

Inhaltsverzeichnis

	Seite
Vorwort	11
 I EINLEITUNG: EINFÜHRUNG IN DEN INHALT UND DIE METHODE	 15
1 Problemaufriss und Erkenntnisinteresse	15
2 Zielsetzung und erkenntnisleitende Fragen	20
3 Zur Methode	21
4 Aufbau der Arbeit	23
 II HUMORSPUREN: HUMOR UND KRANKHEIT – EIN UMFASSENDES KONZEPT BEGRÜNDETER ERKENNTNISSE FÜR DIE MEDIZIN	 25
1 Theoretische Grundlagen zum Humor	25
1.1 Humor und Lachen	25
1.2 Perspektiven des Humors und des Lachens	26
1.2.1 Historische Perspektive des Humors	26
1.2.2 Philosophische Perspektive	26
1.2.3 Psychologische Perspektive	28
1.2.4 Soziologische Perspektive	29
1.3 Aktuelle Theorien zur Erklärung von Humor und Lachen	30

1.3.1	Überlegungstheorie	31
1.3.2	Inkongruenztheorie	31
1.3.3	Psychophysiologische Theorie	32
1.3.4	Humor als Charakterstärke	32
1.4	Humor – Annäherung an eine Begriffsortung	34
1.5	Humor als Funktion	41
1.6	Humor als Therapie	44
1.6.1	Therapeutische Humorperspektive	44
1.6.2	Provokative Humorperspektive	44

2	Humor und Lachen in der Medizin und in Gesundheitseinrichtungen sowie der Kommunikation zwischen Arzt und Patient	45
2.1	Humor in Medizin und Gesundheitseinrichtungen zwischen Krankheit und Gesundheit	45
2.1.1	Medizin	46
2.1.2	Gesundheitseinrichtungen	47
2.1.3	Krankheit	48
2.1.4	Gesundheit	49
2.1.5	Salutogenese und Humor	51
2.3	Humor in der Kommunikation und Interaktion zwischen Arzt und Patient	55
2.3.1	Gegenwärtige Kommunikation und Interaktion in der Medizin	55
2.3.2	Zukünftige Kommunikation und Interaktion in der Medizin unter Einbeziehung von Humor	60
2.4	Humor versus ‚Ernsthaftigkeit‘ in der Medizin	65
2.5	Kurzzusammenfassung	68

3	Empirische Befunde, klinische Beobachtungen aus	
	Untersuchungen zum Humor und Lachen	69
3.1	Neurologische Effekte von Humor und Lachen	70
3.2	Neuromuskuläre Effekte von Humor und Lachen	73
3.3	Endokrine Effekte von Humor und Lachen	75
3.4	Immunologische Effekte von Humor und Lachen	78
3.5	Effekte von Humor und Lachen auf Befindlichkeiten (Angst, Schmerz) und Lebensqualität	80
4	Überlegungen und Folgerungen aus den empirischen	
	Befunden und klinischen Beobachtungen	85
4.1	Schmerzen und Schmerzbeeinflussung	88
4.2	Humor in der Medizin und in Gesundheitseinrichtungen	97
5	Entwicklung eines begründeten Humorinterventions-	
	programms für die klinische Praxis	103
5.1	Das Humorinterventionsprogramm als Prozess verstehen	103
5.2	Die Schritte des Humorinterventionsprogramms	106
5.2.1	Humoranamnese	107
5.2.2	Personenzentrierte Humorüberlegungen	113
5.2.2.1	Hinweise zu ethischen Richtlinien zu Humor	114
5.2.2.2	Berücksichtigung der Humornebenwirkungen	118
5.2.3	Humorziele	118
5.2.4	Humorplanung	120
5.2.5	Humorinterventionen	120
5.2.6	Evaluation der Humorinterventionen	126
5.3	Fazit	127
5.4	Kurzzusammenfassung	128

III	KRITISCHE SCHLUSSFOLGERUNGEN UND ZUSAMMENFASSUNG MIT AUSBLICK	129
1	Schlussfolgerungen zum Begriff Humor in der Medizin	129
2	Zusammenfassung und Ausblick: Die Zukunft einer Medizin, in der mit Humor ernst gemacht wird	130
2.1	Zusammenfassung	130
2.2	Ausblick	132
	Abkürzungen	136
	Literatur	139
	Anhang	147
Anlage 1	Ethische Richtlinien zum Humor	147
Anlage 2	Coping Humor Scale	149
Anlage 3	Eine Auswahl von Witzen für humorvolle Momente	151