

# Smích prospívá rekonvalescenci a Zdravotní klauni ho ordinují již 20 let

*Potřeba přebít pozitivními emocemi často stresující zážitek z hospitalizace je nezbytná pro její hladký průběh. Fyziologicky totiž humor a emoce s ním spojené prospívají organismu a pomáhají k rychlejší rekonvalescenci. Naštěstí jsou ale Zdravotní klauni nedílnou součástí našich nemocnic již 20 let a získali si oblibu u pacientů i u personálu.*

Konec devadesátých let a příchod milénia postupně zasely počátky klaunského působení v českých nemocnicích. Tomu všemu ale předcházela návštěva amerického umělce a hudebníka Garyho Edwardse, otce českých Zdravotních klaunů. Do té doby fungovaly klaunské návštěvy běžně v nemocnicích v Německu, Rakousku, v Holandsku nebo v Belgii. Gary Edwards vycítil potenciál rozšířit síť Zdravotních klaunů také v České republice, a přestože začátky nebyly úplně jednoduché, roku 2001 založil občanské sdružení Zdravotní klaun. Díky úspěšnému projektu se od té doby podařilo vykouzlit úsměv na tváři tisícům pacientů a jejich rodičům po celé České republice.

## Klauni vystupují jako veselí lékaři nebo zdravotní sestry

V Česku v současné době působí 86 klaunů, kteří navštěvují celkem 63 nemocnic, 8 geriatrických zařízení a 1 hospic, kde pořádají takzvané klauniády. Právě klauniáda je jádrem práce klauna, která staví především na improvizaci. Probíhají ve formě klaunských vizit, kdy klauni navštěvují pacienty v roli veselých lékařů nebo zdravotních sester, a to buď jednotlivě, nebo ve dvojicích.

Klauniáda začíná běžně kolem 13.–14. hodiny odpolední, přičemž toho rána se klaun připraví a přejede do příslušné nemocnice, kde se setká se svým kolegou. Ještě před klauniádou se seznámí s novinkami na oddělení a se základními informacemi o pacientech. „Často stačí pouze jméno, věk, pacientův stav nebo případné komunikační bariéry; například když klaun ví, že má pacient po operaci břicha, je nežádoucí, aby se smál. Jiné informace často vědět nechceme nebo nepotřebujeme, mohou být při klaunování spíše překážkou,“ komentuje umělecký ředitel organizace Zdravotní klaun Petr Jarčevský. U ambulancí a na operačních sálech se ale návštěva řeší operativně, podle aktuální situace a rozpoložení pacienta.



Umělecký ředitel Petr Jarčevský a ředitelka organizace Kateřina Slámová-Kubešová

Foto: 4x archiv Zdravotní klauni

Zdáleka nejčastěji se s klaunem můžete zasmát na dětských odděleních. Po vstupu do pokoje je klaun sám sobě režisérem dané scény, ve které má do jisté míry volnost, stále se však musí držet zásad a kodexu své práce. I když se může na první pohled zdát, že je jako „utržený ze řetězu“, ve skutečnosti musí situaci neustále vyhodnocovat a přizpůsobovat se jí. Jak? Petr Jarčevský vysvětluje: „Zdravotní klaun by měl mít cit pro daný moment, číst reakce pacienta, porozumět jeho emocím a nepřímé komunikaci. Klaun se tak učí, co na dítě funguje, a co ne. Důležitá je pak celková odezva dítěte, a pokud je pozitivní, pro klauna je to úspěch a zároveň signál, že se může věnovat dalšímu pacientovi.“

## Smích uzdravuje a pomáhá v rekonvalescenci

V průběhu návštěvy klauni zmírňují obavy a strach. Pacienti si také nepřipadají tolik osamocení v době zákazu návštěv, a pokud je pacient skoupý na slovo, klaun ho během pár minut „rozmluví“. Je totiž prokázáno,

že smích má blahodárné účinky – prohloubením dechu dochází k oksygenaci organismu a tělo začne uvolňovat endorfiny, zvýší se hladina serotoninu a dopaminu, čímž se zastaví stresová reakce v organismu. Zdravotní klauni svojí přítomností ordinují pacientům notnou dávku smíchu a přispívají k dlouhodobě pozitivní atmosféře.

Klauni se snaží uplatnit celou řadu komediálních principů. Jedním z nich je např. to, že klaun záměrně hledá problém nebo překážku, která je vlastně banální, ale pro něho složitá. Často klauni také pracují s vlastními chybami a ve dvojici se pak ujímají role „hloupého a hloupějšího“, kdy si ze sebe navzájem utahují.

Co když ale pacient o hru s klaunem nestojí? „Počítáme s variantou, že nás dítě nechce, a stává se to, když je někomu skutečně špatně. Samozřejmě to respektujeme. Ideální však je, když klaun i přesto zůstane ve svém klaunském charakteru a nestane se lítostivým. Snažíme se pacienty uvolnit, rozptýlit, očistit a odebrat jim bariéry a strachy. Lítost a strach jsou obrovskými bariérami pro komedii,“ komentuje Jarčev-



ský, který se sám klauniádám věnuje již 20 let. Dle velikosti oddělení může běžná klauniáda ve dvojici trvat pár hodin, někde se protáhne na celé odpoledne. Po své návštěvě pak klauni sepíší výkaz a vrací se domů za rodinami.

Vedle dětí jsou do klauniády často zapojeni také rodiče nebo personál. „Když se zapojí všichni, funguje to náramně. Klaun je tam pro všechny, nejen pro pacienta, ale také pro celé okolí. Když se směje rodič, směje se pak i dítě,“ poznamenal Jarčevský.

### Rekvizitou může být cokoliv

Kromě klaunova charakteru hraje roli také jeho celková vizáž, která působí komicky, a na první pohled by měla klauna odlišit od ostatního personálu nemocnice. Klauni mohou mít na hlavě čepici s puntíky, obrovskou sponu ve tvaru květiny, případně barevnou košili s pečlivě uvázanou kravatou nebo motýlkem. Zde se fantazii opravdu meze nekladou. Nicméně kostým musí být přizpůsobený stísněným podmínkám nemocničních pokojů a neměl by při klau-

nování nikde překážet. Velké klaunské boty tedy nečekejte. Nezbytný je však bílý lékařský plášť a podstatná maličkost – červená

bambule na nose, která je poznávacím znamením všech Zdravotních klaunů.

Pro dotvoření veselé atmosféry, a také jako pomůcku, používají klauni při klauniádách nejrůznější rekvizity. Ty jsou opravdu všeho druhu a často se jedná o předměty, které najdou v nemocničním pokoji. Mohou to být tužky, vizitky, kabelka, rukavice, nebo dokonce nábytek. Neopomenuitelnou roli hrají hudební nástroje, a pak samozřejmě klaunský kolega, pokud pracují ve dvojici.

Klauni si také dávají groteskní „umělecká“ jména, díky kterým jsou snadno zapamatovatelní. Můžete se setkat například se sestrou Vykulenou nebo doktorem Dudelem. Pod pseudonymem primář Karel Kolíček vystupuje již 20 let umělecký ředitel Petr Jarčevský.

### Pozitivní vliv Zdravotních klaunů je vědecky prokázán

Klauniáda mívá mnoho podob. Kromě pravidelných návštěv na dětských odděleních pořádají klauni řadu speciálních programů zaměřených na specifickou skupinu pacientů.

Od roku 2013 funguje v České republice úspěšný program NOS! (Na Operační Sál!), který probíhá celkem v sedmi nemocnicích. V rámci projektu mají klauni za úkol připravit děti tak, aby na operační sál odjízďedly beze strachu. Pozitivní vliv přítomnosti klauna při doprovodu na operační sál byl i vědecky prokázán ve studii *To the Operating Room! Positive Effects of*







a Healthcare Clown Intervention on Children Undergoing Surgery, na kterém se podílela Vídeňská univerzita spolu s organizací Zdravotní klaun a Fakultní nemocnicí v Motole. Studie byla publikována ve vědeckém recenzovaném časopise *Frontiers*, a je dostupná také na webových stránkách: [www.frontiersin.org/articles/](http://www.frontiersin.org/articles/).

Od roku 2020 probíhají klauniády na oddělení následné intenzivní péče (NIP) v hořovické nemocnici, kde je důležitým prvkem především hudba, protože vnímaví pacientů trvale připojených na přístrojích a schopnost reagovat na vnější podněty jsou velmi omezené. Mezi další programy pro děti patří Cirkus Paciento pro děti v léčebnách, na psychiatriích a onkologii, dále program Přezůvky máme pro děti v domácí péči anebo jedinečné představení Kutálka pro handicapované děti.

A blížícím se vánočním svátkům je věnována rovněž pozornost. „Vánocům přizpůsobujeme klaunský program, tomu se nevyhneme. Probíhá tak, že klauni navštěvují dětská oddělení, a to buď na Štědrý den, nebo na Silvestra. Máme spoustu dvojic, které rády dělají během Vánoc tato překvapení a není výjimkou, že jedna dvojice navštíví třeba čtyři nemocnice, a to klidně i o půlnoci. Často slaví také personál a vytvoří se příjemná uvolněná atmosféra. Občas se slaví dokonce i na heliportu,“ ko-

mentuje vánoční program klaunů umělecký ředitel.

Při příležitosti svých 20. narozenin vyrazily všechny regionální týmy Zdravotních klaunů dne 29. listopadu na klaunský maraton v 62 nemocnicích po celé České republice. Chtěli tak dát zdravotnickému personálu najevo svoji přízeň a poděkování za dlouholetou spolupráci.

Nadšení z jejich práce dokládá i fakt, že poptávka po klaunech již přerostla z nemocnic také do sociálních zařízení. Podle Petra Jarčevského jsou zahlceni desítkami žádostmi o klaunské návštěvy v domovech pro seniory. Sociální zařízení, a také například domácí péče, jsou proto do budoucna velkou výzvou, na kterou se chce organizace zaměřit.

### Pandemie se klauni nezalekli

Pro domovy seniorů organizují Zdravotní klauni samostatný program s názvem Humor pro dříve narozené tak, aby i starší generace prožila svůj podzim života ve smíchu a radosti. V důsledku covidových opatření byly ve většině sociálních zařízení výrazně omezeny návštěvy. Zdravotní klauni se však nové situaci ihned dokázali přizpůsobit a osamělým seniorům posílali prostřednictvím takzvané Klaunské pošty ručně psané dopisy. Do psané korespon-

dence se senioři s chutí zapojili a vydržela jim až do dalšího setkání.

V důsledku omezení návštěv proběhla u Domova sv. Karla Borovanského v Praze jedinečná akce Vzdušná klauniáda pro dříve narozené, kde měli klauni příležitost mluvit se seniory prostřednictvím vysokozdvížné plošiny, která je vyvezla k oknům těch nejvyšších pater budovy, kde poté mohli klientům zahrát a zazpívat oblíbené písně. Někteří senioři si mohli užít klauniádu také přes internet nebo poslechem podcastu.

V čem se ale komunikace se staršími pacienty odlišuje od dětí? „U seniorů uplatňujeme jiný přístup, komunikace není tak svižná, méně se ironizuje, dbá se na řád, etiketu nebo společenské rituály. Hlavními tématy jsou životní události nebo zážitky z mladých let jako zasnubny, svatba apod. I tady klade velký důraz na živou hudbu a písničky,“ vysvětluje umělecký ředitel organizace.

Na samém počátku pandemie také vznikl nový program, takzvané Virtuální klauniády, a to jak pro děti, tak pro seniory. Zdravotní klauni se tak mohli s pacienty nebo klienty spojit online prostřednictvím tabletu nebo počítače, když je nebylo možné navštívit na oddělení.

### Zdravotní klauni jsou speciálně proškolení

Zdravotní klauni jsou ostřílení profesionálové, kteří jsou specializovaní pro oblast zdravotnictví. Každý z nich musí projít certifikovaným vzděláváním v délce pěti let, které probíhá formou hereckých dílen a kde si postupně vyzkouší jednotlivé principy klaunského humoru. Každý klaun se musí kontinuálně vzdělávat a několikrát za rok se účastní nejrůznějších školení, která se týkají mj. medicíny, sociologie nebo psychologie. Dohled nad vzděláváním klaunů se řídí mezinárodním kurikulem, které následují všechny země sdružené do mezinárodní organizace Zdravotních klaunů Red Noses International.

Protože se jedná převážně o umělecké řemeslo, uchazeči s uměleckým nadáním mají největší šanci, že se Zdravotním klaunem skutečně stanou. Rozhoduje ale více faktorů. „Ve výběrovém řízení přihlížíme ke vztahu k umění, dětem, zdravotnictví, a také k tomu, zda má dotyčný hereckou zkušenost, smysl pro humor, umí pracovat se svojí osobností a se svými chybami,“ říká umělecký ředitel Jarčevský. Většina Zdravotních klaunů má ještě své další aktivity, často umělecké povahy, a věnují se například divadlu nebo vzdělávání.

Michal Češek