

Die feinen Töne des Humors

Basel. Die Gesellschaft zur Förderung von Humor in Pflege, Therapie und Beratung wird zehnjährig.



Humorarbeiter. Seit seiner Frühpensionierung bringt Beat Hänni Heiterkeit zu den Menschen in Alters- und Pflegeheimen.

Text: KATHARINA TRUNINGER
Foto: Elena Monti

Lachen ist gesund. Das weiss auch Beat Hänni, der alte Damen und Herren im Pflegeheim zum Schmunzeln bringt.

Wer denkt, alte Menschen hätten nichts mehr zu lachen, kennt die Humorwerkstätten von Beat Hänni nicht. Mit einem Schmunzeln im Gesicht erzählt der selbsternannte Humorarbeiter von den fröhlichen Nachmittagen in den Alters- und Pflegeheimen, in denen der ehemalige Pharmamanager seit sieben Jahren in Sachen Heiterkeit unterwegs ist. «Es braucht oft gar nicht viel», weiss Hänni (68). «Ein Lächeln im Gesicht und ein Strahlen in den Augen der alten Menschen kann so vieles verändern.» Es lasse sie den oft beschwerlichen Alltag gelassener nehmen und rufe schöne Erinnerungen und Gefühle wach, die oft lange Zeit über die Humorwerkstätten hinaus weiterwirkten.

Hänni ist Vorstandsmitglied von «HumorCare Schweiz» einer Gesellschaft, die sich für die Förderung und therapeutische Anwendung von Humor in Therapie, Pflege und Beratung einsetzt und die vor zehn Jahren in Basel gegründet wurde. Heute Samstag feiert der Verein, dessen rund 130 Mitglieder zumeist in pflegerischen und sozialen Berufen tätig sind, sein Jubiläum mit einem rauschenden Fest in der «Grün 80».

SEELNBALSAM. Das Ziel von HumorCare Schweiz ist es indes nicht, mit viel Lärm und Klamauk lautes Lachen in Pflegeheime und Spitäler zu bringen. Zwar sind einige der Mitglieder als professionelle Clowns unterwegs, doch spielen sie eher mit den feinen Tönen des Humors, der die Menschen im Herzen anspricht und ihnen in der Seele wohltut wie ein warmes Sprudelbad.

Doch Humor tut auch im ganz normalen Alltag gut. Er hilft, die nicht immer einfachen Situationen im Umgang mit pflegebedürftigen, psychisch kranken oder dementen Menschen etwas leichter und spielerischer zu nehmen. «Ein gut gemeinter Scherz kostet nicht viel und gibt Anlass, wieder einmal herzlich zu lachen oder zumindest zu schmunzeln», sagt Hänni. Und dies ist Balsam für Körper und Seele. Denn Humor, Lachen und Lächeln hätten immer auch eine therapeutische Wirkung: Längerfristig stärkten sie beispielsweise das Immunsystem und wirkten sich generell positiv auf das Wohlbefinden und die Gesundheit aus, wie verschiedene Studien zeigten.

HUMORTAGEBUCH. Um auf diese Zusammenhänge aufmerksam zu machen, organisiert der Verein jährlich ein Humorforum, an dem sich Koryphäen aus Medizin und Wissenschaft zu Themen wie «Humor und Demenz» oder «Humor in der Arbeitswelt», äussern. Regelmässige Treffen bieten den Mitgliedern überdies Gelegenheit, sich auszutauschen. «Kleine Tricks wie etwa ein Humortagebuch, das im Teamzimmer aufliegt, helfen, mehr Heiterkeit in den Pflegealltag zu bringen», so Hänni, der auch Seminare für Pflegenden anbietet.

ERSTES MÜNTSCHI. Er selber bringt an seinen Humorwerkstätten die hochbetagten Damen und Herren mit folgendem Kniff zum Kichern: Reihum schubst er ihnen beim «Einheitern» einen gelben Smiley-Ball zu und lässt sie ein Tier imitieren. Inntert Kürze bringe das daraufhin einsetzende Tierstimmenkonzert jeweils das Eis zum Schmelzen. Später liest er zuweilen eine lustige Geschichte vor, aber vor allem lässt er seine Gäste von früher erzählen. Fragt, wofür sie ihr erstes Taschengeld ausgegeben hätten oder wer ihr Schulschatz gewesen sei.

«Wer erinnert sich nicht gerne an das erste Müntschi?», sagt der gebürtige Berner, der seit gut 30 Jahren in Bottmingen lebt. Beim Plaudern über Gutzirezepte, den Wäschetag der Mutter und Schulstreiche würden Gemeinsame Erinnerungen wach, und manchmal entdeckten die Leute sogar, dass sie in der gleichen Strasse aufgewachsen sind. «Ich möchte sie anregen, miteinander ins Gespräch zu kommen», sagt Hänni. Denn oft seien die alten Menschen sehr isoliert und in ihrer Einsamkeit wie gefangen. «Humor hat aber jeder Mensch. Manchmal sei er durch Lebensumstände oder Altersgebrechen verschüttet und es brauche ein wenig Hilfe, ihn wieder hervorzulocken.

Die Dankbarkeit und das Strahlen in den Gesichtern zeigen dem 68-Jährigen, dass er mit seiner Humorarbeit das Richtige gewählt hat, als er nach der Frühpensionierung noch etwas Sinnvolles «mit dem Haufen Freizeit» anfangen wollte, die er plötzlich hatte. Der warme Händedruck, mit dem ihn die Senioren jeweils verabschieden, ist für ihn das schönste Kompliment. Hänni: «Daran spüre ich, wie wichtig für sie gemeinsame Heiterkeit ist.»
