
■ Interventionsplan – was, wer, wie, wo, wann?	334

■ Faustregeln zum Einüben von Humorinterventionen	334
■ Tipps für einen Lachkoffer	337
■ Tipps für Clowns in Alters- und Pflegeheimen	338
■ Tipps für Institutionen	338
Anhang	341
Wozu dient ein Standard für Humor und Lachen in der Pflege? ...	343
«Das hat uns gerade noch gefehlt!» – Ein Standard für Humor und Lachen in der Pflege	345
Ethische Richtlinien von Humor Care	351
Verzeichnis der Autorinnen und Autoren	355
Abbildungsverzeichnis	363
Literaturverzeichnis	365
Sachwortverzeichnis	377