

Best Practice

Humor und Heiterkeit in der Pflege, Betreuung und Aktivierung

Dhani Heiniger (Heiterkeitspfleger)

(M)eine persönliche Lebenserfahrung



„Immer dann wenn ich in schwierigen und belastenden Lebenslagen bin und Humor und Heiterkeit am nötigsten hätte, finde ich diese temporär nicht mehr.“

Wir alle können uns sensibilisieren,
um bewusst...

(trotzdem)* Humor und Heiterkeit...

in schwierigen und belastenden Situationen
besser und schneller wieder finden zu können.

=> Humortrainings (www.humorcare.ch)

(trotzdem)* Humor...

kann in schwierigen und belastenden Lebenslagen im privaten und beruflichen Alltag als zwischenzeitliche Not-Lösung dienen, bis Grundprobleme behoben werden können!

Kein Ersatz, um Probleme nicht lösen zu müssen!

Humor ist...

mehr als eine Not-Lösung...



er ist nützlich für die psychosoziale Gesundheit
(ISO 45003)

Humor ist auch für ältere Menschen eine wichtige Ressource bei der Bewältigung von schwierigen Alltagssituationen.

Bei Schwächen und Missgeschicke hilft das über-sich-selbst-lachen-können, um negative Gefühle abzuwenden und sich selbst mehr zu akzeptieren.



Als stark vereinfachte Übersicht, was mehrheitlich funktionieren kann:

ohne + mit leichter Demenz

- Witze, lustige Sprüche
- Das Humorprofil ist individuell noch ganz verschieden, z.B. schwarz, scharfzüngig, leicht frech
- Das Heiterkeitsprofil ist tendenziell: geistig, sinnvoll, nützlich, schön. Zauberei.
- Bewohner können lachen

bei mittelschwerer Demenz

- Singen, heitere Gespräche mit Schlüsselwörtern
- Das Humorprofil ändert sich (ausser Frontallappendemenz) vermehrt hin zu auf heiter/wertschätzend
- Das Heiterkeitsprofil ist tendenziell vermehrt: lustig, sozial, musikalisch, motorisch
- Bewohner können noch lachen

bei schwerer Demenz

- Singen, liebevolle Gefühle, lebenswerte ruhige paraverbale oder nonverbale pantomimische Kommunikation, Schlüssel-Gestiken, CareClowns, Stofftiere.
- Das Humorprofil ist normalerweise heiter/wertschätzend
- Das Heiterkeitsprofil ist liebevoll, sozial, musikalisch, motorisch (in Kombination)
- Bewohner können noch lächeln

bei sehr schwerer Demenz (Endstadium, Reisberg Skala 7)

- Singen, liebevolle Berührungen und Arme schaukeln, paraverbale oder nonverbale pantomimische oder taktile Kommunikation.
- Das Humorprofil ist nicht mehr erkennbar, kein Lächeln
- Das Heiterkeitsprofil ist liebevoll, basal, sinnlich, musikalisch, motorisch (Kombination)
- Zufriedenheit noch erkennbar

Wissenschaftliches und qualitätsgesichertes
Erkennungszeichen ob Menschen mit Demenzerkrankung
sich wirklich echt freuen

=> **„Duchenne“-Lächeln und Lachen**
erkennbar an Krähenfüssen-Falten (Augen)

Erst im Schlussstadium bei sehr schwerer Demenz
(Reisberg Skala 7) können Menschen nicht mehr lächeln
oder lachen, doch immer noch Zufriedenheit anzeigen.

Humor + Heiterkeit (für psychosoziale Gesundheit) können somit...

**als qualitativen Mehrwert
in Pflege, Betreuung und Aktivierung...**

auch bei Menschen mit einem dementiellen Erkrankungsverlauf bewusst
und erfolgreich in die Betriebsabläufe integriert werden.

Offizielle Integration von Humor + Heiterkeit

- **in Patienten-Erfassungssysteme** (z.B. RAI-NH, BESA, PLAISIR)
- **in Qualitätssicherung** (z.B. ISO 9001, Basisqualität)
- **in Arbeitssicherheit** (z.B. ISO 45001, BESA)
- **in psychosoziale Gesundheit** (z.B. ISO 45003)

Integration von Humor + Heiterkeit in Patienten-Erfassungssysteme (z.B. RAI-NH, BESA, PLAISIR) inklusive im Pflegeprozess

1. Assessment

Dynamische Biografiearbeit für Heiterkeit und Humor Ressourcen, inkl. Antriebe und Gefühle (Ressourcen Checkliste für Heiterkeit + Humor)

- Allgemeiner-Teil (Humor-, Heiterkeit-Prägung, u.v.m.)
- Pflege-Teil (für Interventionen ohne Gegenständen)
- Aktivierungs-Teil (für Interventionen mit G.)

2. Diagnosis

Ist gegenwärtig integriert in Ressourcen-Checkliste Humor + Heiterkeit

Meine Vision:

Da die Diagnose gegenwärtig erst auf meinen langjährigen persönlichen Erfahrungswerten erfolgt, braucht es eine verlässliche **wissenschaftliche Studie zur Überprüfung und Anpassung, um künftig eine möglichst genaue Diagnosis im Jetzt sicherzustellen.**

Mit einem Cross-Team aus Pflege-, Neuro-, Demenz-wissenschaft, Psychologie, Robotik und emotionale KI, in Zusammenarbeit mit einer Institution, Pflegefachleuten, Aktivierungsfachleuten, Heiterkeitspfleger*in, Clowns von Humorcare sowie finanzielle Sponsoren.

3. Intent

Das Pflegebedarfs-Ziel im Jetzt ganz normal definieren
(noch ohne Humor- und Heiterkeit einbeziehen).

4. Planning + 5. Intervention

- Humor und Heiterkeit-Interventionen können bei sämtlichen ATL's und Tätigkeiten in der Pflege, Betreuung und Aktivierung geplant werden.
- So planen und durchführen, dass bei Patient*innen und Heimbewohner*innen als Mehrwert möglichst Heiterkeit (psychosoziales Wohlbefinden) erzeugt werden kann.
- Pflegedienstleitung und Pflegefachleute brauchen erfahrungsgemäss eine H+H-Planungs-Liste damit diese zusätzlich auch die im Jetzt funktionierenden Humor und Heiterkeit-Interventionen fachgerecht planen können.

Besonders geeignete Planungsorte für H+H

Qualitätsindikator RAI-NH (MDS)	Massnahmenpakete
B Kognitive Fähigkeiten <ul style="list-style-type: none"> • B2-3 Gedächtnis • B4 Entscheidungsfähigkeit • B5 Unruhe, Lethargie 	geistig-kognitiv <ul style="list-style-type: none"> • 1.2.1 Gedächtnis, Orientierung
E Stimmungslage + Verhalten <ul style="list-style-type: none"> • E1 Trauer, Depression, Angst • E2 Stimmungslage • E4 Verhaltensauffälligkeiten P Averbaler Ausdruck v. Bedrücktsein	emotional <ul style="list-style-type: none"> • 1.2.2 Affektregulierung, Impulskontrolle
C Kommunikative Fähigkeiten <ul style="list-style-type: none"> • C4 Sich verständlich machen • C6 Andere verstehen 	sozial-kommunikativ <ul style="list-style-type: none"> • 1.2.3 Sozialverhalten, Integration
G Körperliche Funktionsfähigkeit <ul style="list-style-type: none"> • H8 Rehabilitations-Potential in den ADL- Aktivitäten 	motorisch <ul style="list-style-type: none"> • 2.2.1 Geh-, Kraft-, Gleichgewichtübungen • 2.2.2 h Erhalten der Beweglichkeit
J Gesundheitszustand (Schmerz) <ul style="list-style-type: none"> • P1 Sauerstoff => lachen ! 	Schmerzen, Sauerstoffversorgung <ul style="list-style-type: none"> • 5.2.1 Schmerzmanagement • 5.2.3 Sauerstoffversorgung

Beispiel: Körperliche Funktionsfähigkeit / motorisch

- Lustig humorvoll heitere sinnliche Bewegungsspiele mit Ballon rund, Ballon lang, Soft-Frisbee-Ring, weitere Soft-Wurf-Gegenstände, sowie stehend oder sitzend tanzen,
- Für bewegen von Arme, Hände, Beine, Füße, Nacken/Hals, Rücken, Entspannung der Muskulatur, Gleichgewichtsübungen, Kraftförderung
- Durchführung im Spielkreis in Gruppe mit jeweils kurzen Einzelbetreuungen
- Nach Bedarf entweder als Regulierung, Abklärung oder Kontrolle
- 2 bis 4x wöchentlich, mindestens 20 Minuten lang (bzw. was KK aktuell zahlt, sonst via Aktivierung planen) durch an delegierte Pflegehilfe SRK.

6. Evaluation

- Was funktioniert gegenwärtig im Jetzt?
- Was nicht mehr? (= Humorfenster das zugeht)
- Was ganz neu? (= Humorfenster das neu aufgeht)

eintragen in Assessment

Fazit:

**Dynamische Biografiearbeit für Heiterkeit und Humor
Ressourcen, inkl. Antriebe und Gefühle (Ressourcen-
Checkliste für Heiterkeit + Humor)**

Haben Sie Fragen ?

