

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 94 (2016)
Heft: 1-2

Werbung

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: 05.04.2026

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

Bade- wannen- Lifte

Das Original vom
WANNE-LIFT-SPEZIALISTEN



So einfach kann es sein, in die Wanne hinein und heraus zu kommen!

- Mietkauf zinslos möglich
- Auch mit Akkubetrieb
- Schnelle und saubere Installation
- Alle Funktions-teile aus Edelstahl



Endlich wieder
Freude beim Baden!

Prospekte anfordern
0800-808018
Anruf gebührenfrei!



Postfach
CH-5642 Mühlau AG
www.idumo.ch

Bild: zoomat.com/Robert Kneschke



weise auch in der Wirtschaft die Auffassung verbreitet, Humor würde professionelles Arbeiten behindern.

Im Pflegeheim Werdenberg fährt man gut im Bestreben, dass nicht alles perfekt sein muss, um eine qualitativ hochstehende Pflege zu gewährleisten. So befinden sich beim Besuch der Journalistin einige Bewohnerinnen und Bewohner der Demenzabteilung mitten am Vormittag noch im Pyjama – und sind glücklich dabei. Pflegedienstleiter Daniel Schmitter steht voll dahinter, wenn seine Mitarbeitenden aussergewöhnliche Pflegemassnahmen treffen. Er weiss, dass sie vermutlich triftige Gründe dafür haben.

Vielleicht hat der eine oder andere Bewohner einen besonders schlechten Tag und sollte mit dem morgendlichen Anziehen nicht noch mehr gestresst werden. Oder beim Personal gibt es Absenzen, und diejenigen, die zur Arbeit erschienen sind, wenden ihre Zeit lieber für den Austausch mit ihren Schützlingen auf. Damit deren Wohlbefinden möglichst nicht unter der Personalknappheit leidet.

Dass gerade ältere Menschen ihren eigenen Humor pflegen sollten, der ihnen oft durch Erziehung, Erfahrung, gesundheitliche Gebrechen oder erlittene Schicksalsschläge abhanden gekommen ist, davon ist auch Beat Hänni überzeugt. Der heute 75-jährige ehemalige Novartis-Manager verschrieb sich nach seiner Frühpensionierung vor rund 15 Jahren dem therapeutischen Humor. Mit seiner hierzulande einzigartigen «Humorwerkstatt» tourt er seither als «Till Heiter» durch die Alters- und Pflegeheime. Weder rote Nase noch karierte Hose oder übergrosse Schuhe dienen ihm als Requi-

siten. Er braucht lediglich sein Einfühlungsvermögen und etwas Spontanhumor, um mit einer Gruppe von ausgewählten Pensionären, die kognitiv noch fit sind, ein gemeinsames Humortraining zu absolvieren.

Heiteres von früher

Ein solches gliedert sich meist in drei Teile: eine Heiterkeitsphase, bei der sich die Anwesenden spielerisch auflockern, indem ihnen zum Beispiel ein Ball über den Tisch zugerollt wird mit der Aufforderung, vorgegebene Tierlaute nachzuahmen. Das wirke unwillkürlich komisch und die meisten müssten lachen, weiss Beat Hänni. Im zweiten Teil erzählt oder liest der Humorarbeiter eine lustige Geschichte, die Emotionen weckt.

Der dritte Teil ist laut Beat Hänni der wichtigste. Er nennt ihn «heitere Fenster des Lebens». Zum Einstieg nennt der Moderator Stichworte aus der Kindheit und Jugend, wie Schulweg, Haustier oder Taschengeld, worauf die Frauen und Männer ihr Langzeitgedächtnis aktivieren und nacheinander von sich erzählen. Dabei wird Gemeinsames entdeckt, Heiteres und oft auch Trauriges besprochen.

Die Kommunikation zu fördern, den eigenen Humor wiederzuentdecken und der Vereinsamung entgegenzuwirken seien wichtige Zielsetzungen der Humorgruppe, sagt Beat Hänni, der auch als Präsident von HumorCare Schweiz amtiert. Sein Engagement für den Humor in der Pflege geht auf Besuche bei zwei nahestehenden Personen im Altersheim zurück, bei denen er realisierte, dass die meisten Menschen auch im fortgeschrittenen Alter noch viel Humorpotenzial besitzen.