



25.–26.10.2014 in Basel
www.humorkongress.ch

Dumbs, Franz
Dr. phil., Diplom-Psychologe, Psychotherapeut

Sein Humorimpuls beim Kongress:
«Therapie»

Samstag, 25.10.2014, 11.15 – 12.30 Uhr (Parallelveranstaltung)

«Humor liebevoll und provokativ eingesetzt»

Still, aber überzeugend. Psychotherapeut Franz Dumbs sieht den Humor als einen Mehrwert an. Sympathisch macht den Psychotherapeuten Franz Dumbs, dass er scheinbar zu den Stillen in der Humor-Szene zu gehören scheint. Dies sagt jedoch nichts über seine Überzeugungskraft. Denn der Bayer Franz Dumbs will ein Mann der Tat sein. «Für mich sind Lachen, Humor und Provokation keine Methoden, die ich unbedingt anwenden muss. Wenn es passt, so ist es in jedem Fall ein Plus in der psychotherapeutischen Arbeit», gibt Dumbs seine Überzeugung preis.

Die rote Nase sei nicht ein Zweck an sich. Vielmehr sei sie immer ein Plus im Miteinander eines psychotherapeutischen Prozesses. So könne es nicht sein, dass um des Witzes willen ein solcher erzählt werde, meint Dumbs. Wenn Lachen und Humor Raum in der Psychotherapie hätten, dann sage es viel über den gemeinsamen Weg, den Therapeut und der begleitete Mensch miteinander gingen.

Ein Ergebnis einer langen Erziehungsurlaubsphase (4 Kinder) war 2002 die Veröffentlichung seiner Promotion zum Thema «Humor in der Psychotherapie». In einer empirischen Arbeit wurde im Rahmen von Einzelfallstudien die Wirkung von Humor in der Therapie untersucht. Leider stehen Nachfolgestudien bis heute noch aus! In dieser Arbeit konnte unter anderem gezeigt werden, «dass therapeutischer Humor wirkungsvoll zur langfristigen Veränderung problematischer Einstellungen und Verhaltensmuster eingesetzt werden kann».

Darauf setzt Franz Dumbs in seiner therapeutischen Arbeit. Er fällt nichts mit der Tür ins Haus, wie es in einer Redewendung heisst. Aus seiner Sicht macht es auch keinen Sinn, bei einem Seminar in der Fort- und Weiterbildung professioneller Therapeuten den Humor und das Lachen zu erzwingen. Deshalb vermittele er die Verwendung von Humor gerne im allgemeineren Rahmen kreativer therapeutischer Zugänge. Gehe es «nur um Humor», so seien die Erwartungen hoch, der Witzbold werde vorausgesetzt, so erzählt Franz Dumbs von seinen Erfahrungen. Wenn er

den Zugang zum Thema breiter streue, könne gelassener gemeinsam Humor entwickelt werden.

Sein Weg zum therapeutischen Humor ist von anerkannten Persönlichkeiten begleitet worden. Erste Begegnungen mit Hans-Ulrich Schachtner haben das Interesse geweckt. Am Deutschen Institut für Provokative Therapie in München hat er den Schöpfer derselben, Frank Farrelly, erlebt. Prägend sei vor allem die familientherapeutische Ausbildung bei Peter Nemetscheck gewesen, der den Humor scheinbar spielerisch in seine Arbeit mit einfließen liess. Humor als Verbindung von Herz, Hirn und Bauch sei noch heute prägendes Element der humorvollen Arbeit von Franz Dumbs.

Was macht Franz Dumbs gegenwärtig mit dem Lachen und dem Humor? Die Sommer-Akademien mit Dimitri im Tessin seien Oasen und Tankstellen für seine psychotherapeutische Arbeit, berichtet Franz Dumbs. Für ihn sei es wichtig, diese Akademien zu erleben. Die Arbeit in der eigenen Praxis erlebe viele Impulse, wiewohl die wesentlichen Humormomente im gemeinsamen Schaffen mit den Klienten entstünden.

Impulse wird Franz Dumbs weitergeben, wenn er auf dem Humorkongress in Basel seine Ideen zum therapeutischen Humor vorstellen wird. Auf die Zwischentöne wird bei ihm zu hören sein. Diese Zwischentöne gilt es dann in die eigene Arbeit zu transformieren. Ganz so, wie es Franz Dumbs selber macht.

Text: Christoph Müller