

Zeitschrift: Curaviva : Fachzeitschrift
Herausgeber: Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz
Band: 85 (2014)
Heft: 6: Lebensqualität : ein Begriff wird vermessen und erhält Konturen

Artikel: Humor in Pflegeheimen : kommt der Clown, geht die Angst
Autor: Weiss, Claudia
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-804060>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 04.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Humor in Pflegeheimen

Kommt der Clown, geht die Angst

Gleich wie Menschen mit Demenz stehen auch Clowns am Rand der Gesellschaft. Deshalb kann ihr Humor dem Leben in Heimen ein Stück Schwere nehmen, Wut und Angst der Bewohner und Bewohnerinnen lindern. Auch das Personal profitiert davon.

Von Claudia Weiss

Die demenzkranke alte Dame im Pflegeheim war schon den ganzen Nachmittag unruhig und erklärte immer wieder, sie wolle sterben. Als Ulrich Fey sie in ihrem Zimmer besuchte und mit ihr sprach, sagte sie ihm ziemlich aufgewühlt, sie wisse einfach nicht, wie das gehe mit dem Sterben. Seine Reaktion überrascht. Ruhig antwortete er ihr: «Ach, das ist doch überhaupt kein Problem: Das können wir üben.»

Fey, ehemals Lehrer und Journalist, arbeitet heute in Deutschland als Clown in Pflegeheimen für demenzkranke Menschen. Und in dieser Rolle, sagt er, dürfe er so reagieren, wie es eine Pflegefachperson kaum wagen würde. Gelassen habe er das Zimmer verlassen, worauf sich die Frau auf dem Bett zum Sterben zurechtlegte. Fey alias Clown Albert trat wieder ins Zimmer. «Tatsächlich, so stimmt es noch nicht ganz, versuchen Sie es doch noch einmal», sagte er freundlich und ging wieder hinaus. Erst nach dem dritten Versuch überlegte er einen Moment, nickte zufrieden und sagte: «Ja, jetzt ist es prima, so können Sie das ruhig belassen.» Die Frau war ebenfalls zufrieden und sichtlich beruhigt: Auch wenn es noch nicht so weit war, jetzt fühlte sie sich gewappnet für den grossen Schritt.

«Demenz bedeutet loslassen. Dabei kann ein Clown helfen, aber er kann auch Nähe schaffen.»

Eine eindruckliche Szene, die gut widerspiegelt, welche Rolle ein Clown in der Pflege von demenzkranken Menschen einnehmen kann. «Ein Clown ist offen, absichtslos und unverbildet, er weicht starre Regeln auf und sieht das Leben als Spiel», sagt Fey. «Er unterscheidet auch nicht zwischen positivem und negativem Verhalten.»

«Bei einer Demenz ist ganz viel Angst im Spiel»

Ein herausforderndes Verhalten sieht Fey ganz einfach als «einzige Möglichkeit für demenzkranke Menschen, sich zu spüren und sich auszudrücken». Denn bei einer Demenz sei nebst Ungeduld und Wut oft sehr viel Angst im Spiel: Angst vor dem Verlust der Unabhängigkeit, Angst vor der Hilflosigkeit – Angst vor dem Verlust der eigenen Person. Was Menschen mit Demenz daher am meisten helfe, sei menschliche Nähe und Wertschätzung. «Demenz muss nicht immer «Unglück» bedeuten, aber sie bedeutet immer «Loslassen», sagt Fey. Und als Clown könne er dabei helfen, könne auch die notwendige Nähe schaffen und auch einmal jemanden herzlich umarmen. Als Clown stehe er ebenso am Rand der Gesellschaft und damit auf der gleichen Ebene mit demenzkranken Personen – «beide verstossen gegen Normen und übertreten Grenzen». Nicht zuletzt sei ein Clown auch Projektionsfläche für eigene Sehnsüchte und verpasste Träume. Kurz: «Betritt ein Clown einen Raum, verändert sich dieser schlagartig. Er wird bunt, lebendig und fröhlich», schreibt Fey im Vorwort seines Buches, das unter dem Titel «Clowns für Menschen mit Demenz. Das Potenzial einer komischen Kunst» beim Mabuse-Verlag erschien.

Dieses Potenzial sei mittlerweile auch wissenschaftlich erwiesen, sagt die Gerontopsychiaterin Gabriela Stoppe. Sie führt in Basel die Schwerpunktpraxis «Mentage» für Menschen mit De-

>>



Clown Albert alias Ulrich Fey zu Besuch im Pflegeheim: Mit seiner unverkrampften Haltung kann er ängstliche und unzufriedene Bewohnerinnen und Bewohner aufheitern. Das wirkt entspannend, auch für die Pflegenden.

Foto: Ulrich Fey

menz und anderen Problemen und arbeitet täglich mit Humor: «Das ist oft der einzige Weg, der hilft, dem Leben ein Stück seiner Schwere zu nehmen.» Erste Erfahrungen hätten klar gezeigt, dass Humor in der Pflege sogar den Psychopharmakaverbrauch senken könne. Das ist ein wichtiger Punkt: «Zwei Drittel aller demenzkranker Menschen verhalten sich hyperaktiv, etwa ein Drittel zeigt psychotische Zeichen», sagt Stoppe. «Beinahe zwei Drittel leiden an Depressionen oder Angst, und zwei Drittel zeigen Anzeichen von Apathie.» Gegen diese Symptome würden ihnen oft zu viele und falsche Medikamente verabreicht. Als «Milliardengrab» bezeichnet die Gerontopsychiaterin in Vorträgen diese Übermedikamentierung. Sie sagt, es werde «sehr viel Geld in möglicherweise nicht wirksame Antidementiva-Forschung investiert und vergleichsweise wenig in die Erforschung psychosozialer Massnahmen».

Humor vermittelt gute Gefühle, besonders in der Pflege

Dabei könnte ein grosser Teil des psychischen Leidens und herausfordernden Verhaltens ihrer Meinung nach viel einfacher

gemildert werden: «Humor erreicht Menschen auf der emotionalen Schiene und vermittelt gute Gefühle», sagt sie. Deshalb sei Humor enorm wichtig in der Arbeit mit psychischen Erkrankungen und Demenz. Umso mehr, weil Demenz zwar einen Verlust vieler kognitiver, nicht aber emotionaler und sinnlicher Fähigkeiten bedeute: «Auch bei verringerter kognitiver Fähigkeit kann das Hirn auf Humor reagieren. Und es ist sogar möglich, dass dadurch das ganze Netzwerk mit emotionalen, motorischen und kognitiven Teilen trainiert wird, das bei Demenzkranken betroffen ist.» Nach über 20 Jahren Erfahrung mit demenzkranken Menschen sagt Gabriela Stoppe: «Ich glaube, ohne Humor hält man die Pflege gar nicht durch.» Tatsächlich kann Humor viel Lebensfreude, Spass und Heiterkeit wecken – bei Pflegefachleuten und bei demenzkranken Menschen gleichermaßen. Das sagt auch der bekannte Humorforscher Willibald Ruch, Leiter der Fachrichtung Persönlichkeitspsychologie am Psychologischen Institut der Universität Zürich. Er leitet die weltweit erste Studie über die Wirkung von Clowninterventionen und davon ausgelöster Heiterkeit auf das

Wohlbefinden von demenzkranken Menschen. «Wenn ein Clown richtig vorgeht, sind seine Interventionen wichtig und wirkungsvoll», lautet sein Fazit. «Richtig» heisst in diesem Zusammenhang «nicht kompliziert oder ironisch, sondern einfach und verständlich». Ein Clown müsse genau wissen, was angebracht sei, auf Signale seines Publikums achten und dürfe nicht bedrohlich wirken. «Bringt er das fertig, kann ein Scheitern, wie er es vorlebt und wie es demenzkranke Menschen täglich erleben, gut ankommen: Scheitern wird plötzlich normal, der Clown bewegt sich auf derselben Ebene.» Deshalb könnten auch sogenannte paradoxe Interventionen gut funktionieren, wie diejenige des Clowns Ulrich Fey, der mit der aufgewühlten Frau das Sterben «übte»: «Bekommt die alte Dame das Gefühl, sie könne etwas unternehmen und sei ihren Sorgen nicht machtlos ausgeliefert, kann sie sich sofort ein bisschen entspannen und fühlt sich dadurch auch besser.»

Im Alter wird wieder das Einfache lustig

Wo genau der Humor im Gehirn stattfindet, kann die Wissenschaft noch nicht im Detail beantworten, sicher wissen die Forscher jedoch, dass der Humor im Lauf des Lebens immer vergeistigt wird: «Kinder können sich kaputt lachen ab einem Pupser oder wenn jemand die Haarbürste mit der Zahnbürste verwechselt», erklärt Ruch. «Für Erwachsene ist das nur milde lustig. Sie finden Unerwartetes, Widersprüchliches und Ironie witzig – was kognitive Fähigkeiten voraussetzt.» Gehen diese Fähigkeiten im Alter verloren, kommt Ironie nicht mehr gut an, und witzig wird wieder, was wenig kognitive Voraussetzungen verlangt. «Dann tritt ein einfaches, leichtes Erschrecken und Überraschtsein in den Vordergrund.»

Wie wichtig Humor für alle Menschen ist, hat Humorforscher Willibald Ruch am eigenen Leib erfahren, als er seinen Kollegen Paul Mc Ghee in den USA besuchte. Mc Ghee ist der Erfinder der

«Wenn im Alter die kognitiven Fähigkeiten verloren gehen, wird wieder das Scheitern lustig.»

«Lachmedizin», und als Ruch bei ihm im Auto sass, bekam er eine Life-Vorführung, wie entspannend das Lachen tatsächlich wirkt. «Es war Stosszeit, alle Autofahrer ringsum waren gestresst und schlecht gelaunt», erinnert sich Ruch. «Plötzlich

setzte sich Mc Ghee eine Schweinenase auf und reichte mir einen Elefantenrüssel, den ich überstülpen sollte. Dann fuhr er so langsam, dass uns alle überholten.» Die Wirkung sei absolut überraschend gewesen: Alle hätten ein zweites Mal hingeguckt, gestutzt, und ausnahmslos fröhlich gelacht. Und alle hätten auf einen Schlag viel entspannter gewirkt. «So ein Streich bereitet viel Spass», sagt Ruch. «Diese

Heiterkeit geht bei Erwachsenen oft verloren – dabei erhöht sie die Lebensqualität enorm!»

Studie beweist: Mit Humor geht es allen besser

Humor im Altersheim, auch das zeigt Ruchs Studie, wirkt nicht nur auf Bewohnerinnen und Bewohner positiv: «Ihre Stimmung färbt auf alle ab», sagt der Psychologe. «Sind sie gut drauf, profitieren auch die Pflegenden.» Doch diese goutieren nicht immer, was der Clown macht. Das merkt auch Altersheim-Clown Ulrich Fey des Öfteren, und er hat Verständnis dafür. «Klar, die Pflegenden können das Gefühl bekommen, sie müssten immer Popos wischen, während ich nur Spass habe», sagt er. Deshalb bietet er auch Kurse für Pflegefachleute an. «In solchen Kursen merken auch sie: Humor tut allen gut und erleichtert den Alltag.» Oder wie es Humorforscher Ruch formuliert: «Humor verbessert das Wohlbefinden aller Menschen. Er hilft, innere Spannungen und Ängste abzubauen – und er hilft ebenso gut im Umgang zwischen den Menschen.» ●

Buchtipps: Ulrich Fey, «Clowns für Menschen mit Demenz. Das Potenzial einer komischen Kunst», Mabuse-Verlag 2014.

Anzeige

Ihr Ansprechpartner für alle Hygienefragen:

• Hygienekurse 2014 für Personen aus dem medizinischen Bereich

Zürich: 25. September | 9. Oktober | 16. Oktober | 13. November

• Hygiene-Intensivkurs

Giffers: 11.–12. September

• Hygiene-Kontroll-Audit

• Steri-Re-Validierung

der Link zur Hygiene | le lien vers l'hygiène

www.hygienepass.ch



Aktuelle Produkte und Aktionen in unserem Web-Shop auf www.almedica.ch