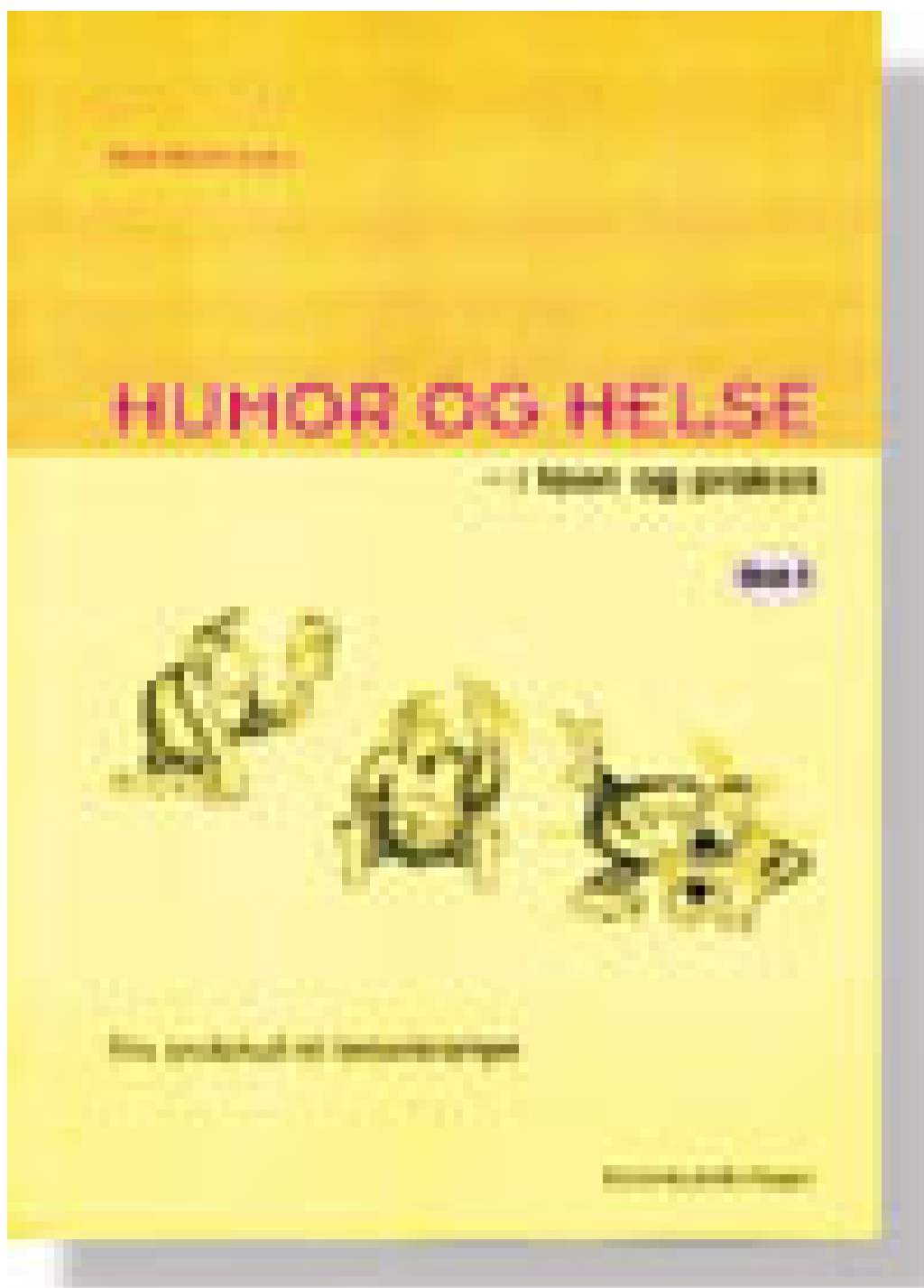

Humor og helse under tvil

BOKOVERSIKT



Målgruppen er helsearbeidere og deres ledere, politikere, lærere, offentlig ansatte og studenter som vil arbeide med mennesker. Målet er ”å bidra til å gjøre humoren stueren også i seriøse sammenhenger” og å gjøre den ”tunge vitenskapelige faglitteraturen om humor og helse . . . tilgjengelig for praktisk bruk” (forordet).

Den generelle delen i bok 1 har bl.a. kapitler som Hva er humor? (Tyrdal), Hvem ler av hva? (Birgit Hertzberg Johnsen), Den ”nye” humoren (Jan Zahl), Stand-up (Tyrdal) og Practical jokes blant leger (Tyrdal). Så følger en sosial del med bl.a. kapitler om humor i sosialisering (Frode Søbstad), sex (Åsa Rytter Evensen), religion (Ingvild Sælid Gilhus), den inkluderende skolen (Jakob-Ø. Reinertsen), pedagogikk (Tyrdal), mobbing (Stig Berge Matthiesen og Ståle Einarsen), ledelse (Jan Spurkeland) og politikk (Herbjørn Sørebø).

Bok 2 inneholder bl.a. kapitlene Sykehistorien til Norman Cousins (Tyrdal), Medisinsk humor gjennom tidene (Ole Didrik Lærum), Klovner i sykehuset (Siv Øvsthus), Smerter (Nils Moe), Stress (Tyrdal), Kriser (Lars Weisæth), Nevrologi, nevrofysiologi og latter (Ragnar Stien), Kreft (Erik Wist) og Blindehumor (Mogens Norn). Deretter følger tre kapitler i annen del: Bruk av medisinsk humor (Tyrdal), Trening i humorbruk (P. Nalle Laanela og Tyrdal) og Latteryoga (Tyrdal).

Det er vedlegg om Nordisk selskap for medisinsk humor, nettadresser for humor, referanser, forfatteromtaler og stikkordregister.

Stein Tyrdal er modig som presenterer forskning på områder utenfor hans fagområde, som er ortopedisk kirurgi. Han har skrevet nesten halvparten av kapitlene og ser ut til å ha forskrevet seg. Et eksempel (bok 1): Gjennom et par tusen år har filosofer hevdet at humor oppstår som konsekvens av inkongruente, overraskende, motsetningsfulle, paradoksale tankerekker. Problemet er at mange former for inkongruens vekker helt andre affekter enn latter, for eksempel gråt. I 1982 publiserte Michael Apter en bok med originale kapitler om tankesynergier. Der ble humorens tankeprosess presist definert som en spesiell form for tankesynergi. På side 16 sidestiller Tyrdal begrepene tankesynergi, paradoks og inkongruens uten å få frem at Apter definerte begrepet humorsynergi for å løse en gammel uklarhet!

Noen få kapitler er meget gode populærvitenskapelige sammenfatninger. Her står kapitlene til Hertzberg Johnsen, Søbstad, Berge Matthiesen og Einarsen i en særstilling. Disse forfatterne har hatt temaet i fokus for sin egen forskning gjennom lang tid. Så finner jeg tre kapitler av meget god kvalitet, skrevet av forfattere som har interessert seg for sitt tema i praksis og med et glimt i øye: Lærum, Weisæth og Moe. Her er relevansen til helse og helsevesen klar.

Det er vanskelig å se en rød tråd om humor og helse i mange kapitler. Lengde og form er lite samordnet. Noen har fyldige henvisninger til relevant forskning. Andre henvisninger virker misforstått, og noen kapitler bygger på kilder uten empirisk prøving med vitenskapelige metoder. Noen kapitler har ingen henvisning fordi forskning mangler. Kapitlene til journalist Zahl om ”den nye” humoren og Tyrdal om ”stand-up” humor kvalifiserer til debattinnlegg.

Tyrdal bidrar til et uberettiget inntrykk av dokumentert forskning særlig i sin omtale av latteryoga og Norman Cousins. Han hevder at Cousins sykehistorie ”. . . er den best dokumenterte kasuistikken om humorens terapeutiske effekt i moderne tid” (bok 2, s. 29). Selv Cousins mente at historien vitenskapelig sett ikke beviser noe som helst om humorens fortreffelighet!

I kapitlet om practical jokes (Tyrdal) er begrepet misforstått. Der beskrives i stedet en variant av ”joking relations” (i Hertzberg Johnsens kapittel) med eksempler på profesjonsbasert moro mellom kolleger på et medisinsk bakrom der slik humor best blir forstått.

Mye annen tekst har samme slumsete form. Et eksempel er fra bok 1, kapitlet om standup, hvor Tyrdal skriver: ”Selv om menn og kvinner ikke har like sterke impulser fra sine drifter . . .” (s. 92). Dette synspunktet er ikke vitenskapelig begrunnet og kanskje er det kjønnsdiskriminerende.

Så undrer jeg meg på hva latter og religion har å gjøre med humor og helse. Og hvorfor berettiger standup-formen til et eget kapittel? Humor har mange andre former. Forskning har ikke påvist at én form er spesielt god for helsen! Kapitlene om politisk

humor, hvem som ler av hva, samspill og utvikling, pedagogisk humor og dens plass i skolen har også ukklar relevans til helse.

Det er hyggelig å kunne slå fast at fagpersonell nå ser betydningen av å ha sansen for humor med i arbeidet. Likevel er vi bare en håndfull norske forskere på området, og jeg tror jeg fortsatt er alene i Norge om å ha et fokus i min forskning på humor og helse. Der ligger det en utfordring til mange som ønsker å bidra til ”. . . å gjøre humoren stueren også i seriøse sammenhenger” (forordet). Det er ikke vist i forskning at klovneneser eller latteryoga kurer noe som helst.

Til slutt: Det er stadig imponerende å se hvor lite som går galt i en så komplisert prosess som å få utgitt bøker. Her glapp det bare i omtalen av de seks siste forfatterne i bok 2. Den siden mangler rett og slett. Teksten er bortimot fri for skrivefeil. Selv fant jeg bare én.

SvenSvebak

Det medisinske fakultet

Norges teknisk-naturvitenskapelige

universitet (NTNU)

Trondheim

Publisert: 30. juni 2002. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 21. juli 2026.