



# Humor ist, wenn man trotzdem lacht

Krankheit und Krankenhäuser werden vor allem in Verbindung gebracht mit Emotionen wie Angst und Stress, die die PatientInnen dazu bringen, über Leben und Tod zu reflektieren. Trotzdem sollte auch hier der Humor nicht zu kurz kommen, denn es ist wichtig, im Krankenhaus das Lächeln nicht zu verlieren.

VON JERA SANTERO

Humor und Lachen sind wesentliche Bestandteile des menschlichen Alltags, so auch im Gesundheitswesen. Humor kann, wenn er richtig angewendet wird, den Alltag im Krankenhaus positiv beeinflussen, auch wenn er nicht immer ganz wahrgenommen wird. Obwohl er die Realität nicht ändern kann, hat er dennoch einen psychologischen Effekt, der dazu führt, die Sichtweise auf die Situation zu verändern.

**Die Besuche der Clowns unterbrechen schwierige Situationen wie Krankheit, Schmerz, Sorgen oder auch Langeweile.**

Im Krankenhaus werden unterschiedliche Arten von Humor eingesetzt. Am gebräuchlichsten ist der sanfte Humor. Dieser kommt täglich vor, entsteht spontan und wird daher nicht gleich als Humor erkannt.

Auf Wortspiele bezieht sich der geistreiche Humor, der eher innerhalb des Behandlungsteams verbreitet ist. Eine weitere Form

ist der schwarze, morbide Galgenhumor, der meistens zuerst vom Patienten ausgeht. Er hilft, über ernstere Sachen zu reden, oder wird dann eingesetzt, wenn der Patient kommuniziert, dass er seine Situation tatsächlich versteht. Hier wirkt das Lachen auch als Bewältigungsstrategie, da es die Verletzlichkeit, die mit Leid und Verlust einhergeht, überspielen kann. Und sarkastische Kommentare führen dazu, dass harmlose Gegebenheiten schnell in bissige Bemerkungen übergehen. Der Gebrauch von Sarkasmus durch PatientInnen kann daher ein Zeichen von Frust oder Wut sein.

## **Beziehungsförderung**

Humor und Lachen können die Beziehung zwischen Pflegepersonen und PatientInnen auf positive Art beeinflussen. Das bewusste Einsetzen von Humor führt zu einer stärkeren Verbindung, die von beiden Seiten ausgeht.



Es ist durchaus erlaubt,  
auch in schwierigen  
Situationen ein Lächeln zu  
bewahren.



Die „Rote Nasen Clown-doctors“ sind regelmäßig bei den Barmherzigen Brüdern in Eisenstadt zu Gast.

Neben den physischen Bedürfnissen der PatientInnen sind psychosoziale, emotionale und familiäre Wünsche nicht außer Acht zu lassen. Hier hilft Humor, Beziehungen zu knüpfen und Harmonie zwischen allen Beteiligten aufzubauen. Ebenso nutzen Pflegepersonen Humor, um das Eis zu brechen, vor allem, wenn sie den Patienten und seine Angehörigen noch nicht kennen. Neben seinem Einfluss auf soziale Funktionen hat Humor auch eine therapeutische Wirkung: Er kann in Zeiten von Tod und Krise die Kommunikation zwischen Pflegepersonen und PatientInnen durchaus unterstützen.

Doch nicht nur zwischen Pflegeperson und Patient hat das gemeinsame Lachen einen positiven Effekt: auch innerhalb des Pflegeteams bildet es Vertrauen, stärkt Beziehungen und hilft den Mitgliedern, stressvolle Situationen zu überbrücken. Des Weiteren scheint vermehrt auf Humor zurückgegriffen zu werden, je höher der Stresspegel im Krankenhausalltag ist.

### Clowns im Krankenhaus

In der Kinderheilkunde hat das Lachen einen besonderen Stellenwert. Da Humor und Spiel bei Kindern eng beieinander liegen, ist der Einsatz von Clowns in vielen Einrichtun-



Jera Santero DGKP, BScN hat ihre Ausbildung an der Pflegeakademie der Barmherzigen Brüder in Wien absolviert. Seit April 2017 arbeitet sie auf der HNO-Station des Wiener Bräder-Krankenhauses. Der Text ist eine Kurzfassung ihrer Bachelorarbeit.

gen bereits üblich. Sie werden geschult und entwickeln eigens für die jungen PatientInnen vielfältige Programme, um ihnen die Angst vor dem Krankenhausalltag zu nehmen. 1985 wurden in den USA erstmals Clowns in der Kinderheilkunde miteinbezogen. Dies ist dem Arzt Hunter Doherty „Patch“ Adams zu verdanken, der die Meinung vertritt, dass der beste Heilerfolg darin liegt, wenn der Patient lacht und seine Sorgen, Ängste und Nöte vergessen kann.

Wichtig und durchaus notwendig ist der Aufbau einer Beziehung zum Kind. Clowns werden als Freunde und Partner anerkannt, die Kindern zuhören und sie während des Krankenhausaufenthaltes begleiten und beschützen. Clowns fokussieren sich auf die emotionalen Bedürfnisse der jungen PatientInnen. Somit steht nicht die Krankheit im Vordergrund, sondern das seelische Wohlergehen. Clowns bewirken hiermit, dass Kinder eine gewisse Art von Kontrolle und Macht über das eigene Leben wiedererlangen und Selbstvertrauen aufbauen.

Vor medizinischen Interventionen verhelfen Clowns den Kindern, ihre Angst zu reduzieren, indem sie einerseits von dem Eingriff ablenken und ihm andererseits eine andere Bedeutung geben. Ihre Besuche unterbrechen schwierige Situationen wie Krankheit, Schmerz, Sorgen oder auch Langeweile, indem sie mit den Kindern spielen und Spaß mitbringen. Eltern geben an, dass es eine Erleichterung sei, die eigenen Kinder auch im Krankenhaus weiterhin lachen zu sehen.

Es ist von großer Bedeutung, zu wissen, dass im Krankenhaus nicht nur Leid und Kummer herrschen und alles andere „beim Portier abgegeben“ wird. Es ist durchaus erlaubt, auch in schwierigen Situationen ein Lächeln zu bewahren. ■