

Humor in de zorg

Bijzaak, of Hoofdzaak?



Naam: Geja Riemersma

Klas: BBL-B2

Coach: Maike Veenstra

Hoofdstuk 1 inhoudsopgave

Hoofdstuk 1. Inhoudsopgave

Hoofdstuk 2: Inleiding

Hoofdstuk 3: Definitie en doel van humor

Hoofdstuk 4: De werking van humor

4.1: Lichamelijke effecten

4.2: Psychische effecten

4.3: Sociale effecten

Hoofdstuk 5: Praktijk ervaringen

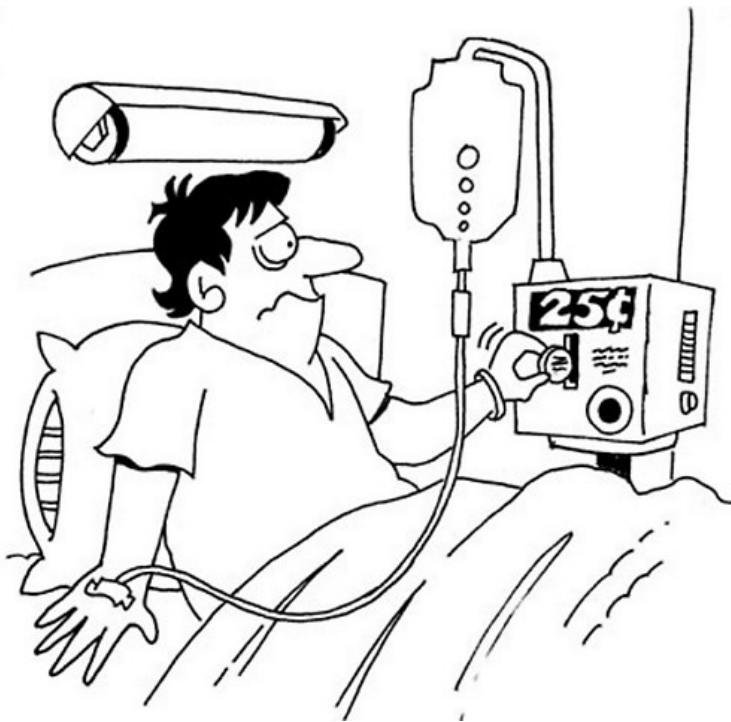
Hoofdstuk 6: Humor toepassen

Hoofdstuk 7: Randvoorwaarden voor het gebruik van humor

Hoofdstuk 8: Interview met Mathijs Schaap van de stichting Mediclowns.

Hoofdstuk 9: Nawoord

Hoofdstuk 10: Bronvermelding, handige web sites en literatuur



Zelfbedieningsziekenhuis.....

Hoofdstuk 2 inleiding

In ieder mens schuilt een clown, alleen niet iedereen laat hem vrij. In de zorg is het belangrijk om te kunnen lachen met mensen, een lach op je gezicht bij binnenkomst doet heel veel, een lach, een grapje, het kan zoveel betekenen voor mensen. Het kan hun hele dag goed en mooi maken. Ik maak in mijn werk als verzorgende veel gebruik van humor, het maakt dat ik mijn werk graag doe, en het maakt dat zorgvragers aangeven dat ze het leuk vinden dat ik kom. Sommige mensen vinden dat humor in de zorg niet kan, als een zorgvrager ziek is, verdriet of pijn heeft, dan ga je geen grapjes maken. Ik ben van mening dat het erg belangrijk is dat je weet wanneer en hoe je een grapje maakt. Na een tijd bij een zorgvrager te zijn weet je wel wat iemand kan hebben en wat niet. Ik merk in de jaren dat ik nu in de verzorging werk, dat humor het hoofd onderdeel is in mijn werk, door humor te gebruiken krijg ik veel gedaan, en gaat de zorgverlening een stuk gemakkelijker. Tegenwoordig wordt er steeds meer aandacht besteed aan humor, denk maar aan de Cliniclowns, de mediclowns en de faria clowns. Ook worden er lachworkshops gegeven, en zijn er boeken geschreven over het gebruik van humor in de zorg. Mijn scriptie gaat over humor in de zorg, bijzaak of hoofdzaak? Ik wil hiermee laten zien wat humor voor mij betekent in mijn werk, en wat het voor een zorgvrager kan betekenen. Ik hoop dat deze scriptie zorgt voor een lach op het gezicht van de gene die hem leest.



Hoofdstuk 3: Definitie en doel van humor.

Wat je verstaat onder de term humor is heel persoonlijk. Er zijn veel mensen die zich hebben gebogen over de vraag wat nou een goede en sluitende definitie voor humor is. Hieronder staan een aantal varianten.

1. Oog en gevoel voor vrolijk makende tegenstrijdigheden tussen voorkomen en bedoeling of betekenis van zaken, handelingen en gebeurtenissen; de neiging het vrolijk makende in gebeurtenissen het meest te doen uitkomen;
2. De tegenstrijdigheid, het vrolijk makende onder 1 omschreven en de uiting ervan.

Van Dale

Vrolijkheid met weemoed

Prisma woordenboek

Humor is overwonnen droefheid

Godfried Bomans

Misschien weet ik waarom de mens lacht: alleen hij lijdt zo zwaar dat hij humor moest uitvinden

Friedrich Nietzsche

Humor heeft heel veel facetten:

Humorwaardering= de neiging om (bepaalde vormen van) humor te waarderen

Humorreproductie= de neiging om bestaande humoristische uitingen zoals bijv. moppen, anekdotes, films of plaatjes met anderen te delen.

Humorproductie= de neiging om zelf grappen of geestige opmerkingen te bedenken. Deze eigenschap staat het dichtste bij creativiteit.

Humoristische coping= de neiging om door middel van humor(re)productie gevoelens van stress tegen te gaan.



"And now, my mother, Mrs. Knable, will put you to sleep with tales of her arthritis."

Als je aan het doel van humor denkt, denk je in eerste instantie aan lachen, dit is een goede reden om humor te gebruiken, maar humor heeft meerdere doelen, ook hierover hebben vele psychologen en filosofen zich over gebogen, hier onder een aantal uitspraken van hen.

Humor heeft iets bevrijdends, indrukwekkends en verheffends, een besparing op emotie met een negatieve lading
Freud

De mens onderscheid zich van het dier door zijn vermogen om te lachen. De mens is een dier dat lachen kan. De mens tobt met zijn bestaan en de lach is hem geschonken als troost en bevrijding.
Aristoteles

Een wereld zonder humor is een dode wereld. Humor hoort bij het leven, sterker nog: het is er een essentieel onderdeel van
Gezondheidspsycholoog Sibe Doosje

Mijn eigen visie en doel van humor is het volgende:

Humor is een onderdeel van het leven, het maakt mij instaat om contact te leggen met zorgvragers, door middel van een grapje of een leuke opmerking krijg ik veel voor elkaar bij (dementerende) zorgvragers. Door humor toe te passen wordt de zorgverlening voor mij gemakkelijker, en het is voor mij ook leuk om te zien wat humor met een zorgvrager kan doen, dit daagt mij uit om hier mee door te gaan, en zo een optimale zorgverlening en een goede vertrouwelijke band te creëren met een (dementerende) zorgvrager.

Humor wordt gezien als een noodzakelijk mechanisme om in de wereld overeind te blijven. Vooral als iemand veel tegenslag ervaart. Joodse humor is hier een goed voorbeeld van, hun geschiedenis geeft weinig aanleiding tot lachen, maar joodse mensen weten hun eigen situatie, ernstige en levensbedreigende zaken, onderwerp van (galgen) humor te maken. Hiermee distantiëren zij zich van de ernst van de situatie en maken het daarmee emotioneel beheersbaar. Het onderstaande mopje is daar een voorbeeld van.

Er lopen twee Joden in een krijgevangenenkamp dat omringd is door wachtposten, mitrailleurs, hoog prikkeldraad en schijnwerpers. Zegt de ene tegen de andere: "snap jij hoe het ons gelukt is hier binnen te komen?"
--

Nog een aantal spreuken die humor definiëren.

Humor dient niet om de ernst van de situatie te negeren, wel om de ernst dragelijk te maken.

Een oncologieverpleegkundige

Koning Salomo: 'een vrolijk hart bevordert genezing, maar een verslagen geest doet het gebeente verdorren'

Bijbel, oude testament (spreuken 17, vers 22)

Lachen is een van de doelen van humor. Voor verpleegkundigen en verzorgenden gaat het er niet primair om mensen aan het lachen te brengen, maar om door het gebruik van humor iemand te helpen om vat te krijgen op zijn eigen situatie. Het gaat in dit verband om de betekenis die humor heeft in de communicatie tussen de patiënt en de verzorgende/ verpleegkundige

Bron: Humor in de psychiatrie P.J.M Van Alphen.



Er lag een vrouw op de operatie tafel en zei: 'oh dokter ik ben zo nerveus, dit is mijn eerste operatie' zegt de dokter: 'maak je niet druk, het is ook mijn eerste keer'

Hoofdstuk 4: De werking van humor.

4.1 Lichamelijke effecten.

Het is een feit dat lachen je gezichtsspieren traint, dat de longventilatie toeneemt tijdens het lachen en dat je ademhaling sneller wordt. Verder worden de volgende effecten van humor verondersteld, maar dit wordt nog verder onderzocht.

Serotonine: als je lacht maak je serotonine aan, daar wordt je vrolijk van en heeft daardoor vermoedelijk een antidepressief effect.

Endorfine: tijdens het lachen wordt endorfine aangemaakt, dit is een natuurlijke pijnstiller, die ook lustverhogend werkt en een ontspannen effect heeft op zwaarmoedigheid en de pijndrempel verhoogt. (Zillman, 1993) Sibe Doosje vermoedt hier wel een verband maar dit is nog niet aangetoond. Onderzoek hier naar stuit op methodische bezwaren: er is veel bloed nodig om hierin een stijging van endorfine te kunnen aantonen.

Afweercellen: lachen is ook goed voor het immuunsysteem. Er is sprake van een versterking van de afweer tegen ziekte kiemen, maar deze is maar voor korte duur.

Zuurstof: het zuurstof gehalte in het bloed neemt toe.

Pijnreductie:

Humor heeft aantoonbaar geleid tot pijnreductie. Dit is onderzocht door Weisenberg, hij liet proefpersonen met hun handen in ijswater zitten. De personen die tegelijk naar een lachfilm keken hielden dit aanmerkelijk langer vol dan de genen die naar een documentaire of oorlogsfilm keken.

Er komt een skelet bij de psychiater, zegt hij tegen de psychiater: "iedereen vind dat ik bot overkom" antwoord de psychiater: "dat komt omdat je bij alles wat je zegt geen spier verrekt"

4.2: Psychische effecten.

Humor heeft een sterk relativerend effect. Het zorgt er voor dat iemand zich op emotioneel gebied minder sterk laat meeslepen door de ellende waarmee hij geconfronteerd wordt. Humor kan (bij goed gebruik) iemand tegen extreme angsttoestanden beschermen. Het is een uitlaatklep voor verschillende emoties zoals agressie en angst. Als patiënten van hun eigen situatie onderwerp van humor maken, blijven ze boven de situatie staan. Met humor kun je ook realiteit veranderen. Hier onder een aantal uitspraken van verpleegkundigen over de psychische effecten van humor.

'Humor helpt patiënten even uit mineur te halen'

'Het kan dementerenden helpen hun onmacht te vergeten'

'met humor kun je spanning wegnemen, relativeren en aanzetten tot zelfreflectie. Het kan andere emoties losmaken'

Zelf heb ik gemerkt dat een grapje heel veel kan doen, zoals in onderstaand voorbeeld.

Ik kwam bij een mevrouw die psychiatrisch patiënte is, ze was somber, en had nergens zin in. Ze vroeg mij of ik een pot koffie voor haar wilde zetten, en dit deed ik, toen ik een kopje voor haar in had geschonken vroeg ik of ze ook melk of suiker in de koffie had. Allebei antwoordde ze. Ik vroeg haar toen, wilt u 1, 2 of 10 schepjes suiker in de koffie? Ze keek me heel verbaasd aan en begon daar erg om te lachen, wie doet er nou 10 schepjes suiker in de koffie? Vroeg ze al lachend. Door deze kleine grap te maken heb ik op een of andere manier een bepaald somber patroon doorbroken. Toen ik met haar koffie aan het drinken was, en op haar verzoek de radio aan zette en er ook nog eens een heel vrolijk liedje op was, en ik dat liedje mee begon te zingen, was het helemaal klaar, ze moest vreselijk lachen, en zong gezellig mee. Toen ik weg ging zei ze: zo ik heb heerlijk gelachen vandaag, dat moeten we vaker doen! Sindsdien zorg ik dat ik altijd als ik bij haar ben, iets bedenkt waardoor ze kan lachen.

<p>Meneer de Jong wordt met hevige buikpijn in het ziekenhuis opgenomen. Na de operatie zegt de dokter: 'weet u wat ik in uw maag heb gevonden meneer de Jong? Achttien theelepeltjes!' Zegt meneer de Jong: 'maar dokter, dat heeft u zelf voorgeschreven! 3 maal daags 1 theelepeltje!'</p>

4.3: Sociale effecten

In sociaal opzicht wordt humor ook wel vergeleken met een schoenlepel en een ijsbreker. Het vergemakkelijkt de contacten, het brengt communicatie op gang en geeft groepssolidariteit, verbondenheid. Dit alles op voorwaarde dat humor goed wordt toegepast, anders is er kans dat mensen gekwetst worden, buiten de groep geplaatst worden en de communicatie verstoord worden.

Lachen is iets wat vaak gebeurt in gezelschap. In gezelschap wordt veel meer gelachen dan wanneer mensen alleen zijn. Mensen hebben behoefte om bij een groep te horen, en lachen, werkt mee aan de groepsvorming. Er wordt verondersteld dat lachen daarom ook aanstekelijk werkt. Het komt er op neer dat lachen een signaal is dat er contact is, of dat er contact gewenst is. Hoe meer er gelachen wordt hoe meer binding er is in een groep. Het werkt versterkend, binding- lach- meer binding.

Humor is een zeer geschikt communicatie middel om lastige onderwerpen bespreekbaar te maken, hierbij kun je denken aan bijvoorbeeld seksualiteit of de dood.



Er komt een vrouw bij de dokter en vraagt: 'dokter is het veilig om na mijn 50^e nog kinderen te krijgen? Vraagt de dokter: 'vindt u 50 dan nog niet genoeg?'

Hoofdstuk 5: Praktijk ervaringen.

Zoals ik al eerder aangaf, heb ik zelf veel gebruik van humor gemaakt, ook hebben zich in mijn werk heel wat situaties voorgedaan wat ik niet bewust deed, maar wat wel tot (grote) lachbuien heeft geleid. Hieronder zal ik enkele voorbeelden geven.

Op een maandag morgen kwam ik om goed half 8 aan bij mijn eerste zorgvrager. Het betreft een vrouw van 92 jaar.

Toen ik daar binnen kwam vloog ze me om de hals, ze was zo blij dat ik er was, het verhaal ging ongeveer zo:

Ik: Goedemorgen!

Mw: Goedemorgen kind, wat ben ik blij dat je er bent!

Ik: had u me zo gemist?

Mw: Nee maar ik ben mijn oren kwijt!

Terwijl ik de kamer in loop, met een verbaasde blik, denk ik oren kwijt? Volgens mij gaat er hier wat niet goed, zou mevrouw beginnen te dementeren of zo? Misschien moet ik team 290 maar eens inschakelen.....

Eenmaal binnen in de kamer, zie ik dat verschillende laden en kasten opengetrokken zijn, mevrouw is verwilderd aan het zoeken. Ik besluit in het kader van belevingsgerichte zorg maar mee te gaan in het verhaal en vraag voorzichtig:

Ik: maar waar heeft u ze gelaten dan?

Mw: ik heb ze gister avond op het nachtkastje gelegd.

Ik: (terwijl ik naar haar hoofd kijk en concludeer dat haar oren er nog steeds aan zitten) had u ze dan niet beter op kunnen houden?

Mw: nee ik moest ze van die man op het nachtkastje leggen.

Ik: (ondertussen aan het mee zoeken terwijl ik niet wist waar ik naar zocht) heeft u ze misschien ergens in gedaan? In een zakje of een doosje ofzo?

Mw: ja in een grijs doosje, die van de winkel!

En ineens begreep ik wat er aan de hand was, mevrouw was absoluut niet aan het dementeren, en hulp van team 290 zou nog niet nodig zijn, mw was haar

gehoorapparaten kwijt, en die waren snel gevonden toen ik wist waar ik naar moest zoeken. Toen ik mevrouw het hele verhaal vertelde hebben we samen vreselijk gelachen, en ik? Ik heb weer wat geleerd.....



Een dame op leeftijd en haar beeldschone jonge dochter gaan op bezoek bij de dokter. Kleed u maar uit juffrouw, zegt de dokter. Neemt u mij niet kwalijk dokter, zegt de oudere vrouw stijfjes, maar ik ben ziek. O juist zegt de dokter, steek uw tong maar uit.

Ik was bij een mannelijke zorgvrager en ik was hem aan het douchen, op een gegeven moment moest ik meneer zijn voeten wassen, dus gaf ik hem de sproeier in de handen. Meneer vond het erg leuk om die sproeier even op mijn hoofd te zetten zodra ik door de knieën was gezakt. Meneer vond het erg grappig en ik kon er op zich ook wel om lachen, zei het niet dat het hartje winter was, en dus koud buiten en dat het wat vroom. Een week later moest ik weer naar meneer toe, het was lekker weer, het zonnetje scheen, ik heb toen mijn regenpak aan getrokken voor ik bij meneer naar binnen ging. Toen hij de deur open deed, en mij zag staan in mijn regenpak, moest hij vreselijk lachen want hij had wel door waarom ik dat had gedaan. Hij heeft nooit weer de sproeier ook maar in mijn richting gehouden.

Ik heb een vrouw in zorg die zwakbegaafd is, zij heeft vaak hele leuke uitspraken, zo zei ze een tijdje geleden dat ze aardbeien had, dus ik zeg, lekker ja! Nou zegt ze met een boos gezicht ik vind er niks aan, echt niet lekker hoor! Dus vroeg ik haar waarom zij ze dan gekocht had? Gekocht? Ik heb ze gekregen was haar antwoord, en van de dokter heb ik er zelf voor gekregen, toen begreep ik pas dat mevrouw het niet over aardbeien maar over aambeien had.

De zelfde mevrouw is getrouwd met een man die ook zwakbegaafd is, deze man heeft prostaat kanker gehad, maar is daar weer van genezen. Laatst was meneer niet helemaal lekker, en mevrouw zegt: dat ligt gewoon aan je staart kanker.

Een tijdje geleden was ik bij de zelfde mevrouw, en de huishoudelijke hulp was er ook, en ze bleef maar staan kletsen met de hulp, ik had haar al 3x gevraagd of ze mee ging zodat ik haar kon wassen, ik ben toen de kamer in gelopen, heb haar bij het oor gepakt, keek er in en zei: 'nee er zit niks in, dus u moet me wel gehoord hebben, gaat u mee?' dit vond ze prachtig en moest ze erg om lachen, dit moet ik nog steeds aanhoren als ik bij haar ben.

Er komt een man bij de dokter die niet kan praten, hij geeft de dokter een briefje waar op staat: 'ik kan niet praten' oke zegt de dokter, leg je handen maar op tafel, de man legt zijn handen op tafel en de dokter slaat en met een hamer op. AAAAAAAHW schreeuwt de man uit, goed zo zegt de dokter, kom morgen maar terug dan oefenen we de B

Hoofdstuk 6: Humor toepassen

Zonder dat je het door hebt, ben je in je werk vaak bezig met humor, een woordgrapje, vertellen over een leuk voorval, het zijn er enkele voorbeelden van. Als je tegen een zorgvrager die je moet douchen, zegt zullen we gaan douchen? Heeft dat al een humoristisch effect. Waarschijnlijk gebruiken heel veel verzorgenden en verpleegkundigen dit soort zinsneden in de praktijk zonder dit zozeer als humor te zien, en zonder het effect van een dergelijke opmerking door te hebben. Humor kan niet gefaket worden, en het moet spontaan gebeuren, bij niet spontane humor zal niemand zich prettig voelen. Met intuïtie kun je een heleboel bereiken.

De vraag bestaat of iedereen met humor om kan gaan, en of iedereen humoristisch kan zijn, persoonlijk ben ik van mening dat je het hebt of je hebt het niet, sommige mensen zien de grap ergens niet van in.

Je kunt humor toepassen in de praktijk, door alles wat pijn verzacht, verdriet of spanning wegneemt bij een zorgvrager te gebruiken, dat is goed. Het hoeft geen ingewikkelde ingestudeerde anekdote te zijn, maar met bijvoorbeeld een geestige woordspeling kun je al heel veel bereiken.



'Dokter zucht de man die een zware operatie moet ondergaan, hoe zijn mijn kansen? Ach, zegt de chirurg, ik heb deze operatie al wel 30 keer gedaan' dat vind ik wel geruststellend zegt de patiënt' Ja dat vind ik ook zegt de dokter, ' ik denk dat hij deze keer wel zal lukken'

Daarentegen moet je wel goed vooropgesteld houden, dat niet alle verdriet weggenomen hoeft te worden, en dat je goed in de gaten houdt, of de zorgvrager de humor wel kan waarderen. Humor kun je leren, het begint met goed kijken naar situaties om je heen, de lach is er altijd en overal, maar jij bent degene die de juiste tijd, plaats en persoon moet uitkiezen.

Psycholoog Jeffrey Wijnberg schreef het heel mooi:

'lachen is te leren, tenminste als je er moeite voor wilt doen. De eerste stap maak je door oog te hebben voor de onzinnigheid om je heen.'

Humor is een subjectief begrip, het is niet meetbaar, wat de een grappig vindt, zal de ander helemaal niet grappig vinden, toch zullen er maar weinig mensen zijn die absoluut geen humor hebben. Iedereen is op zijn eigen manier in staat om voor luchtigheid of relativering te zorgen door iets net even anders te doen of te zeggen dan normaal. De een is er handiger in dan de ander, en de vorm/manier van humor moet je liggen.

Gevoel voor humor betekent niet per se dat je goed moppen kunt tappen, het kan net die ene opmerking, die ene reactie, die ene zinspeling of dat ene grapje zijn die het hem doet.

BESCHERM DE BUURT
MAAR TEGEN MIJ

IK BEN ONGEMEEN
VROLUK

Locoje

IK JOEG HAAR
OP DE KAST

NU WIL ZE ER
NIET MEER AF

de vader
van
Locoje

Belgische Nadine zit bij haar vrouwen arts, deze zegt: 'vertel eens Nadine, welk voorbehoedsmiddel heeft jouw voorkeur, de pil of het condoom?', waarop Nadine antwoordt: 'de pil die krijg ik makkelijker doorgeslikt'

Hoofdstuk 7: Randvoorwaarden voor het gebruik van humor.

Hoe belangrijk en goed het ook is om humor te gebruiken in de zorg, toch moet je er ook mee uitkijken, het kan iets kapot maken, kwetsend zijn, of afstand scheppen tussen jou en de zorgvrager. Er zijn groepen waarbij humor is af te raden. Bij mensen met bepaalde psychische stoornissen zoals mensen die aan schizofrenie, bepaalde persoonlijkheidsstoornissen manische toestanden, suïcidaal of psychotisch gedrag, is het belangrijk dat je let op wat je zegt. Dit betekent niet dat je geen humor kunt gebruiken, maar je moet extra rekening houden met de gevoelens, gedachten en reacties van deze zorgvragers, en welke uitwerking een grap of opmerking kan hebben.

Ik heb zelf een mevrouw in zorg die last heeft van psychische problemen, bij haar zal ik geen uitgebreide grappen uit gaan halen, maar een kleine grappige opmerking kan ze wel waarderen, zo kwam ik laatst bij haar om 8.00 en toen had ze het hele huis al stof gezogen en ze was net bezig met dweilen toen ik kwam. Ik kwam binnen en zei: ' zo fanatiekeling! Zal ik u de sleutel van mijn huis ook even geven?' hier moest ze erg om lachen, een grapje als deze kan ik bij haar dus wel maken.

Ook bestaat er foute humor, zoals seksistische, discriminerende of kwetsende grappen, kunnen echt niet. Er wordt ook wel gesproken over hoger humor en lagere humor, hogere humor gaat over de gemeenschappelijke gebreken van mensen, terwijl lagere wordt gebruikt om iemand uit te lachen om zijn of haar gebreken.



In het centrum van een zeer drukke stad vraagt een man aan een voorbijganger: ' kunt u mij vertellen hoe ik het snelste bij het ziekenhuis kom?' jawel, hoor antwoordt de man, u doet uw ogen dicht en steekt deze straat over.

Hoofdstuk 8: Interview met Mathijs Schaap van de stichting Mediclowns.

Ik heb een interview gehouden, met de 33 jarige Mathijs Schaap uit Dordrecht, hij is al 15 jaar werkzaam als verpleegkundige. Hij werkt in een ziekenhuis in Dordrecht. Ook is Mathijs oprichter van de stichting Mediclowns, de stichting Mediclowns bezoekt ziekenhuizen, verzorgingshuizen en verpleeghuizen. De stichting Mediclowns bestaat officieel sinds 14 maart 2008, maar het idee speelt al sinds 2006. Mathijs wilde iets gaan opzetten met clowns voor volwassenen en heeft hier met verschillende bekende clowns organisaties in Nederland contact over opgenomen, maar het idee en concept dat hij hen voorstelde paste niet in het concept van die organisaties, al werden deze wel heel erg goed bevonden. Iedereen stimuleerde Mathijs om dit door te zetten, en uiteindelijk is hier dus de stichting Mediclowns door ontstaan.

Hier gaan zij als clown verkleed naar toe, waar zij vervolgens een programma hebben met de mensen die daar verblijven. Mathijs vertelt dat de mensen die mee gaan, de gave hebben, om achter die rode neus zichzelf te zijn, contact met de mensen kunnen maken, en ze liefde en aandacht te geven met humor als de grote sleutel.

Voor Mathijs is humor enorm belangrijk, hij ziet het als een van de primaire levensbehoeften. Hij vind humor zo belangrijk omdat het relativeert, mensen dichter bij elkaar brengt, omdat het gezond voor je is, en omdat het je creativiteit verfrist. Hij vertelt dat hij zichzelf een clown in hart en nieren voelt, al kan hij zich totaal niet identificeren met een circusclown. Het reageren vanuit gevoel, contact durven maken e.d. is niet alleen voor hem als clown een onderdeel van zijn doen en laten, maar het is een tweede natuur van hem geworden. Lachen betekent voor Mathijs heel veel, het is voor hem het zelfde als eten en drinken, hij heeft het dagelijks nodig en kan er niet meer zonder.

Toen ik Mathijs vroeg naar een leuke situatie die hij mee had gemaakt, vertelde hij het volgende verhaal:

Bij het dagelijkse rondje van controles (temperatuur, pols, bloeddruk meten, en vragen naar ontlastingspatroon) gaf een man aan dat hij sinds zijn aankomst in het ziekenhuis nog geen ontlasting had gehad, en dat was nu toch al een paar dagen. "Regel ik!" zei ik, en de man was bang dat ik een klysma ging halen, maar ik beloofde dat ik dat niet ging doen.

Ik kwam terug met een po waarin ik een grote nepdrol had gelegd, zette hem op zijn bed, haalde het deksel eraf en zei: "als er nou morgen iemand aan u vraagt of u ontlasting heeft gehad, kunt u zeggen dat u die van mij heeft gekregen" de vrouw naast hem stikte zowat in een slok drinken die ze net nam van het lachen. En die man moest al lachend rennen naar het toilet, spendeerde daar een kwartier, en kwam er opgelucht af, hij noemde mij een wonder dokter'



De onco Loog
De reumato Loog
De Dermato Loog
De hemato Loog
De neuro Loog
De cardio Loog
De Gyneaco Loog

Wie kun je dan nog vertrouwen?

Hoofdstuk 9: Nawoord.

Ik ben aan het einde gekomen van mijn scriptie, ik hoop dat jij net zo veel plezier gehad hebt aan het lezen, als ik aan het schrijven hier van.

Ik hoop dat je een beeld hebt van wat humor voor mij betekent maar ook wat het voor anderen kan betekenen in de zorgverlening.

Doe eens gek, en laat ook die clown in je hart eens naar buiten, hij zal het er vast erg leuk vinden.

Ze zeggen wel: 'een dag niet gelachen, is een dag niet geleefd' en zo voelt het voor mij ook.

Ik hoop dat deze scriptie een handreiking is geweest naar het gebruik van humor, of naar meer inzicht in het gebruik van humor.

De vraagstelling in de titel, humor in de zorg bijzaak of hoofdzaak? Is voor mij zeker hoofdzaak, ik zou zonder humor niet optimaal de zorg kunnen verlenen,

Humor in de zorg is voor mij een onderdeel van kwaliteitszorg, doordat je humor gebruikt, kun je meer dingen voor elkaar krijgen, en hierdoor verhoog je de kwaliteit van zorg. Ik vind dan ook dat dit onderdeel veel uitgebreider terug mag komen, zowel op school als op de werkvloer.

Bedankt voor het lezen van mijn scriptie, ik hoop dat je hierdoor een lach op je gezicht hebt gekregen, en dat je die nog lang vast weet te houden.



Op de foto bleek dat u drie gebroken ribben had.
Dankzij Photoshop is dat nu verholpen.

Hoofdstuk 10: Bronvermelding en websites

Ik heb voor deze scriptie gebruik gemaakt van de volgende boeken:

- * Humor als verpleegkundige interventie Marcelino Bogers uitgeverij Elsevier
- * Verpleegkundige interventies Mc Closkey en Bluecheck uitgeverij Elsevier.

Van de volgende websites:

- www.loesje.nl
- www.cliniclowns.nl
- www.mediclowns.nl
- www.google.nl/afbeeldingen
- www.moppen.nl
- http://www.vanloononline.nl/Downloads/Humor_als_Verpleegkundige_Interventie.pdf
- <http://research.fss.uu.nl/humour/Organisaties%20humor%20en%20zorg.htm>

Raadsel:

Ik heb een rug, maar kan niets dragen,
Ik heb een titel maar ben geen film
Ik ben gebonden maar je kunt me zo mee nemen,

Wat ben ik?

Antwoord: een boek.

