

Lebensfreude spenden – die Kunst der Begegnung

Wo Menschen in ihren Gefühlen verstanden werden, fühlen sie sich zuhause und respektiert. Das gilt für uns alle, besonders für Menschen, deren kognitive Fähigkeiten schwinden, während das emotionale Erleben erhalten bleibt. Wenn Gefühle nicht mehr mit Worten ausgedrückt werden können, liegt es am Umfeld, sich in den von Krankheit, Angst und Frustration geplagten Menschen hineinzusetzen. Die Stiftung Lebensfreude ist seit 2012 unterwegs bei Betroffenen und gibt seit Kurzem auch Fachwissen an angehende Pflegende, Betreuende und Sterbebegleiter weiter. Um diese Mission zu erfüllen, ist sie auf die Unterstützung von Spendern und Sponsoren angewiesen.



von
Christine Lienhard
Präsidentin
Stiftung Lebensfreude
cl@stiftung-lebensfreude.ch



Die als gemeinnützig anerkannte Stiftung Lebensfreude verfolgt das Ziel, die Lebensfreude von Menschen, die an einer Demenz leiden, krank, betagt oder geistig und körperlich beeinträchtigt sind, durch individuelle, humor- und liebevolle Besuche mit speziell geschulten Künstlern zu fördern. Dabei stehen Wertschätzung, Respekt und Würde an oberster Stelle.

Obschon ebenfalls mit Leichtigkeit unterwegs, begegnen die Lebensfreude-Clowns dem Gegenüber auf Augenhöhe, mit Feingefühl und Geduld. Die Begegnungen sind immer individuell, es sind keine Shows. Musik und Gesang sind dabei sehr wichtig. Aber auch Gespräche, Zuhören oder einfach nur eine Hand halten und eine Melodie summen können unglaublich Schönes bewirken und werden für einsame Menschen zur Kraftquelle.

Auf die äussere Erscheinung der Clowns wird bei «der Lebensfreude» grosser Wert gelegt. Sich für jemanden schönzumachen, ist auch eine Form, Respekt zu zeigen.

Mit dem schicken Äusseren allein ist es allerdings nicht getan: Alle Künstlerinnen und Künstler verfügen über eine solide Clown-Ausbildung. Feingefühl, Empathie, Geduld, Improvisationstalent und die Fähigkeit, sich als Künstler zurückzunehmen, sind weitere wichtige Voraussetzungen. Es braucht angepasste Kommunikationsformen, individuelle Aufmerksamkeit, musikalisches Know-how, positive Impulse und viel Geduld. Neue Mitarbeitende werden deshalb sehr sorgfältig ausgewählt und nehmen an



Die Lebensfreude-Clowns begegnen dem Gegenüber stets auf Augenhöhe, mit viel Feingefühl und Geduld. Bilder: zvg

regelmässig stattfindenden Weiterbildungen zu Fachthemen wie Demenz, Depression im Alter, Wahnvorstellungen sowie auch Gesang und begleitender Musik teil.

Ende 2011 als Verein gegründet und seit 2016 als Stiftung im Einsatz, ist Lebensfreude kontinuierlich gewachsen. Zahlreiche Menschen konnten durch das Engagement der Stiftung Unterstützung erfahren. Die Zahl der Besuche nahm von Jahr zu Jahr zu. Heute beschäftigt die Stiftung insgesamt 14 gut ausgebildete Künstler und Künstlerinnen, die im vergangenen Jahr über 700 Clown-Besuche in rund 70 Institutionen der ganzen Deutschschweiz absolvierten. Wie die Besuche wahrgenommen werden, vermitteln Feedbacks aus den Institutionen.

Motivierende Lebensfreude-Clowns

«Die Lebensfreude-Clowns leben Lebensfreude durch und durch. Schon bei ihrer Ankunft erfüllen sie den Raum mit einem wunderbaren Strahl-

Stiftung Lebensfreude

Laubgasse 45
8500 Frauenfeld
Telefon 044 221 32 69
www.stiftung-lebensfreude.ch
office@stiftung-lebensfreude.ch

len und herzlicher Energie. Es ist faszinierend, wie sie jeweils jedes Gegenüber in einer unglaublichen Vielfalt einschätzen und abholen können. Sie spüren schnell, unabhängig von der Stärke der Beeinträchtigung, was die Person braucht, und begegnen allen auf Augenhöhe. Sie verwenden Musik, einen Gegenstand, ein warmes Wort oder ganz einfach Ruhe und Geduld. Ihre Flexibilität ist beeindruckend», so Christof Rada, Leitung Aktivierung, Friedau Frauenfeld. «Ich glaube, dass ihre Authentizität und die grosse Wertschätzung und Empathie, mit der sie unseren Gästen begegnen, alle berührt und sie deswegen auch stets mit Freude erwartet werden.»

Seit geraumer Zeit wird die Stiftung Lebensfreude gebeten, Humorworkshops, respektive Schulungen für angehende Pflegefachkräfte oder Angehörige, die ihre Lieben zuhause betreuen, durchzuführen. Auch bei Schulungen für Sterbegleitung ist die Lebensfreude seit Kurzem im Einsatz.

Das hört sich vielleicht paradox an: Humor und Sterbegleitung – passt das überhaupt zusammen? Um es mit den Worten von Georg Bernhard Shaw zu beantworten: «Das Leben hört nicht auf, lustig zu sein, wenn Menschen sterben. Ebenso bleibt es ernst, wenn Menschen lachen.»

Um solche Schulungen gezielt und feinfühlig zu leiten, braucht es Menschen, die den Pflegealltag und die täglichen Herausforderungen von Pflegenden kennen. Im Stiftungsteam arbeiten bereits seit mehreren Jahren Künstler mit, die selbst in der Pflege tätig sind oder waren, und natürlich auch einige, die privat kranke Menschen begleitet haben.

Es geht auch da keinesfalls darum, einfach etwas lustig zu sein und zu denken, dass dies die Aufgabe der Pflegenden von alleine vereinfachen würde. Und was für den einen passt, muss nicht unbedingt für die anderen funktionieren.

Die Teilnehmer nehmen die Tools dankend an. Zum Beispiel das Humortagebuch, um ihren Sinn für Humor zu schärfen und ihn achtsam anwenden zu können. Humor kann die Resilienz stärken und ist somit ein wichtiger Faktor für die eigene Psychohygiene.

In den Kursen für angehende Pflegenden erfahren die Schüler Wissenswertes über die Themen Humor, Lachen, wohlwollender Humor und seine Grenzen sowie Humorinterventionen. Der Vortrag enthält persönliche Erfahrungen, praktische Übungen, Singen und Tanzen. Es wäre wertvoll, wenn das wichtige Thema Humor in der Pflege allgemein stärker etabliert würde.

Schwierige Projektfinanzierung

Die Finanzierung von Projekten zugunsten kranker und betagter Menschen bleibt eine Herausforderung. Die Themen Demenz, Einsamkeit und Alter bleiben für die grosse Mehrheit der Firmen eine Art «Tabu». Dies, obwohl ein sehr grosser Teil der Gesellschaft direkt oder indirekt mit Demenz, Behinderung, Vereinsamung und Altersdepression konfrontiert ist.

Neben finanzieller Hilfe könnten Sponsoren allein durch die Tatsache, als Partner aufzutreten, viel bewirken und helfen. Partnerschaften zeugen von Anerkennung. Das Thema wird ernst genommen und die Krankheit weniger stigmatisiert. Für die Stiftung Lebensfreude ist die Zusammen-

arbeit mit Partnern nach wie vor ein wichtiges Ziel.

Auf der Suche nach Geld spielt die Kommunikation eine wichtige Rolle. Deshalb soll der Bekanntheitsgrad der Stiftung gesteigert und so viele Menschen wie möglich erreicht werden. Es ist interessant, zuweilen auch ernüchternd, zu beobachten (die Beobachtungen basieren auf langjähriger Erfahrung in den verschiedenen Bereichen), dass PR-Kampagnen zugunsten von Kindern, Tieren, Umwelt und vieles mehr in der Regel einen sofortigen Effekt haben und Spenden generiert werden.

Bei Projekten für kranke, betagte Menschen ergeben sich auch sofortige Reaktionen. Diese kommen jedoch von Institutionen, die auf der Suche nach passenden Sozialkontakten für ihre schwächsten Bewohner sind. Das ist selbstverständlich auch erfreulich, bringt die Organisation jedoch in die Lage, dass die Bitten um Besuche zunehmen, ohne dass die nötigen finanziellen Mittel mitgeneriert werden.

Herausfordernde Kommunikation

Die Kommunikation in jeglicher Form gleicht also etwas einer Gratwanderung. Die Präsenz in den sozialen Medien wird die Stiftung dennoch intensivieren – die Ethik in diesem Bereich ist gerade da, wo es um das Wohlergehen der Schwächsten geht, grundlegend. Die Benutzung von Material, welches die Aktivität gut darstellt, Emotionen auslöst und berührt, ist mit sehr viel Aufwand verbunden, damit die absolute Würde der Betroffenen und deren Angehörigen bewahrt werden kann. Die enge Zusammenarbeit mit den Institutionen ermöglicht jedoch immer wieder wunderbare Einblicke.

Auf die äussere Erscheinung der Clowns wird bei der «Lebensfreude» grosser Wert gelegt.

Die Begegnungen sind immer individuell und werden für betagte, kranke oder einsame Menschen zur wichtigen Kraftquelle.

