



Humor in Seminaren?

Von Peter Nydahl

Ich erinnere einen jungen Patienten mit Encephalitis, der ziemlich lange bei uns auf Station lag. Schweres Krankheitsbild, Bewusstseinsstörung, schwere Spastik. Im Verlauf haben wir auch seine Freundin in die Pflege integriert und irgendwann hat sie sich auch mal zu ihm ins Bett gelegt, ihn umarmt, die beiden haben miteinander gekuschelt – und phänomenal: in ihren Armen wurden seine Arme und Beine viel lockerer, seine Spastik ließ nach.

Ein paar Monate später kam ein anderer Patient, auch mit Encephalitis. Aufgrund der Vorerfahrungen haben wir seine Ehefrau ebenfalls integriert und sie hat sich dann auch mit ins Bett gelegt – worauf der Mann zum ersten Mal spastisch wurde!

Wenn ich diese Anekdote in Seminaren erzähle, kommt an dieser Stelle meistens ein Lacher. Die Geschichte ging aber noch weiter: Der Patient erzählte uns später, dass seine Ehefrau und er eigentlich in Scheidung lebten – davon wusste nur niemand etwas! Unser Verhalten war üblich: da kommt eine Frau, sagt, sie sei die Ehefrau und wir bitten sie (natürlich in einem prozesshaften Verlauf über Tage und Wochen), sich zu ihm ins Bett zu legen...

Soweit die Anekdote mit nachfolgender Appendizitis. Solche Anekdoten sind im Seminar Gold wert. Wir können

nicht nur unterschiedlichste Aspekte der Basalen Stimulation (Körperliche Kommunikation, Ausdrucksmöglichkeiten, Nähe-Distanz, Angehörigenintegration, Biographie u.v.a.m.) verdeutlichen und anschließend diskutieren, vielmehr können wir auch darüber lachen. Solche Anekdoten können entsprechend ein guter Einstieg in ein komplexes Thema sein, man kann immer wieder darauf Bezug nehmen und sie sehr differenziert betrachten. Die Anekdote muss natürlich passen und nur unter sehr speziellen Umständen wäre eine Anekdote zu einem eher traurigen Thema passend.

Patienten sehen das übrigens anders: „Stell dir vor, du bist krank, und keiner hat Humor.“ (Zitat aus: Bischofberger: www.humor-pflege.ch, sehr interessant!) Wenn Anekdoten Gold sind, ist es ratsam, sich eine Truhe mit solchen Schätzen anzulegen. Der Vorteil gegenüber echtem Gold: es wird nicht weniger, wenn man sie teilt. Daher könnte ein Thema auf Regionaltreffen (Kongressen) durchaus sein, einander die besten Anekdoten mitzuteilen. Der Witz ist in diesem Zusammenhang eher Kleingeld, mitunter auch Falschgeld. „Wieviele intelligente Fußballer passen in eine Telefonzelle ... (kurzes Warten) ... alle!“. Man könnte diesen Witz auch auf Pflegendе, Pädagogen usw. übertragen und verändern („Wie viele humorvolle Pädagogen passen in eine Telefonzelle ...“), macht sich damit aber nicht unbe-

dingt Freunde, vor allem nicht – wie in diesem Fall – unter Pädagogen. Witze auf Kosten anderer sind daher als Falschgeld einzustufen und vor Abgabe immer kritisch zu prüfen. Auf der anderen Seite sind KollegInnen, die gut Witze erzählen können, im Team oder einem Seminar Gold wert, weil sie die Stimmung auflockern können. Wer wirklich Witze braucht, kann sie im Internet nach Themen sortiert suchen und finden.

Lassen wir die Witze und betrachten wir kurz die Cartoons. Auf www.rippenspreizer.de lassen sich z.B. eine Menge intensivmedizinischer Cartoons, die jede Powerpointpräsentation auflockern, finden. Einige KollegInnen können aber auch selbst gut skizzieren und malen, ich habe oft davon Nutzen gemacht, z.B. zu dem Thema „was ist gute Pflege? oder auch zur Basalen Stimulation.

So kommen wir auch zu den Fotostories und Videos. Über einige Jahre habe ich mit einem Kollegen Peter Jess in meinem Team Fotostories zu unterschiedlichsten Fragestellungen und Problemen gemacht. Das ist so gut gelaufen, dass wir eine website www.pflegefotostory.de hatten (aus Zeitgründen vor ein paar Jahren vom Netz genommen) und auch ein Buch bei Elsevier herausgebracht haben. Viele denken, so etwas ginge nur, wenn man viel Zeit hat oder in einem guten Team arbeitet. Beides stimmt nicht. Ein Video oder eine Fotostory kann ich in fünf bis zehn Minuten knipsen, bzw. filmen, wenn ich ein Konzept im Kopf habe und es auf Station gerade ruhig ist. Länger dauert die Zusammenstellung und das Schneiden zu Hause. Ebenso habe ich so viele reflektierende Filme gemacht, gerade weil wir viele Probleme hatten. Die Stories und Filme hatten (leider) immer einen Anlass. Wir haben aber auch gemerkt, dass sich eine humorvolle Darstellung von Missständen hervorragend dazu eignet, die KollegInnen zur Reflexion anzuregen. Man kann über sich schmunzeln und ist dadurch eher bereit, die eigene Position (oder Verbohrtheit, je nach dem) zu überdenken und zu ändern. Außerdem wollen sich alle auf den Fotos oder im Video sehen. Verständlich. Beides, Fotostories und Videos, nutze ich gerne auch in Seminaren, um ein Thema aufzulockern oder in eines einzusteigen.

Wenn man beispielsweise über Umsetzung und Implementierung spricht, als Aufhänger eine Story über die „heiligen Kühe“ der eigenen Station zeigt und als nachfolgende Folie

ein Rezept für Rindergeschnetzeltes bringt, entspannt sich die Situation. Dann berichten die KollegInnen im Seminar über ihre eigenen festgefahrenen Strukturen, über die KollegInnen, die nichts sagen, hören, sehen wollen.

Auf www.youtube.com sind noch einige der Videos, die öffentlichkeitsstauglich sind, unter „Pflegefotostory“ zu finden und dürfen gerne unter Quellenangabe verwendet werden. Youtube lohnt sich übrigens auch für einige andere Themen wie Musiktherapie, Wachkoma usw. Humor in Seminaren kann also mit unterschiedlichen Medien angeregt werden und jede/r wird einen eigenen Weg hierzu finden. Die Vorteile des Humors sind vielfältig: Humor regt an zur Reflexion und dies ist der in diesem Zusammenhang vielleicht wichtigste Aspekt: nimm das nicht so wichtig, nimm Dich nicht so wichtig!

Man kann sich entspannen und andere Perspektiven entwickeln. Weiter erinnern wir humorvolle Inhalte besser. Ich tippe – ohne grundlegende Recherche – auf eine erhöhte Dopaminausschüttung beim Lachen und konsekutiver Konsolidierung im Hippocampus.

Der Lerneffekt ist also höher und die TeilnehmerInnen können sich an ein humorvolles Seminar besser erinnern als an ein humorloses. Außerdem werden die Seminare besser bewertet. Letzteres bringt irgendwann finanzielle Vorteile, ist aber aus pädagogischer Sicht kritisch zu hinterfragen ...

Ein anderer Aspekt ist der der Weitergabe: Anekdoten werden in der Regel gut behalten und können auch nach dem Seminar von den TeilnehmerInnen besser weitergegeben werden. Unsere ganze Kultur und auch Religion basieren auf Anekdoten – und Fettnäpfchen!