

**Jan-Rüdiger Vogler (Hrsg.):**  
**«Humor aus Nord – Von Lachstürmen und trockenem Witz»**  
**HCD-Verlag, Tuttlingen 2020**  
**ISBN 978-938089-35-4, 168 Seiten, 14.80 Euro**

### **«Humor wächst im Laufe des Lebens wie ein Baum»**

Können Sie sich vorstellen, dass im Norden Deutschlands herzlich gelacht wird? Oder gehören Sie zu denjenigen Zeitgenoss\*innen, die überzeugt sind, dass Norddeutsche nur mit ernsten und starren Mienen umherlaufen? Wenn Sie das Buch «Humor aus Nord» in die Hand nehmen, dann wird es etwas an den eigenen Überzeugungen ändern. Denn die Humor-Aktivist\*innen um den Kommunikationstrainer Jan-Rüdiger Vogler zeigen, dass Menschen aus dem scheinbar kühlen Norden ein warmherziges Lachen und eine erwärmende Heiterkeit haben.

Da erscheint es ganz gleich, ob das Lachen und die Heiterkeit in der Pflege oder in der Therapie, in der Pädagogik oder im Business erlebt werden. Vogler hat Menschen um sich versammelt, die wissen, worüber sie schreiben. Jeder Mensch hat seine Geschichte mit dem Humor. Nicht nur dies ist eine Erkenntnis, die Vogler mit auf den Weg gibt. Er beschreibt, wie er nicht bloß den eigenen Humor, sondern vor allem seine Persönlichkeit mit einer optimistischen Lebenshaltung entwickelt hat. In seinem Beitrag «Humorvoll älter werden» betont er, dass die Fähigkeit, die Dinge so anzunehmen, wie sie sind, von der Lebenszufriedenheit abhängt.

Mit einem solchen Gedanken stößt er die Nachdenklichkeit der interessierten Leser\*innen an. Dass Lachen und Heiterkeit nicht einfach nur Gegengewichte zur Ernsthaftigkeit, dass sie nicht nur eintrainiert werden müssen, sondern den zeitgenössischen Menschen existentiell bewegen – dies ist eine Erkenntnis aus Voglers Text. Dies zeigt auch eine andere Stelle: «Je mehr ich mich mit Humor beschäftige, desto klarer wird mir: Humor ist einerseits sehr dynamisch und andererseits sehr erdverbunden. Er wächst im Laufe des Lebens wie ein Baum» (S. 20).

In den Beiträgen der Krankenpfleger Matthias Prehm und Sebastian Rott zeigt sich, wie deutlich Humor mit der Person des Menschen verbunden ist, der sich demselben stellt. Prehm betont: «Wenn es Therapeuten gelingt, sich situativ auf den zu behandelnden Menschen einzustellen, sich selber zurückzunehmen und die vorhandene Zeit optimal zu nutzen, legen Sie den wichtigsten Grundstein für ein harmonisches Miteinander. Sie erreichen schnell eine gemeinsame Ebene, welche wiederum Humor erst möglich macht» (S. 70). Rott wirft einen Blick auf die Evidenz-Basierung des Humors im pflegerischen Kontext. Er dokumentiert, was gefühlt eher der Effekt zu sein scheint: «Humor wurde von Pflegenden nicht nur als ein geschätzter Bonus im beruflichen Miteinander, sondern vielmehr als essentiell und unverzichtbar wahrgenommen» (S. 86).

Das Buch «Humor aus Nord» blickt auf eine Tagung zurück, die 2019 in Hamburg stattgefunden hat. Es zeigt einmal mehr, wie wichtig es ist, dass Veranstaltungen dieser Art stattfinden, damit ein Thema in der Breite verankert wird. Es reicht nicht, dass an vielen Orten Appelle laut werden. Nein, Menschen müssen für ein Konzept eintreten, es überzeugend an andere weitergeben, damit aus zahlreichen kleinen Pflänzchen hoffentlich blühende Gärten werden. Das Buch ist ein Beitrag dazu.

*Christoph Müller*