

Pressemitteilung

Lachen macht Fachhoch-Schule

Was hat Lachen eigentlich mit Schule zu tun? Wie verhält man sich beim Lachyoga? Wie wird man Klinikclown? Was bringt uns zum Lachen? Warum fühlt man sich beim dem Lachen so gut?

Diesen und vielen weiteren Fragen sind Studierende des Bachelorstudiengangs „Berufspädagogik im Gesundheitswesen“ am Fachbereich Gesundheit der FH Münster nachgegangen. In dem Studierendenprojekt „Lachen macht Schule“, welches von Frau Prof. Dr. Dütthorn geleitet wird, haben sich die angehenden Lehrkräfte an Pflegeschulen mit der Wirkung des Lachens sowohl im schulischen Alltag als auch in klinischen Handlungsfeldern des Krankenhauses beschäftigt. Damit standen zwei unterschiedliche Praxisbereiche ihrer späteren pädagogischen Arbeit im Fokus des Projektes: „Zwei Kontexte, die in erster Linie durch das Wahrnehmen anderweitiger Aufgaben, als das humorvolle und den Menschen zum Lachen bringende Agieren, geprägt sind. Zwei Kontexte, die mit vielschichtigen Emotionen, wie Stress, Angst, Wut und Trauer, einhergehen.“, so beschreiben die Studierenden zunächst den Rahmen des Studienprojektes.

Während erste wissenschaftliche Studien aus der Gelotologie (Wissenschaft der Auswirkungen des Lachens) kurzfristig und auch langfristig positive Effekte des Lachens auf unsere psychische und physische Gesundheit, auf unsere Konzentrationsfähigkeit und Motivation belegen, haben sich die Studierenden dem Projektauftrag zunächst anhand von eigenen praktischen Erfahrungen genähert.

In einem Lachyogaseminar, welches von der Lachyoga-Lehrerin Veronika Spogis, angeleitet wurde, haben sie erlebt, wie Lachen befreiend wirken kann, den Zusammenhalt in der Gruppe fördert, körperlich richtig anstrengend ist und durstig macht. Zunächst noch verhalten, dann aber immer mutiger und fröhlicher haben sich die Studierenden der Wirkung der Lachübungen, erholsamen Atemübungen und auch der energetischen Klatschübungen zur Revitalisierung des Wohlbefindens hingeben. „Unser Lachen kam uns nicht immer richtig vor. Manchmal haben wir uns komisch gefühlt, weil die Situation kein wirkliches Lachen hervorgerufen hat und das Lachen nur gestellt war, aber kurz darauf wurde das Lachen wieder echt und wir mussten über unser Lachen lachen – einfach so, ohne Grund.“ ...resümierte Jana Poll, eine Studierende der Gruppe.



Weitere Stationen auf der persönlichen Suche nach der Wirkung von Humor und Lachen waren das Placebo-Improtheater und ein beeindruckender Besuch bei den Klinikclowns. Begrüßt und in die Arbeit der Klinikclowns eingeweiht wurde die Projektgruppe der FH Münster von dem Kulturreferenten Christian Heeck, der als Mitbegründer der Klinik-Clowns in Münster und auch Deutschland gilt. Der Visiten-Rundgang mit den Klinikclowns Clowns Pippo, Prof. Spagetti, Flora und Lollo bewegte alle sichtlich: „Soviel vorweg, es ist Einfühlungsvermögen und Kreativität notwendig, denn ein festes Schema für den Ablauf gibt es nicht. Innerhalb von wenigen Sekunden erfassen sie die Stimmung und reagieren darauf. Es entstehen ganz unterschiedliche Situationen, welche mal schneller und mal weniger schnell den Kindern ein Lächeln ins Gesicht zaubern. So erlebten wir, wie die Clowns Musik machten, kleine Ballontiere bastelten, lustige Sketche aufführten oder für die ganz Kleinen einfach ein paar Seifenblasen pusteten. Der sensible Umgang der Clowns mit den ganz unterschiedlichen Bedürfnissen und Stimmungslagen der kleinen Patienten zeigten uns, wie komplex und anspruchsvoll das Aufgabenfeld eines Klinik-Clowns ist und dass nicht jeder mit einer roten Nase gleich einen Klinik-Clown darstellt. Hierfür ist das richtige Handwerk existentiell“ stellt Lisanna Thomas zum Ende des Besuches bei den Klinik-Clowns fest.



Diese persönlichen Erfahrungen bereiten die Studierenden im Projekt anhand theoretischer Befunde zur Wirkung des Lachens, zur Funktion und zu Einsatzmöglichkeiten von Humor auf. Sie recherchieren zur Unterscheidung von Humor, Lachen und Lächeln, beschäftigen sich mit Humorthorien und suchen nach wissenschaftlichen Befunden zur Wirkung von Lachen in der klinischen Pflege und der Schule. Die Projektergebnisse werden anhand einer umfangreichen Buchpublikation mit dem Titel „Humorvoll lernen und pflegen: Die Facetten von Humor, Lachen und Lächeln in Bildung und Pflege“ festgehalten und somit auch anderen Humorinteressierten zugänglich. Für die Kolleginnen und Kollegen an den Pflegeschulen haben die Studierenden Katharina Bensmann, Jana Poll, Lisanna Thomas, Luisa Grodeck und Maria Faßhauer eine 20-Seitige Methodensammlung zum humorvollen Einsatz von Lachen in den unterschiedlichen Phasen des Unterrichtes ins Buch integriert.

Fazit der Studierenden: „Lachen macht glücklich, Lachen macht gesund – warum sollte Lachen dann nicht auch Schule machen?“