Symposium für Ernährungsfachleute 2010

Gender Food
Frauen essen anders. Männer auch.

Humor im Ernst – eine Herausforderung in Beratung und Therapie

Dr. phil. Peter Hain, Zürich

Bei der Arbeit mit Humor im psychosozialen Bereich geht es grundsätzlich darum, dieses psychologische Potential emotional und kognitiv zu entwickeln und für Klientinnen und Klienten und Beraterinnen und Berater nutzbar zu machen.

Gemeinsam entwickelter Humor ist im Rahmen professioneller Beratung und Therapie sowohl eine empathische Zumutung wie auch eine ressourcenorientierte Herausforderung. Humorvoll provokative Interventionen entfalten bei Klientinnen und Klienten im Rahmen eines empathischen Zugangs eine nachhaltig suggestive Wirkung (befreiend und stärkend), schaffen Distanz zum Problemverhalten und ermöglichen es, bestehende Muster, Wertungen und «selbsthypnotische» Induktionen zu entdecken und für angestrebte Veränderungen nutzbar zu machen.

Es zeigt sich, dass der Humor als soziale und gesundheitsrelevante Ressource umso mehr zur Entfaltung kommen kann, wenn er darüber hinaus als lernbare Fähigkeit (coping strategy) einerseits und als Kompetenz in der professionellen Anwendung andererseits erkannt und gefördert wird.

Der Vortrag gibt einen kurzen Einblick in die theoretischen und wissenschaftlichen Grundlagen (Lach- und Humorforschung) sowie – illustriert durch Beispiele – der Anwendungsmöglichkeiten der Arbeit mit Humor.

Kontakt:
Dr. phil. Peter Hain
Fachpsychologe FSP für Psychotherapie und Kinder- & Jugendpsychologie
Psychotherapeut
Psychologische Praxis für Beratung, Therapie und Weiterbildung
Plattenstrasse 44
8032 Zürich
Tel: 044 253 12 52
E-Mail: info@drhain.ch