

**Barbara Wild (Hrsg.):**

## **HUMOR IN PSYCHIATRIE UND PSYCHOTHERAPIE**

### **Neurobiologie – Methoden – Praxis**

Schattauer-Verlag, Stuttgart 2012. 68 Abb., 8 Tab., 324 S. , € 39,95

ISBN: 978-3-7945-2796-0

Humor ist eine feine Sache, aber auch schwierig. Schwierig? Ja, wenn man sich ihm ernsthaft widmet, wissenschaftlich beispielsweise. Da gibt es mehr offene Fragen als wohlfeile Erklärungen, die man so oft hört und liest – aber leider unbewiesen.

Dabei gibt es zahllose Publikationen und dutzende von Büchern, die sich mit diesem Thema aus allen Blickwinkeln heraus beschäftigen. Und neuerdings auch die Neurobiologie, d. h. die modernsten technischen Verfahren, um Funktion und Gestalt des Gehirns und insbesondere seiner Aufgaben zu entschlüsseln. Und dabei wird dann auch deutlich: Humor ist nicht nur „der Schwimmgürtel auf dem Strome des Lebens“ (Wilhelm Raabe) bzw. „der Knopf, der verhindert, dass uns der Kragen platzt“ (Joachim Ringelnatz), Humor ist ein komplexes Phänomen, das die Wissenschaft noch lange beschäftigen wird. Das müssen auch die Psychiater, Psychotherapeuten, Psychologen und alle ihr nahe stehenden Fachbereiche erfahren, die ja die neurophysiologischen Vorgänge im Nervensystem von Gesunden und Kranken beforschen.

Dies ist zwar auch für den Humor möglich, aber überaus schwierig. Der Grund ist einfach: Humor und vor allem das damit verbundene Lächeln oder Lachen ist etwas Eruptives, etwas mehr oder weniger plötzlich und unkontrollierbar Ausbrechendes. Das aber ist das wissenschaftliche Problem, besonders wenn man es im reproduzierbaren Experiment auslösen und messen soll. Und dann noch im Bereich der zerebralen neuronalen Abläufe, dem größten Geheimnis, jedenfalls bisher.

So ist es überaus verdienstvoll, dass die Psychiatrie-Professorin Dr. Barbara Wild, früher Leiterin der Arbeitsgruppe Kognitive Neuropsychiatrie an der Psychiatrischen Universitätsklinik Tübingen und jetzt niedergelassene Ärztin für Neurologie und Psychiatrie-Psychotherapie 20 Experten zu Worte kommen lässt, die sich aus ihrer jeweiligen Sicht mit diesem Thema beschäftigen. Da

geht es beispielsweise um Humor und Charakter, um das (Miss-)Verständnis bei Ironie, um Humor im fortgeschrittenen Alter und vor allem um die ernüchternde Erkenntnis, wie wenig wir letztlich über das „Humorzentrum im Gehirn“ wissen, das es natürlich nicht gibt. Gerade dieser Beitrag der Herausgeberin selber mag zwar ernüchtern, ist aber eine gute Verständnis-Grundlage für die Möglichkeiten, aber auch Grenzen der modernen Wissenschaft.

Dabei sind jedoch schon viele nützliche Erkenntnisse erarbeitet worden, insbesondere in der Behandlung psychisch kranker Menschen. Das sind dann die Themen der meisten Kapitel über Psychotherapie mit Humor bei Kindern und Jugendlichen bzw. betagten Menschen, speziell über tiefenpsychologische Psychotherapie, analytische Gruppenarbeit, Verhaltenstherapie, Kunsttherapie sowie spezielle Behandlungsformen bis hin zu Lachgruppen sowie Clowns in Kinderkliniken und Pflegeheimen. Erfrischend auch ein Kapitel des bekannten Arztes und Humoristen Dr. Eckart von Hirschhausen, wie er seine durchaus tiefgründigen Erkenntnisse dann doch auch erheiternd humorvoll rüber bringt. Beispielsweise zur Frage: Wie wird der Therapeut humorvoller? Seine Antwort: „Es gibt drei Dinge, die man beachten muss, um garantiert witzig zu sein. Leider ist keines davon bekannt ...“. Verschiedene Tipps hat er aber dann doch. Und die Herausgeberin fügt hinzu: „Es ist übrigens durchaus eine ernste Angelegenheit, ein Buch über Humor herauszugeben“. Glücklicherweise ist es gelungen und bringt den Leser nicht nur mit einer Fülle wissenschaftlicher, sondern auch alltags-relevanter Hinweise, Empfehlungen und Erklärungen weiter (VF).