

## «Glücksmomente - Humor kennt kein Alter» Training von Humor in Alters- und Pflegeheimen

### Hintergrund

Humor gilt in der Forschung der Positiven Psychologie als Charakterstärke, die zur Lebenszufriedenheit eines Menschen beiträgt. Diese günstige Wirkung zeigt sich auch bei älteren Menschen.

Studien belegen die Effektivität der Humorthherapie bei älteren Menschen mit Depression; demente ältere Menschen reagieren ebenfalls positiv auf spezialisierte Gesundheit!Clown und zeigen weniger Verhaltensauffälligkeiten.

### Ziele

Viele Alters- und Pflegeheime haben sich erst punktuell mit dem Thema Humor auseinandergesetzt. Mit dem Training «**Glücksmomente - Humor kennt kein Alter**» soll Humor nachhaltig, ganzheitlich und professionell im Alltag von Alters- und Pflegeheimen in der Deutschland gelebt und integriert werden. Damit lässt sich die Versorgungsqualität der betagten, behinderten, demenzbetroffenen und psychisch erkrankten Alters- und Pflegeheim-BewohnerInnen verbessern.

### Inhaltliche Schwerpunkte

Das Training setzt einen Schwerpunkt bei der Entwicklung und Umsetzung von Maßnahmen, die sich an Mitarbeitende und Leitungen von Alters- und Pflegeheimen richten. So haben wir eine **Inhouse-Weiterbildung «Humorvolle Kommunikation»** für Alters- und Pflegeheime entwickelt, die die der Sensibilisierung der Führungskräfte und Mitarbeitenden für das Thema Humor dient und praktischen Humor-Input vermittelt.

Weiter arbeiten an dem Aufbau des **Netzwerks «Humorvolle Kommunikation»**, so dass sich Humor interessierte Mitarbeitende von Alters- und Pflegeheimen regelmäßig treffen und austauschen können.

Ein weiterer Schwerpunkt des Projekts liegt in der **Qualifizierung** von Clowns zu Gesundheit!Clown®. Diese beinhaltet die Entwicklung und Umsetzung eines Curriculums für Clowns und Humorarbeitende, die professionell in Alters- und Pflegeheimen arbeiten möchten. Grundlage des Curriculums bilden die Experteninterviews, die durch Careum, Forschungsinstitut der Kalaidos Fachhochschule Zürich, des Altersforschers Prof. Dr. Dr. Hirsch, des Bundesministeriums für Gesundheit, durchgeführt werden.

Inhouse-Weiterbildung, Netzwerk und qualifizierte Gesundheit!Clown werden auf der **Internetplattform «Gesundheit!Clown – Humor in medizinisch und therapeutischen Umfeld»** präsentiert und können in Form von «Humorpaketen» von Alters- und Pflegeheimen gegen Entgelt gebucht werden.

### Fachlicher Beirat

- Andrea Luzia Gasser, MScN, dipl. Erwachsenenbildnerin / Dozentin und Modulverantwortliche Pflege & Betreuung Careum
- Iren Bischofberger, RN, PhD, Prof. / Prorektorin Fachbereichsleitung Forschung bei Careum
- Helmut Bachmaier, Prof. Dr. phil. / Universität Konstanz und Stiftungsrat TERTIANUM-Stiftung
- Rolf Hirsch, Prof. Dr. Dr. / Universität Berlin und Direktor Gerontopsychiatrie Bonn /wissenschaftlicher Berater Tamala

Die Trainings und die Forschungen werden gefördert von der Stiftung [www.humorhilftheilen.de](http://www.humorhilftheilen.de)