



# Humor in der Pflege

Unter dem Motto *Humor hilft pflegen* lädt die Pflegedirektion ihre Mitarbeiter regelmäßig zu einem exklusiven, geselligen Themenabend ein. Im vertrauten Kreis und gemeinsam mit Felix Gaudo, Referent und Trainer der Stiftung [Humor hilft heilen](#) von Dr. Eckart von Hirschhausen erhalten die Pflegeschaffenden Einblicke in die Wirkungsweise von Humor in der Pflege.

Wir sind der Meinung, dass Lachen und Leben untrennbar zusammen gehören. Auch und gerade in einem Krankenhaus. Ob zwischen Pflegenden und Patienten oder im Team untereinander – Humor kann eine wunderbare Art sein, um Situationen zu entspannen und für eine positive Stimmung zu sorgen.

# Die kleinen heiteren Momente

Auf dem Stundenplan im Klinikum Ludwigshafen steht bald das Fach „Humor“. Ab dem kommenden Jahr nehmen alle Krankenpflegeschüler an einem Workshop mit dem Moderator und Klinikclown Felix Gaudo teil. Darin geht es nicht um Witze am Krankenbett, sondern um Kommunikation.

VON REBEKKA SAMBALE

**LUDWIGSHAFEN.** Leises Kichern, lautes Lachen, einfach nur Grinsen – im Konferenzraum des Herzzentrums am Klinikum sind an diesem Abend alle Varianten der Belustigungsbebandung und guten Laune zu hören. Und das ziemlich oft. Schwer vorstellbar, solch durchweg gelöster Stimmung bei einer Weiterbildung zu begegnen. „Humor in der Pflege“ heißen die Trainings, die von der Stiftung „Humor hilft heilen“ angeboten werden. Deren „Chef“ und prominentes Gesicht ist der Komiker Eckart von Hirschhausen, selbst ausgebildeter Mediziner. Er setzt sich unter anderem dafür ein, Clowns in Pflegeheime und Krankenhäuser zu bringen.

Dass die Workshopreihe „Humor in der Pflege“ mit Clownerie und Komik jedoch nichts zu tun hat, betont Felix Gaudo an diesem Abend gleich mehrmals. Der 54-Jährige ist hauptberuflicher Moderator und Komiker und coacht im Südwesten Deutschlands in mehreren Krankenhäusern das Pflegepersonal. Auch das Klinikum Ludwigshafen hatte sich bei der Hirschhausen-Stiftung beworben und eine Zusage erhalten. „Wir sind total stolz“, sagt Alexandra Gräfin von Rex, Pflegedirektorin des Klinikums.

Seit der Zusage der Stiftung vor etwa vier Monaten gab es schon mehrere Workshops, unter anderem einen speziell für Führungskräfte in der Pflege und sechs für Pflegeteams sowie einzelne Mitarbeiter. Ab Ende Januar soll die „Humor-Schulung“ fester Bestandteil der Pflegeausbildung am Klinikum werden, wie von Rex sagt. Jede Klasse wird einen Tag pro Ausbildungsjahr mit Gaudo arbeiten. In der Krankenpflegeschule gibt es sechs Klassen mit je 25 Schülern. Auch die etwa 60 Azubis zum Operationstechnischen Assistenten (OTA) werden von Gaudo gecoacht. Er nennt das, was er macht, „Kommunikationstraining mit Schwerpunkt Humor“.



„Humor ist etwas sehr anderes als Komik“, sagt Felix Gaudo. Die Clownsnase hat der 54-Jährige dennoch manchmal dabei (rechts). Oben ein Einblick in eins der Seminare am Klinikum in Ludwigshafen. FOTOS: KLINIKUM



An diesem Abend sitzen ausgebildete Pflegekräfte, teils mit langjähriger Berufserfahrung im Stuhlkreis. Wobei es mit dem Sitzen bald vorbei ist. Im Kreis stehend sollen sie reihum einen Impuls an den Nachbarn weitergeben. Das kann ein energisches „Wusch“ mit treibender Handbewegung und zugehörigem Geräusch sein, oder auch ein abwehrendes

„Wooo“, bei dem beide Hände nach oben schnellen. Damit wird der Impuls zurückgeschickt. Aufmerksamkeit, spontanes Reagieren und Schnelligkeit sind gefragt – auch im Alltag der Pflegekräfte. Mal verwechselt eine die Aussprüche oder „wuscht“ in die falsche Richtung. Der Verwirrung folgt herzliches, lautes Lachen. „Wann habt ihr eben gelacht?“, fragt Gaudo,

der alle Anwesenden locker-leicht duzt. „Wenn ein Fehler passiert ist“, sagt eine der Frauen. Der Trainer nickt. Es sei wichtig, eine Fehlerkultur zu entwickeln.

Schon im Vorgespräch hatte der in Bensheim lebende Gaudo erklärt: „Humor ist unser natürlichstes Mittel gegen Stress.“ Mit den Übungen in den Workshops, die zum großen Teil aus der Theaterpädagogik kommen, möchte er Hilfestellungen für den Alltag geben. „Die Teilnehmer sollen nicht zusätzlich zu ihrer anstrengenden Arbeit auch noch Witzchen machen müssen“, betont er. Viel mehr unterstütze der Humor das Miteinander mit Patienten und Kollegen, er helfe, Vertrauen zu schaffen und tue gut. „Ihr versucht den ganzen Tag immer, alles möglich zu machen“, sagt er zu den Frauen im Kreis. „Wo bleibt man da selber? Bei so viel Pflege, wo bleibt die Selbstpflege?“ Da wird es auf einmal ganz ruhig und alle im Raum werden sichtbar nachdenklich.

Die Workshops finden bewusst ohne Führungskräfte statt – Alexandra Gräfin von Rex hat nach wenigen Minuten den Raum verlassen. Die Teilnehmer lernen sich gegenseitig besser kennen – so bei einem Spiel mit eigenen Spitznamen – und erhalten Alltagsstipps. Etwa, eine Box aufzustellen und Zettel mit lustigen Situationen hineinzuwerfen, seien sie noch so unauffällig. „Die kleinen heiteren Momente, die wir jeden Tag erleben, vergessen wir ganz schnell“, sagt Gaudo.

Alle Teilnehmer haben täglich mit Kranken zu tun. Den Humor nicht zu verlieren, sei da sehr wichtig, bestätigt Iris Neubecker. Die 51-Jährige arbeitet seit 30 Jahren in der Pflege, seit 20 Jahren am Klinikum. Immer wieder gebe es Patienten, die trotz ihrer Situation mit Humor überraschen, sagt Neubecker. „Das ist dann die Vorlage, die der Patient einem gibt.“ Sie ergänzt: „Genauso wie man gemeinsam weinen kann, muss man auch gemeinsam lachen können.“