



## Pressemitteilung

Bonn, 10.10.2022

# Die Bedeutung von zwischenmenschlichen Begegnungen

## Humor Hilft Heilen auf dem Deutschen Pfllegetag

„Die Bedeutung von zwischenmenschlichen Begegnungen war auf dem Deutschen Pfllegetag in Berlin überall sichtbar – nicht nur bei den individuellen Begegnungen, sondern auch in den Panels“, reflektierte Maria Bley, Stiftungsleitung Humor Hilft Heilen, den zweitägigen Kongress. Rund 5.000 Menschen waren ins CityCube in die Hauptstadt gereist, um sich zu vernetzen und sich über die Herausforderungen der Branche auszutauschen. „Humor ist eine Möglichkeit der Kontaktaufnahme, die unter anderem dazu beitragen kann, dass menschliche Begegnungen besser funktionieren. Und Humor kann man trainieren – zum Beispiel in den Workshops für Pflegekräfte von Humor Hilft Heilen.“

Im Rahmen des Pfllegetag-Programmes hatte Humor Hilft Heilen ein Panel zum Thema „Humor in der Pflege“. Lea Böttger, verantwortlich für alle Workshop-Angebote der Stiftung für die Pflege, gab einen Einblick in Inhalte und Ziele der Workshops. Damit Pflegekräfte im hektischen Berufsalltag nicht ausbrennen, lernen die Teilnehmer:innen sowohl in Workshops für Pfllegeteams ebenso wie in einem Curriculum in der Pflegeausbildung, wie sie Stress abbauen, die eigenen Stärken stärken und gut mit sich und den Kolleg:innen und Patient:innen/Bewohner:innen in Kontakt sein können, um das Zwischenmenschliche in der Pflege zu bewahren und für den Beruf auch langfristig brennen zu können ohne auszubrennen.

Das ausbildungsergänzende Humor-Curriculum der Stiftung wird aktuell in Zusammenarbeit mit Psycholog:innen der Universität Lübeck und den Alexianern evaluiert. Dr. Marek Bartzik, Universität Lübeck, stellte erste Forschungsergebnisse der Evaluation vor. Sein Zwischenfazit: Das Humortraining wirkte sich positiv auf die Stimmung aus, reduziert das Stressempfinden und wurde von den Schüler:innen als nützlich empfunden.

In einem dritten Vortrag stellte Dr. Johann Böhm, Delmenhorster Institut für Gesundheitsförderung, ein gemeinsam mit Humor Hilft Heilen angestoßenes Leuchtturmprojekt vor: In der Stadt Delmenhorst und im Landkreis Oldenburg können in den kommenden drei Jahren alle interessierten Pflegekräfte an Humorschulungen der Stiftung Humor Hilft Heilen teilnehmen. Ebenfalls wird das Humor-Curriculum Bestandteil der Ausbildung in den Pflegeschulen. „Uns war es wichtig, dass die



Region dieses Thema ernst nimmt“, betonte Dr. Böhmann in seinem Vortrag auf dem Deutschen Pflegeetag.

Maria Bley, die das Panel moderierte, zog das Fazit: „Das Thema wird uns auch weiterhin begleiten. Unsere Pflegeworkshops, die verschiedene Elemente aus der Positiven Psychologie aufgreifen, haben großen Zulauf – nicht erst seit der Corona-Pandemie, in der die Pflegekräfte doppelt belastet sind.“

**Foto:** v.l.n.r. Maria Bley (Humor Hilft Heilen), Lea Böttger (Humor Hilft Heilen), Dr. Marek Bartzik (Universität Lübeck), Dr. Johann Böhmann (Delmenhorster Institut für Gesundheitsförderung), **Foto Copyright:** Verena Breitbach

#### **Pressekontakt:**

Stiftung Humor Hilft Heilen gGmbH

Verena Breitbach

Mail: [v.breitbach@humorhilftheilen.de](mailto:v.breitbach@humorhilftheilen.de)

---

**Über die Stiftung:** Die bundesweit agierende Stiftung Humor Hilft Heilen (kurz HHH, sprechen Sie dies einmal laut aus!) wurde im Jahr 2008 von Arzt, Wissenschaftsjournalist und Bestsellerautor Dr. med. Eckart von Hirschhausen gegründet mit dem Ziel mehr Menschlichkeit in die Medizin zu bringen und „Begegnungen auf Augenhöhe – mit Augenzwinkern“ zu ermöglichen.

In einem zunehmend auf Profit ausgerichteten Gesundheitswesen ist es wichtig, das Bewusstsein für Seelenhygiene und menschliche Zuwendung zu schärfen. Unsere Angebote wirken direkt und spezifisch: von der Musiktherapie bei Frühgeborenen bis zu wissenschaftlich begleiteten Visiten unserer Humorprofis auf der Palliativstation.

Gleichzeitig stärken die Workshops von HHH Pflegekräfte in den Themen Stressreduktion, Perspektivwechsel und Achtsamkeit. Aus dem Workshop-Konzept wurde ebenfalls ein 3-tägiges Curriculum für Pflegeschulen entwickelt, das neben den Pflegeschülern auch Lehrer und Praxisanleiter einbezieht. Immer mehr Pflegeschulen arbeiten damit.

Um die positive Wirkung von Humor zu belegen, unterstützt HHH zahlreiche Forschungsprojekte. Denn: Humor hilft heilen.

[www.humorhilftheilen.de](http://www.humorhilftheilen.de)



2020 gründete Dr. Eckart von Hirschhausen eine weitere Stiftung: Gesunde Erde – Gesunde Menschen (GEGM): Klimaschutz ist Gesundheitsschutz.

[www.stiftung-gegm.de](http://www.stiftung-gegm.de)