

Lachen macht vieles leichter

Manuela Orlik-Fry | **Ein Novum in der Geschichte der Alten- und Pflegebetreuung im Kanton Graubünden. Ab Februar wird eine Clownin die Bewohner der Casa s. Martin in Trun den Alltag etwas auflockern und so die Lebensqualität steigern.**



Clownin Margarita Candrian mit ihrer grossen «Wundertüte»

Clowns als eine von vielen Therapieformen im Spital, davon hat man schon gehört (siehe Kasten). Clowns, mit weissen Kitteln, aus deren Taschen das Stethoskop hängt, mit Wuschelperücke und die unverkennbare rote Nase, dazu viele Requisiten – sie alle wollen etwas

Verständnis, Humor und unverhohlene Zärtlichkeit

Farbe in den grauen Alltag der kleinen Patienten bringen. Clowns in Alten- und Pflegeheimen, hier wird Neuland betreten. Zum ersten Mal wird im Kanton Graubünden in einem Alten- und Pflegeheim, der Casa s. Martin in Trun, eine Clownin für die neue Therapieform eingesetzt.

Die Clownin heisst Margarita, ist diplomierte Psychiaterin, Schwester, und seit kurzem ein sogenannter Bewegungsclown, der nur eines im Schilde führt: Den Betagten, die teilweise demenzkrank sind, ein Lächeln zu schenken. Dies mit ihren Gesten, Grimassen und mit dem dreirädrigen Humormobil, auf dem sich Kleider, Instrumente und viele Requisiten befinden, mit denen sich humorvolle Sequenzen entwickeln lassen. Margarita Candrian schlüpft während ihrer Arbeit in verschiedene Rollen: «Die Idee ist nicht, einfach nur eine Show zu bieten, sondern den Leuten Requisiten in die Hände zu geben und Angebote zu machen. So haben sie die Möglichkeit, darauf einzusteigen oder eben auch nicht».

Clowns gelten als Wesen mit zwei Herzen in der Brust:

einem heiteren, weltumschlingenden und einem nachdenklich-melancholischen. Clown-Darstellungen sind Lieblingsmotive in Kunst und Literatur.

Sie spiegeln unsere eigene Gratwanderung zwischen Vergnügen und Elend. Wer sich in diesen zwei Welten zu bewegen weis, bringt zweifellos auch Verständnis mit.

Verständnis für innere Einsamkeiten und Ängste, Krankheit und Tod, über die man mit dem «normalen» Pflegepersonal nicht so gerne spricht. Gehör für körperliche, seelische und geistige Peinlichkeiten. Mit dem Clown, dem verkörperten Missgeschick, lässt sich darüber kameradschaftlich plaudern, erklärt Candrian am Informationstag im Heim. Und vom Humor, der manche Wunde glättet, lasse man sich gerne anstecken und trösten.

Was einem Beichtvater verwehrt ist, ist den Clowns gestattet: Haare streicheln, Hände tätscheln, Tränen abwischen, verschwörerische Grimassen, Luftsprünge, Verrenkungen und wohl abgewogene lästerliche oder kindliche Sprüche. Und nicht zu vergessen – Maske, Kostüm und Schminke verbergen die Kompetenzperson und suggerieren einen verständnisvollen Kumpel, der mit Defekten umzugehen gelernt hat.



Lachen ist gesund, lindert Schmerzen, baut Stress ab und ist Balsam für die Seele.

Heisse Statistik

Eben wurden die neuesten statistischen Zahlen der Stadt Chur für das Jahr 2006 veröffentlicht. 35 161 Bewohner wurden gezählt. Nüchterne, nackte Zahlen, wie es sich gehört. Das aber, was sich dahinter verbirgt, hat ungeheure Brisanz.

Beginnen wir patriotisch bei den Schweizern. Ganze 37 Schweizer Männer weniger, dafür aber sage und schreibe 20 Schweizerinnen mehr besiedeln unsere Stadt. Alarm, Alarm! Wehret den Anfängen! Die Verweiblichung unserer Stadt macht bedenkliche Fortschritte. Bereits beugen sich 13 474 Schweizer einer Übermacht von 15 370 Schweizerinnen. Das kann auf die Länge nicht gut gehen. Unterstützung im Kampf gegen

das Matriarchat finden die CH-Männer nur bei den männlichen Ausländern, welche die Summe der Ausländerinnen um fast 600 übersteigen.

Einbürgerungen nur noch für Männer heisst das Gebot der Stunde. Wenn es darum geht, das biologische Gleichgewicht auch nur annähernd wiederherzustellen, hat vaterländisch kurzsichtiges Denken ausgedient.

Doch noch andere Ungereimtheiten machen uns zu schaffen. Wie kommt es, dass die Geburtenzahl 2006 einen historischen Tiefpunkt erreicht hat, wo doch der Frauenanteil steigt und steigt? Sind unsere Männer impotent oder zu monogam? Müsste sich der Gesetzgeber nicht endlich zur Zulassung der

Vielweiberei durchringen? Harem ante portas! Dann nämlich hätte auch eine andere Ungereimtheit ein Ende. Um nur 30 Personen hat unsere Einwohnerschaft zugenommen. Stillstand heisst Rückschritt! Keine Frage! Wenn aber der Werbeslogan unserer Stadtväter lauten würde: «Chur, die Stadt der Harems!», käme Bewegung in die stagnierende Szene. Scharen von liebesdurstigen Männern liessen sich hier nieder und bereits in einem Jahr vielleicht, sähen wir uns gezwungen, das Gegenmittel der Vielmännerei zu propagieren.

Statistik darf nicht zu einer trockenen Wissenschaft verkommen. Nur ein Stadt- und Gemeinderat, der über seinen



Robert Vieli war bis vor einigen Jahren als frei praktizierender Arzt tätig. Er schreibt Kolumnen und Glossen für Tages- und Wochenzeitungen und tritt auch als Buchautor in Erscheinung.

eigenen Schatten springt, hat den Sinn der Statistik und die Zeichen der Zeit erkannt.



Wieder lächeln und schmunzeln können

Humor sei eine Kernressource, erklärt Heimleiter Thomas Biele. «Humor als Kommunikationsebene mit alten Menschen ist eine effiziente und sinnvolle Therapieform. Jeder Mensch hat Humor. Doch ist er teilweise durch die verschiedenen Lebensumstände und Gebrechlichkeiten in den Hintergrund gerückt.»

Durch das «Auftauchen» eines Clowns würden die Leute plötzlich wieder vermehrt realisieren, dass sie noch ein bisschen Heiterkeit mobilisieren und sogar wieder lächeln oder schmunzeln können. «Dies fördert das psychische Wohlbefinden und deshalb haben wir uns dazu entschlossen, den Clown in unserem Betreuungskonzept zu verankern.»

Damit sich das Personal mit dem neuen Konzept des Humors und des Lachens gut reflektieren und identifizieren kann, wurden letzte Woche

verschiedene Informationsnachmittage durchgeführt.

Nach den Veranstaltungen ist sich das Personal einig, dass der

Einsatz einer Clowntherapeutin den Alltag bereichern und so auf eine humorvolle und gelassene Atmosphäre der Zu-

gang zu den Bewohnern verbessert werden kann.

www.humorita.ch

Dr. Clown heilt mit Humor

Die Medizin hat das «Wundermittel» gegen Krankheiten von Körper und Seele entdeckt: Lachen! Dazu gibt es auch den wunderbaren Film «Patch Adams» mit Robin Williams. Es ist die wahre Geschichte des gleichnamigen Arztes, der Humor als Medizin einsetzt: Mit Selbstmordgedanken liefert sich der 44-jährige Patch Adams in eine psychiatrische Anstalt ein. Statt sich das Leben zu nehmen, verlässt Patch total motiviert die Klapmühle und beginnt ein Medizinstudium. Doch den traditionellen Ärzten ist der überschwänglich glückliche Student ein Dorn im Auge. Denn welcher Arzt läuft schon freiwillig mit einer roten Pappnase durch die Klinik, besucht

übel gelaunte Schwerkranke im Engelskostüm oder zieht sich auch mal die Pipi-Schüssel als Clown-Schuhe an? Patches Theorie: «Jeder Patient kümmert sich um den anderen und wird so zum Arzt.» Der Erfolg gibt ihm schliesslich recht. Todkranke fassen Mut und lernen so viel eher, mit ihrer schweren Krankheit umzugehen.

Was sich der Drehbuchautor des Films «Patch Adams» ausgedacht hat, ist keine Fiktion: In einzelnen Spitälern hat man die heilsame Wirkung des Lachens längst erkannt. Denn es ist wissenschaftlich erwiesen: Humor löst Hemmungen, reaktiviert verdrängte Affekte, ermöglicht einen spontaneren Austausch

menschlicher Gefühle. Humor setzt aber auch kreatives Potenzial frei, aktiviert Entscheidungsprozesse, sensibilisiert für neuartige Zusammenhänge und verhilft zu mehr Flexibilität. In Kinderkliniken drehen seit Jahren die Clowndoktoren der Theodora-Stiftung ihre Runden, sie sind in über 90 Spitälern, unter anderem auch in Graubünden, tätig. Humor hat eine Adresse: Unter www.humor.ch findet man witzige Links zum Thema. Damit der Humor im Pflegebereich vermehrt Einzug hält, wurde die Gesellschaft Humor Care gegründet.

Spitalclowns werden vermittelt von der Theodora-Stiftung, www.theodora.org.