

Stephan Klein

Psychotherapie | Familienaufstellungen | Clownerie

Im Gegenberg 24 D-79189 Bad Krozingen
tel 07633 9239050
mobil 0176 50091202
e-mail info@kleinstephan.de
www.kleinstephan.de

Gedanken eines Clowns zum Sein und Humor von demenziell betroffenen Menschen

Diese Gedanken sind zunächst aus den Erfahrungen des Clowns mit dementen Menschen entstanden, hinzu kommt noch eine philosophisch – therapeutische Sichtweise. Die Sichtweisen mischen sich. Ich wage es nicht allgemeingültige statements über den Humor von dementen Menschen zu machen, dazu bräuchte es wohl noch weitere Jahre an Erfahrung im Seniorenheim.

Eine Annäherung an den status quo.

Was macht es aus, dass sich demente Menschen und Clowns gegenseitig anziehen?

Ganz sicher hat es mit der Zentrierung auf den Augenblick, auf das Jetzt zu tun.

Für beide ist es die einzig existente Zeit. Keine Vergangenheit, oder nur Spuren davon, keine Zukunft.

In der Ausbildung zum Clown haben wir darüber nachgedacht, was das Komische ausmacht. Was macht eine Person komisch, egal, ob sie auf der Bühne oder im Leben steht? Oft ist das innigst Eigene, eine Eigenart, die im Spiel gepflegt und übertrieben wird, die im Beobachter Heiterkeit auslöst und berührt.

Diese Eigenart oder dieser Eigensinn im nicht kognitiven Sinne ist auch bei vielen Dementen zu sehen. Sie wollen nichts mehr beweisen, haben, anders ausgedrückt, ihr Ego abgelegt und entwickeln sich wieder hin zu Originalen, die sie einst als Kind gewesen sind.

Zwischen diesen 2 Lebensstufen haben wir alle besonders in der westlichen Gesellschaft mit der sog. Normopathie zu tun. Das ist die Krankheit, die uns unser Leben zu großen Teilen nach den Normen und Erwartungen anderer leben lässt. Das sogenannte

Eigene rückt in den Hintergrund, bzw. wird durch das Erfüllen-Wollen von fremden Erwartungen und Normen verschüttet. Die eigenen Erwartungen werden also durch die fremden Normen dominiert, bzw. determiniert. So verlieren wir unsere Originalität.

Da dieser Vorgang nur funktioniert, wenn bestimmte Hirnareale und damit unsere kognitiven Fähigkeiten intakt sind, kann, aber muss nicht der Verlust des Kognitiven mit dem Gewinn von Originalität und Humor einhergehen. Wenn der Clown in das Gesicht eines dementen Menschen schaut, und es kommt zum Kontakt, ist das Gesicht schon komisch, ohne dass die demente Person irgendetwas macht. Wir haben gelernt – Der gute Clown zeigt sich in seinem So-Sein und macht immer weniger. Er hat es schlicht nicht nötig, zu agieren, um komisch zu wirken. Demente Menschen und gute Clowns lassen sich nichts Komisches einfallen, sondern gemeinsam fällt ihnen das Komische auf. So liegt ein Teil des Mysteriums der Komik in der Wahrnehmung - Wahrnehmung des alltäglichen Lebens mitsamt den Reibereien, die es uns bereitet. Wir können die Frage in den Raum stellen, wie verändert sich die Wahrnehmung und damit auch der Humor des dementen Menschen???

Der mit wachsender Demenz immer feinmaschigere Filter der Wahrnehmung scheint noch die richtigen Zutaten zum Humor durchzulassen, die eher kontraproduktiv zum Humor wirkenden Bestandteile dagegen herauszufiltern. Eine demente Frau und ein Clown treffen sich auf einer kindlichen, unschuldigen Ebene, auf der das Spiel, das spielerische Aneignen der Welt geprobt wird.

Das innere Kind ist beiden aus unterschiedlichen Gründen präsenter und greifbarer, als den meisten anderen Erwachsenen, die aus dem Spiel herausgewachsen sind.

Der Clown lernt in seiner hoffentlich fundierten Ausbildung im Ringen um Authentizität mit seinem inneren Kind wieder mehr verbunden zu sein. Die demente Frau ist aufgrund des Verlustes des Kurzzeitgedächtnis und zumindest fragmentarisch erhaltenen Langzeitgedächtnis oft nahe an ihrer Kindheit.

Wenn z.B. durch das Medium Musik, welches sich weitestgehend dem Vergessen entzieht, ein Zugang zu einem frühen Lebensstadium erreicht wird, entstehen berührende Momente,

die besonders im clownesken Kontakt gegenseitig vermittelt werden können.

Der Mensch ist erst Mensch, wenn er spielt. sagte Schiller

Auf dem Spielfeld können Clown und demente Menschen durch das Spiel zum Traumpaar werden, indem sie einen kurzen Augenblick das Glück des Da-Seins miteinander teilen.

Aller Humor fängt damit an, die eigene Person nicht ganz so ernst und wichtig zu nehmen.

sagte Hermann Hesse

Dieses Hesse-Zitat ist wohl das Fundament einer Humorentwicklung. Aber Vorsicht!

Während es ein dementer Mensch aufgrund seiner somatischen Veränderungen im Gehirn mit dieser Voraussetzung für den Humor nicht so schwer hat – oft gibt es für ihn nichts zu erreichen, nichts darzustellen, kein „um zu“ – ist es für uns als Clown und „gesunder Mensch“ eine große Herausforderung, diese Hürde zu nehmen.

Es fällt uns leicht, wenn es uns gut geht, wir uns in den Augenblick entspannen können.

Aber was ist, wenn der Spaß aufhört, wie z.B. in einem Konflikt? Bleibt dann die Grundhaltung eines inneren Lächelns erhalten?

Können wir im Streit die rote Nase in unserer Hosentasche berühren und uns damit erinnern, uns nicht zu wichtig zu nehmen, statt zu kämpfen, uns zu behaupten,

Recht haben zu wollen??? **Du kannst entweder Recht haben, oder Kontakt** –

besagt ein alter Zen-Spruch. Diese Erinnerung bleibt für die meisten von uns eine lebenslange Aufgabe. Wir können versuchen, dabei von anderen zu lernen, auch von dementen Menschen.

Während ich die Zeilen selbst lese, sehe ich die Gefahr einer Verallgemeinerung der Symptomatik Demenz. Mir ist bewusst, dass demente Menschen auch ganz anders, sogar konträr zu dem oben Beschriebenen erscheinen können.

Nun noch einige tiefenpsychologische Aspekte zum Thema Demenz und Pflege.

„Demenziell Betroffene sind wie Kinder“ stimmt nicht ganz. Gewiss sind sie ihnen ähnlich dadurch, dass sie oft emotional noch zu erreichen sind, kognitiv aber nichts oder nur wenig abzurufen ist. Bei den Kindern noch nicht, bei den demenziell Betroffenen nicht mehr.

Es unterscheidet sie jedoch ein fast ganzes Leben von gemachten Erfahrungen.

Wir Menschen kommen als Frühgeburt zur Welt, sind alleine nicht lebensfähig, sondern abhängig und hilflos. Wir brauchen daher eine sorgende Person, um am Leben zu bleiben. Dies bewirkt, dass wir diese Gefühle von Abhängigkeit und Hilflosigkeit alle ausnahmslos erlebt haben. Es sind allerdings auch die von Erwachsenen am häufigsten und stärksten verdrängten Gefühle.

Wenn wir nun dement werden, macht uns die Demenz wiederum abhängig und hilflos. Dies bewirkt, dass die Pflegenden einige emotionale Reaktionen der Betroffenen auf die momentane, aber auch auf die früh im Leben erfahrene Hilflosigkeit abbekommen. Dies ist oft schwer für die Pflegende zu verkraften. Helfen kann dabei, dass die Pflegenden in der Ausbildung das Wissen erworben haben, dass die Betroffenen auf sie projizieren und regredieren. Insofern müsste die Pflege geschult werden, regressionsfreudig zu sein, Aggressionen auszuhalten, ohne sich direkt angegriffen zu fühlen. Was ich hier über Pflegende schreibe, gilt auch genauso für nahestehende Angehörige, die versuchen, die Pflege zu schultern. Um demenziell Betroffene gut zu „beeltern“ - egal, wer es macht - braucht es dieses Wissen. Es schafft dann auch eine nötige Distanz zu den Erscheinungen, die Demenz mit sich bringt, jedoch nicht zu den betroffenen Menschen selbst. Das Wissen ermöglicht erst diese Differenzierung.

Pflegende brauchen mehr **Zeit**, mehr **Wertschätzung** und mehr **Geld**, um mit demenziell Betroffenen den Alltag für alle Beteiligten lebenswert zu gestalten.

Zum Abschluss meiner Gedanken möchte ich noch 3 Fragen in den Raum stellen, die mich bewegen:

- 1** Könnten wir in einem oder anderen Fall Demenz als Erlösung von der Normopathie verstehen, jener prekären Neigung, unser Leben zu großen Teilen nach den Normen der anderen zu leben, statt auf unsere eigene, innere Stimme und damit unserem Wesenskern zu lauschen???
- Können wir sogar durch die demenzielle Symptomatik ein Stück Freiheit und Frieden gewinnen???
- 2** Wir haben uns ein Leben lang angepasst . Könnte es nicht ein Krankheitsgewinn sein, dass sich nun die Welt der dement gewordenen Person anpassen muss?
- 3** Ist hier das Pendel in die andere Richtung ausgeschlagen?

Humor und Lachen verbindet uns mit den Anderen und mit uns selbst, mit der Welt und dem Mysterium, das größer ist als wir selbst.

**Der Mensch ist mit sich
und den Seinen im Reinen,
wenn ´s ihm gelingt, sein Lachen zu lachen
und die Tränen zu weinen.**

Stephan Klein Bad Krozingen 20.2.2014

www.kleinstephan.de