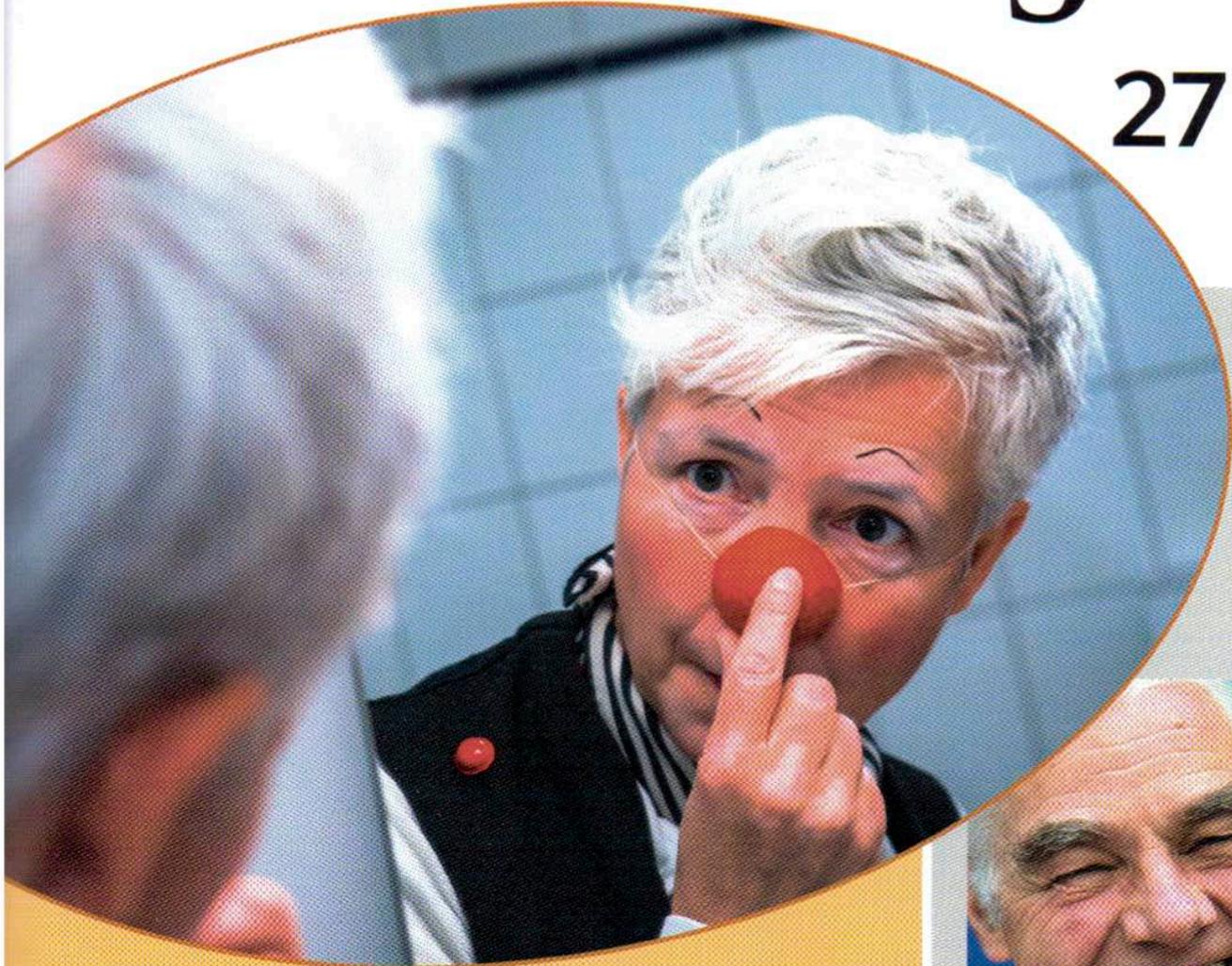


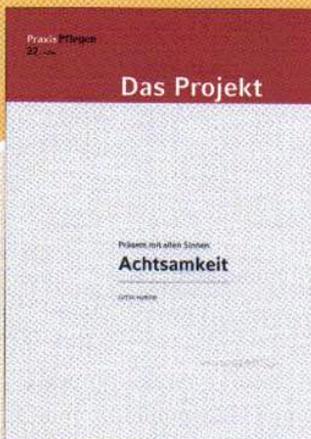
Praxis Pflegen

27 | 2016



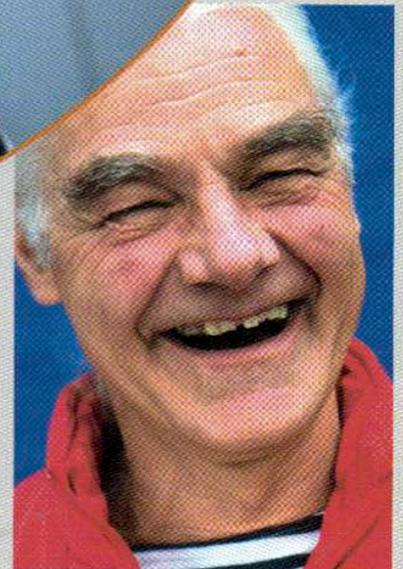
THEMENSCHWERPUNKT

Humor in der Pflege



PROJEKT

Präsent mit allen Sinnen
Achtsamkeit



So einfach wie Lachen



Lachen ist die beste
Prävention

Auf Clownsvisite im Pflegeheim

Farbtupfer im oft grauen Einerlei

Seit etwa 20 Jahren besuchen Clowns Menschen in Pflegeeinrichtungen und bereichern den oft tristen Alltag dort. Sie erfreuen sich stetig größer werdender Beliebtheit, denn mit ihrer Arbeit erzielen sie oft nachhaltige Erfolge. Ihr Humor sorgt für Leichtigkeit, bringt die Monotonie zum Tanzen, lindert Stress und hebt die Stimmung bei Pflegebedürftigen, Mitarbeitern und Angehörigen.

Inzwischen ist in mehreren Studien (beispielsweise von der Uni Zürich; siehe unter www.zora.uzh.ch/28193/) nachgewiesen worden, dass negative Begleiterscheinungen von Demenz, wie Aggressivität oder abendliche Unruhe, weniger stark ausfallen, wenn es tagsüber Clownsbesuche gegeben hat. Die Einsätze verbessern die Lebensqualität demenziell erkrankter Menschen und steigern positiv ihre Aktivität. Depressive Bewohner werden aufgeheitert, die therapeutische Wirkung von Humor ist in der Gerontopsychiatrie unbestritten.

Dr. Clown im Einsatz

Der Clown in Pflegeeinrichtungen, auch Gericlown oder Kontaktclown genannt, ist ein speziell für diese Tätigkeit ausgebildeter Künstler, der es sich zur Aufgabe gemacht hat, mit alten Menschen und deren Umfeld – Angehörige und Pflegenden – in einen humorvollen Kontakt zu treten. Diese Clowns sind in der Regel Menschen, die aus den verschiedensten, meist therapeutischen oder künstlerischen Berufen stammen und zusätzlich eine fundierte, professionelle Ausbildung zum Clown haben. Qualitätsmerkmale sind ständige Weiterbildung und regelmäßiges Training.

Ein Einsatz dauert in der Regel drei bis vier Stunden, je nach Größe der Einrichtung. Oft sind dabei die Clowns im Duo unterwegs. Nach einer internen Einsatzbesprechung folgt ein Informationsgespräch mit einem Ansprechpartner der Einrichtung oder der Station. Gab es besondere Zwischenfälle seit dem letzten Besuch, neue Bewohner, Krankheiten, verändertes Verhalten? Nicht selten besucht das Duo manche Einrichtungen schon seit vielen Jahren regelmäßig. Die Pflegebedürftigen, Mitarbeiter, Angehörigen und Clowns kennen sich mit der Zeit gut, die Vertrautheit wächst.

Während solch einer Visite besuchen die Clowns nach Absprache die Betroffenen in ihren Zimmern. Das kommt ganz besonders denjenigen zugute, die nur noch selten am

gemeinschaftlichen Leben in der Einrichtung teilhaben können oder wollen – sei es durch Bettlägerigkeit oder auch selbst gewählter Isolation. Auch in Gruppenräumen finden die Besuche statt. Oft versammeln sich die Bewohner mitsamt Angehörigen bereits schon vorzeitig vor dem anstehenden Besuch. Deswegen ist es auch besonders wichtig, für die Clowns und die Einrichtung die Einsätze verlässlich zu festen, regelmäßigen Terminen zu planen.

Die Einsätze in den Senioren- und Pflegeheimen werden zumeist von den Einrichtungen selbst finanziert und oft als Teil des kulturellen Programmangebotes gesehen. Eine Ankündigung findet sich am Schwarzen Brett oder in den wöchentlichen Programmplänen. Ein Pflegeheim, das regelmäßige Besuche von Clowns auf dem Programm hat, punktet heute im Wettbewerb der Einrichtungen.

Die rote Nase öffnet Türen und Herzen

PRAXISBEISPIEL

Auf dem Flur begegnen wir Herrn M. Er sitzt auf der Bank neben dem Eingang. Wir grüßen ihn und fragen, ob wir uns dazusetzen dürfen. Er freut sich über die Gesellschaft, merkt aber an, dass er wenig Zeit habe, weil sein Enkel gleich zu Besuch kommt. „Das macht nichts“, sagen wir, „wir haben genug Zeit für alle mitgebracht“ und summen ein Lied. Herr M. stimmt ein und gemeinsam singen wir das Lied zu Ende, bis sein Enkel mit ziemlicher Verspätung auftaucht. Seine Entschuldigung für die Verspätung wegen des immensen Verkehrs geht im fröhlichen Gesang unter, und gut gelaunt, trotz der Warterei, ziehen die beiden los.

Die rote Nase des Clowns, die „kleinste Maske der Welt“, wirkt als Türöffner. Das Kostüm spielt oft mit dem Schick vergangener Jahre und ist somit auch ein kleiner Ausdruck der Wertschätzung den meist älteren Pflegebedürftigen gegenüber. Auch seine offene Ausstrahlung und sein offenes Herz wirken einladend für die bevorstehende Begegnung. Der Privatmensch, der sich hinter der Nase verbirgt, bleibt zurück. In den Vordergrund rückt der Clown als eine Figur, die es seit jeher gibt, einem Vertrauten aus Kindheitstagen, völlig frei von Absichten. Clowns sind bunt, naiv, fröhlich. Ihre Bewegungen, ihr Erscheinungsbild ist anders als die routinieren und standardisierten Handgriffe des Personals. Das allein weckt Interesse. „Im Altenheim sind die Menschen alt, oft müde, eingeschränkt – und andere an ihnen nur temporär und



Foto: Michael Hagedorn/

◀ Clowns passen sich den Situationen an und sind mal Kind, mal Vater, mal Chef, mal Arzt.

mit einer bestimmten Absicht interessiert. Hier schenken die Clowns ihnen Zeit und absichtslose Aufmerksamkeit – denn nur so kann sich entwickeln, was von den alten Menschen ausgeht. Die Chance gibt den Alten sonst niemand.“ (Fey, 2016)

Die Besonderheit des Clowns in Pflegeeinrichtungen liegt darin, dass es ihm leicht gelingt, in viele Rollen zu schlüpfen. Blitzschnell erfasst er durch seine geschulte Wahrnehmung die jeweilige Situation und Stimmung. Sein ebenso geschultes Improvisationsvermögen lässt ihn unmittelbar agieren. Mal ist er Kind, mal ist er Wissender und Mitspieler, mal ist er ahnungslos, um im nächsten Zimmer wieder schlau zu sein, Plattdeutsch zu schnacken oder zu jonglieren. Der Clown ist immer beim Menschen, er baut liebevoll Kontakt auf.

Reisebegleiter in eine ferne Welt

PRAXISBEISPIEL

Eine Bewohnerin, die seit vielen Jahren im selben Zimmer lebt, erfährt dort in der Regel wenig Veränderung. An der Wand hängt ein Gemälde, ein paar Fischerhäuser, ein Kai in Südeuropa. Ein Gässchen zwischen den Häusern. Wo führt dieses Gässchen hin? Es entspinnt sich eine Fantasiereise: Gemeinsam unternehmen der Clown und die Bewohnerin einen Ausflug in eine ferne Welt – mit ihren Worten, ihren Erfahrungen, ihren Gefühlen. Das Zimmer wird für eine Weile zum kleinen Ort in Italien, der Duft aus der Trattoria erfüllt den Raum, die Farben eines längst vergangenen Sommers leuchten erneut.

So begleiten die Clowns die Menschen in ihre Biografie, wecken Erinnerungen an die Kindheit, an die erste Liebe, mit Liedern, Gedichten, Bildern. Oft gelingt es ihnen sogar, die Pflegebedürftigen, die eben noch schweigend am Tisch saßen, dazu zu bringen, Gemeinsamkeiten in ihrer Vergangenheit zu entdecken, ins Gespräch miteinander zu kommen.

PRAXISBEISPIEL

Im nächsten Zimmer wohnt die immobile Frau K. „Zu Frau K. brauchen sie nicht zu gehen. Sie mag so was nicht“, war der Tipp der Pflegeleitung bei der Übergabe. Als wir uns zu Frau K. ins Zimmer verirren, fragt sie prompt: „Was soll das?“ Wir erklären, dass wir neu sind und keine Ahnung hätten. Frau K. schmeißt uns raus. Als wir zwei Wochen später schüchtern am Zimmer von Frau K. vorbeigehen, ruft sie hinaus: „Warum geht ihr vorbei?“ „Weil du uns rausschmeißt“, antworten wir. „Aber dafür müsst ihr erst mal reinkommen“, ist ihre Antwort. Seitdem besteht Frau K. darauf, uns alle zwei Wochen rauszuschmeißen.

Ein anderer Blick kann die Dinge verändern

Für den Clown sind alle Menschen gleich. Ob Reinigungskraft oder Verwaltungschef, für ihn spielt das keine Rolle, denn alle Menschen verdienen ihre uneingeschränkte Aufmerksamkeit. „Wir freuen uns immer so darauf, dass ihr kommt“, hören wir immer wieder von den Mitarbeitern. Nicht ohne Grund



◀ Clown oder Pflegebedürftiger? Auf jeden Fall zum Schmunzeln.

PRAXISBEISPIEL

In der Wohnküche treffen wir Frau S., die seit vielen Jahren als Pflegefachkraft alte Menschen betreut. Wir sehen ihr an, dass sie heute schon ihre Belastungsgrenze erreicht hat, trotzdem lächelt sie freundlich, als wir reinkommen. Ihr Vorname ist Corinna, und in Nullkommanix dichten wir den Song „Marina, Marina, Marina“ um in „Corinna, Corinna, Corinna, du bist ja die Schönste der Welt ...“ Während einer von uns mit der Ukulele ganz nah bei Corinna bleibt und diesen Song nur für sie singt, ihr diesen ganz eigenen Moment der uneingeschränkten Aufmerksamkeit schenkt, geht der andere an den Tisch mit den versammelten Senioren und singt gemeinsam mit ihnen für Corinna. Corinna strahlt.

wirbt das Bundesgesundheitsministerium in einer Broschüre für Pflegeberufe damit, dass die wachsende Zahl von Clowns in Pflegeeinrichtungen diese Arbeit attraktiv macht. Humor löst Spannungen und Konflikte und schenkt einen anderen Blick auf die Dinge. „Er ist eine heitere Geisteshaltung gegenüber den Widrigkeiten des Lebens“, lautet die Definition des Humorforschers und Psychologen Willibald Ruch von der Universität Zürich. Clowns bringen Humor in den Alltag der Mitarbeiter. Das löst Stress, entspannt und motiviert.

PRAXISBEISPIEL

Drei Pflegekräfte stehen erschöpft im Büro, als wir hereinkommen. „Oh, könnt ihr uns mal aufmuntern?“ „Ja klar, das können wir, ich hab’ sogar eine Idee.“ Während einer von uns verzweifelt in seiner Tasche nach der Idee sucht, fragt der andere, ob ein Tänzchen die Damen aufmuntern würde. Dabei rumpelt er gegen den Türpfosten, zappelt ungeschickt, stolpert über seinen Kollegen. Die Pflegekräfte lachen.

Literatur und weiterführende Informationen

Fey, U. (2016): Clowns für Menschen mit Demenz – Das Potenzial einer komischen Kunst. Mabuse Verlag

Weitere Informationen und qualifizierte Clowns für den Einsatz in Senioren- und Pflegeeinrichtungen findet man u. a. über regionale Klinikclownsvereine oder beim Dachverband für Clowns in Medizin und Pflege Deutschland e.V. (www.dachverband-clowns.de).



Bettina Gläske arbeitet als Clown für kreative Begegnung (www.humorhandwerk.de) und ist bei den Klinik-Clowns-Hamburg e.V. im Einsatz. bglaeske@web.de

Torsten Kiehne ist als Übersetzer tätig und für die Klinik-Clowns-Hamburg e.V. im Einsatz. torsten@diekiehnes.de