



Foto: picture alliance / dpa

## 1 Editorial

### THEMENSCHWERPUNKT Humor in der Pflege

- Nicht alles so ernst nehmen
- 4 Wo beginnt eigentlich der Humor?**  
GABRIELE WARSCHAU
- Lachen als Gesundheitsfaktor
- 5 Ein Weg zu selbstbewusster Leichtigkeit**  
MICHALE BLOCHBERGER
- Erkenntnisse der Lachforschung
- 9 Ein physiognomischer Reflex macht Schule**  
CHERMAINE LIEBERTZ
- Doping ohne Pillen
- 12 So einfach wie Lachen**  
CHRISTIAN HABLÜTZEL
- Komik ist lernbar
- 16 In jedem steckt ein Dick und Doof**  
PAUL KUSTERMANN

- Und der Humor von der Geschichte?
- 19 Lachen, wenn's zum Heulen ist**  
WALTHER ROTHSCHILD
- Lachyoga für Pflegebedürftige
- 21 1 x Lachcreme auftragen, bitte!**  
MELANIE REMMERS

- Spaßshops lindern Stress
- 25 Fitnessstudios für gute Laune**  
JOHN KILLICK
- Auf Clownsvisite im Pflegeheim
- 28 Farbtupfer im oft grauen Einerlei**  
BETTINA GLÄSKE · TORSTEN KIEHNE
- Gegen den chronischen Ernst
- 31 Humor als Führungsqualität**  
JAN-RÜDIGER VOGLER
- Von der Wissenschaft bestätigt:
- 34 Lachen ist die beste Prävention**  
HEIDE-MARIE WAHL

- Lachyoga bringt Freude
- 36 Grundlos, aber glücklich**  
GISELA DOMBROWSKY
- Die etwas andere Heimbewertung
- 38 Liebe zur Unvollkommenheit**  
ANKE KLÖPSCH
- Unterrichtsfach in der Pflegeausbildung
- 40 Humor trotz(t) Krankheit**  
GUDRUN PIECHOTTA-HENZE
- Evidenzbasierte Humorintervention
- 42 „Ihr Demenzkranken habt doch schließlich auch Humor!“**  
ANONYMUS
- Tipps und Übungen
- 44 Anstiftung zum Humor**  
SOPHIE HANSES-KETTELER · ANKE KLÖPSCH · TINE GOLLNER
- 49 Impressum / Vorschau**



## Das Projekt

Präsent mit allen Sinnen  
**Achtsamkeit**  
JUTTA HURTIG