

## Neue Ideen, neue Köpfe

### Buch: «Wege zum Humorberater» belebt den therapeutischen Humor

*Von Christoph Müller*

Kennen Sie die mühevollen Arbeit in einem Garten, wo kein Stein mehr am angestammten Ort liegen bleibt? Kennen Sie die Anstrengungen bei einem Umzug, wenn von Bücherkarton zu Bücherkarton die Last schwerer zu werden scheint? Die Lektüre des Buchs «Wege zum Humorberater» erinnert an diese Situationen, die jede und jeder schon erleben musste. Es ist aber weit gefehlt, an dieser Stelle eine niederschmetternde Rezension des neuen Buchs aus dem HCD-Verlag zu erwarten.

Wer Mühen auf sich nimmt, derjenige / diejenige wird in der Regel belohnt. Mit dem Buch «Wege zum Humorberater» ist es nicht anders. Wenn das Schleppen schwerer Bücherkartons den umziehenden Menschen daran erinnert, dass er oder sie entrümpeln sollte, so führen die «Wege zum Humorberater» zu sich selbst, zu den eigenen Urgründen von Melancholie und Heiterkeit, von Lachen und Weinen. Die «Wege zum Humorberater» vermögen gleichfalls etwas anderes. Sie führen die Leserin und den Leser aus einer passiven Humor- und Heiterkeitsbetrachtung zu einer aktiven Arbeit mit dem Lachen.

Mit dem eindrucksvollen Band beschreiben Michael Titze und Alfred Kirchmayr, Petra Klapps und Noni Höfner und viele andere auch Curricula auf dem Weg zum Humorberater HCDA. Es ist ein innovatives Konzept, das die Humor-Aktivistinnen und Humor-Aktivisten vorlegen. Denn es passt sich an die Gegenwart an. Interessierte, die sich zum zertifizierten Humorberater HCDA weiterbilden möchten, müssen nicht ständig die Mühen an zentrale Lernorte wagen. Sie müssen bestimmte Module belegen, die dezentral von den Referentinnen und Referenten vorgestellt werden oder wagen sich an das e-Learning heran.

So ist es nachvollziehbar, dass sich die Autorinnen und Autoren als Wegbereiterinnen und Wegbereiter verstehen. Sie zeigen die Fähigkeit, den am Lachen und am Humor interessierten Menschen Perspektiven aufzuzeigen. Jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer kann sich dann auch innerhalb eines Moduls seine Themen auswählen, zu denen sie oder er neigt.

Das Buch «Wege zum Humorberater» steht jedoch nicht in der Gefahr, in den Regalen oder Umzugskartons zu verstauben. Die Herausgeberinnen Erika Kunz und Rosina Sonnenschmidt haben auch neue Köpfe und neue Ideen gesucht und gefunden. So schreibt die Erwachsenenbildnerin Andrea Voermann über «clowneske Elemente als Medium der ästhetischen Erziehung in der sozialpädagogischen Arbeit». Die Clownfigur steht im Mittelpunkt ihres Nachdenkens: «Der ästhetische Aspekt der Clownfigur begründet sich durch die sinnlichen Wahrnehmungsprozesse ... Der Mensch hinter der Clownsmaske bekommt durch die Kunstfigur Clown die Möglichkeit, seine sinnlichen Erfahrungen zu intensivieren und darzustellen.» (327) Sie wagt den Fingerzeig, dass hinter dem Klamauk das Sinnieren über den Ästhetik-Begriff und das künstlerische Verständnis immer wieder auch verloren zu gehen scheint.

Ein sehr praxisorientiertes Beispiel beschreibt die Logopädin Christiane Koch. Sie erzählt vom «Improvisationstheater für Krebsbetroffene». Es ist natürlich so, dass man während des Lesens ins Stocken gerät. Christiane Koch schafft es jedoch, in einer möglicherweise aussichtslosen Situation mit

dem Improvisationstheater eine Methode der Bewältigung vorzustellen. Unter anderem schreibt sie: «Besonders wichtig für Krebsbetroffene ist, neues Zutrauen in den eigenen Körper zu gewinnen. Dies wird im Spielen bestärkt. Ausserdem sorgt das Spielen für einen Zuwachs an persönlichem Mut, der dadurch entsteht, dass man ungeahnte Dinge tut, sich auf unsicheres Terrain begibt und dabei gewinnt, über sich selbst hinauswächst und stolz ist auf die eigene Entwicklung im Spiel.» (256 / 257)

Dies könnte eine Erfahrung sein, wenn sich Interessierte auf die Weiterbildung zum Humorberater HCDA einlassen. Sie werden inhaltlich ganz neu verankert. So wie jede Fort- und Weiterbildung fachlichen Fortschritt bedeutet, so mag der Abschluss zum Humorberater HCD auch die Persönlichkeit weiterentwickeln. Fremd ist es ja auch beim Umzug nicht unbedingt, dass Menschen über sich hinauswachsen, wenn die Waschmaschine unbedingt getragen werden muss.

Erika Kunz und Michael Titze blicken einmal mehr auf das «Humordrama als spezifische Methode zur Behandlung von Gelotophobie». Immer wieder erscheint dieser Ansatz spannend, bei dem zuallererst schamauslösende Situationen geschildert und in einen lebensgeschichtlichen Zusammenhang gestellt werden. Das anschliessende Aufsetzen der Clownsnase soll den therapeutischen Clown in einem wach werden lassen. Das Humordrama verdient mehr als wiederkehrende kurze Betrachtung, liebe Erika Kunz, lieber Michael Titze. «Wagt den Schritt und schreibt ein dickes Buch über das Humordrama», mag man den beiden entgegenrufen. Es könnte ein grosser Gewinn für die psychotherapeutische Praxis sein.

Über den «Humor in der Therapie» schreibt der Wiener Psychoanalytiker Alfred Kirchmayr. Seine Gedanken sind ein Genuss, ja immer wieder. Kirchmayr bezeichnet den Humor als «die Kunst des Drüberstehens». Wer ihn einmal persönlich erleben durfte, liest die Zeilen seines Aufsatzes mit einem andauernden Grinsen im Gesicht. Denn Alfred Kirchmayr hat den österreichischen Charme, der gepaart ist mit einem feinsinnigen Geist: «Wenn der gewitzte Verstand herzlich, liebevoll und wohlwollend agiert, entsteht die seltene Prachtmischung des humorvollen Witzes. Durch ihn wird die Kunst des Drüberstehens gefördert, des mitfühlenden, des sympathischen, nicht des apathischen oder resignativen Drüberstehens: des Transzendierens von Widerlichem, des Überwindens von Schwierigkeiten und Bewältigens von Notfällen. Trotz Unglück, Kränkungen und Verletzungen werden Lebensfreude und Lebensmut genährt.» (223)

Etwas später schreibt Kirchmayr von der «heiteren Dreifaltigkeit: Leichtigkeit, Lockerheit, Lachen» (225). Der katholische Theologe wird in diesen Zeilen spürbar. Mit diesem Ansatz macht auch er neugierig auf einen inhaltlichen gedanklichen Ausbau.

Das Buch «Wege zum Humorberater» macht deutlich, dass der therapeutische Humor nicht mit dem Umzugswagen in einer Sackgasse steht. Viele Gedanken und Ideen gehören weiterentwickelt. Es zeigt, dass das Säen der früheren Vordenker des therapeutischen Humors Früchte trägt bei gegenwärtigen Humor-Aktivistinnen und Humor-Aktivisten, die noch nicht im Rampenlicht stehen. Den Schwung und die Ermutigung des Buchs «Wege zum Humorberater» gilt es mitzunehmen. Dann fällt das Tragen der Umzugskartons nicht so schwer. Gleichfalls drohen die Ideen nicht in der zweiten Reihe des neu aufgestellten Bücherregals in Vergessenheit zu geraten. Diese Belebung hat die Bewegung gebraucht.

**Erika Kunz / Rosina Sonnenschmidt: Wege zum Humorberater – Fortschritte im Therapeutischen Humor, HCD-Verlag, Tuttlingen 2013, ISBN 3-938089-17-2, 334 Seiten, 19.90 Euro.**