

Zeitschrift:	Parkinson : das Magazin von Parkinson Schweiz = le magazine de Parkinson Suisse = la rivista di Parkinson Svizzera
Herausgeber:	Parkinson Schweiz
Band:	- (2019)
Heft:	135: Umfeld : die Beziehung Arzt - Patient = Entourage : la relation médecin - patient = Entourage : il rapporto medico - paziente
Rubrik:	Selbsthilfegruppen

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: 11.01.2026

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

Humor mit wohltuender Wirkung

Am 3. Juni fand ein Workshop mit 23 Selbsthilfegruppen-Leitenden statt.

Thema des Tages war die Wirkung von Humor. Den Workshop leitete die Pflegefachfrau, Erwachsenenbildnerin und Resilienztrainerin Regula Eugster. In ihrem Referat zeigte sie die Möglichkeiten und Grenzen im Umgang mit Humor auf, was zu einer angeregten Diskussion führte.

Humor kann unterschiedlich aufgefasst und verstanden werden und stellt teils hohe Anforderungen an die Leitungsteams und deren Gruppen. Einige Fragen wurden aufgeworfen. Welche Grenzen gibt es? Tritt Humor nicht eher spontan und unvorhergesehen auf, vor allem dort, wo Vertrautheit und Verständnis in der Gemeinschaft gelebt werden? Wann und in welchem Kontext hat Humor Platz und wie

hilfreich kann er gerade auch in erschweren Situationen sein? – Die Diskussionen zeigten, dass Humor unterschiedlich gedeutet werden kann und ungleiche Reaktionen auslöst. Humor wird daher vor allem dort gelebt, wo Gruppenmitglieder sich untereinander wohl und verstanden fühlen. Humor belebt und gibt manchmal Antworten auf Fragen, die mit Ernsthaftigkeit unbeantwortet bleiben würden.

In Kleingruppen wurde das Verhältnis, das jeder und jede zu Humor pflegt, diskutiert und reflektiert. Fazit: Humor führt zu mehr Gelassenheit, verhilft zu kreativen Lösungen, steigert die Identifikation mit der Gruppe und festigt deren Zusammenhalt.

Ruth Dignös



Eine der Teamleiterinnen, Esther Röthlisberger, zeigt Tanzschritte.

Foto: Ruth Dignös

SHG Wallisellen



Foto: zvg Karin Zindel

Die SHG Wallisellen trifft sich jeden ersten Mittwoch des Monats zum Austausch und Zusammensein. Ein wichtiger Bestandteil des Jahresprogramms, das innerhalb der Gruppe erstellt wird, sind Fachinformationen sowie gemeinsame Unternehmungen. Am 3. Juli trafen wir uns zum alljährlichen Grill-Zmittag im Garten des Alterszentrums Wägelwiesen in Wallisellen. Beim Eintreffen brutzelten bereits die Würste auf dem Grill und die SHG-Leiterinnen Karin Zindel und Margrit Eicher hatten ein Buffet mit Salaten und frischem Brot aufgebaut. Bald waren Geplauder und Lachen zu hören. Nach dem Dessert gegen 16 Uhr löste sich die zufriedene Runde langsam auf.

Irene Beauveau-Wössner

Gruppe Bern «THS»



Foto: Regula Willi

Die Selbsthilfegruppe Bern «THS» hat am 19. Juni einen Ausflug zum Ballenberg, dem Freilichtmuseum der Schweiz, gemacht. Wir haben uns auch eine einstündige Kutschenfahrt durch das weitläufige Gelände geleistet – dank des grosszügigen Selbsthilfegruppenbeitrags von Parkinson Schweiz.

Regula Willi

SHG Thun Oberland und SHG Oberwallis



Foto: Hans-Rudolf Gehri

Die Selbsthilfegruppen Thun Oberland und Oberwallis machten am 18. Juni bei herrlichem Wetter gemeinsam einen Ausflug ins Berner Seeland. Die 35 Teilnehmenden verbrachten im Tropen-Restaurant Florida in Studen bei Biel einen geselligen Tag mit feinem Mittagessen.

Hans-Rudolf Gehri

SHG-Bericht erwünscht

Erzählen Sie von Ihrer SHG!

Schicken Sie uns Ihren Bericht (maximal 800 Zeichen) und ein Bild (mindestens 1 MB) an:

presse@parkinson.ch