

Genoeg gelachen, nu humor (Joseph, 2006)!

Een gemengd methode onderzoek voor de Hogeschool Arnhem en Nijmegen, naar de vraag over wat het effect is van humor op een behandeltraject dramatherapie.

Onderzocht en geschreven door: G. Wiggers

Opdrachtgever: G. Tuender (docent Hogeschool Arnhem en Nijmegen). Feedback opdrachtgever in te zien binnen bijlage N.

Dit onderzoek is uitgevoerd voor de Hogeschool Arnhem en Nijmegen middels een desk- en fieldresearch.

Begeleiding door: L. Persoon (docent Hogeschool Arnhem en Nijmegen).

Nijmegen, januari 2020

Voorwoord

Middels dit voorwoord wil ik erbij stilstaan dat ik na 4.5 jaar geïnvesteerd te hebben in het prachtige vak dramatherapie, de opleiding tot dramatherapeut wordt afgesloten met dit onderzoek.

Zowel binnen dit vak, als binnen mijn persoonlijkheid, speelt humor voor mij een belangrijke rol. Toen de vraag vanuit G. Tuender werd gepresenteerd om humor te onderzoeken binnen dramatherapie, wist ik het meteen: dit wil ik onderzoeken!

Ik heb dan ook met veel plezier en een vleugje stress, dit onderzoek uitgevoerd. Ik ben dan ook content met het eindresultaat. Ik ben de volgende mensen die een bijdrage hebben geleverd aan dit onderzoek, dan ook zeer dankbaar:

G. Tuender, bedankt voor het beschikbaar maken van de onderzoeksvraag. Ik vond het een prettige samenwerking en heb veel vrijheid binnen dit onderzoek ervaren, wat ik als erg wenselijk ervoer.

I. Persoon, bedankt voor de professionele begeleiding binnen dit onderzoek. De aansturing die je had op verschillende fronten heeft zowel mijzelf als dit onderzoek ten goede gedaan.

K. Moonen, bedankt dat ik gebruik kon maken van jouw netwerk van dramatherapeuten. Dit heeft ervoor gezorgd dat ik snel data voor de fieldresearch kon verzamelen.

A. Doolar, bedankt voor de snelle en professionele ondersteuning met betrekking tot verschillende soorten data. Hierdoor heb ik gebruik kunnen maken van een breed scala data voor de deskresearch, wat anders moeilijk bereikbaar was.

Ook de neuropsycholoog en dramatherapeuten wil ik bedanken voor de openheid, kennis, inzichten en prachtige ervaringen die tijdens de interviews naar voren zijn gekomen. Tot slot wil ik de verschillende cliënten bedanken die de vragenlijst hebben ingevuld.

Guus Wiggers, 9 januari 2020

Samenvatting

Dit onderzoek is gerealiseerd door een gemengd methode en heeft als doel om het effect van humor op een behandeltraject dramatherapie inzichtelijk te maken. Dit doel is tot stand gekomen, aangezien er weinig onderzoek naar gedaan is.

Dit onderzoek is vernieuwend, aangezien een desk-en fieldresearch centraal staan. De deskresearch is voornamelijk gerealiseerd door gebruik te maken van data die betrekking hebben op de psychotherapie. Deze keuze is gemaakt om dit onderzoek te voorzien van een theoretisch kader.

De fieldresearch is gerealiseerd door het benaderen van verschillende databronnen die dit onderzoek van data hebben voorzien. Er is gebruik gemaakt van: één neuropsycholoog, zes dramatherapeuten en acht cliënten. Hierdoor is er een breed scala aan data verzameld uit het werkveld.

De hoofdvraag van dit onderzoek bedraagt:

Wat is het effect van humor op een behandeltraject dramatherapie?

Om de hoofdvraag te beantwoorden zijn de volgende deelvragen onderzocht en beantwoord:

Deelvraag 1: Wat is het psychologische effect van humor op de mens?

Deelvraag 2: Wat is het effect van humor op de mens binnen sociale interactie?

Deelvraag 3: Wat is het psychologische effect van humor op een behandeltraject psychotherapie en dramatherapie?

Deelvraag 4: Wat is het effect van humor op de therapeutische werkrelatie binnen een behandeltraject psychotherapie en dramatherapie?

Deelvraag 5: Wat is het risicovolle effect van humor op een behandeltraject psychotherapie en dramatherapie?

Deelvraag 6: Op welke manier wordt humor toegepast binnen dramatherapeutische werkvormen?

Binnen dit onderzoek komt naar voren dat het effect van humor veel voordeel kan hebben. Dit heeft voornamelijk te maken met betrekking tot coping, stress en emoties. Het effect van humor op sociale interactie heeft zowel een verbindende functie als een functie om verdeeldheid te creëren.

Binnen een behandeltraject dramatherapie kan de cliënt humor toepassen ter ondersteuning van coping, stress, distantie en emoties en kan ook de dramatherapeut humor met verschillende doeleinden toepassen om de cliënt te ondersteunen.

Er is nog weinig wetenschappelijk onderzoek gedaan naar het effect van humor op de therapeutische werkrelatie. Echter als humor niet goed wordt toegepast binnen een behandeltraject dramatherapie, dan kent dit verschillende risico's voor het proces van de cliënt. Tot slot wordt duidelijk dat humor op verschillende wijze ondersteuning biedt voor dramatherapeutische werkvormen.

Er zijn een totaal van 92 bronnen gebruikt die ondersteuning bieden aan dit onderzoek.

Inhoudsopgave

Voorwoord	2
Samenvatting	3
Inhoudsopgave	4
Inhoudsopgave tabellen	5
Inhoudsopgave figuren	6
Inleiding	7
1. Hoofdstuk 1: Inhoudelijke oriëntatie	8
1.1 Probleemstelling	8
1.2 Vraagstelling.....	9
1.3 Doelstelling	10
1.4 Kernbegrippen	10
2. Hoofdstuk 2: Onderzoeksmethode	12
2.1 Onderzoek benadering	12
2.2 Data deskresearch.....	12
2.2.1 Dataverzamelingstechniek per deelvraag.....	13
2.3 Data fieldresearch.....	20
2.4 Validiteit & betrouwbaarheid onderzoeksmethode	23
3. Hoofdstuk 3: Resultaten	25
3.1 Resultaten deelvraag 1	25
3.2 Resultaten deelvraag 2	29
3.3 Resultaten deelvraag 3	32
3.3.1 Resultaten deelvraag 3.1	32
3.3.2 Resultaten deelvraag 3.2	33
3.4 Resultaten deelvraag 4	37
3.4.1 Resultaten deelvraag 4.1	37
3.4.2 Resultaten deelvraag 4.2	38
3.5 Resultaten deelvraag 5	40
3.5.1 Resultaten deelvraag 5.1	40
3.5.2 Resultaten deelvraag 5.2	41
3.6 Resultaten deelvraag 6	45
4. Hoofdstuk 4: Conclusie	50
5. Hoofdstuk 5: Discussie	53

6. Hoofstuk 6: Aanbevelingen	55
7. Referentielijst	56
Bijlage A: Onderzoeksopzet.....	61
Bijlage B: Goedkeuring onderzoeksopzet.....	71
Bijlage C: Oningevulde toestemmingsverklaring.....	72
Bijlage D: Oningevulde vragenlijst cliënten	73
Bijlage E: Interview respondent 1	74
Bijlage F: Interview respondent 2	82
Bijlage G: Interview respondent 3	90
Bijlage H: Interview respondent 4	97
Bijlage I: Interview respondent 5	104
Bijlage J: Interview respondent 6	110
Bijlage K: Interview respondent 7	121
Bijlage L: Vragenlijst cliënten.....	133
Bijlage M: Codering	141
Bijlage N: Feedback opdrachtgever.....	141

Inhoudsopgave tabellen

Tabel 2.2.1.1: zoektermen deelvraag 1.	14
Tabel 2.2.1.2: zoektermen deelvraag 2.	15
Tabel 2.2.1.3: zoektermen deelvraag 3.	16
Tabel 2.2.1.4: zoektermen deelvraag 4.	17
Tabel 2.2.1.5: zoektermen deelvraag 5.	18
Tabel 2.2.1.6: zoektermen deelvraag 6.	19
Tabel 2.3.1: Informatie omtrent neuropsycholoog.	20
Tabel 2.3.2: Informatie omtrent dramatherapeuten.	21
Tabel 2.3.3: informatie omtrent cliënten.	22

Inhoudsopgave figuren

Figuur 2.3.1: voorbeeld staafdiagram.....	22
Figuur 3.3.1: staafdiagram resultaten onderzoek Szabo (2003).....	26
Figuur 3.1.1: staafdiagram resultaat vragenlijst.....	28
Figuur 3.1.2: staafdiagram resultaat vragenlijst.....	28
Figuur 3.2.1: staafdiagram resultaat vragenlijst.....	30
Figuur 3.2.2: staafdiagram resultaat vragenlijst.....	30
Figuur 3.2.3: staafdiagram resultaat vragenlijst.....	31
Figuur 3.3.2.1: staafdiagram resultaat vragenlijst.....	35
Figuur 3.3.2.2: staafdiagram resultaat vragenlijst.....	35
Figuur 3.3.2.3: staafdiagram resultaat vragenlijst.....	36
Figuur 3.4.2.1: staafdiagram resultaat vragenlijst.....	39
Figuur 3.5.2.1: staafdiagram resultaat vragenlijst.....	42
Figuur 3.5.2.2: staafdiagram resultaat vragenlijst.....	43
Figuur 3.5.2.3: staafdiagram resultaat vragenlijst.....	43
Figuur 3.5.2.4: staafdiagram resultaat vragenlijst.....	44
Figuur 3.6.1: staafdiagram resultaat vragenlijst.....	48
Figuur 3.6.2: staafdiagram resultaat vragenlijst.....	48
Figuur 3.6.3: staafdiagram resultaat vragenlijst.....	49

Inleiding

Binnen dit hoofdstuk wordt een samenvatting gegeven over de hoofdstukken en onderdelen van dit onderzoek.

Hoofdstuk 1: Inhoudelijke oriëntatie

Binnen dit hoofdstuk wordt de inhoudelijke oriëntatie weergegeven. Deze weergave bestaat uit de volgende aspecten:

- De probleemstelling.
- De vraagstelling.
- De doelstelling.
- Een definitie van de kernbegrippen.

Hoofdstuk 2: Onderzoeksmethode

Binnen dit hoofdstuk wordt de onderzoeksmethode weergegeven. Deze weergave uit de volgende aspecten:

- De onderzoekbenadering.
- De dataverzamelingstechnieken per deelvraag die bestaan uit:
 - Databronnen.
 - Dataverzamelingstechnieken.
 - Data-analyses.
- De validiteit en betrouwbaarheid van de onderzoeksmethode

Hoofdstuk 3: Resultaten

Binnen dit hoofdstuk wordt vanuit de onderzoeksmethode de resultaten weergegeven. Binnen elke deelvraag worden eerst de resultaten van de deskresearch op een systematische manier weergegeven. Vervolgens worden de resultaten van de fieldresearch weergegeven.

Hoofdstuk 4: Conclusie

Binnen dit hoofdstuk wordt de hoofdvraag beantwoord aan de hand van de resultaten en worden verbanden en tegenstrijdigheden inzichtelijk gemaakt.

Hoofdstuk 5: Discussie

Binnen dit hoofdstuk wordt er kritisch geëvalueerd op dit onderzoek. Ook wordt er weergegeven hoe de conclusie relevant is voor de beroepspraktijk.

Hoofdstuk 6: Aanbevelingen

Binnen dit hoofdstuk worden aanbevelingen voor de beroepspraktijk en vervolgonderzoeken weergegeven.

1. Hoofdstuk 1: Inhoudelijke oriëntatie

Binnen dit hoofdstuk wordt de inhoudelijke oriëntatie weergegeven. De probleemstelling is tot stand gekomen middels vooronderzoek en oriënterende gesprekken met G. Tuender (opdrachtgever). Dit vooronderzoek wordt verwerkt binnen de probleemstelling die weergegeven wordt middels de 5xW+H-formule van Migchelbrink (2016). Vervolgens wordt de hoofdvraag, deelvragen en de doelstelling van dit onderzoek geformuleerd. Tot slot worden de kernbegrippen gedefinieerd die centraal staan binnen dit onderzoek.

Dit hoofdstuk is gebaseerd op een eerder goedgekeurd onderzoeksopzet. Dit onderzoeksopzet is in te zien in bijlage A en bewijs van goedkeuring is te zien in bijlage B.

1.1 Probleemstelling

Wat is het probleem?

Het probleem is dat er nog weinig onderzoek is gedaan naar het effect van humor op een behandeltraject dramatherapie. Er is hierover geen wetenschappelijke data te verkrijgen en er bestaan weinig (inter)nationale databronnen.

Er zijn verschillende auteurs die beschrijven dat humor een plek heeft binnen een behandeltraject dramatherapie. Zo beschrijft Cleven (2004) dat humor toegepast kan worden binnen dramatherapeutische werkvormen. Jennings & Holmwood (2016) beschrijven dat humor binnen een traject dramatherapie ondersteunend is voor de cliënt om obstakels te overwinnen. Echter lichten zowel Cleven (2004) als Jennings & Holmwood (2016) dit niet verder toe.

Wie heeft met het probleem te maken?

Dramatherapeuten (in spé), cliënten die een behandeltraject dramatherapie volgen en instellingen waar dramatherapeuten werken, hebben met dit probleem te maken.

Wanneer treedt het probleem op?

Het probleem treedt op tijdens een behandeltraject dramatherapie. Gezegd kan worden dat het ook een probleem is voor de dramatherapeut in spé binnen de opleiding van de Hogeschool Arnhem en Nijmegen, aangezien hier weinig tot geen aandacht aan besteed wordt. Hierdoor is de kans groot is dat dramatherapeuten (in spé) humor binnen een behandeltraject dramatherapie onbewust bekwaam toepassen.

Waarom is het een probleem?

Binnen een oriënterend gesprek met G. Tuender (persoonlijke communicatie, 10 september 2019) komt naar voren dat G. Tuender humor als essentieel ziet voor een behandeltraject dramatherapie. G. Tuender geeft echter aan dit niet theoretisch te kunnen onderbouwen, aangezien er nog weinig onderzoek is gedaan naar het effect van humor op een behandeltraject dramatherapie. G. Tuender benoemt de volgende redenen waarom het een probleem is:

1. Dramatherapeuten zetten humor mogelijk onbewust bekwaam in, maar mogelijk door gebrek aan theoretische achtergrond, kunnen zij dit niet of nauwelijks onderbouwen. Dit kan ervoor zorgen dat dramatherapeuten humor niet efficiënt toepassen. Hierbij kan gedacht worden aan te weinig of te veel humor, humor met een verkeerde intentie of een niet passende vorm van humor toepassen.

2. Als dramatherapeuten het gebruik van humor kunnen onderbouwen, heeft dit mogelijk positieve werkingen op het behandeltraject dramatherapie dat wordt aangeboden. Hierdoor kan de instelling waar de dramatherapeut werkt er voordeel uit halen, aangezien dit in het voordeel kan werken voor de cliënt.

Ook kan het als een probleem worden ervaren, aangezien humor en dramatherapie al langeretijd aanwezig is binnen de maatschappij. Zo is humor al bespreekbaar sinds de 4^{de} eeuw voor Christus en is het tot heden nog steeds relevant (Martin & Ford, 2018). Dramatherapie maakte een grote groei in Nederland in 1950 en in het midden van jaren 1960 was dramatherapie in veel instellingen te vinden (Van der Linde, 2016) en is evenals humor relevant in het heden.

Tevens is humor binnen vrijwel elke leeftijdscategorie relevant. Zo indiceren pasgeboren baby's al dat hersenmechanismen voor lachen aanwezig zijn en kunnen na 4 maanden lachen om acties van anderen. Humor is binnen normale omstandigheden tot de laatste levensfase aanwezig en komt vrijwel binnen elke sociale context voor (Martin & Ford, 2018). Een hypothese van zowel de onderzoeker als de opdrachtgever is dan ook dat cliënten humor als belangrijk ervaren. Zowel binnen het dagelijkse leven als binnen een behandeltraject dramatherapie (persoonlijke communicatie, 10 september 2019).

Waar is het probleem?

Het probleem bevindt zich in elke instelling waar dramatherapeuten onbewust onbekwaam humor toepassen. Gezegd kan worden dat het probleem zich ook bevindt binnen de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen en andere opleidingen tot dramatherapeut die weinig tot geen aandacht besteden aan het effect van humor op een behandeltraject dramatherapie.

Hoe is het probleem ontstaan?

Het probleem is ontstaan doordat er weinig onderzoek gedaan is naar het effect van humor op een behandeltraject dramatherapie. Door welke reden dit weinig onderzocht is, kan niet achterhaald worden.

1.2 Vraagstelling

Vanuit de gegevens van de probleemanalyse is de volgende hoofdvraag tot stand gekomen:

Wat is het effect van humor op een behandeltraject dramatherapie?

Deze hoofdvraag wordt beantwoord door antwoord te geven op de volgende deelvragen:

Deelvraag 1: Wat is het psychologische effect van humor op de mens?

Deelvraag 2: Wat is het effect van humor op de mens binnen sociale interactie?

Deelvraag 3: Wat is het psychologische effect van humor op een behandeltraject psychotherapie en dramatherapie?

3.1: Wat is het psychologische effect van humor op een behandeltraject psychotherapie?

3.2: Wat is het psychologische effect van humor op een behandeltraject dramatherapie?

Deelvraag 4: Wat is het effect van humor op de therapeutische werkrelatie binnen een behandeltraject psychotherapie en dramatherapie?

4.1: Wat is het effect van humor op de therapeutische werkrelatie binnen een behandeltraject psychotherapie?

4.2: Wat is het effect van humor op de therapeutische werkrelatie binnen een behandeltraject dramatherapie?

Deelvraag 5: Wat is het risicovolle effect van humor op een behandeltraject psychotherapie en dramatherapie?

5.1: Wat is het risicovolle effect van humor op een behandeltraject psychotherapie?

5.2: Wat is het risicovolle effect van humor op een behandeltraject dramatherapie?

Deelvraag 6: Op welke manier kan humor toegepast worden binnen dramatherapeutische werkvormen?

1.3 Doelstelling

De doelstelling is om een gemengd methode onderzoek te publiceren dat inzichtelijk maakt wat het effect van humor op een behandeltraject dramatherapie is.

Zo maakt dit onderzoek dramatherapeuten (in spé) die een behandeltraject dramatherapie aanbieden bewust bekwaam over het effect van humor. Dit heeft een positieve werking voor dramatherapeuten (in spé), cliënten die een behandeltraject dramatherapie volgen en instellingen waar dramatherapeuten voor werken.

1.4 Kernbegrippen

Binnen dit onderzoek worden er meerdere kernbegrippen toegepast. Deze kernbegrippen krijgen hieronder betekenisgeving en zijn relevant binnen het gehele onderzoek.

Dramatherapie

Als er binnen dit onderzoek gesproken wordt over dramatherapie, wordt de definitie van de Nederlandse Vereniging voor Dramatherapie (z.d.) toegepast:

Dramatherapie is gericht op de expressie en beheersing van emoties, het ontwikkelen van reflectievermogen, het uitbreiden van rolrepertoire, en het uitbreiden van interpersoonlijke en communicatieve vaardigheden. In dramatherapie wordt methodisch gewerkt met een fictieve werkelijkheid middels drama- en theaterwerkvormen, dramatherapeutisch spel, scènewerk (fictief spel), rollenspel en psychodramatechnieken als rolwissel en rescripten.

Dramatherapeutische werkvormen

Als er binnen dit onderzoek gesproken wordt over dramatherapeutische werkvormen, gaat het over de werkvormen die ondersteuning bieden aan hetgeen waar dramatherapie op gericht is (zie kernbegrip Dramatherapie).

Psychotherapie

Als er binnen dit onderzoek gesproken wordt over psychotherapie, wordt de definitie van de Nederlandse Vereniging voor Psychotherapie (z.d.) toegepast:

“Psychotherapie is een effectieve gespreksbehandelmethode voor psychische stoornissen en problemen. Gesprekken tussen de cliënt(en) en de therapeut staan hierbinnen centraal met als doel om psychische klachten van de cliënt te verminderen of beter hanteerbaar te maken.”

Cliënt of cliënten

Als er binnen dit onderzoek gesproken wordt over de cliënt of cliënten, dan is dat een verwijzing naar mensen die een behandeltraject dramatherapie volgen.

Er wordt een andere definitie van dit kernbegrip toegepast binnen de resultaten van de deskresearch binnen de volgende deelvragen:

- 3.1: Wat is het psychologische effect van humor op een behandeltraject psychotherapie?
- 4.1: Wat is het effect van humor op de therapeutische werkrelatie binnen psychotherapie?
- 5.1: Wat is het risicovolle effect van humor op een behandeltraject psychotherapie?

Binnen deze deelvragen verandert de definitie van cliënt of cliënten naar:

Mensen die een behandeltraject psychotherapie volgen.

Dit onderzoek maakt bij beide definities van de cliënt een afbakening door deze in zijn algemeenheid te benaderen en geen onderscheid te maken tussen soort behandeltraject, dramatherapie, leeftijd, psychische stoornissen of hulpvragen van de cliënt of cliënten.

Soort behandeltraject dramatherapie

Als er binnen dit onderzoek gesproken wordt over soort behandeltraject dramatherapie, dan wordt hiermee een individueel behandeltraject of groepsverband aangeduid.

Therapeutische werkrelatie

Als er binnen dit onderzoek gesproken wordt over een therapeutische werkrelatie, dan gaat het over de interactie tussen de drama-of psychotherapeut en de cliënt of cliënten (Stöfvel & Mooren, 2017).

Humor

Als er binnen dit onderzoek gesproken wordt over humor, dan gaat het over de definitie van Martin & Ford (2018):

Humor is een brede, veelzijdige term dat alles weergeeft wat mensen zeggen of doen dat anderen waarnemen als grappig en heeft de neiging om hen aan het lachen te maken, evenals de mentale processen die zowel bij het creëren als bij waarnemen van een dergelijke grappige stimulans en ook de emotionele reactie van vrolijkheid die betrokken is bij het genot van humor.

Dit onderzoek maakt een afbakening door humor in zijn algemeenheid te benaderen en geen onderscheid te maken in verschillende vormen van humor.

Lachen

Als er binnen dit onderzoeksverslag gesproken wordt over lachen, dan wordt de lach bedoeld welke een oprechte emotionele respons is op humor.

Dit onderzoek maakt een afbakening door lachen als een oprechte emotionele respons op humor te benaderen en geen onderscheid te maken in verschillende soorten vormen van lachen.

2. Hoofdstuk 2: Onderzoeksmethode

Binnen dit hoofdstuk wordt de onderzoeksmethode weergegeven en onderbouwd. Dit hoofdstuk bestaat uit de onderzoek benadering en een weergave van verschillende databronnen. Tot slot wordt de validiteit en betrouwbaarheid van de onderzoeksmethode weergegeven.

Dit hoofdstuk is gebaseerd op een eerder goedgekeurd onderzoeksopzet. Dit onderzoeksopzet is te zien in bijlage A en het bewijs van goedkeuring is te zien in bijlage B.

2.1 Onderzoek benadering

De onderzoeksmethode van zowel de hoofdvraag als deelvragen is een gemengd methode. Een gemengd methode maakt gebruik van zowel kwalitatieve als kwantitatieve methoden (Saunders, Lewis, Thornhill, Arnodoly & Smitt, 2019).

Dit onderzoek maakt gebruik van de volgende kwalitatieve methoden:

1. Dit onderzoek past verschillende vormen van tekstuele data toe die relevant is voor zowel de hoofdvraag als deelvragen (Boeije & Bleijenbergh, 2019).
2. Dit onderzoek maakt gebruik van verschillende respondenten en legt daardoor nadruk op betekenissen, ervaringen en gezichtspunten (Baarda, Bakker, Boullart, Julsing, Fischer, Peters, & Velden, 2018).

Dit onderzoek maakt gebruik van de volgende kwantitatieve methode:

1. Dit onderzoek maakt gebruik van geanalyseerd data van respondenten, die relevant zijn voor zowel de hoofdvraag als deelvragen (Saunders et al., 2019).

Dit onderzoek wordt tot stand gebracht door een desk-en fieldresearch. Binnen een deskresearch wordt gebruik gemaakt van informatie die door een ander verzameld is. Daarbij kan gebruik gemaakt worden van vakliteratuur en wetenschappelijke bronnen op het internet (Glabbeek, 2012). Dit onderzoek realiseert dit middels het gebruik van verschillende databronnen.

Binnen een fieldresearch wordt er gebruik gemaakt van het werkveld (Smits & Edens, 2011). Dit onderzoek realiseert dit middels interviews met: één neuropsycholoog en zes dramatherapeuten. Ook wordt er gebruik gemaakt van een vragenlijst die ingevuld is door acht cliënten.

2.2 Data deskresearch

Databronnen deskresearch

Om data te verkrijgen voor de deskresearch wordt er voornamelijk gebruik gemaakt wetenschappelijke onderzoeken en artikelen. Hiervoor wordt gebruik gemaakt van de zoekmachines: Google Scholar, HANQuest en PubMed. Ook is er gebruik gemaakt van de databanken: Nexus Uni en HBO-kennisbank.

Om wetenschappelijke onderzoeken en artikelen te verkrijgen die in eerste instantie niet toegankelijk zijn voor studenten van de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen, wordt er contact opgenomen met A. Doolar (Informatiespecialist Studiecentrum Hogeschool van Arnhem en Nijmegen).

Aanvullend wordt er gebruik gemaakt van data uit het studiecentrum van de Hogeschool Arnhem en Nijmegen.

Dit onderzoek baseert de deskresearch voornamelijk op de data van psychotherapie. Deze keuze is gemaakt om op deze manier dit onderzoek te voorzien van een theoretisch kader, aangezien er nog weinig onderzoek gedaan is naar het effect van humor op een behandeltraject dramatherapie (zie hoofdstuk 1.1 Probleemstelling).

De keuze van psychotherapie is hiervoor een logische keuze aangezien dramatherapie zich ontwikkelt binnen de context van psychotherapeutische stromingen en daarbij een belangrijk referentiekader is voor dramatherapie (Smeijsters, 2008).

Data-analyse deskresearch

De data van de deskresearch worden geanalyseerd op relevantie en waarde (Saunders et al., 2019).

Relevantie:

- Alle data worden geanalyseerd op recentheid. Dit wordt gerealiseerd middels onderzoek te doen naar de meest recente data die toegankelijk is.
- Alle data worden geanalyseerd op de context. Dit wordt gerealiseerd door de data kritisch te beoordelen en door aansluiting van de gevonden data te vinden bij zowel de deelvragen als hoofdvraag.
- Alle data worden geanalyseerd op referenties naar de oorspronkelijke bron. Dit wordt gerealiseerd, aangezien het een volledig mogelijk beeld weergeeft van de data.
- Alle data worden geanalyseerd op tegenspraak. Dit wordt gerealiseerd om zo mogelijke nieuwe data en inzichten te verkrijgen.

Waarde:

- Alle data worden geanalyseerd op eenzijdigheid. Dit wordt gerealiseerd door middel van het analyseren van de data op vorm van argumentatie, een mogelijke emotionele ondertoon of aanvulling van data die gebruikt worden binnen dit onderzoek.
- Alle data worden geanalyseerd op methodologische beperkingen of gebreken.
- Alle data worden geanalyseerd of deze voldoende diepgaand is en of er meer diepgaande data is met aanvullende kennis.

2.2.1 Dataverzamelingstechniek per deelvraag

De zoektermen die gebruikt worden om data te verkrijgen, worden per deelvraag weergegeven. Deze worden weergegeven volgens de bouwsteenmethode van de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen (z.d).

Deelvraag 1: Wat is het psychologische effect van humor op de mens?				
	Psychologische	Effect	Humor	Mens
Synoniemen	Psychologie	Consequentie, Invloed, Nawerking, Uitkomst, Uitwerking		Persoon, Personen, Individu
Verwante termen	Verstand, Hersenen, Gedachtes	Werking, Proces	Lachen, Grappig, Plezier	Groep, Humaan, Iemand
Bredere termen	Geestelijk, Mentaal, Gemoedstoestand, Psyché, Emoties, Psychisch			Mensen, Bevolking, Mensheid
Nauwere termen	Cognitieve psychologie, Klinische psychologie, Neuropsychologie, Functieleer, Persoonlijheidsleer	Psychologisch effect	Humoristisch, Komisch, Grappen	Lichaam, Geest
Vertalingen	Psychology, Mind, Brain, Thoughts, Spiritual, Mental, Mood, Psyche, Emotions, Psychic, Cognitive psychology, Clinical psychology, Neuropsychology, Function theory, Personality theory	Effect, Consequence, Influence, Aftereffect, Outcome, Elaboration, Operation, Process, Psychological effect	Humour, Humor, Laugh, Funny, Pleasure, Humorous, Comical, Jokes	Person, People, Individual, Group, Human, Someone, People, Population, Humanity Body, Spirit

Tabel 2.2.1.1: zoektermen deelvraag 1.

Deelvraag 2: Wat is het effect van humor op de mens binnen sociale interactie?				
	Effect	Humor	Mens	Sociale interactie
Synoniemen	Werking, Consequentie, Invloed, Nawerking, Uitkomst, Uitwerking		Persoon, Personen, Individu	Interpersoonlijk contact, Interpersoonlijk, Wisselwerking
Verwante termen	Werking, Proces	Lachen, Grappig, Plezier	Groep, Humaan, Iemand	Sociale psychologie
Bredere termen			Mensen, Bevolking, Mensheid	Wisselwerking, Verbinding, Sociaal, Interactie, Connectie
Nauwere termen		Humoristisch, Komisch, Grappen		Contact, Relatie
Vertalingen	Effect, Consequence, Influence, Aftereffect, Outcome, Elaboration Operation, Process, Psychological effect	Humour, Humor, Laugh, Funny, Pleasure, Humorous, Comical, Jokes	Person, People, Individual, Group, Human, Someone, People, Population, Humanity, Body, Spirit	Social interaction, Interpersonal contact, Interpersonal, Interaction, Social psychology, Interaction, Link, Social, Interaction, Connection, Contact, Relationship

Tabel 2.2.1.2: zoektermen deelvraag 2.

Deelvraag 3.1: Wat is het psychologische effect van humor op een behandeltraject psychotherapie?				
	Psychologische	Effect	Humor	Psychotherapie
Synoniemen	Psychologie	Werking, Consequentie, Invloed, Nawerking, Uitkomst, Uitwerking		
Verwante termen	Verstand, Hersenen	Werking, Proces	Lachen, Grappig, Plezier	Mentale stoornis, Psychische stoornis, Psychologie
Bredere termen				Therapie, Behandeling
Nauwere termen	Geestelijk, Mentaal, Gemoedstoestand, Psyché, Psychisch Cognitieve psychologie, Klinische psychologie, Neuropsychologie, Functieleer, Persoonlijkeidsleer		Humoristisch, Komisch, Grappen	Psychotherapeut, Psychoanalyse, Objectrelatietheorie, Gedragstherapie, Groepstherapie, Cognitieve therapie
Vertalingen	Psychology, Mind, Brain, Thoughts, Spiritual, Mental, Mood, Psyche, Emotions, Psychic, Cognitive psychology, Clinical psychology, Neuropsychology, Function theory, Personality theory	Effect, Consequence, Influence, Aftereffect, Outcome, Elaboration, Operation, Process, Psychological effect	Humour, Humor, Laugh, Funny, Pleasure, Humorous, Comical, Jokes	Psychotherapy, Mental disorder, Psychology Therapy, Psychotherapist, Psychoanalysis, Object Relationship Theory, Behavioral therapy, Group therapy, Cognitive therapy

Tabel 2.2.1.3: zoektermen deelvraag 3.

Deelvraag 4.1: Wat is het effect van humor op de therapeutische werkrelatie binnen een behandeltraject psychotherapie?				
	Effect	Humor	Therapeutische werkrelatie	Psychotherapie
Synoniemen	Werking, Consequentie, Invloed, Nawerking, Uitkomst, Uitwerking		Rapport, Therapeutische alliantie	
Verwante termen	Werking, Proces	Lachen, Grappig, Plezier		Mentale stoornis, Psychische stoornis
Bredere termen			Relatie, Sociale interactie, Werkrelatie, Therapie, Contact	Therapie, Behandeling
Nauwere termen		Humoristisch, Komisch, Grappen	Cliënt, Psychotherapeut	Psychotherapeut, Psychoanalyse, Objectrelatietheorie, Gedragstherapie, Groepstherapie, Cognitieve therapie
Vertalingen	Effect, Consequence, Influence, Aftereffect, Outcome, Elaboration Operation, Process, Psychological effect	Humour, Humor, Laugh, Funny, Pleasure, Humorous, Comical, Jokes	Therapeutic working relationship, Therapeutic relationship, Therapeutic alliance, The helping alliance, The working alliance, Report, Relationship, Social interaction, Working relationship, Therapy, Contact Client, Psychotherapist	Psychotherapy, Mental disorder, Psychology, Therapy, Psychotherapist, Psychoanalysis, Object Relationship Theory, Behavioral therapy, Group therapy, Cognitive therapy

Tabel 2.2.1.4: zoektermen deelvraag 4.

Deelvraag 5.1: Wat is het risicovolle effect van humor op een behandeltraject psychotherapie?				
	Risicovolle	Effect	Humor	Psychotherapie
Synoniemen	Gevaar, Risiko, Dubieus, Gevaarlijk, Onveilig, Riskant	Consequentie, Invloed, Nawerking, Uitkomst, Uitwerking		
Verwante termen		Werking, Proces	Lachen, Grappig, Plezier	Mentale stoornis, Psychische stoornis
Bredere termen				Therapie, Behandeling
Nauwere termen			Humoristisch, Komisch, Grappen, Humor cliënt , Humor therapeut, Zelfspot	Psychotherapeut, Psychoanalyse, Objectrelatietheorie, Gedragstherapie, Groepstherapie, Cognitieve therapie
Vertalingen	High-risk, Danger Risk, Doubtful, Dangerous, Unsafe, Risky	Effect, Consequence, Influence, Aftereffect, Outcome, Elaboration Operation, Process, Psychological effect	Humor, Humour, Laugh, Funny, Fun, Humorous, Comical, Jokes, Humor client , Humor therapist, Therapeutic humor, Self-mockery	Psychotherapy, Mental disorder, Psychology Therapy, Psychotherapist, Psychoanalysis, Object Relationship Theory, Behavioral therapy, Group therapy, Cognitive therapy

Tabel 2.2.1.5: zoektermen deelvraag 5.

Deelvraag 6: Op welke manier kan humor toegepast worden binnen dramatherapeutische werkvormen?			
	Humor	Toegepast	Dramatherapeutische Werkvormen
Synoniemen		Toepassen, Benutten, Inzetten, Uitvoeren	
Verwante termen	Lachen, Grappig, Plezier	Gebruiken,	Dramatherapie, Psychodrama
Bredere termen		Praktijk	Creatieve therapie, Vaktherapie, Drama, Interventie, Methodiek
Nauwere termen	Humoristisch, Komisch, Grappen	Interventie	Rollenspellen, Drama interventie, Drama Methode, Interventie, Spel, Spelplezier, Drama werkvorm, Dramatherapie werkvorm, Theater werkvorm, Dramatic play, Scenework, Role Play,
Vertalingen	Humour, Humor, Laugh, Funny, Pleasure, Humorous, Comical, Jokes	To apply, Utilize, Bet, To carry out, Use, Practice, Intervention	Dramatherapeutic Methods, Drama therapy, Creative therapy, Subject therapy, Drama, Intervention, Role play, Drama method, Intervention, Drama form, Dramatehrapie method, Theater method, Dramatisch spel, Rollenspel

Tabel 2.2.1.6: zoektermen deelvraag 6.

2.3 Data fieldresearch

Databronnen

Binnen de fieldresearch worden er interviews afgenomen van: één neuropsycholoog en zes dramatherapeuten. Zowel de neuropsycholoog als de dramatherapeuten zijn afgestudeerd en actief in het werkveld. De neuropsycholoog en dramatherapeuten hebben een toestemmingsverklaring getekend om dit onderzoek van data te voorzien. Deze toestemmingsverklaring is oningevuld te zien in Bijlage C.

Ook wordt er binnen de fieldresearch data verzameld van acht cliënten. Deze vragenlijst is oningevuld te zien in bijlage D.

Ondanks er binnen dit onderzoek geen onderscheid wordt gemaakt in het soort behandeltraject dramatherapie, leeftijd, psychische stoornissen of hulpvragen van de cliënt of cliënten, is er gekozen om data te verzamelen middels een variatie aan dramatherapeuten en cliënten. Dit om een uitgebreid beeld te krijgen over het effect van humor op een behandeltraject dramatherapie.

Tabel 2.3.1 laat de naam zien die gebruikt wordt binnen dit onderzoek voor de neuropsycholoog, voor welke deelvraag de data gebruikt wordt en in welke bijlage het interview te zien is. Er is een neuropsycholoog benaderd voor dit onderzoek, aangezien de neurowetenschap een belangrijk kader is voor dramatherapie (Smeijsters, 2008). De neuropsycholoog is benaderd door de onderzoeker.

Benaming binnen dit onderzoek:	Deze respondent is een databron voor de volgende deelvragen:	Interview in te zien in bijlage:
Respondent 1	De verkregen data van respondent 1 wordt gebruikt voor deelvraag 1 & 2.	Bijlage E

Tabel 2.3.1: Informatie omtrent neuropsycholoog.

Tabel 2.3.2 laat de naam zien die gebruikt wordt binnen dit onderzoek voor de dramatherapeuten, welke doelgroep deze behandelden, wat voor soort traject de dramatherapeuten aanbieden, voor welke deelvraag de data worden gebruikt en binnen welke bijlage het interview is in te zien.

Respondent 2 is benaderd door de onderzoeker. Respondent 3 tot en met 7 zijn benaderd middels het netwerk van K. Moonen (medewerker praktijkbureau Hogeschool Arnhem en Nijmegen), waarna verder contact is onderhouden door de onderzoeker.

Benaming binnen dit onderzoek:	Doelgroep:	Soort behandeltraject dramatherapie:	Deze respondent is een databron voor de volgende deelvragen:	Interview in te zien in bijlage:
Respondent 2	Volwassenen met voornamelijk persoonlijkheidsstoornis cluster C. Veel uiteenlopende klachten.	Zowel individueel als groepsverband.	De verkregen data van respondent 2 wordt gebruikt binnen deelvraag 3.2, 4.2, 5.2 en 6.	Bijlage F
Respondent 3	Jongeren met complexe problematiek. Veel uiteenlopende klachten.	Werkt alleen individueel.	De verkregen data van respondent 3 wordt gebruikt binnen deelvraag 3.2, 4.2, 5.2 en 6.	Bijlage G
Respondent 4	Kinderen met een sociaal-emotionele of gedragsproblematiek. Veel uiteenlopende klachten.	Zowel individueel als groepsverband	De verkregen data van respondent 5 wordt gebruikt binnen deelvraag 3.2, 5.2 en 6.	Bijlage H
Respondent 5	Volwassenen op een Psychiatrische Afdeling Algemeen Ziekenhuis. Veel uiteenlopende klachten.	Werkt alleen in groepsverband.	De verkregen data van respondent 5 wordt gebruikt binnen deelvraag 3A, 4.2, 5.2 en 6.	Bijlage I
Respondent 6	Alle leeftijden met een licht verstandelijke beperking. Veel uiteenlopende klachten.	Werkt alleen individueel.	De verkregen data van respondent 6 wordt gebruikt binnen deelvraag 3.2, 4.2 en 6.	Bijlage J
Respondent 7	Volwassenen, specialistische en forensische zorg. Veel uiteenlopende klachten.	Zowel individueel als groepsverband.	De verkregen data van respondent 7 wordt gebruikt binnen deelvraag 3.2, 5.2 en 6.	Bijlage K

Tabel 2.3.2: Informatie omtrent dramatherapeuten.

Tabel 2.3.3 laat de naam zien die gebruik wordt binnen dit onderzoek voor cliënten, welke leeftijdscategorie deze bevinden, soort traject dramatherapie dat de cliënten volgen of gevolgd hebben, voor welke deelvraag de data worden gebruikt en binnen welke bijlage de vragenlijsten zijn te zien.

Deze cliënten zijn benaderd via respondenten 5 en 6. Ook zijn deze cliënten ook benaderd door twee externe dramatherapeuten waarvan één in spé.

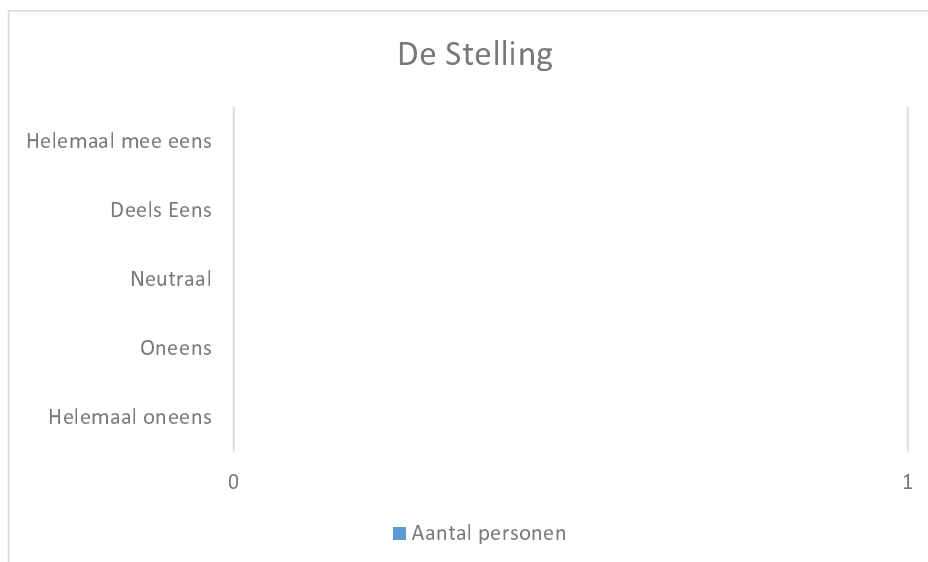
Benaming binnen dit onderzoek:	Leeftijdscategorie:	Soort behandeltraject dramatherapie:	Deze cliënten zijn een databron voor de volgende deelvragen:	Vragenlijsten in te zien binnen bijlage:
Respondenten vragenlijst	De respondenten vragenlijst hebben een leeftijd tussen de 9 en 39 jaar.	Alleen individueel.	De verkregen data van de respondenten vragenlijst wordt gebruikt binnen elke deelvraag.	Bijlage L

Tabel 2.3.3: informatie omtrent cliënten.

Data-analyse Interviews en vragenlijst

Alle interviews worden getranscribeerd en vervolgens geanalyseerd door deze open te coderen binnen ATLAS.ti (versie 8.4). Door open coderen worden data gereduceerd, met gegevens die betrekking hebben tot dit onderzoek. De gegevens die open gecodeerd zijn, worden vervolgens axiaal gecodeerd om deze verder te reduceren tot (kern)thema's (Baarda et al., 2018). Zowel de open codering als de axiale codering zijn te zien binnen bijlage M.

De vragenlijst wordt geanalyseerd middels staafdiagrammen die ondersteuning bieden aan de deelvragen (Saunders et al., 2019). Een voorbeeld van deze staafdiagram wordt hieronder weergegeven.



Figuur 2.3.1: voorbeeld staafdiagram.

Dataverzamelingstechniek

Semigestructureerd interview:

Wanneer er binnen dit onderzoek gesproken wordt over een interview of interviews, dan wordt hiermee een semigestructureerd interview bedoeld. Door het gebruik van een semigestructureerd interview komen alle thema's aan bod die betrekking hebben tot dit onderzoek. Tevens kunnen er nieuwe verdiepende vragen gesteld worden aan de hand van kennis die beschikbaar wordt (De Pelsmacker & Van Kenhove, 2010). Deze interviews worden binnen de resultaten geparafraseerd, waar behoud van context het belangrijkste gegeven wordt.

Gestandaardiseerde vragenlijsten:

Wanneer er binnen dit onderzoek gesproken wordt over een vragenlijst, dan wordt hiermee een gestandaardiseerde vragenlijst bedoeld voor de cliënt of cliënten. Een gestandaardiseerde vragenlijst heeft een vergrote betrouwbaarheid, aangezien meetfouten zich in principe minder voordoen (De Pelsmacker & Van Kenhove, 2010). Deze gestandaardiseerde vragenlijst bedraagt 11 vragen die worden geformuleerd als schaalvragen, aangezien deze vorm gebruikt wordt om meningen te verzamelen (Saunders et al., 2019).

2.4 Validiteit & betrouwbaarheid onderzoeksmethode

Deskresearch

1. Alle data worden kritisch beoordeeld op relevantie en waarde (zie hoofdstuk 2.2 Databronnen).
2. De data worden grotendeels opgezocht middels zoekmachines en databanken die aangeraden zijn door de Hogeschool Arnhem en Nijmegen (2019).

Fieldresearch

1. Externe validiteit is grotendeels aanwezig aangezien er met verschillende respondenten en cliënten worden gewerkt. Hierdoor worden grotendeels alle onderzoekseenheden behandeld (Baarda et al., 2018).
2. Alle respondenten binnen de fieldresearch zijn afgestudeerd op hun vakgebied en alle cliënten volgen allemaal een behandeltraject dramatherapie of hebben deze gevolgd in het verleden. Hierdoor ontstaat er geen proefpersoonfout, aangezien elke respondent en cliënt representatief is (Saunders et al., 2019).
3. Cliënten mogen de vragenlijsten anoniem invullen. Dit zorgt er mogelijk voor dat cliënten deze vragenlijsten niet sociaal wenselijk invullen (Overkamp, 2000). Ook is er hierdoor minder snel sprake van een waarneemeffect (Saunders et al., 2019).
4. Er wordt binnen interviews en vragenlijsten gebruik gemaakt van de split-halfmethode. Middels de split-halfmethode komen meerdere keren dezelfde soort vraag terug, alleen op een andere wijze. Hieruit kan opgemaakt worden of het interview homogeen is (Bakker & Buren, 2019).
5. Alle interviews worden opgenomen met professionele opnameapparatuur van de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen en worden verwerkt binnen professionele software (ATLAS.ti, versie 8.4). Hierdoor is deze zorgvuldig te analyseren (Baarda et al., 2018).
6. Door het transcriberen van interviews wordt er zo min mogelijk geïnterpreteerd. Stopwoorden en aarzelingen zijn geformuleerd aangezien deze verduidelijking bieden over de vlotheid of stelligheid waarmee de desbetreffende respondent iets zegt (Baarda et al., 2018).

Algemeen

1. Triangulatie is een belangrijk gegeven binnen dit onderzoek, aangezien het zowel bijdraagt aan de validiteit als betrouwbaarheid (Harinck, 2013). Binnen dit onderzoek wordt dit gerealiseerd middels een deskresearch waar gebruik gemaakt wordt van verschillende (wetenschappelijke) databronnen. Dit in combinatie met een fieldresearch, waarbinnen data worden verkregen van een neuropsycholoog, dramatherapeuten cliënten. (Baarda et al., 2018).

3. Hoofstuk 3: Resultaten

Binnen dit hoofdstuk worden de resultaten van de desk-en fieldresearch systematisch en objectief weergegeven.

3.1 Resultaten deelvraag 1

De resultaten van deelvraag 1 zijn tot stand gekomen middels desk-en fieldresearch. De deskresearch wordt gerealiseerd middels verschillende databronnen (zie Hoofdstuk 2.2 Data deskresearch) en de fieldresearch wordt gerealiseerd middels een interview met respondent 1 en de respondenten vragenlijst.

Wat is het psychologische effect van humor op de mens?

Deskresearch: resultaten databronnen.

Volgens Morreall (1987) zijn er drie theorieën waarbinnen humor kan worden ingedeeld. Deze zijn de: superioriteitstheorie, de ontladingstheorie en de incongruentietheorie.

De superioriteitstheorie:

De mens zet volgens deze theorie humor in vanuit een superioriteitsgevoel. Hieruit wordt humor niet alleen toegepast naar de ander die als zwak ervaren wordt, maar ook humor die voortkomt uit eigen zwakte.

De ontladingstheorie:

De mens zet volgens deze theorie humor en lachen in als een bevrijding van opgekropte energie. Deze theorie is het meest bekend geworden door Freud. Freud benoemde het volgens Critchley (2003): "waarin de energie die in de lach ontzet en ontladen wordt genot verschaft omdat deze naar verluidt de energie bespaart die normaalgesproken gebruikt zou worden om psychische activiteiten in bedwang te houden of te onderdrukken (p.3)".

De incongruentietheorie:

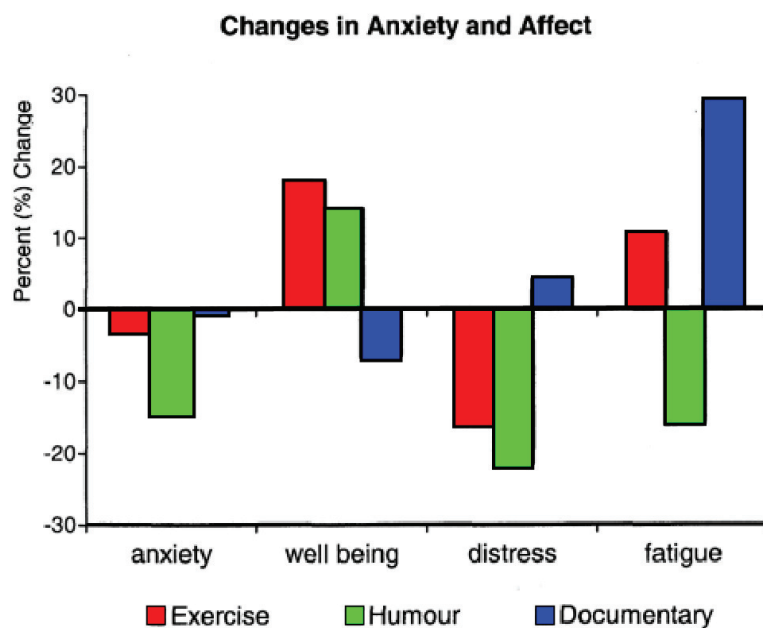
Humor is een besef van incongruentie (Lowell, 1870). Dit betekent dat humor wordt geproduceerd door de ervaring van een strijd met het verstand tussen wat we weten of denken dat er plaatsvindt en wat daadwerkelijk op dat moment plaatsvindt.

Volgens verschillende auteurs helpt humor bij het relativeren van gebeurtenissen. Zo beschrijven Bogers & Kleijer (2018) dat humor een sterk relativerend effect heeft, aangezien het bewerkstelligt dat een persoon zich beter emotioneel kan distantiëren van problematiek. Dixon (1980) beschrijft dat humor de mens helpt om de cognitie te beheren binnen situaties die het welzijn bedreigt. Dit door de bedreigende situatie cognitief te vervormen in iets humoristisch. Ook Fredrickson (2001) beschrijft dat humor relativerend werkt en dat door humor de gevoelens van angst, depressie en woede tijdelijk vervangen worden. Als deze gevoelens tijdelijk vervangen worden, kan de mens beter tot creatieve oplossingen komen en flexibeler nadenken.

Ook Isen (2003) beschrijft dat de mens middels humor flexibeler na kan denken, wat ondersteunt bij het bedenken van een creatieve oplossing, aangezien er een efficiëntere organisatie en integratie van het geheugen plaatsvindt. Hierdoor kan de mens efficiënter denken, plannen en oordelen over situaties.

Volgens Freud (1905) wordt humor toegepast voor een hernieuwd psychisch evenwicht. Dit komt doordat het gebruik van humor een manifestatie is van agressieve en seksuele uitingen in het onderbewustzijn.

Volgens Lefcourt (2001) is humor een veelgebruikt coping mechanisme voor mensen die stress en tegenslag ervaren. Szabo (2003) beschrijft dat humor helpt bij het tegengaan van onder andere stress. Onderstaand staafdiagram weergeeft de resultaten weer van een onderzoek van Szabo (2003). Hier komt naar voren dat humor: angst, emotionele pijn en vermoeidheid verlaagt en een positieve werking heeft op het gevoel van welzijn van de mens.



Figuur 3.3.1: staafdiagram resultaten onderzoek Szabo (2003)¹.

Volgens Bogers & Kleijer (2018) stimuleert het effect van lachen de aanmaak van de hormonen dopamine en serotonine. Dopamine zorgt voor een verhoogde activiteit in de zowel de psyché als het lichaam van de mens en bevordert het leervermogen, efficiënt denken en het geheugen. Ook verhoogt dopamine de stemming van de mens en voorkomt het depressie (Kaiser, 2007). Serotonine zorgt voor een versterking in sociaal gedrag. Tevens zorgt serotonine voor vermindering van angst-, paniek- en dwang verschijnselen (Kaiser, 2007).

Volgens Berk, Tan & Berk (2008) zorgt het effect van lachen voor de vermindering van cortisol. Cortisol wordt vrijgegeven bij stressvolle situaties en geeft bescherming aan je lichaam. Als er te lang cortisol in het lichaam zit kan er vermoeidheid of een burn-out ontstaan (Horst & Wit, 2017).

¹ Dit onderzoek bedroeg 39 participanten. Deze participanten begonnen binnen onderstaande staafdiagram op 0% en werden zonder voorinformatie blootgesteld aan humor door bekenede cabaret. Hierna werd onderzocht welke verandering deze ondervonden.

Fieldresearch: resultaten Interview.

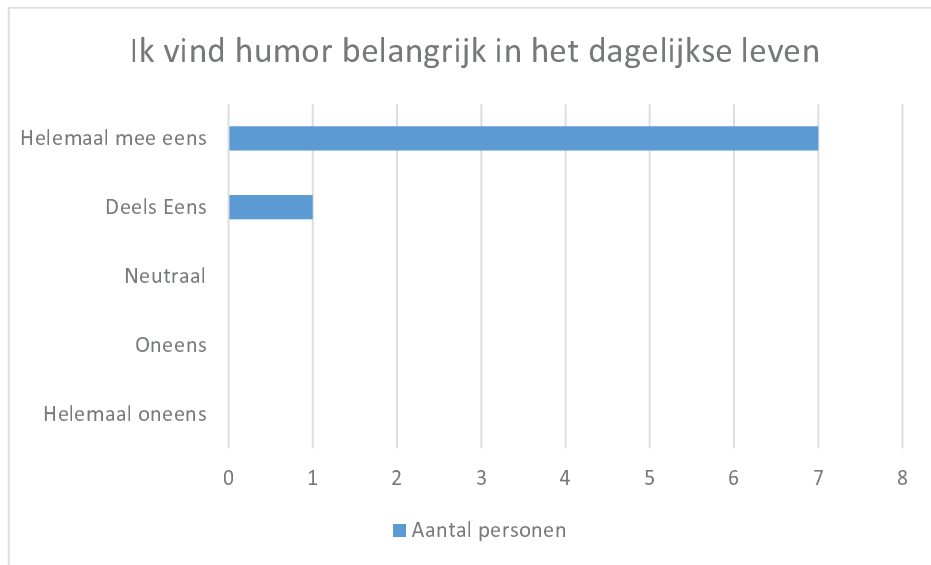
Volgens respondent 1 zorgt de amygdala binnen de hersenen voornamelijk voor de opslag van emoties, met name agressie en angst. De hippocampus zorgt ervoor dat al deze emoties geëvalueerd worden. Door humor wordt dit proces tijdelijk onderbroken. Respondent 1 benoemt dat humor ervoor kan zorgen dat mensen uit een bubbel van negatieve of nare gevoelens komen en denkt dat humor een mooie onderbreking kan zijn om iemand uit zijn eigen misère te halen.

Ook benoemt respondent 1 dat het effect van lachen voor ontspanning van het lichaam zorgt, waardoor de mens zich bijna niet vervelend kan voelen. Als iemand depressieve gevoelens heeft en diegene lacht, dan ervaart diegene op dat moment geen depressieve gedachten. Pas na het lachen ontstaan er weer depressieve gedachten. Respondent 1 benoemt dat het menselijke brein maar één ding wil: overleven. Je ziel daarentegen wil dat je gelukkig bent. Als je lacht is je brein volledig ontspannen en vanuit die ontspannenheid is de mens het meest creatief, gefocust en kan het beste leren.

Tot slot benoemt respondent 1 dat er bepaalde circuits aanwezig zijn die neurotransmitters aansturen naar de hersenen. Als er stress plaatsvindt dan sturen de hersenen een signaal naar de bijnieren, waardoor deze cortisol afscheiden waarna vervolgens de hippocampus dit evalueert. Humor is volgens respondent 1 in staat al deze stress te breken.

Fieldresearch resultaten vragenlijst.

De resultaten van de respondenten vragenlijst maakt inzichtelijk dat humor als belangrijk wordt ervaren binnen het dagelijkse leven. Het maakt ook inzichtelijk dat er uiteenlopende resultaten zijn over dat humor zware onderwerpen bespreken fijner maakt.



Figuur 3.1.1: staafdiagram resultaat vragenlijst.



Figuur 3.1.2: staafdiagram resultaat vragenlijst.

3.2 Resultaten deelvraag 2

De resultaten van deelvraag 2 zijn tot stand gekomen middels desk-en fieldresearch. De deskresearch wordt gerealiseerd middels verschillende databronnen (zie Hoofdstuk 2.2 Data deskresearch) en de fieldresearch wordt gerealiseerd middels een interview met respondent 1 en de respondenten vragenlijst.

Wat is het effect van humor op de mens binnen sociale interactie?

Deskresearch: resultaten databronnen.

Volgens Kunda & Thagard (1996) speelt humor een belangrijke rol bij de eerste ontmoeting. Dit aangezien bij een eerste ontmoeting eerst de uiterlijke kenmerken geregistreerd worden en daarna persoonlijkheidskenmerken. Humor speelt een rol binnen de registratie van persoonlijkheidskenmerken.

Meyer (2000) beschrijft dat humor binnen sociale interactie een 'double edge sword' is. Hiermee wordt bedoeld dat het effect van humor binnen sociale interactie twee kanten heeft. Dit aangezien het kan verbinden, maar ook kan zorgen voor de verdeeldheid van mensen.

Volgens Martin en Ford (2018) heeft humor een belangrijke functie tijdens sociale interactie. Zo gebruiken mensen vaak humor voor tegenstrijdigheden. Mulkay (1988) beschrijft dat middels humor een expliciet vervelend bericht impliciet kan worden gecommuniceerd. Als de ontvanger het bericht niet ontvangt zoals de boodschapper in gedachte had, dan kan de boodschapper het omschrijven als 'het was maar een grap'. Hierdoor ondervindt de boodschapper geen 'gezichtsverlies', wordt de emotionele impact verminderd en kan deze testen hoe een ander reageert (Johnson, 1990).

Volgens Kane, Suis & Tedeschi (1977) kan humor een belangrijke rol spelen tijdens conflictsituaties. Dit aangezien er humor kan plaatsvinden over elkaars perspectief. Hierdoor kan een conflict de-escaleren en een gevoel van waardering en acceptie naar de ander ontstaan, terwijl het verschil in standpunten erkend wordt door de betrokkenen.

Volgens Bill & Naus (1992) kan humor worden gebruikt binnen sociale interactie om te denigreren en verschil te creëren in gelijkwaardigheid. Janes & Olson (2015) beschrijven dit ook en voegen hieraan toe dat humor gebruikt kan worden om mensen te dwingen aan het gewenste gedrag te conformeren. Binnen sociale interactie kunnen mensen humor gebruiken om normen en waarden van een groep af te dwingen op een ander, door humor toe te passen wanneer afwijkend gedrag wordt vertoond.

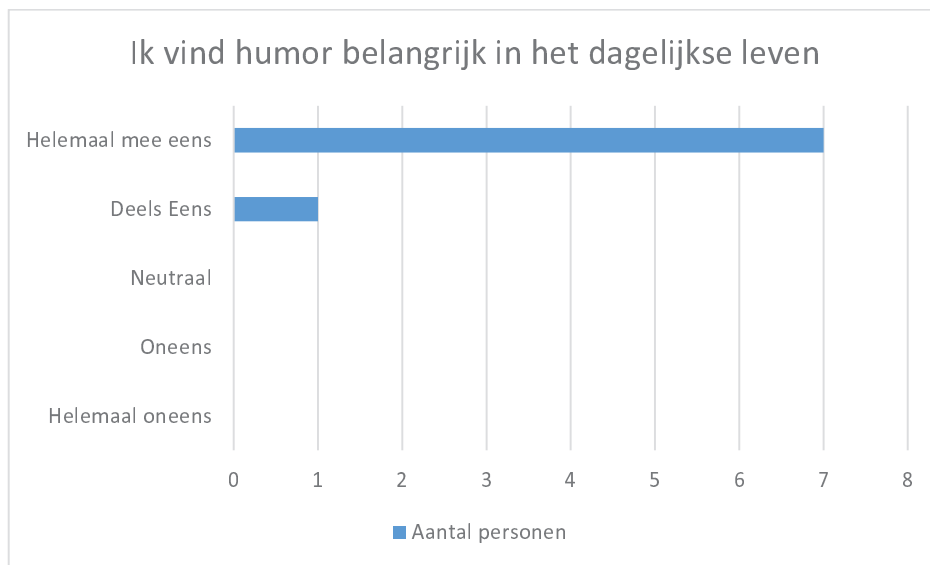
Fieldresearch: resultaten Interview.

Respondent 1 denkt dat het effect van humor verbindt, aangezien je middels humor herkenning kunt vinden in een ander persoon. Respondent 1 benoemt dat herkenning ervoor zorgt dat iemand een persoon leuk vindt. Daarom kunnen mensen met dezelfde soort humor het vaak beter met elkaar vinden dan mensen die elkaars humor niet snappen.

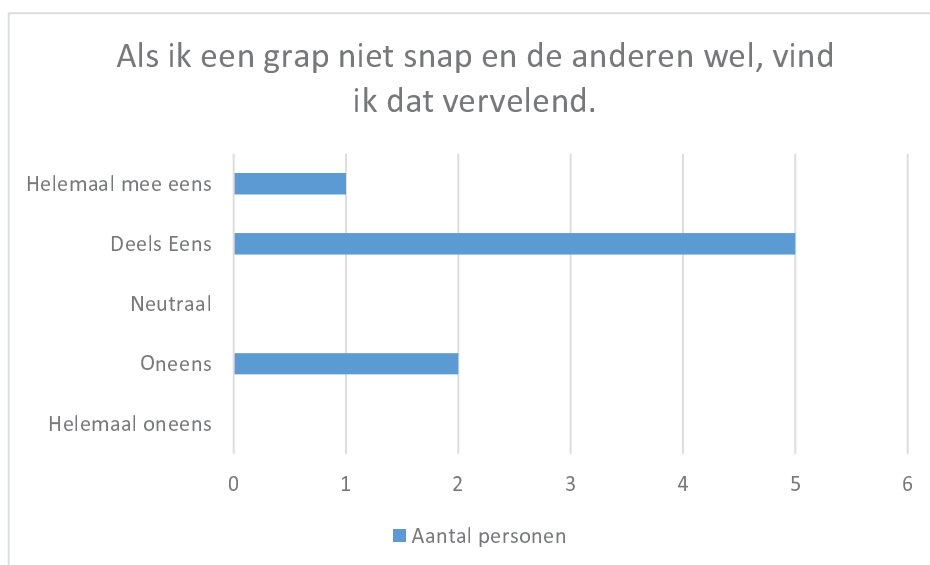
Tevens benoemt respondent 1 dat de enige functie van het menselijke brein overleven is. De kans dat de mens overleeft is groter als deze zich veilig voelt. Veiligheid ontstaat uit herkenning. Hierin heeft het effect humor een rol, aangezien deze kan bijdragen aan herkenning.

Fieldresearch: resultaten vragenlijst.

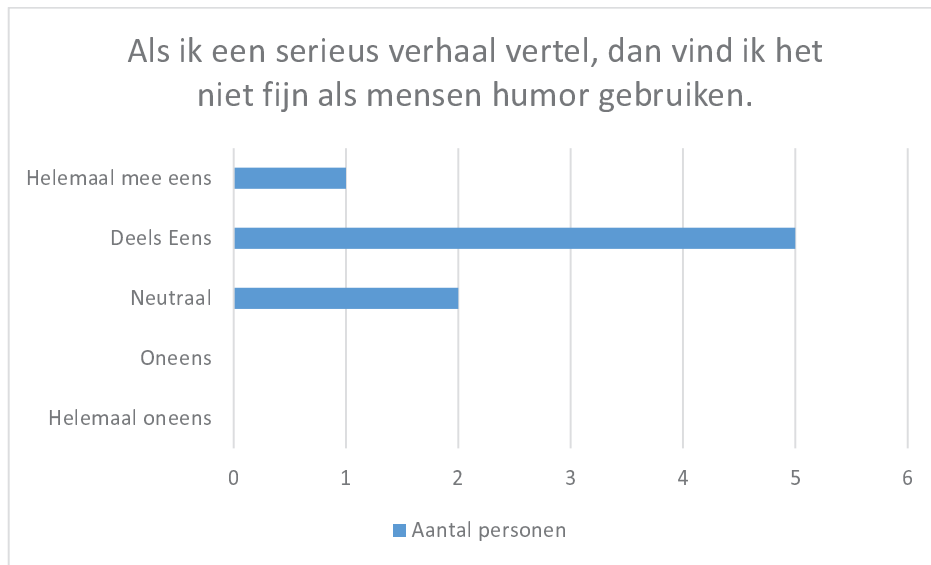
De resultaten van de respondenten vragenlijst maakt inzichtelijk dat de respondenten humor als belangrijk ervaren binnen het dagelijkse leven. Ook maakt het inzichtelijk dat de respondenten het merendeels vervelend vinden als deze een grap niet snappen en de ander wel. Tevens maakt het inzichtelijk dat de respondenten het vervelend vinden als deze een serieus verhaal vertellen en mensen humor toepassen.



Figuur 3.2.1: staafdiagram resultaat vragenlijst.



Figuur 3.2.2: staafdiagram resultaat vragenlijst.



Figuur 3.2.3: staafdiagram resultaat vragenlijst.

3.3 Resultaten deelvraag 3

De resultaten van deelvraag 3 zijn tot stand gekomen middels desk-en fieldresearch. De resultaten van de deskresearch worden toegepast binnen deelvraag 3.1 en worden gerealiseerd middels verschillende databronnen (zie Hoofdstuk 2.2 Data deskresearch).

De fieldresearch wordt toegepast binnen deelvraag 3.2 en wordt gerealiseerd middels respondent 2, 3, 4, 5, 6 & 7 en de respondenten vragenlijst. Binnen de resultaten van deelvraag 3.1 verandert de definitie van cliënt (zie hoofdstuk 1.4 Kernbegrippen).

Wat is het psychologische effect van humor op een behandeltraject psychotherapie?

3.3.1 Resultaten deelvraag 3.1

Deskresearch: resultaten databronnen.

Volgens verschillende auteurs kunnen psychotherapeuten humor toepassen om de cliënt te ondersteunen. Volgens Mahrer & Gervaise (1984) kan middels humor de psychotherapeut ervoor zorgen dat pijnlijke momenten van de cliënt tegen gegaan worden. Volgens Lynch (2002) kan de psychotherapeut humor toepassen om de cliënt zijn situatie vanuit een andere invalshoek te bekijken, waardoor een nieuw perspectief ontstaat en er op deze manier gerelativeerd wordt. Volgens Canestrari, Branchini, Bianchi, Savardi, & Burro (2018) wordt dit nieuwe perspectief bevorderd tijdens het verwerken van humor

Volgens Bader (1993) kan de psychotherapeut humor toepassen om weerstand van de cliënt af te breken. Buttny (2006) beschrijft dit ook en voegt hieraan toe dat humor toegepast kan worden door de psychotherapeut die cliënten ondersteunt en om verklaringen te onderzoeken met betrekking tot de situatie waar zij zich in bevinden. Volgens Corey (2012) kan de psychotherapeut middels humor de ironische aspecten van een situatie van de cliënt inzichtelijk maken, waardoor de cliënt een gevoel van opluchting kan ervaren en tijdelijk het gevoel van verdriet verzacht.

Ook beschrijven verschillende auteurs dat cliënten humor toepassen voor verschillende doeleinden. Zo benoemt Freud (1960) dat de cliënt humor kan toepassen als uiting van superioriteit, wat als coping mechanisme functioneert. Deze uiting van superioriteit is volgens Freud een vorm van weerstand, om de gevoelens van minderwaardigheid niet te hoeven tonen. Volgens Gökalp (2019) kan de cliënt humor toepassen als coping mechanisme om angst en woede te onderdrukken. Volgens Allport (1969) kunnen cliënten middels humor de rebelse kant en ontevredenheid over het leven bespreekbaar maken. Hierdoor kunnen cliënten ware gevoelens uiten terwijl deze tegelijkertijd beschermd blijven.

Volgens Vaillant (2000) is het lachen van de cliënt een signaal dat er een positieve verandering heeft plaatsgevonden. Deze verandering is een emotionele transitie van pijn en angst naar een aangename emotie. Volgens Ellis, Gordon, Neenan & Palmer (2001) is humor van de cliënt een rijke bron van informatie over het perspectief, mentale staat, veronderstellingen en het gevoel van de cliënt.

Bloch & McNab (1987) hebben het effect van humor onderzocht bij 140 Britse psychotherapeuten, hier kwamen de volgende psychologische effecten van humor binnen therapie naar voren:

1. Humoristische interpretaties breken weerstand af bij de cliënt.
2. Door humor ontwikkelt de cliënt een breder perspectief naar levensgebeurtenissen.
3. Humor werkt relativerend voor de cliënt in moeilijke situaties.

4. Het speelse effect van humor heeft een mogelijkheid tot het creëren van spontaniteit.
5. Humor helpt de cliënt om met moeilijke emoties om te gaan.
6. Het gevoel van humor kan gebruikt worden als meetinstrument om psychologische volwassenheid van de cliënt te bepalen.

Martin en Ford (2018) benoemen dat als humor op een gevoelige manier wordt toegepast het een positieve bijdrage levert aan de volgende punten:

1. Het op accurate begrip van gedachten, gevoelens en gedragspatronen van de cliënt.
2. De cliënt inzicht geven in zijn problematiek, ondersteunen in het herkennen van denkfouten en alternatieve perspectieven bieden op hun eigen denken.
3. Helpen met het reduceren van stress en bijdrage aan het welzijn van de cliënt.
4. Het bewerken van dysfunctionele gedachten van de cliënt.

3.3.2 Resultaten deelvraag 3.2

Wat is het psychologische effect van humor op een behandeltraject dramatherapie?

Fieldresearch: resultaten Interview.

Respondent 2 benoemt dat humor een vorm van reflectie is die cliënten kan helpen om wat afstand te nemen van bepaalde eigenschappen. Door deze afstand vallen cliënten hier niet mee samen. Als cliënten iets groter maken en daarover om zichzelf kunnen lachen, is er ergens een afstand. Deze afstand zorgt ervoor dat cliënten het erover kunnen hebben.

Ook benoemt respondent 2 dat humor binnen groepsverband bevrijdend en verbindend kan werken voor cliënten en dat humor onderschat wordt binnen een behandeltraject dramatherapie. Dit omdat de praktijk aantoont dat cliënten humor missen. Respondent 2 behandelt naar eigen zeggen hele angstige en dwangmatige cliënten. Dit zijn cliënten die de hele tijd controleren, veel te hoge eisen stellen en hun best doen, waardoor deze cliënten gebukt gaan onder allerlei problemen. Als deze cliënten dan lachen werkt dit bevrijdend en zit daar veel ingehouden expressie in.

Tevens benoemt respondent 2 dat humor helpt om 'iets op tafel te krijgen' voor cliënten. Soms als een klacht te dichtbij komt voor cliënten, waardoor het contact weg is, helpt humor om de afstand en nabijheid te reguleren tot een klacht. Tot slot benoemt respondent 2 dat humor cliënten helpt om een nieuw perspectief te ontwikkelen en afstand te scheppen op eigen gedrag of klachten. Hieraan voegt respondent 2 toe dat een grote kracht van humor is dat het de cliënt helpt om bewustzijn te ontwikkelen.

Respondent 3 benoemt dat humor relativerend werkt en helpt om de cliënt een nieuw perspectief naar zichzelf en de realiteit te creëren. Ook benoemt respondent 3 denkt dat humor goed werkt als de cliënt stang of wat neurotisch is. Dit aangezien humor de cliënt wat flexibeler kan maken en deze dan een ander perspectief kan innemen.

Respondent 4 benoemt dat humor fijn kan zijn voor cliënten. Humor kan bijdragen aan het verlichten van problemen en maakt ontwerpen minder zwaar, waardoor deze draagbaar worden. Tevens kan humor de cliënt helpen om perspectief te ontwikkelen, om distantie te creëren en om beeldvorming en spanning binnen een groep te breken.

Ook benoemt respondent 4 dat plezier het belangrijkste is binnen een behandeltraject dramatherapie en humor hierin een bijdrage heeft. Als er weerstand vanuit cliënten komt, dan moet daaraan gewerkt worden, terwijl deze al aan iets moeilijks moet gaan werken. Als er plezier is dan werkt dit fijn en kunnen cliënten nieuwe ervaringen beter opnemen, durven deze eerder toe te passen en gaan deze ook daadwerkelijk toepassen.

Tot slot benoemt respondent 4 dat humor een tijdelijk onderbreking kan zijn van gedachtes, boosheid en verdriet van cliënten. Humor kan ervoor zorgen dat cliënten niet te diep bij het gevoel komen en daar afstand van kunnen nemen.

Respondent 5 benoemt dat humor en een behandeltraject dramatherapie niet zonder elkaar kunnen. Om weerstand van cliënten om te buigen naar een werkbare situatie waar cliënten open en eerlijk dingen kunnen doen, kan alleen worden gebroken met humor. Humor is de manier om bij mensen naar binnen te komen.

Ook benoemt respondent 5 dat humor cliënten bij het oplossende vermogen helpt, aangezien dit ervoor zorgt om het geheel te zien. Ook zet humor cliënten in beweging, zowel in emotie als in letterlijke beweging. Tot slot kan humor cliënten helpen om confrontaties lichter te maken, zelfinzicht te stimuleren en veranderingsprocessen in gang te zetten. Als de cliënt kan lachen, dan kan deze ook volgende stappen zetten.

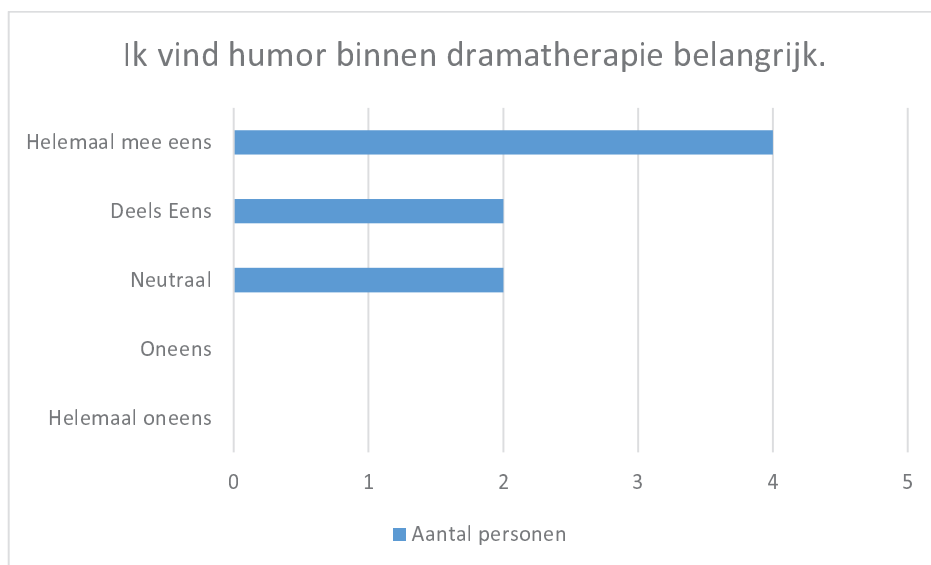
Respondent 6 benoemt dat lachen de cliënt kan helpen te relativeren en naar zichzelf te kijken. Ook helpt lachen doordat de cliënt zich minder identificeert met een emotie en het mentaliseren daarvan.

Ook benoemt respondent 6 dat middels humor de cliënt verleid kan worden tot reflectie, waardoor ermee gespeeld kan worden. Als er ergens mee gespeeld kan worden dan is er een afstand. Tot slot kan respondent 6 een behandeltraject dramatherapie niet zonder humor voorstellen, zelfs niet met betrekking tot de meest loodzware onderwerpen.

Respondent 7 benoemt dat humor helpt om cliënten op hun gemak te voelen, te relativeren, te confronteren en tot inzichten te laten komen. Ook kan humor het ijs breken, cliënten bij elkaar brengen en voor veiligheid zorgen.

Fieldresearch: resultaten vragenlijst.

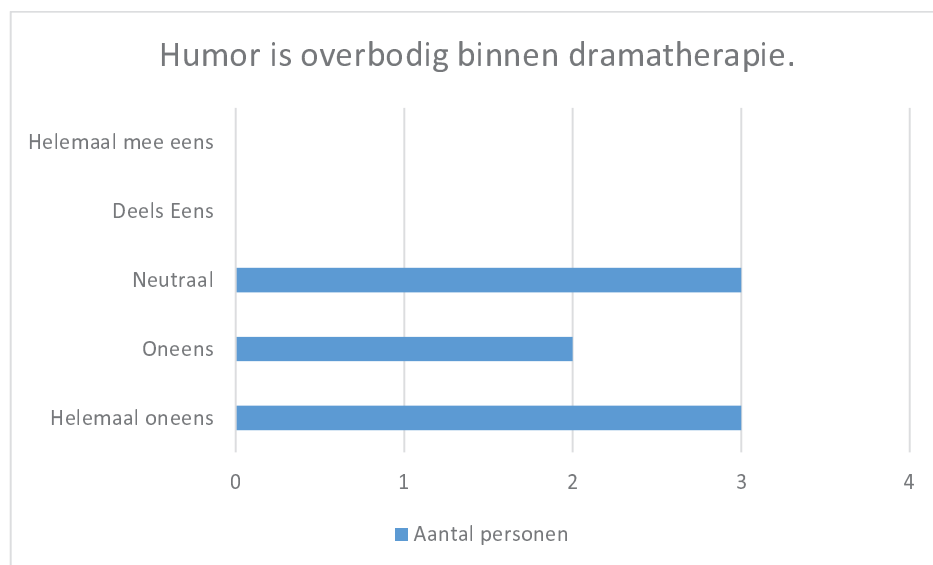
De resultaten van de respondenten vragenlijst maakt inzichtelijk dat humor als belangrijk ervaren wordt binnen een behandeltraject dramatherapie. Ook maakt het inzichtelijk dat deze humor over het algemeen belangrijker wordt bevonden binnen een behandeltraject dramatherapie dan binnen andere hulpverlening. Tot slot maken de resultaten inzichtelijk dat de respondenten het merendeels oneens zijn dat humor overbodig is binnen een behandeltraject dramatherapie



Figuur 3.3.2.1: staafdiagram resultaat vragenlijst.



Figuur 3.3.2.2: staafdiagram resultaat vragenlijst.



Figuur 3.3.2.3: staafdiagram resultaat vragenlijst.

3.4 Resultaten deelvraag 4

De resultaten van deelvraag 4 zijn tot stand gekomen middels desk- en fieldresearch. De resultaten van de deskresearch worden toegepast binnen deelvraag 4.1 en worden gerealiseerd middels verschillende databronnen (zie Hoofdstuk 2.2 Data deskresearch).

De fieldresearch wordt toegepast binnen deelvraag 4.2 en wordt gerealiseerd middels respondent 2, 3, 4 & 6 en de respondenten vragenlijst. Binnen de resultaten van deelvraag 4.1 verandert de definitie van cliënt (zie hoofdstuk 1.4 Kernbegrippen).

Wat is het effect van humor op de therapeutische werkrelatie binnen een behandeltraject psychotherapie?

3.4.1 Resultaten deelvraag 4.1

Deskresearch: resultaten databronnen.

Volgens Voutilainen & Peräkylä (2016) is het grootste deel van de onderzoeken naar humor binnen de therapeutische werkrelatie theoretisch en anekdotisch. Ook benoemen Martin en Ford (2018) dat er weinig onderzoek naar gedaan is en wat er gevonden is niet erg belovend.

Zo hebben verschillende mensen onderzoek gedaan naar het effect van humor op therapeutische werkrelaties, waarin is ondervonden dat humor geen voor of nadelen had voor de therapeutische werkrelatie. Killinger (1987) heeft binnen een onderzoek 85 spraakopnamen onderzocht die opgenomen zijn binnen een behandeltraject psychotherapie. Hier werden uitspraken met humor in vergelijking gesteld met uitspraken waarbinnen geen humor werd toegepast. Er werd middels een getrainde jury bepaald dat de uitspraken waarbinnen geen humor werd toegepast geen voordelen had over de uitspraken met humor.

Ook Rosenheim & Golan (1986) hebben een onderzoek uitgevoerd middels spraakopnames, waar psychotherapeuten bewust geen humor toepassen binnen de therapeutische werkrelatie. Cliënten hebben dit beoordeeld als meer behulpzaam en voelde zich beter begrepen. Rosenheim, Tecucianu, & Dimitrovsky (1989) hebben dezelfde resultaten gerapporteerd in een vervolgonderzoek.

Echter hebben Bennet, Zeller, Rosenberg & McCann (2002) humor met andere resultaten verkeren uit onderzoek naar het effect van humor binnen de therapeutische werkrelatie. Dit onderzoek toont aan dat cliënten humor binnen een behandeltraject psychotherapie waarderen en cliënten die geen humor ervoeren, meldden dat ze hierdoor waren gestopt.

Gökalp (2019) beschrijft dat verschillende studies demonstreren dat humoristische momenten een verbetering opleveren voor de therapeutische werkrelatie, aangezien deze momenten helpen bij het creëren van veiligheid voor de cliënt. Volgens Macewan (2008) zijn openheid en oprechtheid eigenschappen van de psychotherapeut die erg erkend worden door cliënten.

Ook zijn er auteurs die beschrijven dat het effect van humor op de therapeutische werkrelatie voor meer gelijkwaardigheid kan zorgen tussen de psychotherapeut en cliënt. Gelkopf & Kreitler (1996) beschrijven ter suggestie dat een therapeut met het gebruik van humor de cliënt op zijn gemak kan laten voelen en de stress binnen de therapeutische werkrelatie kan verminderen. Dit zorgt ervoor dat het contact tussen de psychotherapeut en cliënt meer gelijkwaardig wordt. Samen lachen kan zorgen

voor een gevoel van intimiteit en vriendelijkheid, wat het vertrouwen van de cliënt naar de psychotherapeut op een positieve manier kan beïnvloeden.

Volgens Mahrer & Gervaise (1984) is zelfspot een vorm van humor binnen de therapeutische werkrelatie. Meyer (2000) beschrijft dit ook en voegt hieraan toe dat zelfspot mogelijk ervoor zorgt dat het contact meer gelijkwaardig wordt binnen de therapeutische werkrelatie.

3.4.2 Resultaten deelvraag 4.2

Wat is het effect van humor op de therapeutische werkrelatie binnen een behandeltraject dramatherapie?

Fieldresearch: resultaten Interview.

Respondent 2 benoemt dat als er samen met de cliënten gelachen kan worden dit verbindt en dat het belangrijk is voor de therapeutische werkrelatie. Tevens benoemt respondent 2 dat het kil is als humor uit de therapeutische werkrelatie wordt gehouden.

Respondent 3 benoemt een voorbeeld uit de praktijk:

Respondent 3 benoemt zichzelf erg vergeetachtig, chaotisch en vindt het moeilijk om stipt op tijd te komen. Dit weten veel cliënten en benoemen dit dan ook. Respondent 3 moet daar dan om lachen en benoemt: "ja, wat moet je ook met z'n therapeut die dingen vergeet". Respondent 3 benoemt het zichzelf op de 'hak' nemen en vanuit het perspectief van de cliënt naar zichzelf kijken, "dat maakt mij ook weer een mens".

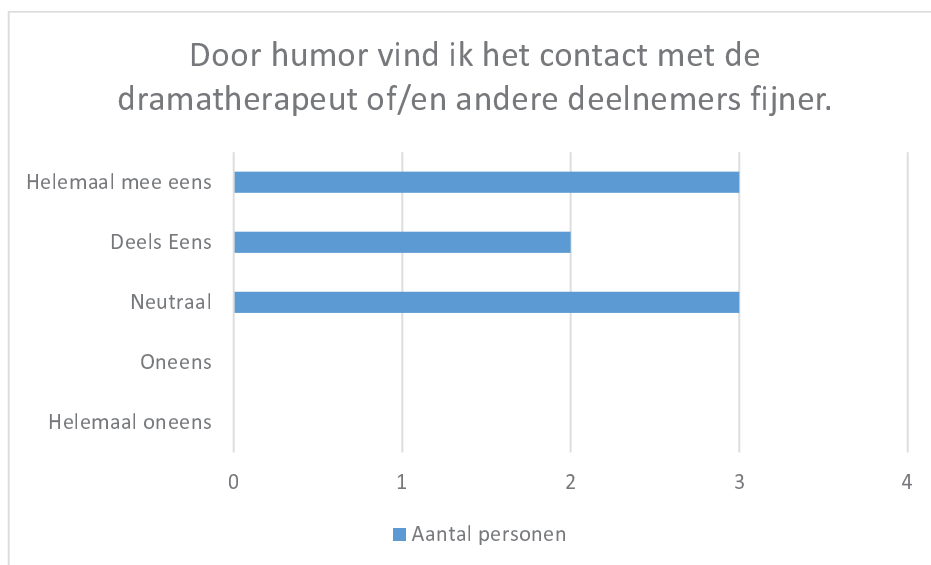
Respondent 3 denkt dat humor mooi is voor de therapeutische werkrelatie en de therapeutische attitude. Dit aangezien respondent 3 denkt dat het een manier is om een veilige therapeutische werkrelatie op te bouwen. Ook benoemt respondent 3 dat als je samen ergens met de cliënt hard om kan lachen dat het je mens maakt en het erg verbindend werkt.

Respondent 4 gebruikt humor door zichzelf 'neer te zetten' en past zo humor op zichzelf toe voor cliënten. Dit past respondent 4 toe om transparant te zijn over als iets fout gaat. Dit zodat cliënten respondent 4 niet te hoog neerzetten. Respondent 4 benoemt dat veel cliënten vaak therapeuten op een soort van troon zien en benoemt dat dit niet goed is voor de therapeutische werkrelatie. Respondent 4 houdt meer van gelijkwaardigheid tussen cliënten en dramatherapeut en humor kan hierbij helpen.

Respondent 6 benoemt dat deze vaak de rol van 'stuntel' inneemt. Dit zet respondent 6 bewust in, aangezien dan het contact meer gelijkwaardig maakt.

Fieldresearch resultaten vragenlijst.

De resultaten van de respondenten vragenlijst maken inzichtelijk dat de respondenten door humor het contact fijner vinden binnen een behandeltraject dramatherapie en/of cliënten binnen een behandeltraject dramatherapie.



Figuur 3.4.2.1: staafdiagram resultaat vragenlijst.

3.5 Resultaten deelvraag 5

De resultaten van deelvraag 5 zijn tot stand gekomen middels desk- en fieldresearch. De resultaten van de deskresearch worden toegepast binnen deelvraag 5.1 en worden gerealiseerd middels verschillende databronnen (zie Hoofdstuk 2.2 Data deskresearch).

De fieldresearch wordt toegepast binnen deelvraag 5.2 en wordt gerealiseerd middels respondent 2,3,4 5 & 7 en de respondenten vragenlijst. Binnen de resultaten van deelvraag 5.1 verandert de definitie van cliënt (zie hoofdstuk 1.4 Kernbegrippen).

Wat is het risicovolle effect van humor op een behandeltraject psychotherapie?

3.5.1 Resultaten deelvraag 5.1

Deskresearch: resultaten databronnen.

Truyen & Portael (1996) beschrijven een mogelijk risico van humor wanneer de psychotherapeut humor brengt vanuit een gevoel van superioriteit. Hierdoor bestaat er een kans dat de cliënt zich niet serieus genomen voelt, waardoor het de therapeutische werkgrelatie kan schaden.

Gökalp (2019) beschrijft dat de cliënt humor kan gebruiken voor coping. De cliënt kan humor toepassen ter vermindering en als de psychotherapeut hierbij niet uitkijkt, kan deze hierin meegaan. Truyen & Portael (1996) beschrijven dit ook en voegen hieraan toe dat de cliënt deze vorm van vermindering aan kan leren in het dagelijkse leven.

Tevens beschrijft Gökalp (2019) dat humor kan zorgen voor distantie tussen de psychotherapeut en de cliënt, wanneer humor niet goed overkomt op de cliënt. Swinkels, Molenaar & Gorsel (2018) beschrijven dit ook en voegen hieraan toe dat de cliënt het gebruik van humor en verschillende betekenissen van een woord goed moet kennen. De psychotherapeut moet er dus bewust van zijn dat de cliënt die wordt behandeld over deze vaardigheden beschikt.

Kubie (1970) beschrijft de volgende risico's van humor binnen een behandeltraject psychotherapie:

1. Als de psychotherapeut humor inzet, dan is er een kans dat cliënt zich niet serieus genomen voelt.
2. De psychotherapeut kan humor toepassen als verdediging van zijn eigen problematiek of zijn eigen vermaak.
3. Cliënten kunnen humor toepassen als een vorm van ongezond verdedigingsmechanisme om zo problemen te vermijden.
4. Cliënten kunnen een destructieve manier van humor bezitten en toepassen. Als de psychotherapeut hierin meegaat, kan deze de destructieve manier van humor versterken.
5. Als bepaalde onderwerpen met een humoristische wijze benaderd worden, kan de cliënt deze als een taboe zien of niet serieus nemen.
6. Cliënten kunnen druk ervaren om samen met de psychotherapeut te lachen en om te laten zien dat ze een "goed gevoel voor humor hebben", die onderliggende gevoelens van angst kan maskeren.
7. Als de psychotherapeut humor gebruikt, kan dit de cliënt afschrikken om emoties te tonen of het ergens niet mee eens te zijn.

Pierce (1994) beschrijft de volgende punten wanneer humor een risico is binnen een behandeltraject psychotherapie:

1. Wanneer de psychotherapeut humor inzet om de cliënt uit te lachen, te kleineren of de cliënt te imiteren.
2. Wanneer de psychotherapeut humor inzet als afleiding van emotioneel geladen problemen en hierbinnen humor inzet om naar een veiliger onderwerp te transformeren.
3. Wanneer het niet bijdraagt aan het behandeldoel van de cliënt of wordt toegepast voor eigen vermaak, aangezien het dan een verspilling is van tijd en de energie die daaraan wordt besteed.

Salameh (1987) heeft een vijf puntenschaal ontworpen over de geschiktheid van humor binnen een behandeltraject psychotherapie. De eerste twee punten weergeven risico's:

1. Psychotherapeuten kunnen humor gebruiken op een destructieve manier. Dit lokt bij de cliënt pijnlijke gevoelens en wantrouwen op.
2. Psychotherapeuten kunnen humor niet afstemmen op de cliënt. Dit zorgt ervoor dat de psychotherapeut vervolgens moet corrigeren en het mogelijk goed moet maken, door te zeggen dat het niet een serieuze bedoeling had.

3.5.2 Resultaten deelvraag 5.2

Wat is het risicovolle effect van humor op een behandeltraject dramatherapie?

Fieldresearch: resultaten Interview.

Respondent 2 benoemt het volgende voorbeeld uit de praktijk:

Tijdens een groepssessie ging het over fysiek contact en hier werd met elkaar, op een verbale manier, humor over gemaakt. Iemand was daar op dat moment angstig voor, wat respondent 2 op dat moment niet gemerkt had. Deze cliënt deelde later dat deze angst had ervaren, zich niet gezien voelde en hij het heel moeilijk vond. Ook benoemt respondent 2 dat humor afstand kan creëren binnen een groep.

Tevens benoemt Respondent 2 ook als je er alleen maar grappen blijft maken, er afgevraagd kan worden wat er dan daadwerkelijk voor een contact is. Als cliënten contact maken door zichzelf belachelijk te maken of dat contact maken alleen maar mogelijk is door te lachen.

Respondent 3 benoemt als de cliënt een sterke vermijdende coping bezit dat humor averechts kan werken. Ook benoemt respondent 3 dat meelachen met de cliënt een valkuil kan zijn, terwijl eigenlijk iets helemaal niet grappig is. Hierdoor wordt meegegaan in de vermijding van de cliënt. Tevens denkt respondent 3 dat er een dunne lijn is tussen wat grappig is en wanneer iemand zich belachelijk voelt gemaakt.

Respondent 4 benoemt dat er met humor opgelet moet worden, aangezien het cliënten kan afschrikken. Er moet wel een bepaalde band zijn met iemand voordat humor kan worden toegepast. Ook denkt respondent 4 dat humor toepassen vanuit ongemakkelijkheid vrij snel verkeerd geïnterpreteerd kan worden.

Respondent 5 benoemt dat een mogelijk risico van humor is wanneer de dramatherapeut doorslaat in het relativeren. Hier kan het mogelijk ervoor zorgen dat onderwerpen vermeden worden, die niet

vermeden hadden moeten worden. Tevens benoemt respondent 5 dat het niet een grote cabaretshow moet worden, dan gaat het doel van de therapie ook vaak voorbij.

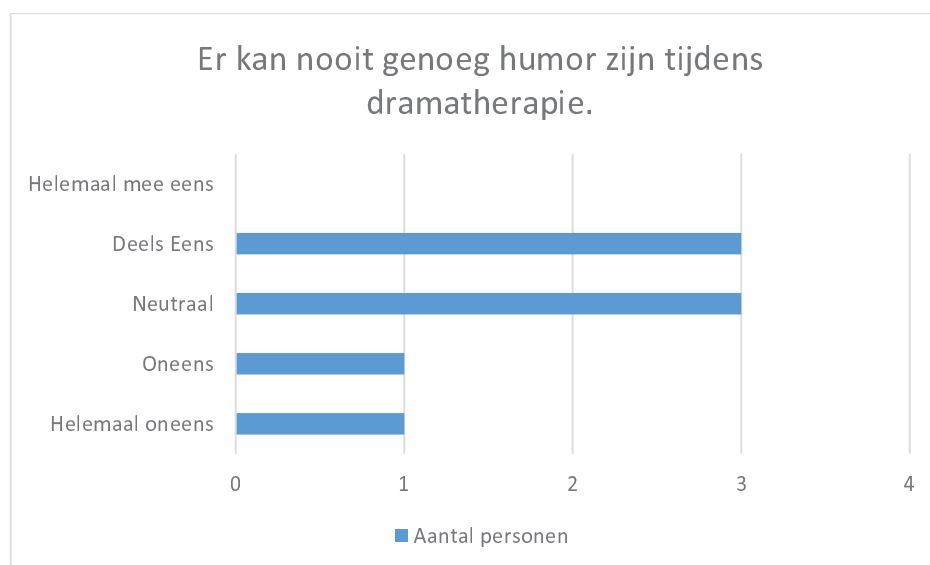
Volgens respondent 7 kan er ook onveiligheid ontstaan door humor. Dit vindt plaats wanneer je een grap maakt, waardoor cliënten zich uitgelachen kunnen voelen. Hierdoor kan onveiligheid ontstaan.

Tevens benoemt Respondent 7 het volgende voorbeeld uit de praktijk:

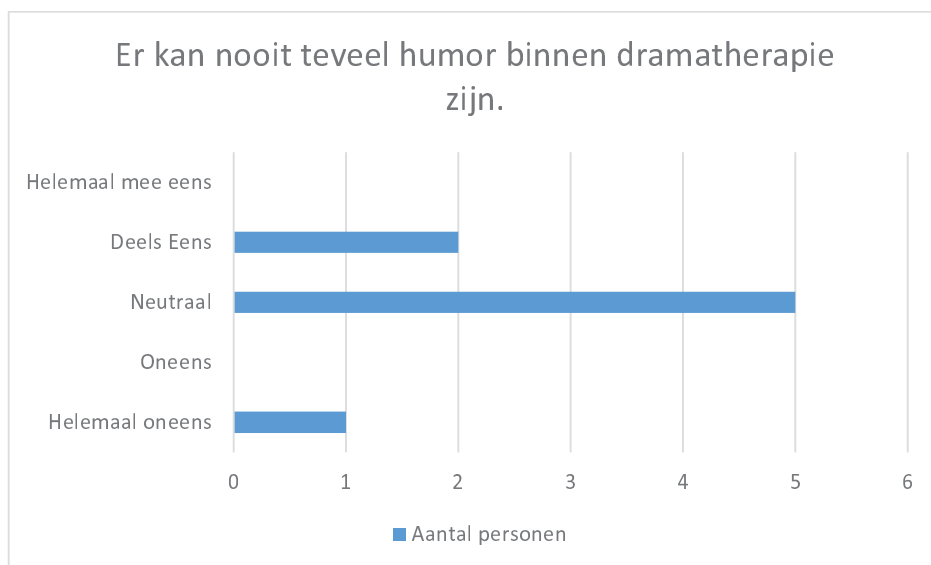
Respondent 7 had de cliënt die zat in de diagnostiekfasé en al snel bleek dat deze cliënt autisme had. Deze cliënt had een zwaar verhaal, dus besloot respondent 7 om dit te relativeren met een grappig verhaal. De cliënt luisterde netjes en antwoorde vervolgens met: "Ik snap ook eigenlijk niet zo goed waarom jij dit verteld hebt, maar misschien gaat dat nog wel komen, dankjewel."

Fieldresearch resultaten vragenlijst.

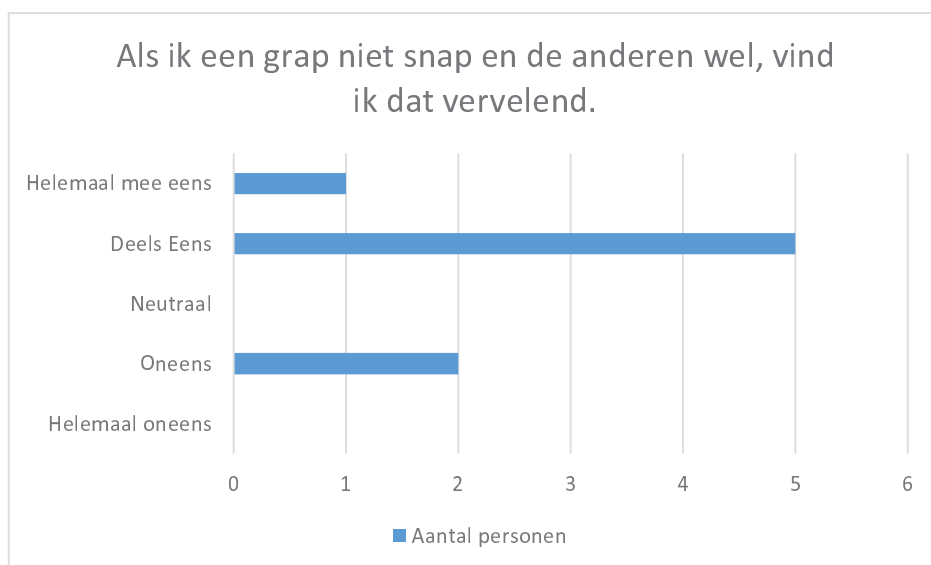
De resultaten van de respondenten vragenlijst maken inzichtelijk dat er gevarieerde resultaten zijn of er nooit genoeg humor tijdens een behandeltraject dramatherapie kan worden toegepast. Ook maakt het inzichtelijk dat de respondenten het merendeels vervelend vinden als deze een grap niet snappen en de ander wel. Tevens maakt het inzichtelijk dat de respondenten het vervelend vinden als deze een serieus verhaal vertellen en mensen humor toepassen.



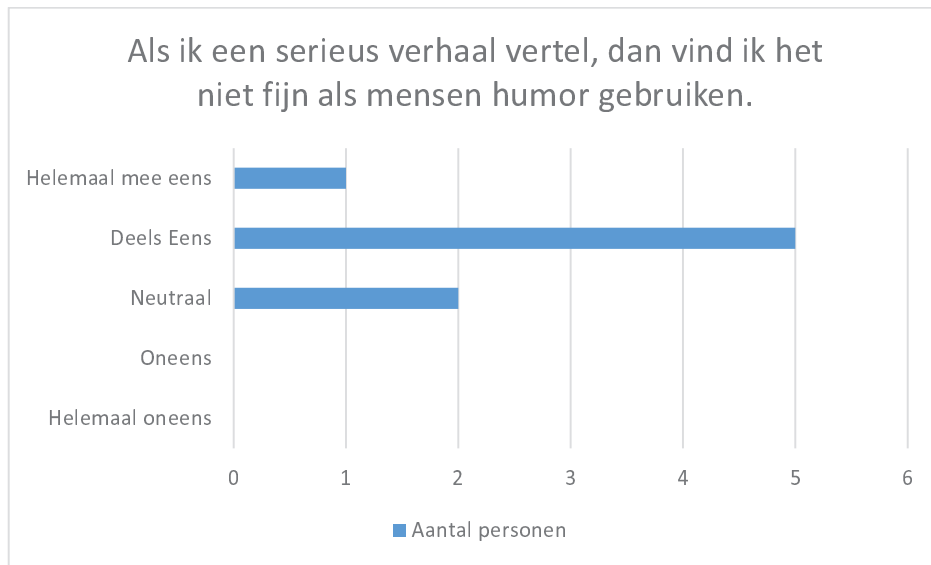
Figuur 3.5.2.1: staafdiagram resultaat vragenlijst.



Figuur 3.5.2.2: staafdiagram resultaat vragenlijst.



Figuur 3.5.2.3: staafdiagram resultaat vragenlijst.



Figuur 3.5.2.4: staafdiagram resultaat vragenlijst.

3.6 Resultaten deelvraag 6

De resultaten van deelvraag 6 zijn tot stand gekomen middels desk-en fieldresearch. De deskresearch wordt gerealiseerd middels verschillende databronnen (zie Hoofdstuk 2.2 Data deskresearch) en de fieldresearch wordt gerealiseerd middels respondent 2, 3, 4, 5, 6 & 7 en de respondenten vragenlijst.

Op welke manier wordt humor toegepast binnen dramatherapeutische werkvormen?

Deskresearch: resultaten databronnen.

Volgens Emunah (1994) kan humor voornamelijk worden toegepast binnen dramatherapeutische werkvormen waar spelplezier centraal staat. Binnen dramatherapeutische werkvormen waar spelplezier centraal staat worden cliënten meer comfortabel met de dramatherapeut, andere cliënten en dramatherapeutische werkvormen. Ook beschrijft Emunah (1994) dat middels speelsheid en humoristische dramatisering, cliënten ware gevoelens en behoeftes veilig kunnen uitdrukken en dat deze tegelijkertijd beschermd blijven.

Tevens beschrijft Emunah (1994) dat humor onthullend kan werken binnen dramatherapeutische werkvormen. Zo brengt het de cliënt balans in emotionele onderwerpen, mogelijkheid tot ontwikkelen van een nieuw perspectief en kan het dramatherapeutische werkvormen toegankelijker maken.

Tot slot beschrijft Emunah (1994) binnen de dramatherapeutische werkvorm rollenspelen, dat humor tolerantie van de cliënt verhoogt, wat kan zorgen voor een intense zelfopenbaring. Dit aangezien humor ondersteunend is voor emotionele expressie en verkenning van 'donkere' thema's.

Volgens Smeijsters, Welten, Kill, Kurstjens, Willemars & Dijkema (2012) kan er spelplezier ontstaan binnen speelse dramatherapeutische werkvormen, waardoor er een laag angstniveau ontstaat. Dit aangezien er herkenning kan ontstaan voor eigen komische situaties, gedeelde humor, uitvergroten van situaties en ontlading die voortkomt uit het opheffen van blokkades. Dit beschrijven Smeijsters et al., (2012) als een zeer betekenismoment binnen een behandeltraject dramatherapie.

Tevens benoemt Smeijsters et al., (2012) dat humor een belangrijk smeermiddel is voor interactie binnen dramatherapeutische werkvormen. De cliënt ontwikkelt hier passende spontaniteit en merkt hoe eigen vindbaarheid in het creëren van grappige spelsituaties de interactie tussen spelers verbetert. De cliënt ontwikkelt op deze manier zelfvertrouwen en leert hoe deze in andere sociale situaties de eigen humor kan toepassen om het sociale klimaat positief te beïnvloeden.

Volgens Johnson & Emunah (2009) maken dramatherapeutische werkvormen gebruik van distantietechnieken. Vervolgens benoemen Johnson & Emunah (2009) een voorbeeld waar de cliënt op een humoristische manier een zwaar emotioneel onderwerp kon benaderen binnen dramatherapeutische werkvormen. Johnson & Emunah (2009) beschrijven dat hierbij humor als distantiemiddel diende, waardoor deze cliënt zich meer kon distantiëren van de problematiek.

Ook beschrijven Johnson & Emunah (2009) dat Developmental transformations de dramatherapeutische werkvorm is waar humor een rol in heeft. Humor speelt hier een rol om exploratie bij de cliënt te ondersteunen, een nieuw perspectief te ontwikkelen en het helpt de cliënt obstakels te overwinnen. Volgens Dintino & Johnson (1996) zorgt humor ervoor dat de cliënt kan blijven participeren binnen Developmental transformations en het de therapeutische werkrelatie kan versterken.

Verschillende auteurs benoemen dat fictieve humoristische rollen toegepast kunnen worden binnen dramatherapeutische werkvormen. Volgens Lahad (2000) ondersteunen humoristische fictieve rollen cliënten om fantasieën na te jagen in een gecontroleerde omgeving. Landy (1996) benoemt dat humoristische fictieve rollen de cliënt ondersteunen als distantiemiddel, aangezien de cliënt zelf kan bepalen hoeveel distantie deze nodig heeft door het gebruik van humor. Volgens Hill (2005) kan humor de cliënt ondersteunen om uiting te geven aan zijn emoties en behoeftes, aangezien alles gezegd kan worden, de humoristische rol 'weet niet beter'. Volgens Carr (2005) kan de therapeut middels fictieve humoristische rollen humor toepassen om de cliënt te testen op grenzen of wanneer deze mee lacht.

Fieldresearch: resultaten interviews.

De eerste associatie van respondent 2 omtrent humor binnen een behandeltraject dramatherapie is het uitvergroten. Als de cliënt bepaalde dingen van zichzelf uitvergroot binnen het spel, dan wordt er altijd gelachen. Middels het uitvergroten kunnen cliënten wat meer afstand nemen wat in hun zit en het extern maken waardoor het vaak ook lachwekkend en grappig wordt.

Als de cliënt erg veeleisend is over zichzelf dan vergroot en spiegelt respondent 2 dit. Hierdoor krijgt de cliënt een vorm van bewustzijn op eigen gedrag. Respondent 2 denkt dat humor erg kan helpen om meer bewustzijn te creëren voor cliënten over sommige dingen. Als de cliënt bijvoorbeeld gespannen is, dan laat ik middels het uitvergroten zien wat voor dingen de cliënt inzet.

Ook benoemt respondent 2 dat humor een mooie ingang is als cliënten iets naspelen en uitvergroten, dan wordt het vaak grappig als deze iets groter maken en creëert het tegelijkertijd ook een enorm bewustzijn.

Respondent 2 benoemt humor mogelijk een distantiemiddel. Binnen een behandeltraject dramatherapie wordt altijd gekeken naar hoeveel distantie cliënten nodig hebben om een probleem dragelijk te maken. Tot slot benoemt respondent 2 dat humor binnen een behandeltraject dramatherapie vaak in het 'doen' kan zitten en niet alleen in het praten, maar ook in het bewegen en handelen.

De eerste associatie van respondent 3 omtrent humor binnen een behandeltraject dramatherapie is overacting. Respondent 3 spiegelt haar cliënten vaak en haar ervaring is vaak om zichzelf moeten lachen. Spiegelen werkt vaak goed om te relativieren.

Respondent 3 benoemt het volgende voorbeeld uit de praktijk:

Respondent 3 had de cliënt die 'diva gedrag' vertoonde om te zorgen dat mensen niet te dichtbij kwamen. Respondent 3 spiegelde dit gedrag als een soort van typetje, waardoor het grappig werd. Elke keer als ik zei: oh dat is weer het 'diva gedrag', moest de cliënt hard lachen. Doordat het een soort typetje werd, kon de cliënt het als iets los van zichzelf zien waardoor het inzichtelijk werd: 'dit is een houding op een moment dat ik mij onveilig of angstig voel'.

Tevens benoemt respondent 3 het volgende praktijkvoorbeeld:

Respondent 3 benoemt dat het gebruik van humor belangrijk was bij een narcistische cliënt. Door zijn gedrag groter te maken was het grappig.

Respondent 4 maakt gebruik van humor binnen metaforen en visualisatie en geeft hierbij het volgende praktijkvoorbeeld:

Respondent 4 had twee cliënten die sterk op elkaar reageerde. Respondent 4 maakte toen een lemniscaat symbool wat het inzichtelijk maakte en voegde daaraan toe: eigenlijk zijn jullie elkaar de hele tijd in elkaars kont aan het bijten, want jullie zijn de hele tijd achter elkaar aan het rennen. Hierdoor ontstond humor en één van de cliënten kreeg daardoor inzicht wat zijn gedrag opleverde. Respondent 4 kon daar samen met de cliënt om lachen. Als ik dit voorbeeld niet had gegeven, bleef deze cliënt dit gedrag laten zien en was respondent 4 te direct geweest.

Tevens benoemt respondent 4 dat je met humor in spel kunt kijken hoe cliënten reageren op bepaalde onderwerpen. Respondent 4 benoemt wel dat de therapeutische werkrelatie hiervoor goed moet zijn.

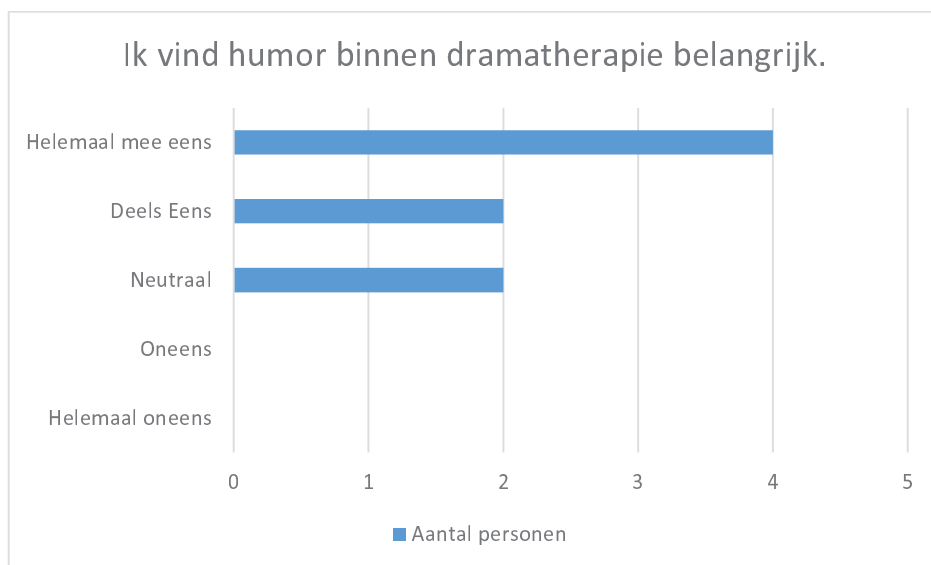
Respondent 5 denkt niet dat binnen een behandeltraject dramatherapie humor stimuleert, maar de dramatherapeut die het aanbiedt. Humor valt binnen elke werkvorm in te zetten en respondent 5 benoemt dat er geen werkvorm is waarbinnen humor niet toegepast-of juist toegepast moet worden.

Respondent 6 benoemt drama een vorm van handelen en koppelt humor hieraan. Ook koppelt respondent 6 humor en verbeelding aan elkaar. Tevens benoemt respondent 6 dat je zonder humor niet kunt spelen.

Respondent 7 benoemt dat ze humor binnen de symboliek gebruikt, maar humor geen vereiste is voor dramawerkvormen. Ook benoemt respondent 7 dat dramatherapeutische werkvormen voor humor zorgen, maar de dramatherapeut die het aanbiedt.

Fieldresearch: resultaten vragenlijst.

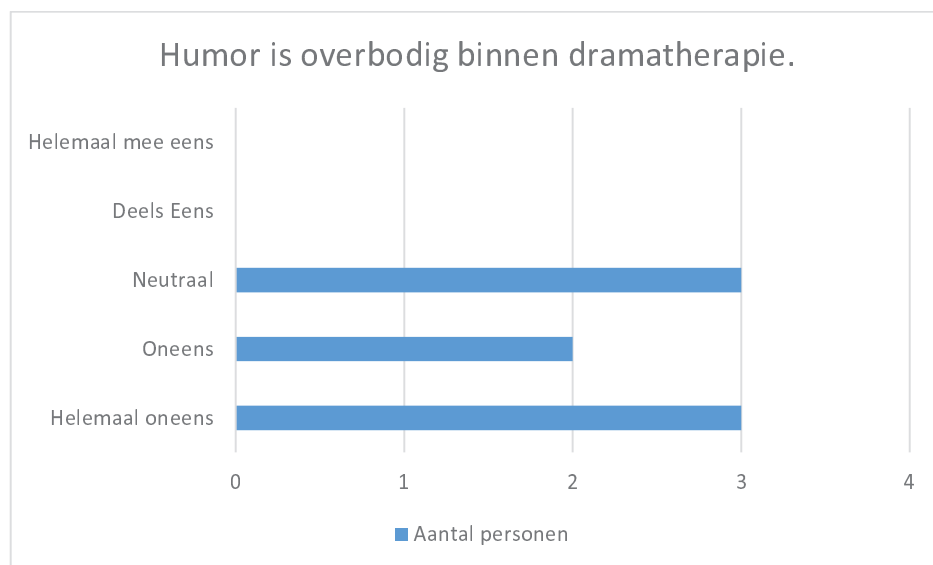
De resultaten van de respondenten vragenlijst maken inzichtelijk dat deze humor als belangrijk ervaren wordt binnen een behandeltraject dramatherapie. Ook maakt het inzichtelijk dat deze humor over het algemeen belangrijker vinden binnen een behandeltraject dramatherapie dan binnen andere hulpverlening. Tot slot wordt het inzichtelijk dat de respondenten vragenlijst het merendeels oneens zijn dat humor overbodig is binnen een behandeltraject dramatherapie.



Figuur 3.6.1: staafdiagram resultaat vragenlijst.



Figuur 3.6.2: staafdiagram resultaat vragenlijst.



Figuur 3.6.3: staafdiagram resultaat vragenlijst.

4. Hoofdstuk 4: Conclusie

Binnen dit hoofdstuk wordt de hoofdvraag beantwoord aan de hand van de resultaten en worden verbanden en tegenstrijdigheden inzichtelijk gemaakt.

Het doel van dit onderzoek is om het effect van humor op een behandeltraject dramatherapie te beantwoorden middels een desk-en fieldresearch. Dit is relevant aangezien hier nog weinig onderzoek naar gedaan is, terwijl humor binnen vrijwel elke leeftijdscategorie relevant is en binnen normale omstandigheden tot de laatste levensfase aanwezig is, en komt het vrijwel in elke sociale context voor (Martin & Ford, 2018).

Deelvraag 1 en 2 zijn een inleiding om inzicht te krijgen over wat het effect van humor op de mens is. Deelvraag 3, 4, 5 en 6 onderzoeken het effect van humor op een behandeltraject dramatherapie.

Wat is het effect van humor op een behandeltraject dramatherapie?

Er zijn meerdere effecten van humor op een behandeltraject dramatherapie. De belangrijkste effecten binnen een behandeltraject dramatherapie is dat humor de cliënt kan ondersteunen met relativeren, verbinden, het ontwikkelen van een nieuw perspectief, distantiëren, emotieregulatie en vermijding. Al deze effecten kunnen toegepast worden binnen dramatherapeutische werkvormen.

Dit onderzoek maakt binnen deelvraag 1 inzichtelijk dat humor voor de mens als coping mechanisme dient om stabiliteit te creëren en te relativeren. Zo zorgt humor ervoor dat de mens tijdelijk kan relativeren waardoor er afstand genomen kan worden genomen van emoties. Door afstand te nemen van emoties, is het mogelijk om een nieuw perspectief te ontwikkelen. Ook is een verband binnen de desk-en fieldresearch waarin naar voren komt dat humor verschillende cognitieve voordelen heeft.

Ook heeft lachen invloed op verschillende hormonen die een positieve invloed hebben op de psyché van de mens. Deze kunnen voor vermindering zorgen van vermoeidheid, kans op een burn-out, angst-, paniek- en dwang verschijnselen.

Ondanks dat meermaals wordt genoemd dat humor een relativerende werking heeft, wordt inzichtelijk dat de respondenten gevarieerde meningen hebben over de stelling dat humor zware onderwerpen bespreken makkelijker maakt. Ook wordt het inzichtelijk door de respondenten dat deze humor erg belangrijk vinden in het dagelijkse leven wat de hypothese van zowel de onderzoeker als de opdrachtgever dat cliënten humor als belangrijk ervaren in het dagelijkse leven bevestigt (zie hoofdstuk 1.1 Probleemstelling).

Dit onderzoek maakt binnen deelvraag 2 middels desk-en fieldresearch inzichtelijk dat humor kan verbinden, maar ook verdeeldheid kan creëren tussen mensen. De deskresearch maakt ook inzichtelijk dat humor een masker kan zijn binnen sociale interactie. Een verband kan hier gelegd worden bij de respondenten vragenlijst, aangezien deze impliceert dat humor inderdaad voor verdeeldheid kan zorgen.

De resultaten van deelvraag 1 hebben meerdere verbanden met de resultaten van de desk-en fieldresearch van deelvraag 3. Zo wordt het inzichtelijk dat humor toegepast kan worden door de dramatherapeut, om zo de cliënt te ondersteunen met het relativeren, een nieuw perspectief te ontwikkelen, het vergroten van zelfinzicht en het breken van weerstand. Ook benoemen drie respondenten dat het de cliënt kan helpen om distantie te creëren tot de problematiek.

Ook maken de resultaten binnen de deskresearch van deelvraag 3 inzichtelijk dat de cliënt humor kan toepassen om onderwerpen te vermijden, maar het ook ondersteunend kan zijn om aan bepaalde onderwerpen bespreekbaar te maken. Ondanks dat meermaals wordt benoemd dat humor een relativerende werking heeft, wordt inzichtelijk dat de respondenten gevarieerde meningen hebben over de stelling dat humor zware onderwerpen bespreken makkelijker maakt. Ook wordt het inzichtelijk door de respondenten vragenlijst dat humor als belangrijk wordt ervaren binnen een behandeltraject dramatherapie, wat de hypothese van zowel de onderzoeker als de opdrachtgever dat cliënten humor als belangrijk ervaren binnen een behandeltraject dramatherapie bevestigt (zie hoofdstuk 1.1 Probleemstelling).

De resultaten van de deskresearch van deelvraag 4 maken inzichtelijk dat er weinig wetenschappelijk onderzoek is gedaan naar het effect van humor op de therapeutische werkrelatie en dat de resultaten tegenstrijdig zijn. Deze tegenstrijdigheid wordt dan ook inzichtelijk binnen de deskresearch.

Een verband binnen desk-en fieldresearch is het gebruik van zelfspot. Zowel een deel van resultaten van desk-en fieldresearch benoemen dat het kan helpen om de therapeutische werkrelatie meer gelijkwaardig te maken. Ook kan er een verband worden gelegd binnen de desk-en fieldresearch over dat humor positieve werking kan bieden voor de therapeutische werkrelatie. Ondanks de tegenstrijdigheden binnen de resultaten van de deskresearch, ervaren de respondenten humor als belangrijk in het contact met de dramatherapeut en andere deelnemers.

De resultaten binnen deelvraag 1 en 3 hebben een verband met de resultaten van de desk-en fieldresearch van deelvraag 6. Humor binnen dramatherapeutische werkvormen ondersteunt cliënten in het relativeren, distantiëren, het ontwikkelen van een nieuw perspectief en het reguleren van emoties en behoeftes. Echter benoemen twee respondenten dat humor van de dramatherapeut niet belangrijk is en niet zozeer de dramatherapeutische werkvormen, maar de dramatherapeut wie het aanbiedt hier verantwoordelijk voor is. Ook komt dit voor tussen deelvraag 2, deelvraag 4 en de deskresearch van deelvraag 6. Humor binnen dramatherapeutische werkvormen kan verbindend werken met cliënten en dramatherapeuten. Ook wordt inzichtelijk dat de respondenten vinden dat binnen dramatherapie humor beter tot zijn recht komt dan binnen andere hulpverlening en niet als overbodig kan worden ervaren.

Ondanks dat er meerdere voordelen inzichtelijk worden binnen de resultaten, maakt deelvraag 5 binnen de desk-en field research inzichtelijk dat er ook risico's zijn aan het gebruik van humor. Zo zijn er verschillende verbanden. Bijvoorbeeld, humor van de dramatherapeut kan risicovol zijn als deze niet goed afgestemd is, het kan de cliënt een verkeerd gedrag aanleren middels humor of de cliënt kan zich niet serieus genomen voelen. Hierbij is er ook verband met deelvraag 2, aangezien humor voor verdeeldheid kan zorgen. Een verband is ook te leggen tussen de resultaten van de respondenten vragenlijst, waar deze aangeven dat humor als onprettig ervaren als dit wordt ingezet binnen een serieus verhaal of wanneer deze een grap niet snappen en de andere wel. Echter is er een tegenstrijdigheid met de vraag of er nooit genoeg humor binnen dramatherapie kan plaatsvinden. Deze vraag wordt twee keer gesteld aan de hand van de split-halfmethode (zie hoofdstuk 2.4 Validiteit & betrouwbaarheid onderzoeksmethode), hier komen tegenstrijdige resultaten naar boven.

Als onderzoeker ben ik er dan ook van overtuigd dat het gebruik van humor binnen een behandeltraject dramatherapie essentieel is. Dit aangezien het veel voordelen met zich meebrengt die zich kunnen manifesteren binnen zowel het contact als dramatherapeutische werkvormen. Echter is het wel

belangrijk dat de dramatherapeut het bewust bekwaam toepast, aangezien er ook gevaren aan het gebruik van humor verbonden zijn. Dit onderzoek draagt dan ook bij dat dramatherapeuten humor bewust bekwaam inzetten.

5. Hoofdstuk 5: Discussie

Binnen dit hoofdstuk wordt er kritisch geëvalueerd op het proces van dit onderzoek. Ook wordt er beschreven hoe de conclusie relevant is voor de beroepspraktijk.

Er is gekozen om binnen dit onderzoek een groot gedeelte van de deskresearch te baseren op psychotherapie. Dit om het onderzoek van een theoretisch kader te voorzien, aangezien er weinig bekend is over het effect van humor op een behandeltraject dramatherapie. Ondanks dat Smeijsters (2008) vindt dat dramatherapie zich ontwikkelt binnen de context van psychotherapie en een belangrijk referentiekader voor dramatherapie is, bevestigt dit onderzoek deze uitspraak niet. Wel kan gezegd worden dat er overeenkomsten zijn met betrekking effect van humor binnen een behandeltraject psychotherapie en dramatherapie.

Dit onderzoek maakt gebruik van recent mogelijke data. Gezegd kan worden dat de resultaten van de deskresearch oude data is, aangezien deze uit de 20^e eeuw komen. Echter is elke vorm van data kritisch beoordeeld op waarde en betrouwbaarheid (zie hoofdstuk 2.4 Validiteit & betrouwbaarheid onderzoeksmethode). Vanuit hier is gekozen om met deze data te werken, aangezien veel artikelen wetenschappelijk zijn, waaruit nog steeds gewerkt wordt (Baarda et al., 2018).

De vragenlijst voor cliënten is tijdens de deskresearch ontworpen en afgenomen, waardoor de vragen hypothetisch waren. De validiteit en betrouwbaarheid hadden verhoogd kunnen worden als deze vragenlijst was ontworpen nadat de deskresearch was voltooid. Dit aangezien de vragen dan beter afgestemd konden worden op de resultaten van de deskresearch in plaats van deze herhaaldelijk terug te laten komen. Ook bevat de stelling 'Door humor vind ik het contact met de dramatherapeut of/en andere deelnemers fijner' twee stellingen.

Tevens is de vragenlijst door acht cliënten ingevuld die allemaal een individueel behandeltraject dramatherapie hebben gevolgd en geen groepstraject. Twee van deze cliënten hebben kort voor het invullen van de vragenlijst hun behandeltraject dramatherapie afgerond, hierdoor is mogelijk een tijdsfout ontstaan, wat afbreuk doet aan de validiteit (Saunders et al., 2019). Mogelijk hadden interviews in plaats van vragenlijsten voor meer betrouwbaarheid gezorgd.

Dit onderzoek maakt alleen inzichtelijk wat psychologische en sociale effecten van humor zijn. Humor heeft ook een werking op het lichaam, zo helpt lachen bijvoorbeeld voor een hoog zuurstofgehalte en een verbetering van het immuunsysteem (Bogers & Kleijer, 2018). Volgens Zimbardo, Johnson, McCann, Boudestein, Moons & Bouman (2017) is er een verband tussen psychologische en lichamelijke effecten. Ondanks dat hier geen onderzoek naar is gedaan, wordt hier wel aandacht aan besteed binnen de deskresearch van deelvraag 1 en de resultaten van het interview van deelvraag 1 en 2.

Binnen hoofdstuk 1.4 Kernbegrippen wordt aangegeven dat er binnen dit onderzoek geen onderscheid wordt gemaakt tussen leeftijd, soort behandeltraject dramatherapie, psychische stoornissen of verschillende hulpvragen van cliënten. Echter wordt er binnen de resultaten sporadisch onderscheid gemaakt in deze aspecten.

Binnen hoofdstuk 1.4 Kernbegrippen wordt aangegeven dat er binnen dit onderzoek geen onderscheid gemaakt is in de verschillende soorten humor. Echter konden de respondenten die geïnterviewd zijn niet altijd aansluiting vinden met de definitie van humor die binnen dit onderzoek gebruikt wordt. Dit maakte het lastig om overal begripsvaliditeit toe te passen (Saunders et al., 2019). Toch kwam er binnen

de interviews wel naar voren dat dramatherapeuten humor toepassen in dienst van de cliënt en de risico's van humor plaatsvinden wanneer dit niet gebeurt.

In dit onderzoek wordt het psychologische effect van humor op een behandeltraject dramatherapie onderzocht (zie hoofdstuk 3.3.2 Resultaten deelvraag 3.2). Echter worden er binnen de opvolgende deelvragen ook nog psychologische effecten benoemt. Hiervoor is gekozen aangezien dit een bijdrage leverde tot het beantwoorden van de hoofdvraag. Ook is hierover gekozen omdat het te groot was om dit binnen één deelvraag te behandelen.

Relevantie voor de beroepspraktijk

Allereerst is de conclusie relevant, aangezien de verschillende bronnen binnen hoofdstuk 1.1 Probleemstelling de relevantie van humor laten zien. Humor en dramatherapie zijn al langeretijd aanwezig binnen de maatschappij. Ook komt naar voren dat humor onder normale omstandigheden vrijwel binnen elke leeftijdsfase een rol speelt. Tevens benoemt de respondenten vragenlijst dat deze humor als belangrijk wordt gezien, zowel binnen het dagelijkse leven als binnen een behandeltraject dramatherapie.

Tot slot is het relevant voor de beroepspraktijk aangezien dit onderzoek inzichtelijk maakt dat er verschillende verbanden in de resultaten zijn, ongeacht de leeftijd, soort behandeltraject dramatherapie psychische stoornissen of verschillende hulpvragen van cliënten. Hierdoor kan gesteld worden dat dit onderzoek relevant is voor elke dramatherapeut (in spé) die humor wil toepassen binnen een behandeltraject dramatherapie.

6. Hoofdstuk 6: Aanbevelingen

Binnen dit hoofdstuk worden aanbevelingen voor de beroepspraktijk en voor een vervolgonderzoek aanbevolen.

Aanbevelingen voor de beroepspraktijk:

De eerste aanbeveling is voor de Hogeschool Arnhem Nijmegen. Dit onderzoek maakt inzichtelijk dat humor verschillende effecten heeft die invloed kunnen hebben op een behandeltraject dramatherapie. Echter wordt hier niet tot nauwelijks aandacht aan besteed binnen de opleiding tot dramatherapeut. De aanbeveling op korte termijn is om dramatherapeuten in spé bewust te maken van het effect van humor op een behandeltraject dramatherapie.

De tweede aanbeveling is voor andere hogescholen en universiteiten die een opleiding tot dramatherapeut aanbieden. De aanbeveling is op korte termijn aandacht te besteden aan humor en wat het kan bijdragen of risico's zijn op een behandeltraject dramatherapie.

De derde aanbeveling is voor dramatherapeuten die actief zijn binnen het werkveld. De aanbeveling is om op korte termijn aandacht te besteden aan humor en wat het kan bijdragen of risico's zijn op een behandeltraject dramatherapie.

De vierde aanbeveling is een lange termijn aanbeveling voor dramatherapeuten (in spé). De aanbeveling is om meer onderzoek te doen naar het effect van humor op een behandeltraject dramatherapie. Dit aangezien het nog verder uitgediept kan worden. Aanbevelingen voor een vervolgonderzoek staan hieronder beschreven.

Aanbeveling voor een vervolgonderzoek:

Dit onderzoek maakt weinig onderscheid tussen soort behandeltraject dramatherapie, leeftijd, psychische stoornissen of hulpvragen van de cliënt of cliënten. Een vervolgonderzoek kan zich specialiseren in deze aspecten.

Dit onderzoek maakt inzichtelijk dat er weinig en tegenstrijdig wetenschappelijk onderzoek is gedaan naar het effect van humor op de therapeutische werkrelatie. Een vervolgonderzoek kan onderzoeken wat het effect van humor is op de therapeutische werkrelatie.

Dit onderzoek heeft gebruik gemaakt van vragenlijsten voor cliënten. Een vervolgonderzoek kan zich specialiseren in het effect van humor op een behandeltraject dramatherapie met meer focus op cliënten. Dit middels interviews en observaties van cliënten binnen een behandeltraject dramatherapie.

Binnen dit onderzoek is er antwoord gegeven op welke manier humor toegepast kan worden binnen dramatherapeutische werkvormen. Een vervolgonderzoek kan ingaan op het effect van humor op de kernprocessen van dramatherapie (Jones, 2007).

7. Referentielijst

Allport, G. W. (1969). *Pattern and growth in personality*. Tel-Aviv: Yachdav.

ATLAS.ti (versie 8.4) [Computerprogramma]. Rungis: Scientific Software Development.

Baarda, B., Bakker, E., Boullart, A., Julsing, M., Fischer, T., Peters, V., & Velden, T. (2018). *Basisboek kwalitatief onderzoek: Handleiding voor het opzetten en uitvoeren van kwalitatief onderzoek* (4^e druk). Groningen: Noordhoff Uitgevers.

Bader, M. (1993). The analyst's use of humor. *The Psychoanalytic quarterly*, 62(1), 23–51.

<https://doi.org/10.1080/21674086.1993.11927366>

Bakker, E. C., & Buuren, J. A. (2019). *Onderzoek in de gezondheidszorg* (3^e druk). Groningen: Noordhoff Uitgevers.

Bennet, M. P., Zeller, J. M., Rosenberg, L., & McCann, J. (2002) The effect of mirthful laughter on stress and natural killer cell activity. *Alternative therapies in health and medicine*, 9(2), 38-45. Geraadpleegd op 11 november 2019, van

https://www.researchgate.net/publication/10841807_The_effect_of_mirthful_laughter_on_stress_and_natural_killer_cell_activity

Berk, L. S., Tan, S. A., & Berk, D. (2008). Cortisol and Catecholamine Stress Hormone Decrease Is Associated with the Behavior of Perceptual Anticipation of Mirthful Laughter. *The FASEB journal*, 22(1), 11.

Bill, B., & Naus, P. (1992). The role of humor in the interpretation of sexist incidents. *Sex Roles: A Journal of Research*, 27(11-12), 645–664. <https://doi.org/10.1007/BF02651095>

Bloch, S., & McNab, D. (1987). Attitudes of British Psychotherapists Towards the Role of Humour in Psychotherapy. *British Journal of Psychotherapy*, 3(3), 216–225. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0118.1987.tb00974.x>

Boeije, H., & Bleijenbergh, I. (2019). *Analyseren in kwalitatief onderzoek: Denken en doen* (3^e druk). Amsterdam: Boom.

Bogers, M., & Kleijer, F. (2018). *Humor als verpleegkundige interventie 2.0* (2^e druk). Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

Buttny, R. (2006). Therapeutic humor in retelling the cliënts tellings. *Text - Interdisciplinary Journal for the Study of Discourse*, 21(3), 303–326. <https://doi.org/10.1515/text.2001.002>

Canestrari, C., Branchini, E., Bianchi, I., Savardi, U., & Burro, R. (2018). Pleasures of the mind: What makes jokes and insight problems enjoyable. *Frontiers in Psychology*, 8, Artikel 2297. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.02297>

Carr, P. (2005). Letting in the Fool: An Exploration of Humour within a CAT/Dramatherapy Treatment. *Dramatherapy*, 27(4), 3–8. <https://doi.org/10.1080/02630672.2005.9689672>

- Cleven, G. (2004). *In scène: Dramatherapie en ervaringsgerichte werkvormen in hulpverlening en begeleiding*. Houten: Bohn Stafleu Van Loghum.
- Corey, G. (2012). *Student manual for theory and practice of counseling and psychotherapy* (9th edition). Boston: Cengage learning.
- Critchley, S. (2003). *Humor [On Humour (Thinking in Action)]* (G. Cobelens', Vert.). Londen: Routledge.
- De Nederlandse Vereniging voor Psychotherapie. (z.d.). *Wat is psychotherapie?*. Geraadpleegd op 30 oktober 2019, van <https://www.psychotherapie.nl/cliënten-en-belangstellenden/wat-is-psychotherapie>
- De Pelsmacker, P., & Van Kenhove, P. (2010). *Marktonderzoek, methoden en toepassingen* (3^e editie). Amsterdam: Pearson Education.
- Dintino, C., & Johnson, D. (1996). Playing with the perpetrator: Gender dynamics in developmental drama therapy. In S. Jennings (Ed.), *Drama therapy: Theory and practice*, Vol. 3 (pp.205–220). London: Routledge.
- Dixon, N. F. (1980). Humor: A cognitive alternative to stress? In I. G. Sarson, & C. D. Spielberger (ED.), *Stress and anxiety* (pp. 281-289). Washington: Hemisphere.
- Ellis, A., Gordon, J., Neenan, M., & Palmer, S. (2001). *Stress Counselling: A Rational Emotive Behaviour Approach*. London: SAGE Publications.
- Emunah, R. (1994). *Acting for real: drama therapy process, technique, and performance*. New York: Brunner-Routledge.
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56(3), 218–226. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.218>
- Freud, S. (1905). *Der Witz und seine Beziehung zum Unbewussten*. Leipzig: Franz Deuticke Bovenkant formulier.
- Freud, S. (1960). Jokes and their relation to the unconscious. New York: Norton & Co.
- Gelkopf, M., & Kreidler, S. (1996). Is Humor Only Fun, an Alternative Cure or Magic? the Cognitive Therapeutic Potential of Humor. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 10(4), 235–254. <https://doi.org/doi:10.1891/0889-8391.10.4.235>
- Glabbeek, N. (2012). *Succesvol studeren, communiceren en onderzoeken: Alfabetisch naslagwerk voor het hoger onderwijs* (2^e editie). Amsterdam: Pearson Benelux BV.
- Gökalp, D. (2019) *Humor in psychotherapy through the eyes of the psychotherapists* (thesis). Geraadpleegd op 16 november 2019, van <http://openaccess.bilgi.edu.tr:8080/xmlui/handle/11411/1753>
- Harinck, F. J. H., & Christelijke Hogeschool Windesheim (Zwolle). (2013). *Basisprincipes praktijkonderzoek* (14e, opnieuw herziene en vermeerderde druk). Antwerpen: Garant.

Hill, C. (2005). The Foolish Dramatherapist? An Exploration of the Role of the Fool. *Dramatherapy*, 27(2), 3–10. <https://doi.org/10.1080/02630672.2005.9689652>

Hogeschool van Arnhem en Nijmegen. (2019). *Finding Info Year 4* [PowerPoint]. Geraadpleegd op 24 september 2019, van <https://onderwijsonline.han.nl/manage/content/lessonfile/4Noge5vN/eyJpdil6lkQzOXhaWVUxNENhODE3aEVmRGdwTWc9PSIsInZhbHVlIjoiaUA1ZmkwU0tRTFlwWUZtb0FFTk9vb045R3prZkM0MjIkc1pkemt6RmJnU2czRjhYazBwQlRib3RSdEFJODhUZyIsIm1hYyI6IjE4ZjAxNDdkZDZiMzNIMTE1NjU0ZjExNDdiOGFjZWVhNGY1OTk4OGZhOGYxMDY4NTdlZDVhM2ExMWU3YWY2ZDYifQ==>

Hogeschool van Arnhem en Nijmegen. (z.d.). *PED - LITERATUURONDERZOEK (ZOEK)TIPS EN TUTORIALS: ZOEKTERMEN*. Geraadpleegd op 2 oktober 2019, van <https://libguides.studiecentra.han.nl/zoektips-tutorials/zoektermen>.

Horst, H. E., & Wit, N. J. (2017). *Somatisch onvoldoende verklaarde lichamelijke klachten*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

Isen, A. M. (2003). Positive affect as a source of human strength. In L. G. Aspinwall, & U. M. Staudinger (Ed.), *A psychology of human strengths: Fundamental questions and future directions for a positive psychology* (p. 179–195). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10566-013>

Janes, L., & Olson, J. (2015). Humor as an abrasive or a lubricant in social situations: Martineau revisited. *Humor: International Journal of Humor Research*, 28(2), 271–288. <https://doi.org/10.1515/humor-2015-0021>

Jennings, S., & Holmwood, C. (2016). *Routledge international handbook of dramatherapy*. London: Routledge.

Johnson H. A. (1990). Humor as an innovative method for teaching sensitive topics. *Educational Gerontology*, 16(6), 547–559. <https://doi.org/10.1080/0380127900160605>

Johnson, D. R., & Emunah, R. (2009). *Current approaches in drama therapy* (2nd edition). Springfield, Ill: Charles C. Thomas.

Jones, P. (2007). *Drama as therapy: Theory, practice and research* (2nd edition). New York: Brunner-Routledge.

Joseph, U. (Regisseur en acteur). 2006. *Genoeg gelachen, nu humor* [Dvd]. Hilversum: Just Entertainment.

Kaiser, L. H. W. M. (2007). *Psychiatrie toegelicht* (6^e herziende druk). Leuven: Garant.

Kane, T. R., Suis, J., & Tedeschi, J. T. (1977). Humor as a tool of social interaction. In A. J. Chapman, & H. C. Foot (Ed.), *It's a funny thing humour* (pp. 13–16). New York: Permagon.

Killinger, B. (1987). Humor in psychotherapy: A shift to a new perspective. In W. F. Fry, & W. A. Salameh (Ed.), *Handbook of humor and psychotherapy* (pp. 21-40). Florida: Professional Resource Exchange Incorporated

- Kubie, L. S. (1970). The destructive potential of humor in psychotherapy. *The American Journal of Psychiatry*, 127(7), 861–866. <https://doi.org/10.1176/aip.127.7.861>
- Kunda, Z., & Thagard, P. (1996). Forming impressions from stereotypes, traits, and behaviors: A parallel-constraint-satisfaction theory. *Psychological Review*, 103(2), 284–308. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.103.2.284>
- Lahad, M. (2000). *Creative supervision: The use of expressive arts methods in supervision and self-supervision*. London: Jessica kingsley Publishers.
- Landy, R. (1996) Drama therapy and distancing: Reflections on theory and clinical application. *The Arts in Psychotherapy*, 23(5), 367–373. [https://doi.org/10.1016/S0197-4556\(96\)00052-4](https://doi.org/10.1016/S0197-4556(96)00052-4)
- Lefcourt, H. M. (2001). *Humor: The psychology of living buoyantly*. New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Lowell, J. R. (1870). *Among my books*. Boston: Houghton Mifflin and Co.
- Lynch, O. H. (2002). Humorous communication: Finding a place for humor in communication research. *Communication Theory*, 12(4), 423–445. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2885.2002.tb00277.x>
- Macewan G. H. (2008). *The efforts of therapists in the first session to establish a therapeutic alliance* (thesis). Geraadpleegd op 15 november 2019, van <http://scholarworks.umass.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1345&context=theses>
- Mahrer, A. R., & Gervaise, P. A. (1984). An integrative review of strong laughter in psychotherapy: What it is and how it works. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 21(4), 510–516. <https://doi.org/10.1037/h0085996>
- Martin, R. A., & Ford, T. E. (2018). *The psychology of humor: An integrative approach* (2nd edition). London: Academic Press.
- Meyer J. C. (2000). Humor as a double-edged sword: Four functions of humor in communication. *Communication Theory*, 10(3), 310–331. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2885.2000.tb00194.x>
- Migchelbrink, F. (2016). *Handboek praktijkgericht onderzoek: Zorg, welzijn, wonen en werken* (3^e gewijzigde druk). Amsterdam: SWP.
- Morreall, J. (1987). *The Philosophy of laughter and humor*. Albany: State University of New York Press.
- Mulkay, M. J. (1988). *On humour: Its nature and its place in modern society*. Cambridge: Polity.
- Nederlandse Vereniging DramaTherapie. (z.d.). *Dramatherapie*. Geraadpleegd op 30 oktober 2019, van <https://dramatherapie.nl/dramatherapie/>
- Overkamp, E. (2000). *Instellingen nemen de wijk: Een analyse van het beleid inzake de deconcentratie van instellingen voor mensen met een verstandelijke handicap en zijn empirische effecten*. Assen: Van Gorcum.
- Pierce, R. A. (1985). Use and abuse of laughter in psychotherapy. *Psychotherapy in Private Practice*, 3(4), 67–73. https://doi.org/10.1300/J294v03n04_12

- Rosenheim, E., & Golan, G. (1986). Patients' reactions to humorous interventions in psychotherapy. *American Journal of Psychotherapy*, 40(1), 110–124.
<https://doi.org/10.1176/appi.psychotherapy.1986.40.1.110>
- Rosenheim, E., Tecucianu, F., & Dimitrovsky, L. (1989). Schizophrenics' appreciation of humorous therapeutic interventions. *Humor: International Journal of Humor Research*, 2(2), 141–152.
<https://doi.org/10.1515/humr.1989.2.2.141>
- Salameh, W. A. (1987). Humor in Integrative Short-Term Psychotherapy (ISTP). In W. H. Fry & W. A. Salameh (Ed.), *Handbook of humor and psychotherapy: Advances in the clinical use of humor*. Sarasota, FL: Professional Resource Exchange.
- Saunders, M., Lewis, P., Thornhill, A., Arnoldy, M., & Smitt, P. (2019). *Methoden en technieken van onderzoek* (8^e editie). Amsterdam: Pearson.
- Smeijsters, H., Welten, J. Kill, Kurstjens, H., Willemars, G. & Dijkema, P. (2012). *Dramatherapie in de justitiële jeugdinrichtingen en gesloten jeugdzorg: Resultaten van praktijkgericht onderzoek*. Geraadpleegd op 10 december 2019, van: <https://kenvak.nl/wp-content/uploads/2015/01/Smeijsters-H.-Dramatherapie-in-de-Justitiële-Jeugdinrichtingen-en-Gesloten-Jeugdzorg.pdf>
- Smeijsters, H. (2008). *Handboek creatieve therapie* (3^e, herziende druk). Bussum: Coutinho.
- Smits, J., & Edens, R. (2011). *Onderzoek met SPSS en Excel* (3^e editie). Amsterdam: Pearson.
- Stöfvel, M., & Mooren, G. T. M. (2017). *Trauma en persoonlijkheidsproblematiek*. Houten: Bohn Stafleu en van Loghum.
- Swinkels, J. A., Molenaar, D., & Gorsel, E. (2018). *Psychiaters zijn niet gek: 15 originele essays over een prachtig vak*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Szabo, A. (2003). The acute effects of humor and exercise on mood and anxiety. *Journal of Leisure Research*, 35(2), 152–162.
- Truyen, C., & Portael, V. (1996). *Lachen is gezond, volkswijsheid of medische ernst?: Humor in de gezondheidszorg*. Leuven: Garant.
- Vaillant, G.E. (2000). Adaptive mental mechanisms. Their role in a positive psychology. *The American psychologist*, 55 (1), 89-98. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.89>
- Van der Linde, M. (2016). *Basisboek geschiedenis sociaal werk in Nederland* (6^e, compleet herziene en uitgebreide druk). Amsterdam: SWP.
- Voutilainen, L. & Peräkylä, A. (2016). Interactional practices of psychotherapy. In O'Reilly, M. & Lester, J. N. (Ed.). *The Palgrave Handbook of Adult Mental Health* (p. 540-557), London: Palgrave Macmillan.
- Zimbardo, P. G., Johnson, R. L., McCann, V., Boudestein, C., Moons, A., & Bouman, G. (2017). *Psychologie: Een inleiding* (8^e editie). Amsterdam: Pearson.

Bijlage A: Onderzoeksopzet

Verslag: De inhoudsopgave binnen de onderzoeksopzet wordt niet weergegeven, aangezien dit voor conflict zorgde binnen dit onderzoek.

Onderzoeksopzet

Gegevens deeltentamen

Verslag:	Onderzoeksopzet
OWE:	N.V.T.
Niveau:	Hoofdfase 3
Docentnaam:	Lisa Persoon
Beoordelaar:	Lisa Persoon
Inleverdatum:	Zondag 29 september 2019
Kans:	1 ^e kans (regulier)

Gegevens studenten

Studentnaam:	Guus Wiggers
Studentnummer:	572883

Aantal woorden:	1982
-----------------	------

Probleemanalyse

Voor de probleemanalyse is gebruik gemaakt van de 5x W + H methode, ontworpen door Migchelbrink (2008). Door het gebruik maken van deze methode, wordt elk aspect van het probleem in de praktijk behandeld. De gegevens binnen de probleemanalyse komen voort uit twee gesprekken met de opdrachtgever.

Wat is het probleem?

Volgens de opdrachtgever is het een probleem dat er te weinig kennis beschikbaar is over humor binnen dramatherapie. Na het uitvoeren van mijn eigen vooronderzoek, sluit ik mij aan bij deze uitspraak van de opdrachtgever.

Wie heeft met het probleem te maken?

Dramatherapeuten, cliënten die dramatherapie volgen en instellingen waar dramatherapeuten werken.

Wanneer treed het probleem op?

Het probleem treed op tijdens een behandeltraject dramatherapie. Gezegd kan worden dat het ook een probleem is tijdens de opleiding tot dramatherapeut, aangezien de kans groot is dat toekomstige dramatherapeuten op dit moment humor onbewust bekwaam inzetten.

Waarom is het een probleem?

Volgens de opdrachtgever is humor een belangrijk element voor dramatherapie. Echter zegt de opdrachtgever dat zij dit niet theoretisch kan onderbouwen, aangezien er nog geen onderzoeken naar humor in combinatie met dramatherapie zijn gedaan. In overleg met de opdrachtgever komen de volgende factoren naar voren waarom het een probleem dat er nog geen onderzoek hierna gedaan is:

- Dramatherapeuten zetten humor mogelijk onbewust bekwaam in, maar door gebrek aan theoretische achtergrond, kunnen zij dit niet onderbouwen. Dit kan ervoor zorgen dat dramatherapeuten humor niet efficiënt inzetten. Hierbij kan gedacht worden aan: te weinig/ te veel humor, humor met de verkeerde intentie of een verkeerde vorm van humor. Hierdoor kunnen dramatherapeuten niet verantwoorden dat zij humor toepassen tijdens het behandelen. Als dramatherapeuten dit wel kunnen, heeft dit een mogelijk een positieve werkingen op hun behandelrapportages, waardoor ook de instelling waar de dramatherapeuten voor werken hier voordeel uit haalt.

Waar is het probleem?

Het probleem bevindt zich in elke instelling waar dramatherapie wordt aangeboden. Gezegd kan worden, dat het probleem zich ook bevindt binnen aan de opleiding tot dramatherapeut.

Hoe is het probleem ontstaan?

Het probleem is ontstaan doordat er weinig onderzoek gedaan is over humor in combinatie met dramatherapie.

Vanuit deze analyse, is de hoofdvraag met de opdrachtgever vormgegeven. Deze worden in het volgende hoofdstuk behandeld.

Vraagstelling

Hoofdvraag:

- Wat is het effect van humor op dramatherapie?

Deelvragen:

- Wat is humor?
 - o Wat zijn de verschillende soorten humor?
- Wat is het effect van humor volgens de neurowetenschap?
- Wat is het effect van dramatherapie?
- Op welke manier is humor toepasbaar tijdens dramatherapie?

Doelstelling:

De opdrachtgever spreekt de volgende doelstelling uit voor dit onderzoek:

“Ik zie dit vooronderzoek graag als een theoretisch achtergrond over humor binnen dramatherapie. Het wordt eigenlijk ‘bij elkaar harken’ van informatie, aangezien er weinig informatie over bekend is. Dit wil ik gerealiseerd zien worden middels een literatuurstudie, interviews met dramatherapeuten en cliënten.”

Doel van onderzoek

Beoogd projectresultaat:

Het beoogd projectresultaat sluit aan bij de doelstelling van de opdrachtgever, zie 'Doelstelling'. Ik wil graag verschillende dramatherapeuten en cliënten interviewen. Dit in combinatie met een literatuurstudie om zo de een theoretische achtergrond te geven hoe humor ingezet kan worden binnen dramatherapie.

Relevantie voor de betreffende beroepspraktijk:

De opdrachtgever denkt dat humor onbewust bekwaam wordt ingezet door dramatherapeuten, zie 'Probleemanalyse'. Zij zou dit liever veranderen naar bewust bekwaam. Hieraan voegt zij toe dat het ontwikkelen van een theoretische achtergrond dramatherapie professioneler maakt en dit bijdraagt aan een verdere ontwikkeling van het vak.

Samen met de opdrachtgever, zijn de volgende eisen voor het onderzoek opgesteld:

- Het onderzoek wordt vormgegeven middels van een literatuurstudie en meerdere interviews.
- Het onderzoek bedraagt interviews van verschillende dramatherapeuten.
- Het onderzoek bedraagt interviews met cliënten die een dramatherapie traject gevolgd hebben of volgen.

De methode van onderzoek

Type onderzoek:

Op dit onderzoek wil ik graag een 'explorerend onderzoek (Soudijn, 2012)' toepassen. Hiervoor is gekozen omdat zowel ik als de opdrachtgever verschillende hypothesen hebben over het effect van humor binnen dramatherapie, echter zijn deze nog erg algemeen. Ik hoop als onderzoeker beschikbare gegevens te vinden en mogelijk nieuwe ideeën en inzichten te ontwikkelen met betrekking tot de hoofdvraag.

Onderzoek benadering:

De benadering van zowel de hoofdvraag als deelvragen is een 'kwalitatief onderzoek' (Boeije Bleijenbergh, 2019). Dit omdat het onderzoek nadruk gaat leggen op betekenissen, ervaringen en gezichtspunten van alle betrokken (neuroloog, dramatherapeuten en cliënten). Binnen dit onderzoek wordt er gebruik gemaakt van een systematische verzameling, organisaties en interpretatie van tekstueel materiaal en ontwikkeling van concepten die sociale verschijnselen verklaren in hun natuurlijke context.

Dit wordt primair gerealiseerd door een 'deskresearch'. Tijdens een 'deskresearch' wordt er gebruik gemaakt van informatie die door anderen verzameld is. Daarbij kan gebruik gemaakt worden van vakliteratuur en wetenschappelijke bronnen op het internet (Glabbeek, 2017). Secundair wordt 'fieldresearch' toegepast, hierbij wordt gebruik gemaakt van het werkveld middels van interviews (Smits & Edens, 2017).

Databronnen:

Literatuurstudie:

Er wordt het onderzoek primair gerealiseerd door een 'deskresearch', zie 'Onderzoek benadering'. Hier wordt voornamelijk het studiecentrum van de Hogeschool Arnhem en Nijmegen gebruikt. Ter aanvulling wordt er gebruikt gemaakt van de zoekmachines: Google Scholar, HANQuest en PubMed. Ook wordt er gebruik gemaakt van de databanken: Nexus Uni, HBO-kennisbank en Databank Vaktherapie.

Het onderzoek wordt secundair gerealiseerd door een 'deskresearch', waar interviews afgenomen worden, zie 'Onderzoek benadering'. De volgende partijen worden benaderd voor een interview:

- Neuroloog:
Voor dit onderzoek wil ik minimaal één neuroloog interviewen. Hiervoor wil ik de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen benaderen, of zij mij in contact kunnen laten komen met een neuroloog. Tevens wil ik ook meerdere neurologen aanschrijven die ik via het internet opzoek.
- Dramatherapeuten:
Voor dit onderzoek, wil ik drie tot vijf dramatherapeuten interviewen. Met deze dramatherapeuten wil ik in contact komen door de dramatherapeuten te benaderen die samenwerken met de Hogeschool Arnhem en Nijmegen. Hiervoor is toestemming gegeven door Karin Moonen (medewerker praktijkbureau). Tevens heb ik nog connecties met oud medestudenten die mij mogelijk in contact kunnen laten komen met dramatherapeuten. Tevens wil ik ook meerdere dramatherapeuten aanschrijven die ik via het internet opzoek.

- Cliënten wil ik proberen te benaderen via de dramatherapeuten die ik interview. Mijn hypothese is dat dit met de huidige privacywet en de tijd voor dit onderzoek beschikbaar is, dat dit hetgeen is waar ik niet veel tijd aan kwijt wil raken.

Dataverzamelmethode:

- Semigestructureerd interview:
Met betrekking tot dramatherapeuten en cliënten wil ik een 'semigestructureerd interview' afnemen. Hierdoor komen alle thema's aanbod die betrekking hebben op mijn onderzoek en kunnen er ook nieuwe verdiepende vragen gesteld worden aan de hand van kennis die beschikbaar komt (De Pelsmacker & Van Kenhove, 2015).
- Gestructureerd interview:
Met betrekking tot de neuroloog, kies ik voor een gestructureerd interview. De keuze hiervoor is omdat de neuroloog hoogstwaarschijnlijk weinig kennis heeft over dramatherapie en ik persoonlijk weinig kennis heb over neurowetenschap. Ook heeft een gestructureerd interview een hoog responsepercentage (Saunders et al., 2015).
- Gestructureerde vragenlijsten:
Als er geen interview mogelijk is met cliënten of een neuroloog, wil ik kijken of het mogelijk is om een gestructureerde vragenlijst af te nemen. Het voordeel van een gestructureerde vragenlijst is een vergrote betrouwbaarheid, aangezien meetfouten zich in principe minder voordoen (De Pelsmacker & Van Kenhove, 2015).

Validiteit, betrouwbaarheid en bruikbaarheid

Validiteit

- Er wordt zoveel mogelijk gebruik gemaakt van recente literatuur voor de literatuurstudie. Voor dramatherapie is dit maximaal tien jaar oud. Voor overige literatuur is dit vijf jaar.
- Er wordt altijd gekeken of het meest recente werk van een auteur gebruikt wordt tijdens de literatuurstudie.
- De termen die binnen de hoofdvraag en deelvragen gebruikt worden, krijgen één vaste definitie om zo meer valide interviews en literatuurstudie resultaten te verkrijgen.
- Er wordt binnen interviews en vragenlijsten gebruik gemaakt van begripsvaliditeit. Dit kijkt of de resultaten van deze de interviews en vragenlijsten raakvlakken hebben met de literatuur. Hierbij mag je verwachten dat antwoorden sterk samenhangen (Bakker & Buren, 2019).
- Triangulatie is een heel belangrijk binnen een onderzoek (Harinck, 2015), aangezien het zowel bijdraagt aan validiteit en betrouwbaarheid van een onderzoek. Bij triangulatie wordt er gebruik gemaakt van verschillende informaten, in dit geval: dramatherapeuten, een neuroloog en cliënten.

Betrouwbaarheid

- Een groot deel van de dramatherapeuten die benadert gaat worden, werkt al meerdere jaren samen met de Hogeschool Arnhem en Nijmegen. Dit laat zien dat de Hogeschool Arnhem en Nijmegen vertrouwen heeft in deze groep.
- De literatuurstudie wordt gerealiseerd door wetenschappelijke artikelen die toegankelijk zijn via het studiecentrum van de Hogeschool Arnhem en Nijmegen.
- De literatuurstudie wordt gerealiseerd door zoekmachines en databanken die aangeraden zijn door de Hogeschool Arnhem en Nijmegen (2019).
- Cliënten mogen de vragenlijsten anoniem invullen. Dit zorgt er mogelijk voor dat mensen deze vragenlijsten niet sociaal wenselijk invullen (Ijssel, 2007).
- Er wordt binnen interviews en vragenlijsten gebruik gemaakt van de 'split-halfmethode'. Binnen de 'split-halfmethode' komen meerdere keren dezelfde soort vraag terug, alleen steeds iets op een andere manier. Hieruit kan opgemaakt worden of het interview homogeen is (Bakker & Buren, 2019).
- Triangulatie is een heel belangrijk binnen een onderzoek (Harinck, 2015), aangezien het zowel bijdraagt aan validiteit en betrouwbaarheid van een onderzoek. Bij triangulatie wordt er gebruik gemaakt van verschillende informaten, in dit geval: dramatherapeuten, een neuroloog en cliënten.

Bruikbaarheid:

Humor is iets dat op veel plaatsen gebruikt wordt, zo ook binnen dramatherapie. Een kracht van de bruikbaarheid is dat het gericht is op dramatherapie in het geheel, waardoor het voor elke dramatherapeut geschikt is. Tevens is humor tijdloos, waardoor het onderzoek relevant blijft tot dramatherapie en humor blijft bestaan.

De aanpak

Zondag 29 september '19 is het definitieve inlevermoment van dit onderzoeksopzet. Vanuit dit gegeven wordt de planning vanaf oktober '19 tot januari '20 weergegeven. De opzet van deze planning komt uit de studiehandleiding van de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen (2019).

Maand	Taak	Tijd
Oktober	- Contact zoeken/ onderhouden dramatherapeuten met betrekking tot de interviews.	Vijf uur
	- Contact zoeken neurologen /onderhouden met betrekking tot de interview	Drie uur
	- Ontwerpen vragenlijsten/interviews	Zes uur
	- Contact opnemen met de Hogeschool Arnhem en Nijmegen met het opneemcontract.	Half uur
	- Literatuurstudie	Meerdere dagen
November	- Interviews afnemen met dramatherapeuten.	Eén interview kost één dag
	- Interview afnemen met neuroloog.	Eén interview kost één dag
	- Mogelijk interviews afnemen met cliënten.	Eén interview kost één dag
	- Uitwerken interviews	Eén interview uitwerken, kost drie dagen
	- Literatuurstudie	Meerdere dagen
December	- Interviews afnemen met dramatherapeuten.	Eén interview kost één dag
	- Interview afnemen met neuroloog.	Eén interview kost één dag
	- Interviews afnemen met cliënten.	Eén interview kost één dag
	- Uitwerken interviews	Eén interview uitwerken, kost drie dagen
	- Literatuurstudie	Meerdere dagen
Januari	- Afwerking onderzoek	Meerdere dagen
	- Inleveren onderzoek	10 minuten

Randvoorwaarden:

- Partijen die geïnterviewd worden, moeten een contract ondertekenen met betrekking tot toestemming.
- Een videocamera, ik kan deze lenen van de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen.
- Spraakopname apparatuur, ik kan deze lenen van de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen.
- Software om beeld- en geluidsfragmenten te bewerken, hiervan kan ik gebruik te maken binnen de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen.
- Toegang tot het studiecetrum van de Hogeschool Arnhem Nijmegen en de digitale databanken die zij beschikbaar stellen. Mocht ik geen toegang hebben tot bepaalde bronnen niet kunnen, dan valt dit aan te vragen via Arjan Doolaar (Informatiespecialist Studiecetrum Hogeschool Arnhem en Nijmegen).

Haalbaarheid:

De haalbaarheid is realistisch. In de beginfase geef ik veel prioriteit aan het contact leggen met de partijen die ik wil gaan interviewen. Tot het daadwerkelijke contact met de aangeschreven partijen, heb ik tijd voor de literatuurstudie. Ik heb mijzelf speling gegeven met betrekking tot de hoeveelheid dramatherapeuten die ik wil interviewen. Het minimum is drie, maar als ik nog tijd over heb dan wil ik proberen er vijf in totaal te interviewen. Tevens heb ik mijzelf ook speling gegeven met betrekking tot het interviewen van cliënten, zie 'Dataverzamelmethode'.

Afstemming:

Zowel de hoofdvraag als deelvragen zijn voorgelegd aan de opdrachtgever en zijn goedgekeurd. Daarnaast zal ik elke stap met betrekking tot het onderzoek aan mijn opdrachtgever voorleggen.

Literatuurlijst

- Bakker, E. C., & Buuren, H. (2019). *Onderzoek in de gezondheidszorg*. Groningen: Noordhoff Uitgevers.
- Boeije, H., & Bleijenbergh, I. (2019). *Analyseren in kwalitatief onderzoek: Denken en doen*. Amsterdam: Boom.
- Glabbeek, N. (2017). *Succesvol studeren, communiceren en onderzoeken: Alfabetisch naslagwerk voor het hoger onderwijs*. Amsterdam: Pearson Benelux BV.
- Harinck, F. (2015). *Basisprincipes praktijkonderzoek*. Antwerpen: Garant.
- Ijssel, S. (2007). *Daar hebben humanisten het niet zo over: Over de rol van spiritualiteit in het leven en werk van humanistisch geestelijk raadslieden*. Delft: Uitgeverij Eburon.
- Migchelbrink, F. (2008). *Praktijkgericht onderzoek in zorg en welzijn*. Amsterdam: SWP.
- De Pelsmacker, P., & Van Kenhove, P. (2010). *Marktonderzoek, methoden en toepassingen*. Amsterdam: Pearson Education
- PowerPoint op OnderwijsOnline
Hogeschool van Arnhem en Nijmegen. (2019). *Finding Info Year 4*. Geraadpleegd op 24 september 2019, van <https://onderwijsonline.han.nl/manage/content/lessonfile/4Noge5vN/eyJpdil6lkQzOXhaWVUxNENhODE3aEVmRGdwTWc9PSIsInZhbHVlIjoiaUA1ZmkwU0tRTFlwWUZtb0FFTk9vb045R3prZkM0MjlDc1pkemt6RmJnU2czRjhYazBwQRib3RSdEFJODhUZylslm1hYyI6ljE4ZjAxNDdkZDJiMzMIME1NjU0ZjExNDdiOGFjZWVkNGY1OTk4OGZhOGYxMDY4NTdlZDVIM2ExMWU3YWY2ZDYifQ==>
- Saunders, M., Lewis, P., Thornhill, A., Booij, M., Beltman, S., Booij, A., Borggreve, A., Smeets, I. (2018). *Methoden en technieken van onderzoek*. Amsterdam: Pearson Benelux bv.
- Smits, J., & Edens, R. (2017). *Onderzoek met SPSS en Excel*. Amsterdam: Pearson.
- Soudijn, K. (2012). *Onderzoeksverslagen schrijven: Praktische handleiding bij het schrijven van scripties en andere werkstukken voor hbo en wo*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Studiehandleiding op OnderwijsOnline
Hogeschool van Arnhem en Nijmegen. (2019). *Studiehandleiding VTH-4OI Onderzoeken & Innoveren Vaktherapie 2019-2020*. Geraadpleegd op 18 september 2019, van <https://onderwijsonline.han.nl/manage/content/lessonfile/4Noge5vN/eyJpdil6lnpDUWVmTTUwbFBHR3pGdk0wZGpDXC93PT0iLCJ2YWx1ZSI6IlhlR3Z0eXkxMUUVnMEQyUTdyYVdFbjZCbll3UztQXJ5bUlRkOzMmlmYjlwTGfqb3NpZm8yc2dySjB4Z0hlMVoiLCJtYWMiOiI3MjUwYzhjYjE1ZWlwMGFmOGFmZmU5M2M4Y2RkM2MzM2M3NjA4NGUxNDRIZDY4Nzl4ZGM3MGM2OGFjODgwN2I2In0=>

Bijlage B: Goedkeuring onderzoeksopzet



Checklist GO-NO GO onderzoeksopzet O&I

(de student laat dit formulier invullen door de O&I begeleider en voegt dit toe als bijlage aan het onderzoeksverslag)

Studentnaam: Guus Wiggers

Studentnummer: 572883

Onderzoeksopzet:

- ☐ 1^{ste} versie
☒ 2^{de} versie

	Criterium	Opmerkingen
1	Probleemanalyse ☐ Bevat heldere analyse van probleem/kwestie in de praktijk vanuit verschillende perspectieven ☐ Bevat heldere analyse van probleem/kwestie in de literatuur door gebruik van diverse bronnen ☐ Bevat een vertaling van de analyse van probleem/kwestie naar een concrete vraagstelling	Analyse van het probleem is helder. Je gebruikt echter alleen een bron om het maken van de probleemanalyse te onderbouwen en niet inhoudelijk over het onderwerp humor. Vertaling naar concrete vraagstelling is helder.
2	Vraagstelling ☐ Vraagstelling (hoofdvraag + de deelvragen) is helder geformuleerd ☐ Doelstelling is helder geformuleerd	Vragen zijn helder, doelstelling is duidelijk.
3	Doel van onderzoek ☐ Bevat een heldere beschrijving van het beoogd projectresultaat (waar het onderzoek een bijdrage aan levert) ☐ Bevat een heldere beschrijving van de relevantie voor de betreffende beroepspraktijk ☐ Bevat gezamenlijk met opdrachtgever geformuleerde eisen aan het beoogd projectresultaat	Duidelijk, prima.
4	De methode van onderzoek ☐ Bevat een concrete en passende onderzoeksopzet (type(n) onderzoek, onderzoek benadering, databronnen, dataverzamelmethode(n), meetinstrumenten en analyse) ☐ Bevat een onderbouwing van de onderzoeksopzet door verwijzingen naar relevante bronnen ☐ Bevat een verantwoording van de kwaliteit van het onderzoek: validiteit, betrouwbaarheid en bruikbaarheid	Onderzoeksopzet is concreet en passend. Niet alle onderdelen lijken op de juiste plek te staan, maar dat is meer lay-out, inhoudelijk wel voornamelijk kloppend. Goed onderbouwd met relevante bronnen. Prima verantwoording.
5	De aanpak ☐ Bevat een (gedetailleerde) planning voor het gehele onderzoek ☐ Bevat beschrijving van randvoorwaarden voor het project	Prima.
6	De haalbaarheid ☐ Het plan van aanpak is volgens docent haalbaar binnen de gestelde tijd	Lijkt realistisch en haalbaar.
7	Afstemming ☐ Plan van aanpak is tot stand gekomen in afstemming met de opdrachtgever, te weten beroepspraktijk	Akkoord.

Conclusie

De projectopdracht is:

- ☐ GO: Geschikt
☒ ~~NO GO: Geschikt, mits enige aanpassingen in het plan van aanpak worden gedaan~~
☐ ~~NO GO: Ongeschikt~~

Toelichting:

Je plan krijgt een GO. Het enige wat echter wel mist is meer inhoudelijke theorie over de kwestie/het thema humor. Ik weet dat je hier al flink mee bezig bent geweest, dus vandaar de GO, maar was beter geweest als je dat ook alvast (deels) had opgenomen in je probleemanalyse.

Datum:

30-09-2019

Plaats:

Nijmegen

Naam O&I begeleider

Lisa Persoon

Handtekening:

Bijlage C: Oningevulde toestemmingsverklaring

Toestemmingsverklaring voor deelname

Titel onderzoek: "Genoeg gelachen, nu humor." Een onderzoek naar het effect van humor binnen dramatherapie.

Periode: November - februari 2019/2020

Naam en contactgegevens onderzoeker Guus Wiggers
Email: guuswiggers@outlook.com

Verklaring

- Ik verklaar hierbij ingelicht te zijn over de methode en het doel van het onderzoek, op een voor mij duidelijke wijze.
- Ik ga er akkoord mee dat dit interview wordt opgenomen, met als enige doeleinde het onderzoek. Deze gegevens worden anoniem verwerkt.
- Ik stem hierbij vrijwillig in met de deelname aan dit onderzoek. Hierbij behoud ik het recht om deze instemming weer in te trekken zonder verplichte opgave van reden.

Naam: _____

Datum: _____

Handtekening: _____

Eventuele vragen richting onderzoeker Guus Wiggers over het onderzoek kunnen ieder moment gesteld worden door te mailen naar guuswiggers@outlook.com.

Bijlage D: Oningevulde vragenlijst cliënten

De volgende enquête ondersteun mij als onderzoeker naar het gebruik van humor binnen dramatherapie. De gegevens worden anoniem verwerkt. Als u als een dramatherapie traject heeft ondervonden, dan mag u de enquête invullen met hoe het toen der tijd ervaren heeft. Heel erg bedankt!					
Leeftijd:					
Geslacht:					
Geef aan hoe belangrijk u de kwestie vindt waarover in de linke kolom een vraag wordt gesteld door op dezelfde regel links het nummer te omcirkelen dat het meest met uw mening overeenkomt. Tot slot krijgt u de ruimte om een toelichting te geven.					
Vraag	Mate van belangrijkheid				
	Helemaal oneens	Deels oneens	Neutraal	Deels eens	Helemaal mee eens
Ik vind humor belangrijk in het dagelijkse leven.	1	2	3	4	5
Door humor vind ik het contact met de dramatherapeut of/en andere deelnemers fijner.	1	2	3	4	5
Door humor vind ik zware onderwerpen minder zwaar worden.	1	2	3	4	5
Humor heeft geen nadelen binnen dramatherapie.	1	2	3	4	5
Ik vind humor tijdens dramatherapie belangrijk.	1	2	3	4	5
Ik gebruik zelf humor binnen dramatherapie.	1	2	3	4	5
Elke vorm van humor is leuk.	1	2	3	4	5
Ik vind humor niet belangrijk tijdens dramatherapie	1	2	3	4	5
Er kan nooit teveel humor zijn.	1	2	3	4	5
Ik ervaar meer humor binnen dramatherapie dan in mijn gebruikelijke leven.	1	2	3	4	5
Dramatherapie kan niet zonder humor	1	2	3	4	5
Toelichting:					

Bijlage E: Interview respondent 1

Symbol	Betekenis
[]	weergeven wanneer een andere partij iets zegt of een actie die plaatsvindt.
..	onderbreking door het nadenken.
-	Acute onderbreking.

Respondent 1: Geeft helemaal niets

Interviewer: Ja, kijk. Nou waar ontbrak ik je net in?

Respondent 1: [lacht] Nou, ik wilde net gaan uitleggen over Euh.. hoe ik denk dat Euh.. hoe hu- hoe het brein zeg maar humor verwerkt [**Interviewer:** hmm hmm] Euh.. om iets voorbeeld zel.. wij zijn nu aan het praten. Nou dan ga je.. verschillende delen van je brein lichten op en daar zit dan activiteit, waaronder je frontale lob [**Interviewer:** hmm hmm], maar ook Euh.. het gedeelte wat taal aanstuurt, maar ook de.. het gedeelte wat emotie en geheugen aanstuurt, maar humor zit heel erg verbonden met emotie, want als je iets heel erg grappig vindt of je gelukkig of blij bent dat is ook een bepaalde emotie. Nou angst is een emotie noem maar op. Nou, heb je enig Euh.. wat je al iets meer over het brein af? [**Interviewer:** ja] ja? [**Interviewer:** ja]. [tekent een brein] als dit het brein is, nou dan heb je hier euh zo, dit is zeg maar euh.. hersenstam. Nou dan heb je hier een, nou het is 3D, dus het is heel moeilijk om 3D te tekenen, maar gewoon van de zijaanzicht, dus als je het brein hebt en snijdt hem doormidden [**Interviewer:** hmm hmm] dit is dan het aanzicht en dan zit hier dan je neus en je ogen zeg maar en dan nou.. zal i-. Dit is de hersenstam, dit is de euh.. limbisch systeem en nja, dat is dan iets breder zo en dat is dit de cortex de buitenkant [**Interviewer:** ja]. Ja, en het- op het moment dat ik nu tegen jou praat dat is een stimulus, dan hoor je iets, dan komt het hier [wijst naar tekening] en dan denkt die: oh ja, dat hoor ik, wat hoor ik dan? Dan komt het hier bij je geheugen Euh.. emotie, dus geheugen en emotie da-daar wordt van alles aan gekoppeld, vervolgens worden want want het werkt van binnen naar buiten toe [**Interviewer:** hmm hmm] dus alle signalen komen van binnen naar buiten en vervolgens weer van buiten weer naar binnen en dan wordt het naar je lichaam aangestuurd zo dat je je gedrag daar op kan passen [**Interviewer:** hmm hmm]. Nou vervolgens, dus op een gegeven moment alles wat ik tegen jou zeg op dit moment is het helemaal niet grappig, maar het is wel informatief, dus wat jouw cortex dan doet, dus de schors, die gaat dan plannen, analyseren, kijken van: wat moet ik nou doen? Dus wat de schors doet: die remt jou, die zorgt ervoor dat jij geconcentreerd bent, dat jij nu naar mij luistert. Nou die geeft weer signalen terug hierheen [wijst tekening brein aan] naar het geheugen dat je allemaal dingen moet opletten blablabla vervolgens gaat het weer terug naar je lichaam, zorgt ervoor dat je op dat je op je plek zit. Dat je rustig bent, maar wel actief [**Interviewer:** hmm hmm] nou da..

Interviewer: Dus dat zorgt er bijvoorbeeld nu voor dat ik niet in de lach zit bij wijs van besprek?

Respondent 1: Ja, want je cortex remt je en die zegt: van joh, je moet nou inderdaad niet op je telefoon kijken, je moet niet lachen [**Interviewer:** hmm hmm], je moet niet gapen, dat kan allemaal niet weet je [lacht] [**Interviewer:** ja, precies] en op het moment Euh.. en dat, zo gebeurt het met alles op het moment dat jou wekker afgaat, dan gaat supersnel. Weetje, je hoort iets dus het komt van de hersenstam komt het binnen eigenlijk of je hoort iets en dan komt het vanuit je je, maakt niet uit wat je hoort, alle stimulus komt van binnen naar buiten uit naar buiten uit en dan hoor je denk je: oh dat is die wekker [**Interviewer:** hmm hmm], daar heb je een geheugen en dan denk je: shit, dat betekent: ik moet

vroeg opstaan en vroeg opstaan vind ik niet leuk. Dus dan heb je al een soort van emotie wat al gekoppeld is aan een bepaalde trigger **[Interviewer: reactie, ja]** ja, dus wat doen je dan: oh, ik voel me kut, bijvoorbeeld. Maar hetzelfde is met humor: op het moment dat jij iets hoort of dan, dan, hoor je iets, dan heb je daar een bepaald geheugen over, dan denk je: oh, dat is best wel grappig **[Interviewer: hmm hmm]**, dan wordt het gestuurd naar je cortex en je cortex die denkt: nou, hier moet ik gewoon, weetje, nu ga ik lachen, want ik vind dit heel grappig **[Interviewer: hmm hmm]** en dan ga je dus lachen, maar het gaat zo snel, dat dat, ja, je kan dat niet soort vanaf losse onderdelen voelen of zien. Weetje, hetzelfde als je een slok koffie wil, ja dan gaan daar heel veel processen aan vooraf, maar je bent er helemaal niet bewust **[Interviewer: bewust van]** bewust **[Interviewer: hmm hmm]**, want het gaat zo automatisch. Hetzelfde is denk ik met humor, want het zijn verschillende delen in hersenen, die de humor moeten verwerken en dat je daarom moet lachen en jouw vraag concreet is dan?

Interviewer: Euh.. mijn vraag concreet is is, wat jij dacht wat het euh.. het effect van humor is op brein. Dus ik hoor jou net al bijvoorbeeld zeggen: er zijn verschillende delen actief **[Respondent 1: hmm hmm]** en welke delen denk jij dat actief zijn?

Respondent 1: Nou ja kijk weet je wat er gebeurt, humor is een bij voorbaat altijd leuk **[Interviewer: hmm hmm]** en humor kun echt alleen maar hele chagrijnige mensen hebben ook minder humor **[Interviewer & Respondent 1: [lachen]]** **[Interviewer: dan dacht die: ja dat kan]** en het euh.. heeft ook bewezen: als je teveel stress hebt, dan dan kan je brein dat ook helemaal niet aan, want als je over gestrest bent, dan hebt je frontale lob ook iets minder leuk **[Interviewer: hmm]**, want het komt ook omdat het andere structuren overbelast zijn, waardoor ze bijvoorbeeld de frontale kwab niet goed kunnen afremmen of dan wordt teveel gevuurd, ook bijvoorbeeld als je te gestrest bent, dan reageer je kortaf, maar dan kun je helemaal geen goede beslissingen maken, je kan gewoon heel veel dingen niet als je zwaar gestrest bent **[Interviewer: hmm hmm]** of als je een burn-out hebt **[Interviewer: hmm]**. Nou als je een burn-out hebt of heel erg gestrest bent, dan kan humor ook niet aankomen bij jou **[Interviewer: hmm]**. Dus op een moment dat jij humor nodig hebt of als je humor wilt implementeren, dan moet iemand sowieso een beetje ontspannen zijn **[Interviewer: ja]**, dus als iemand mega-gestrest is of echt in een overlevingsstand is op dat moment, dan maakt het niet uit, want humor komt gewoon niet aan **[Interviewer: hmm]**, dus ik denk op het moment dat je humor wilt toepassen, op het moment dat iemand ergens iets rustiger kan zijn, dan kan het veel beter tot hem komen **[Interviewer: hmm]** en uiteindelijk denk ik wel als je heel veel humor gebruikt, dat het echt wel een positieve effect heeft **[Interviewer: hmm]**, want hoe meer je lacht, hoe meer Euh... kijk als je gaat lachen, dan ontspan je lichaam en als je lacht, dan kun je bijna niet rot voelen. Je voelt je pas rot als je weer kiest voor een bepaalde gedachte, wat je je terugneemt **[Interviewer: hmm]** naar een rotsituatie **[Interviewer: hmm hmm]**. Dus als jij bijvoorbeeld euh.. Euh.. zwaar depressief bent en je moet even heel erg lachen, op dat moment ben jij niet depressief of in ieder geval je ervaart niet die depressieve gevoelens **[Interviewer: hmm hmm]**, als je daaruit lacht, maar het is na je lach dat je denkt: oh ja, ik voelde me hartstikke kut, m'n leven is kut, ik voel me gewoon leeg, ik voel me..., dan ga je bewust weer kiezen na een bepaalde gedachte. Nou is dat een heel pijnlijk om tegen een depressief gevoel te zeggen: je kiest voor je gedachte **[Interviewer: [lacht] ja, ja, ja [lacht]**, weetje, dus dat, dat lijkt wel hard om te zeggen, maar uiteindelijk geloof ik er heel erg in dat Euh.. ja weetje, je gedachte bepaalt wel hoe jij je voelt **[Interviewer: ja]**, maar uiteindelijk weetje als je heel lang euh.., dat is natuurlijk ook zo, als je enorm lang je rot hebt gevoeld, dan veranderen ook wel chemische samenstellingen in je brein, waardoor je ook minder goed, goed kan voelen **[Interviewer: ja, ja precies dopamine, serotonine en als die stoffen]** ja, precies, precies, dus het verandert, maar ik geloof er ook in: dat je mind is zo krachtig als jij jezelf zo

zwaar depressief hebt kunnen maken, gewoon lichamelijk, zonder medicijnen voor te gebruiken, jezelf weer vet goed [Interviewer: eruit kunt halen] ja, daar geloof ik heilig in, want ik geloof er in: dat, en ik baseer mijn geloof niet op gewoon onderbuikgevoel [Interviewer: hmm hmm], daar zijn ook allemaal verschillende onderzoek naar gedaan [Interviewer: hmm hmm, hmm hmm], kijk, uiteindelijk kies je voor gedachte, maar ja, dat is een beetje moeilijk om te zeggen, vooral als iemand in depressie zit en daar niet echt uit wil komen [Interviewer: nee, precies en daar ook zelf het geloof niet in heeft] ja, dan is het heel confronterend om dat tegen iemand te zeggen. Want dan kun je humor wel inzetten [Interviewer: hmm]

Interviewer: Ja, want ik hoor ook ik hoor je net ook zeggen: als het echt te stressvol is, dan komt humor niet aan [Respondent 1: ja], maar er zit ook een laagje onder waardoor het euh.. waardoor stress wel enigszins aanwezig kan zijn, maar dat het wel helpt ontspannen.

Respondent 1: Ja, dat denk ik wel [Interviewer: hmm hmm], ja [Interviewer: ja], dat denk ik zeker en ik denk dat humor Euh.. dat het wel echt heel belangrijk en grote impact heeft.

Interviewer: En waarom denk je dat het z'n grote impact heeft?

Respondent 1: Nja kijk: soms heb je alleen maar één iets nodig om de hele depressieve boel te onderbreken [Interviewer: hmm] en dat is gewoon met humor

Interviewer: Soort ontwapenings euh.. middel zeg maar?

Respondent 1: Ja, want met humor focus je niet op iemands probleem, maar humor is gewoon humor weet je [Interviewer: hmm], het is er, want je gaat dan lachen en dan: dan is dat even de brake die je nodig hebt en dan voel je gewoon even goed, maar als je na dat je bent uit gelachen weer kiest voor een depressieve gedachte, dan ga je weer terug na die gedachte [Interviewer: hmm hmm].

Interviewer: Dus helpt beetje bij relativeren als ik het zo hoor?

Respondent 1: Zeker, [Interviewer: ja], ja. Het helpt ook even om uit die euh.. uit die bubbel van negatieve of nare gevoelens te komen [Interviewer: hmm hmm]. Je weet er als ware even uit en vervolgens stap je er weer in om dat dat is wat je weet [Interviewer: hmm]

[Interviewer: En ik weet ook Euh.., zo ik ben me hier aan het knoeien [Interviewer & Respondent [lachen]. Ik weet ook dat bij euh.. de hersenen is een deel euh.. zorgt voor de verbeelding [Respondent 1: hmm hmm] wordt dat deel ook getriggerd bij humor denk je?

Respondent 1: Nou ja, ik denk met verbeelding, ja, ligt eraan wat je precies onder verbeelding verstaat? Kijk, als je een verbeelding als in herinnering ophaalt [Interviewer: hmm hmm], dan kan je bijvoorbeeld een heel grappig herinnering terughalen en dan kun je alsnog heel hard in de lach schieten [Interviewer: ja] en het kan iets heel komisch zijn of hele grappige opmerking van iemand of wat dan ook. Je hoeft alleen maar daarover na te denken, want vaak doen depressieve mensen dat ook: die verbeelden zich heel vaak of beelden.., die halen meer [Interviewer: meer gedachtes euh..] die gedachten, die negatieve gedachten of een negatieve sfeer of wat er in het verleden allemaal verkeerd is gegaan. Daar focus je eigenlijk alleen maar op de negatieve. Terwijl als je alleen maar zou focussen op het grappige of het mooie, dan kun je bijna alleen maar in die depressiviteit [Interviewer: hmm hmm] terecht komen, tenzij je bijvoorbeeld een een lichamelijke afwijking hebt, bijvoorbeeld: je hebt een bepaalde ziekte waarin je prednison moet nemen of wat dan ook, ja dan krijg je medicijnen toegediend die je best wel wankel maken [Interviewer: ja, precies], maar mensen die prednison of andere middelen

moet nemen, die best wel de stemming kunnen drukken, daar heb ik het niet over [Interviewer: nee, precies]. Gewoon over mensen die depressief zijn, zonder dat ze daar medicijnen ofzo voor heb gekregen of een afwijking of wat dan ook hebben gehad.

Interviewer: Ja precies, dat is ook zeg maar het doel van een onderzoek, daar worden ook inderdaad de mens zonder medicatie [Respondent 1: ja] wordt daar genomen [Respondent 1: hmm hmm] en dat humor ook altijd euh.. vanuit gezien dus voor.. voor de cliënt zeg maar, dus niet zeg maar voor je eigen gein [Respondent 1: hmm hmm] of een beetje humor.. je hebt ook humor aanvallen natuurlijk [Respondent 1: ja], dus het is humor in dienst voor de cliënt [Respondent 1: ja] dat is wel iets noemen.

Respondent 1: Ja en ik denk dat echt een mooie euh.. een hele mooie break is om iemand uit zijn eigen misère te halen [Interviewer: ja], ja om het maar even heel zwaar [Interviewer: ja, zo kun je het wel noemen], ja [Interviewer: ja] ja.

Interviewer: En euh.. je hebt het vooral over de psychologische functie [Respondent 1: hmm hmm] wat is in jouw, mag ook gewoon ervaring [Respondent 1: hmm hmm] uit je werk euh.. de sociale kan van humor?

Respondent 1: En wat bedoel je daar precies mee?

Interviewer: Dus als euh.. bijvoorbeeld: wij zitten nu aan tafel [Respondent 1: hmm hmm] en er zou humor zijn, wat zou humor dan doen voor onze relatie daarin doen?

Respondent 1: Nou ja ik denk dat humor best wel verbindt [Interviewer: hmm hmm]. Je hebt natuurlijk verschillende soorten humor en als er meerdere mensen zijn die iets heel grappigs vinden, die iets heel grappigs vinden, dat verbindt natuurlijk ook. Je kan dan heel erg lachen om hetzelfde en Euh.. kijk en uiteindelijk is het gewoon.. het is altijd.. kijk in mijn ervaring ook gewoon en andersmans ervaring is het altijd fijn om ergens over te lachen [Interviewer: ja]. Want het.. op het moment ziet in een ander en dat is ook: we vinden vaak mensen het leukst waar we in herkenning zien [Interviewer: hmm]. Dus als je herkent in een ander, dat een ander ook moet lachen om hetzelfde zorgt dat dat weer voor een gevoel van herkenning. Dus dan mag je ook diegene ook wat eerder ofzo [Interviewer: hmm hmm], dan iemand die je humor niet snapt.

Interviewer: Ja, precies. Dat is wel leuk dat je dat zegt van die herkenning, want dat ben ik nu helemaal aan het beredderen op mijn eigen sociale netwerk, van ja, dat klopt wel aardig [Respondent 1: hmm hmm].

Respondent 1: Ja, maar hetzelfde net als met NLP technieken, bijvoorbeeld rapport maken [Respondent 1: hmm hmm], dat is eigenlijk alleen maar herkenning [Respondent 1: ja, is het alleen herkenning ja? oh] Ja, het is niet alleen herkenning, maar is een groot onderdeel is herkenning, bijvoorbeeld: stel we zouden nu zo zitten en ik ga zo zitten [neemt lichaamshouding over van interviewer], dan doe ik jou nou na [Interviewer: ja, precies], ga ik jou spiegelen of ik ga zo zitten, dan zorgt dat blijkbaar onbewust in jouw brein daarvoor dat je mij leuker gaat vinden [Interviewer: ja, inderdaad van het euh..] omdat ik jou spiegel.

Interviewer: Ja, precies het spiegel en het lichaamstaal en ook de woordenkeuze, bijvoorbeeld als je aanpast op de sessie waarbij iemand zegt: ik denk, ik denk, ik denk [Respondent 1: hmm hmm] en dat je daarbij in meegaat: wat denk je dan [Respondent 1: ja] bewijze van spreken, dat is inderdaad, die techniek [Respondent 1: ja] hebben wij ook gewerkt op school.

Respondent 1: Maar ook bijvoorbeeld als jij heel traag zou praten en [versnelt spreektempo] ik zou heel erg snel praten, dat dat match dan niet, dus als jouw tempo aanneem en jouw toon en weetje niet dat jij praat [**Respondent 1 & Interviewer:** lachen] [**Interviewer:** nee, dat snap ik dat snap ik. Ik ken me ongeveer hoe ik zelf praat]. Nee, maar snapje: je vindt vaak ook mensen leuker die meer bij je passen, dan dat misschien [**Interviewer:** hmm] bewust bent, maar dat heeft te maken en dat kan ik zelf herleiden denk ik. Kijk jouw brein wil maar één ding: dat je de dag overleefd, jouw brein wilt jou niet gelukkig maken, het wil gewoon dat jij leeft [**Interviewer:** hmm hmm]. Dat is de enige functie van jouw brein [**Interviewer:** hmm], daarom remt die jou de hele tijd en de rede dat die jouw remt is ervoor zorgen dat jij gefocust bent om te overleven en Euhm.. en ja, ik kan hier een hele sessie over het brein [**Interviewer:** hmm hmm] vertellen, maar één ding wat je kunt aannemen van mij is dat jouw brein niet gemaakt is om gelukkig te maken, maar jouw brein is echt gemaakt om jou te laten overleven. Nou hoe overleef je? Hoe groot, weetje, hoe vergroot je de kans dat je dag overleeft? Is dat jij verkeerd in veiligheid, nou wanneer ben jij veilig? Als een euh.. uitkomst voorspelbaar is, nou wanneer uit is uitkomst veel voorspelbaarder? Als jij je bevindt bij mensen waarbij je hun reactie of actie kan voorspellen [**Interviewer:** hmm]. Nou herkenning is daar natuurlijk superfijn in, want herkenning zorgt ervoor dat diegene veilig voelt voor jou [**Interviewer:** juist]. Dus daarom vind je ook iemand superleuk die euh.. heel erg op dezelfde lijn ligt

Interviewer: Ja, precies, daar kan humor dan [**Respondent 1:** ja] een hele goede bijdrage in hebben.

Respondent 1: Zeker, zeker, want als je dezelfde humor deelt is ook weer een herkenning [**Interviewer:** ja], dus dan denk je van: oh die is leuk man, die snapt tenminste mijn humor [**Interviewer:** hmm hmm, hmm hmm]. Net als dat bijvoorbeeld euh.. als ik euh.. iemand die zwaar depressief ben en ik vertel mijn pijn en jij begrijpt me pijn, dat vind ik ook heel fijn. Dus dat is ook alweer herkenning [**Interviewer:** ja, precies] en humor is precies hetzelfde maar dan een positieve kant [**Interviewer:** ja], want je gaat samen ergens om lachen [**Interviewer:** ja]

Interviewer: en zijn er dan ook wat minder positieve kanten aan humor in jouw beleving?

Respondent 1: Nee [**Interviewer:** [lacht]] dat is vrij makkelijk [grinnikt] nee [**Interviewer:** nee oké] nee, ik denk dat alleen te koste van een ander [**Interviewer:** ja, precies] is de enige humor wat gewoon niet kan [**Interviewer:** ja], maar een humor wat jij probeert te onderzo.. of wat jou onderzoekt, nee, dat denk ik niet [**Interviewer:** hmm hmm]. Ik denk dat lachen, kijk uit eindelijk wil uh.. Euh... kijk je brein wilt dat je overleeft [**Interviewer:** ja]. Euh.., maar je ziel wilt alleen maar dat je gelukkig bent. Dus als je alleen maar aan het lachen bent, weetje, dan is je brein ook volledig ontspannen [**Interviewer:** hmm] en vanuit die ontspannenheid kun je het meest.., dan ben je het meest creatief, dan ben je ook het meest gefocust, dan kun je het beste leren [**Interviewer:** hmm hmm, hmm hmm], dus dat is uiteindelijk ook weer heel erg goed voor je brein [**Interviewer:** ja], dus ja, weetje, nee. Volgens mij kan ik kort over zijn [**Interviewer:** ja]: humor is niet slecht voor je.

Interviewer: Nee, precies, als het maar met de goede doeleinde natuurlijk [**Respondent 1:** ja] wordt ingezet.

Respondent 1: Ja, kijk als humor ten koste wordt gebruikt ten koste van jou?

Interviewer: Ja, oké precies dan [**Respondent 1:** lacht], maar dan vind ik het zelf ook niet meer leuk [**Respondent 1:** nee], want: ik heb geen humor, dan is het misschien net humor voor de ander [**Respondent 1:** precies], maar dan heb ik zo iets van: euh [**Respondent 1:** ja, ja].. dat hoeft niet zo. [**Respondent 1:** ja]. Dus ik hoor jou nu wel mooi dingen zeggen: het helpt ontspannen van het brein,

waardoor je beter leert [**Respondent 1:** hmm hmm], minder stress ervaart [**Respondent 1:** hmm hmm] en je had er nog eentje [**Respondent 1:** ja, je bent creatiever] oh ja, je bent creatiever [**Respondent 1:** ja], want maakt het dan dat je creatiever bent?

Respondent 1: Nou Euh.. kijk, uiteindelijk alles bestaat uit energie en vibratie [**Interviewer:** hmm hmm]. Nou je hebt ook euh.. allerlei soorten frequenties waarop een bepaalde golflengte brein vibreert, dus dat doe je ook bijvoorbeeld met euh.. neurofeedback [**Interviewer:** hmm hmm, ik weet niet of je bekend met neurofeedback [**Interviewer:** nee, maar ik be..], maar dan plekken ze van die EEG's op je hoofd [**Interviewer:** oh, ja ja ja] en dan op bepaalde frequenties, nou weetje, Euh.. je brein heeft gewoon een bepaalde golflengte als je: nadenkt, of een hele erge diepe slaapt hebt, dan zend je golflengte of andere vibraties uit, andere frequentie [**Interviewer:** hmm hmm, hmm hmm] en het is bewezen dat euh.. volgens mij is dat alpha of bèta staat en dat is een bepaalde andere frequentie, dan Euh.. ben jij in de beste staat om creatief te zijn [**Interviewer:** hmm], dus dan ben je bijvoorbeeld ontspannen, maar niet zo ontspannen bent dan dat je slaapt. Dus dan ben je ontspannen, maar nog wel alert, nou dat is dus de beste staat om euh.. creatieve tijd te hebben of dat uit uiten, euh.. dingen te leren [**Interviewer:** hmm], euh.. het is gewoon bewezen als jij zwaar gestrest bent of te ontspannen of wat dan ook, ja dat is gewoon niet goed voor je brein om nieuwe informatie tot je te nemen, maar als jij gewoon ontspannen bent en daarin denk ik dat humor een hele grote rol inspeelt, als jij gewoon kan ontspannen [**Interviewer:** hmm hmm], ja dat is gewoon super goed voor je [**Interviewer:** hmm]. Want het is wel gewoon heel belangrijk dat je gewoon wel praat, dus dat je wel gefocust bent, maar in een ontspannen vorm.

Interviewer: Ja, dus daar komt ook weer een beetje die setting waar je net zei: dat je brein het idee heeft dat die veilig is [**Respondent 1:** ja], dat die daar kan overleven noem ik het maar [**Respondent 1:** precies, precies] ja.

Respondent 1: en op het moment dat jij zwaar gestrest bent dan bereikt of dan heeft je brein heel erg het gevoel, dat die niet veilig is [**Interviewer:** hmm] en op het moment dat die niet veilig is, zou die altijd als eerste gefocust zijn om jou in veiligheid te brengen [**Interviewer:** ja]. Kijk en als humor kun je natuurlijk wel, kan dan heel makkelijk op inspelen door iemand het gevoel van veiligheid te geven [**Interviewer:** ja], dus daarin geloof ik wel dat humor hele positieve effecten heeft [**Interviewer:** ja] ja **Interviewer:** Nou mooi [**Respondent 1:** ja], ja ik ben nog even aan het zoeken, maar ik heb nu best wel een duidelijk plaatje [**Respondent 1:** ja], dus ik weet niet echt, heb ik nog wat gemist in jouw beleving?

Respondent 1: Nee en weetje, je altijd daarna nog bellen of app- mailen of [**Interviewer:** ja] als je nog informatie nodig hebt [**Interviewer:** ja], maar ja kijk nogmaals al die dingen die ik verteld heb er zijn echt wel delen daarvan wetenschappelijk bewezen [**Respondent 1:** hmm hmm, hmm hmm], want dat zuig ik niet uit mijn duim [lacht]

Interviewer: [lacht] Nee, dat snap ik, want dat zou ik heel erg knap vinden, dat zou ik echt heel erg knap vinden

Respondent 1: Ja, maar ook gewoon andere delen zijn wel dingen die ik mijn eigen conclusie daaraan trek, want dan denk ik van ja: weetje, euh.. je brein is alleen maar gemaakt om je in veiligheid te brengen [**Respondent 1:** hmm hmm] en hoe weet je wel, als je gestrest bent dan heb je continu het gevoel van dat je, want daar zijn bepaalde circuits voor, die dat dan, nou ja die vuren allemaal neurotransmitters [**Respondent 1:** ja, ja] en die vuren dat naar een bepaald gedeelte van je hersenen. Nou op een gegeven moment denken ze van: oh jee, je bent gestrest, nou dat zend dan weer een

signaal naar euh.. naar je bijniere en je bijniere scheiden cortisol af [**Respondent 1:** hmm] op het moment dat jij in je bloed cortisol aanmaakt, je bloed gaat dan ook weer terug ook naar je brein en dan denkt je brein: hé wacht even we hebben cortisol, wat betekent dat? Dus dan gaat dan je hippocampus gaat dan een soort van de boel evalueren, dat zit ook tussen, een hippocampus is eigenlijk soort van een euh..

Interviewer: Dat is dat wat kleiner onderdeel hé, binnen de hersenen?

Respondent 1: Nou ja, hippocampus is best wel, ja en nee, ja [**Interviewer:** zeg maar] het is niet gewoon heel klein, maar ook niet groot. Het is gewoon normaal en hippocampus zit tussen de de heel kort door de bocht gezegd is de hippocampus tussen, het is een onderdeel van je limbisch systeem [**Interviewer:** hmm hmm] en het het fungeert als een soort van tussenpersoon tussen de cortex en je gevoel, dus wat die doet is die evalueert, die denkt: oké, die voelt nu heel stress, want ik heb cortisol, door cortisol gaat de hypocampus aan. Die denkt: oh, wacht even [**Interviewer:** hmm], die zorgt ervoor dat jij weer gaat evalueren, dus die zorgt ervoor dat je cortex aangaat en die gaat denken van: oké, wat moet ik nu doen is er gevaar? En op het moment en dat speelt dan weer terug naar je limbisch systeem en amygdala die dan angst, opslag van angst aan Euh.. die die wordt dan ook aan getriggered, die gaat ook kijken: is er iets? Nou uiteindelijk zorgt dit ervoor dat je of gaat euh.. vechten of gaat vluchten [**Interviewer:** hmm hmm]. Nou ja uiteindelijk of geen actie onderneemt, dat het oké is. Dus op het moment dat jij bijvoorbeeld, stel je steekt over en een bus steekt over en een bus die toetert keihard omdat je de bus niet hebt gezien, dan schrik je [**Interviewer:** ja ja ja], nou dat is echt een milliseconde dat je schikt, maar dat gevoel van dat je denkt: holy shit, dat je lichamelijk ook iets voelt, die chemische reactie [**Interviewer:** ja] waar ik het dus net over had, dat circuit. Dat duurt maar 90 seconden [**Interviewer:** hmm] en in die 90 seconden zorgt jouw brein eraan, dat zorgt ervoor dat al die processen aan worden gezet, maar ook vervolgens dat je kan evalueren: nee, er is niet aan de hand, ik ben veilig [**Interviewer:** maar de volgende keer let wel op [grinnikt]] ja en dan stabiliseert de boel weer [**Interviewer:** oké, ja] en dat is inderdaad wat je zegt: "let de volgende keer op", dat is dan weer een geheugen [**Interviewer:** geheugen, ja] wat wordt aangemaakt na aanleiding van een ervaring

Interviewer: Ja precies, dan krijg je eigenlijk een soort conditionering van jezelf euh.. [**Interviewer:** ja] als het goed is, dat je dan de volgende keer wel uit kijkt voor die bus, temminste, dat zou je zeggen.

Respondent 1: Ja en als bijvoorbeeld bij de amygdala, want de amygdala zorgt voor ervoor, dat is een opslag van negatieve emoties en de amygdala reguleert met name agressie en angst [**Interviewer:** hmm hmm] op een gegeven moment.. op het moment dat jij dus zo erg bent geschrokken van het oversteken, de volgende keer dat je weer op diezelfde plek aankomt, dan krijg je weer een gevoel en herinnering [**Interviewer:** gelukkig maar] ja en denk je: oh, ik moet hier goed opletten [**Interviewer:** ja, precies]. Dus dat is dan hoe het werkt en dan heb je weer geheugen aangemaakt en Euh.. nou ja.. dus terug naar het verhaal: hippocampus zorgt ervoor dat alles geëvalueerd wordt [**Interviewer:** hmm hmm] en met humor, als gewoon iets super grappig is, dan dan breek je ook gewoon door alle stress heen, want als jij continu, Euh.. bijvoorbeeld: je bent gestrest, bijvoorbeeld dat is de stress door die bus die aankwam, maar vervolgens Euh.. als jij niet zo een trigger hebt als bus, maar wel bijvoorbeeld 100 e-mails per dag voor je werk van je baas, dan is iedere keer als je die mail binnen krijgt [**Interviewer:** zooooo] werkt het op hetzelfde circuit [**Interviewer:** ja] en op een gegeven moment, dan als je hippocampus dan overbeladen is dan werkt die niet meer goed om te evalueren, dus wat gebeurt er dan? Dan blijf die stress de hele tijd afvuren in jij.. in jouw brein, maar ook in je lichaam. Dus je hebt dan continu dat je cortisol in je lijf hebt, dus je voelt dan heel erg: opgejaagd, je voelt gestrest, nou cortisol is gewoon

hartstikke slecht voor je op lange termijn, kan zelf leiden tot hart euh.. infarcten, nou noem maar op alles [Interviewer: ja, ik hoor heel erg een burn-out euh.. burn-out verhaal in dit] ja ook [Interviewer: ja ja] weetje, als dit gewoon continu gevuurd wordt, continu als je aanstaat, continu die stressoren hebt en je hippocampus werkt minder goed, nou, dan wordt je cortex minder goed afgeremd en als je cortex minder goed wordt afgeremd, wordt je amygdala minder goed afgeremd [Interviewer: hmm hmm], nou de amygdala die triggerd de hippocampus weer aan, nou je hippo.. Nou weetje, al die circuits die blijven dan aangaan.

Interviewer: Door de stress?

Respondent 1: Door de stress [Interviewer: ja, ja ja ja] doordat jij het gevoel hebt dat je niet veilig bent. Ja en als jij dan op een gegeven moment niet meer kunt ontspannen, dan komt humor daar wel bij helpen [Interviewer: hmm]. Maar het is wel belangrijk dat iemand zich even kan ontspannen, zo dat [Interviewer: ja, precies] humor wel tot zich komt.

Interviewer: Dat inderdaad niet te hoog in de stress zit, dat het nog wel binnenkomt zeg maar.

Respondent 1: Ja en dat weetje dat iemand in ieder geval het gevoel heeft dat die veilig is [Interviewer: ja]. Dus dat die niet heel veel hoeft [Interviewer: hmm hmm], dat het oké is. Dat kun je ook gewoon heel makkelijk door een paar keer goed ademhalen te [Interviewer: ja], dus als je humor goed wilt toepassen, zou je ook bijvoorbeeld euh.. voor mensen die echt heel gestrest zijn of zwaar depressiefs, gewoon een paar keer goed laten adem halen.

Interviewer: Ja en van die euh.. die oefeningen dat je alles moet aanspannen [Respondent 1: ja] en loslaten, dat soort [Respondent 1: ja] ja, ja ja.

Respondent 1: en dan gewoon rustig ademhalen, van dat soort meditaties, bodyscans [Interviewer: hmm hmm, hmm hmm], dat soort dingen en dan zou je bijvoorbeeld met humor het helemaal gewoon euh..

Interviewer: Beetje de kers op de slagroomtaart euh..

Respondent 1: Ja [Interviewer: ja ja], want met humor als je lacht, dan ontspant je lichaam [Interviewer: hmm hmm], dus dat is alleen mooi [Interviewer: ja] denk ik.

Interviewer: Nou goed..

Respondent 1: Ja dat was het

Interviewer: Ja, [Respondent 1: lacht]]dan sluiten we hem hier bij af.

Bijlage F: Interview respondent 2

Symbol	Betekenis
[]	weergeven wanneer een andere partij iets zegt of een actie die plaatsvindt.
..	onderbreking door het nadenken.
-	Acute onderbreking.

Interviewer: Zo, als het goed is kun je hem dan zo neerzetten en dan zou die het moeten doen.

Respondent 2: Nou, de tijd loopt .

Interviewer: Ja precies **[Interviewer: & Respondent 2: [lachen], ja dat is ook altijd mijn indicatie, als je de tijd ziet lopen dan euh..**

Respondent 2: En een rood lampje branden, is ook altijd goed.

Interviewer: Ja precies, dat zijn de twee indicatoren dat het wel goed gaat ja.

Respondent 2: precies.

Interviewer: Nou goed, humor en dramatherapie **[Respondent 2: ja]**, wat euh.. wat is het eerste wat bij je opkomt, als je dat zo hoort?

Respondent 2: Euh.., het eerste wat er bij mij opkomt is euh.. De eerste associatie die ik daar mee heb is uitvergrooten.

Interviewer: Uitvergrooten?

Respondent 2: Ja, Ja

Interviewer: Oké, bijzonder

Respondent 2: ja, ja.

Interviewer: En waar komt de associatie uitvergrooten vandaan?

Respondent 2: Nou, als ik denk van nou hoe werk ik met humor in dramatherapie, dan denk ik dat zeg maar het heel erg helpend kan zijn om als je bepaalde eigenschappen van jezelf **[Interviewer: hmm hmm]** als je die hebt of als je dingen wat groter maakt in spel, dat er altijd gelachen wordt **[Interviewer: hmm hmm]**, dus dat dat altijd wel heel erg verbonden is met humor, dus ook een beetje euh.. door het uitvergrooten wat afstand kunnen nemen van iets wat zo in je zit **[Interviewer: hmm hmm]** en het extern maken en het uitvergrooten, waardoor het vaak ook lachwekkend wordt **[Interviewer: hmm hmm]** of grappig wordt.

Interviewer: En en, wat wat maakt het zo belangrijk dat het dan lachwekkend wordt of is op dat moment?

Respondent 2: Euh.. Nou het is natuurlijk niet altijd belangrijk. Ik denk wat, als ik kijk welke euh.. welke rol het speelt is dat het kan helpen om om wat afstand te nemen. **[Interviewer: hmm hmm]** humor is ook ergens een beetje, ja.., ja er zit vaak een reflectie in **[Interviewer: ja, ja ja ja]**, dus je kant er over lachen, dus je valt er niet meer mee mee samen, ik denk dat is iets wat gebeurt **[Interviewer: hmm hmm]** en dat is ook wel iets wat een effect heeft hé, dus als ik het wat ja wat groter kan maken en over mijzelf kan lachen dan heb ik ergens een afstand **[Interviewer: mja]** en **[Interviewer: hmm]** ja?

Interviewer: En toch komt het ook wel weer dan wel ter sprake, alleen inderdaad met die afstand, dan toch?

Respondent 2: Ja [Interviewer: zie ik het dan goed?], de afstand reflectie die ik daarop kan hebben, dat maakt dat ik het daar ook vaak over kan hebben [Interviewer: ja], dat je ook wel als ik als dat kan lachen, dan kan ik mij er toe verhouden [Interviewer: hmm] als ik mij ergens toe kan verhouden, dan impliceert ook mogelijkheden tot verandering.

Interviewer: Ja, het is dus ook [Respondent 2: ja] een ingangspunt, mag ik het zo noemen?

Respondent 2: Ja, bijvoorbeeld [Interviewer: oké]

Interviewer: En [Respondent 2: ja] wat wat zijn dan echt euh.. bij het vergroten en heb je ook euh.. Pas je toe met elke doelgroep? Ik weet dat je hier toevallig met euh.. met volwassen werkt [Respondent 2: hmm hmm] over het algemeen problematiek vrij breed [Respondent 2: hmm hmm] als ik het zo mag noemen?

Respondent 2: Ja

Interviewer: En heb je.. pas jij je humor ook aan op de doelgroep en het moment ?

Respondent 2: Ja ik denk humor is niet iets wat ik inzet van: 'oh vandaag we eens een beetje humor gebruiken ofzo' [Interviewer: hmm hmm] [Interviewer: hmm hmm]. Ik vind humor is iets wat euh.. over het algemeen iets normaal is in het menselijke contact hé, wij lachen ook net al weer ergens over en.. en ik vind het eerder euh.. kunstmatig zijn om het uit het contact te houden [Interviewer: ja]. Dus ik denk het geeft ook iets aan wat humor is hé. Het is iets wat afstand schept, maar het schept ook verbinding. Als wij samen om iets kunnen lachen, dan voelen we ons verbonden met elkaar [Interviewer: ja, zeker zeker] en dat is denk iets wat in het contact in een therapeutische relatie ook heel belangrijk is [Interviewer: ja], die verbondenheid voelen en ik denk juist: ik zou het heel naar en kil vinden om dat.. ja, uit de therapeutische relatie [Interviewer: ja] te houden hé, z'n klassieke psychoanalyticus die misschien heel afstandelijk [Interviewer: hmm die het alleen maar schrijft euh..ja en dat ja, denk ja, dan dan mist ik denk ik er echt iets in het contact [Interviewer: ja] en dat is iets waar ik veel mee werk ook de therapeutische relatie [Interviewer: ja] dus dat, ja.

Interviewer: oké, is het ook dat contact ook euh.. dat je merkt dat cliënten daar gevoelig voor zijn? Kunt het natuurlijk niet generaliseren, maar over het algemeen dat humor bij de meeste wel echt een ingang bied tot het contact

Respondent 2: Ja, njah, niet altijd. Ik denk dat soms ook iets wat wat pas werkt als er een klein beetje contact is [Interviewer: hmm hmm]. Dus ik denk dat dat ligt altijd heel erg hmmm, en het kan natuurlijk ook juist, het is echt een kwestie van timing denk ik vooral humor [Interviewer: hmm]. Want het kan natuurlijk ook weer voor euh.., want het kan ook afweer zijn [Interviewer: ja], want als ik heel hard lach dan hoef ik het niet serieus te nemen [Interviewer: ja, precies]. Dus op andere moment is het ook juist belangrijk als cliënt bijvoorbeeld inzet als afweermechanisme of coping om daar juist doorheen te prikken, door te zeggen: je lacht wel, maar ik vind het heftig om te horen [Interviewer: hmn] en dan juist iemand weer wat meer in contact te brengen met de narigheid die daar onderligt en die misschien weg lachen [Interviewer: ja, precies] zeg maar.

Interviewer: Dus [Respondent 2: ja] het is beetje van euh.. hé, het helpt dus tot het maken met contact kan het helpen [Respondent 2: hmm hmm], maar het kan inderdaad van euh.. die cliënt die op dat moment aanwezig is, kan het dus ook inderdaad de vermijding zijn [Respondent 2: ja ja].

Respondent 2: Dus in die zin is het misschien ook een distantiemiddel hé [Interviewer: ja], wat je hebt en wat in dramatherapie natuurlijk altijd over distantie tot het probleem heb ik nodig om het ook euh.. dragelijk te maken [Interviewer: hmm hmm] om er mee te kunnen werken. Ik denk: dat is altijd de vraag

die je hebt als je een klacht hebt van ja: in hoever, hoe krijg je het zo op tafel dat je er mee kunt werken? [Interviewer: hmm] en soms komt het te dichtbij en is het te heftig waardoor het contact weg is en soms is het te ver weg en daarin denk ik is humor een belangrijke om die afstand en nabijheid te reguleren tot een klacht [Interviewer: hmm], ja.

Interviewer: en euh.. hoe voel je dat euh.. precies aan, wanneer humor op dat geschikt is.

Respondent 2: Nou ik denk dat het ook een beetje trail-and-error is [Interviewer: & Respondent 2: [lachen]] [Interviewer: hmm hmm], dus dat je en dat gebeurt mij natuurlijk ook, dat ik soms ergens denk: nou euh.. ik ga er even een grove grap tegen houden, misschien gebeurt er wat [Interviewer: activeert het iets, juist] en activeert er iets en dat je dan merkt: oh het valt verkeerd [Interviewer: hmm] of de cliënt kan er helemaal niet over lachen, maar ik denk.. en wat ik dan doe is dat dan doe is gewoon zo snel mogelijk dat herstellen. Dat ik zei: ik maakte er een graf euh.. grap over en die was ook nog best grof, maar ik merk dat hé [Interviewer: ja] dat je daar niet over kunt lachen, dus mijn excuses en [Interviewer: en uh..] leg ik uit waarom ik het deed [Interviewer: ja] bijvoorbeeld hé [Interviewer: oké, ja], ja.

Interviewer: Heb je daar toevallig iets van euh.., mag van deze, maar ook van wat we hiervoor hebben besproken daar echt een praktijkvoorbeeldje dacht van: wouw oké, hier werkt humor echt heel goed of héé hier sloeg ik toch net de plank mis [Respondent 2: hmm hmm, hmm hmm].

Respondent 2: euh..mmm, dan moet ik even goed nadenken hoor, naar afgelopen weken z'n beetje kijken.. euh.. [onverstaanbaar]. Ik ik zie het mij laatst bij iemand doe, maar ik dacht in welke context was dat ook alweer. Ik denk wat ik vaak doe: euh..mm, ik werk veel vanuit schematherapie [Interviewer: hmm.. ken je schematherapie [Interviewer: ja] een beetje? [Interviewer: ja, ja ,ja ,jaaa] en dat je dan en als je dan bijvoorbeeld merkt iemand zit heel erg in die euh..mm.. veeleisende kant, die komt bijvoorbeeld al binnen met: oh, oh ja sorry en oh ja dit en dit [Interviewer: hmm hmm] en ik ben te laat en dat af van jouw tijd en als ik dat dan bijvoorbeeld heel erg uitvergroot van: ja, nee dat kan ook echt niet, stel je voor, wat kan er nou allemaal gebeuren, nee al ik de tijd van de therapeut euh.. hé [Interviewer: ja] dat ik dan iets een modus die ik opvang dat ik die zelf heel erg spiegel en uitvergroot zeg maar [Interviewer: ja, precies], door iemand zelf al kan zien: oh ja, ik ben dat weer aan het doen[Interviewer: ja] he, zo, ja.

Interviewer: Dat, dat werkt, heeft dan ook die afgelopen keer dat het gebeurde heeft dat gewerkt?

Respondent 2: Ja, ja [Interviewer: oké] op dat moment leert het natuurlijk iemand die een spiegel voorgehouden krijgt ook van: oh ja, ik euh.. zit weer heel erg in die coping die zich hé heel erg aanpast en heel erg zelf opoffert en euh.. [Interviewer: ja, mooi] dat hoeft die eigenlijk niet en dat is natuurlijk wat wat je wat je het daarna over hebt [Interviewer: hmm hmm] ja [Interviewer: hmm].

Interviewer: En heb je ook nog een voorbeeld van dat het net wat minder liep?

Respondent 2: hmmm, ja, dat was vorige week in een groepssituatie, dat ik met iemand euh..mm, daar ging het een beetje over ja [onverstaanbaar] euh..mmm, ging het een beetje over fysiek contact en of dat wel-of niet kon en of of hoe je hard je, zeg maar een een straffende kant weg kan sturen [Interviewer: hmm hmm] en dat ik met juist een ander groepslid heel veel lol had over dat er wel een wel geweld aan te pas mag komen [Interviewer: hmm hmm], daar, daar, dus dat was natuurlijk ook in de groep soms lastig, want de één kan dat dan heel goed hebben [Interviewer: ja, precies en met de andere euh..] euh..hhh, dus euh..m, hé, dus was het een beetje van: daar moet wel wat grof tegen aan [Interviewer: & Respondent 2: lachen], er ontstond wat wat lol met met een aantal mensen daarover

[Interviewer: ja] en euh..m, hé, dus er was op dat moment heel veel.., maar iemand was op dat moment daar heel angstig voor en dat heb ik op dat moment niet opgemerkt, hé en die gaf dat later aan dat dat voor hem wel heer naar was [Interviewer: hmm]. Dat er dan over gelachen wordt over iets euh.. ja, waar hij op dat moment gewoon heel angstig voor was en en dat die zich daar helemaal niet gezien voelde en dat hij dat heel moeilijk vond.

Interviewer: Ja, want het lijkt mij euh.. persoonlijk ook wel echt wel complex om bij elke soort van humor aansluiting te kunnen vinden, want euh..m, njah, ik heb het nog niet onderzocht, maar ik heb wel het gevoel dat er tien tallen soorten van humor zijn euh..

Respondent 2: Ja, ik denk humor is ook heel persoonlijk hé [Interviewer: ja, jazeke], wat jij grappig vindt hoeft ik niet grappig te vinden [Interviewer: nee, precies] en omgekeerd [Interviewer: ja, inderdaad], kan ik euh.. in een deuk leugen [Interviewer: & Respondent 2: [lachen]].

Interviewer: Ja, [Respondent 2: ja] dat is nog wel interessant. Is daar nog een verschil mee euh.. met humor individueel in groep?

Respondent 2: Ja, ik denk wat net geu.. zei dat dat wel snel gebeurt. Ik denk op een moment dat, hé want dat is juist het verbindende karakter van humor, dat je, hé wij twee vinden iets enorm grappig en moeten daarom lachen en hebben soms plaatjes in ons hoofd en waar het dan over hé, we hebben daar in verbinding in [Interviewer: hmm hmm]. Dat dat natuurlijk juist bij een ander juist heel erg euh.. die onverbondenheid op kan roepen als die dat niet heeft [Interviewer: ja, precies]. Hé dat dat zelfde gevoel van humor op dat moment dat dat niet grappig vindt.

Interviewer: Ja ook omdat die inderdaad ziet van: wow iedereen heeft er plezier om en ik voel dat niet dat [onverstaanbaar].

Respondent 2: ik voel het niet [Interviewer: ja] of kan zich buitengesloten voelen [Interviewer: hmm hmm] of afgewezen of in de steek gelaten of ook belachelijk gemaakt [Interviewer: ja]. Ja, dus ik denk in de groep heb je meer risico op euh.. ja.. dat het... niet bij iedereen zeg maar [Interviewer: aansluit] aansluit [Interviewer: hmm hmm]. Ik denk dat dat.. ja [Interviewer: hmm]. Maar tegelijkertijd denk dat het in de groep ook super belangrijk is, juist omdat het ook in.. omdat het ook heel bevrijdend en heel verbindend is om met ze alle ook over iets te kunnen lachen en en ol- te hebben, ja [Interviewer: hmm hmm].

Interviewer: En euh.. het is nu heel erg in contact he [Respondent 2: hmm hmm] met de groepen[Respondent 2: hmm hmm] en de mensen [Respondent 2: hmm hmm]. euh.. voornamelijk buiten de werkvormen. Zijn er binnen de werkvormen echt binnen het spel, vind jij daar humor ook nog een toegevoegde waarde te hebben?

Respondent 2: Euh..

Interviewer: Of nog geen eens [Respondent 2: ja], het hoeft nog geen eens toegevoegd te zijn, maar wat vind je daarin van humor?

Respondent 2: Ja, dan ga je ook een beetje op het vlak van ik denk van spelplezier en dan kom je ook een beetje [Interviewer: ja, ja ja ja] dat dat is natuurlijk voor heel veel mensen heel belangrijk en dat is natuurlijk ook van hé hoe krijg je dat spelplezier euh.. [Interviewer: aangewakkerd] aangewakkerd en aan de gang en waar waar ligt dan de grens naar humor, ja wat is humor? [Interviewer: ja] euh.. k denk plezier over het algemeen is heel belangrijk [Interviewer: ja] ja.

Interviewer: Ja, dat is wel een goede vraag: wat is humor voor jou? **Respondent 2:** ja, ja, ja....] is dat die verbintenis?

Respondent 2: Ja ik zeg het en dan denk ik wat is humor eigenlijk voor mij? **[Interviewer: ja]** Ja. Ja ik denk dat in humor dat is altijd als ik als ik een beetje euh.. verschil maak met plezier, is het humor altijd een beetje op een meta-niveau **[Interviewer: hmm hmm]**. Dan is het altijd een beetje meer vanuit een andere invalshoek een grap maakt over of euh..mmm ja.

Interviewer: Mag ik het euh..m, dan noem ik het maar een soort van bewuste interventie, is dat het goede woord?

Respondent 2: Ja, misschien wat meer ja, en ook op het moment dat iemand zelf humor ervaart. Het moet euh.. weet je als je euh.. als je het echt over letterlij.. klassieke grappen of moppen hebt **[Interviewer: hmm hmm]**. Die zijn natuurlijk ook wel erg gesteld. Dan weet je waar je een grap over maakt en je weet: ik ben nu een grap aan het maken en euh.. **[Interviewer: ja, precies, dan dan dan dan ratel je iets op zeg maar]**. Precies en als wij samen een bal overgooien, dan kunnen wij ook veel plezier hebben, maar ik denk dat is dan niet zozeer humor, maar als jij dan een hel grappige beweging maakt dat je denkt van oh ja: ik ga die beweging die ik maak net een beetje euh.. **[Interviewer: nja vergroten of euh..]** soort commentaar op hé niet niet letterlijk, maar een soort commentaar dat je op jezelf hebt **[Interviewer: ja]** hé dat is denk ik **[Interviewer: ja]** misschien hoe ik humor zie.

Interviewer: Ja dus een beetje ook, soort vorm van zelfspot kan daar ook in vallen. **[Respondent 2: ja bijvoorbeeld, ja, ja]** ja, interessant. Want euh..m, als je met die bal bijvoorbeeld even aan het overgooien bent. En euh.., als dan zeg maar: die humor naar voren komt zeg maar, wat zie je dan daadwerkelijk bij de euh.., ja dat is ook misschien een beetje generaliseren, maar voer het algemeen: wat zie jij bij de cliënt gebeuren?

Respondent 2: Nja, ik denk het eerste wat mij opvalt is dat er altijd ook wel een cognitief element bij zit **[Interviewer: ohh]** als dat bij humor juist misschien euh.. dat er een soort euh..mm.. een kleine schakel zit van oké, nu ga ik, soort bewust, nu ga ik iets grappigs doen of euh.. of nu is het grappig of moeilijk om dat goed uit te leggen.

Interviewer: hmm, dus een cognitieve schakel **[Respondent 2: hmm]** in de zin van: er zit altijd iets bewust achter bij humor, het kan niet zomaar er zijn heb jij het idee? Klopt dat hoe ik het verwoord nu?

Respondent 2: Ja, misschien wel, niet zozeer dat het dat het altijd heel bewust ingezet wordt, maar dat er wel iets meespeelt. Wat ik net zeg net dat andere perspectief, als ik nu even voor mij zie: we zijn een bal aan het overgooien en we hebben plezier **[Interviewer: hmm hmm]** en op een gegeven moment doe je iets wat grappig is, dat dat is altijd een soort schakelmomentje in volgens mij **[Interviewer: hmm]** en uhm... **[Interviewer: en bij-]** of iets wat we, of nu gaan we even afwijken van de norm **[Interviewer: hmm]** of dat misschien ook, dan gaan we even iets anders doen even iets gekks doen **[Interviewer: ja]** of uh dat een soort verschuiving die dan plaatsvindt van destructief of van.

Interviewer: En en denk je ook dat dramatherapie dat euh.. meer uit dan, ik noem maar gewoon wat de cognitieve therapie.

Respondent 2: Ja, dat denk ik wel ja. Ik denk ook dat het heel vaak in het doen kan zitten en niet alleen maar in het.. **[Interviewer: praten]** praten over en grapje maken **[Interviewer: hmm]**. Juist waar we we het nu ook al over hebben zijn voorbeelden vanuit beweging **[Interviewer: hmm hmm]** en vanuit handelen en..

Interviewer: Ja, en euh.. en zie je dat over het algemeen euh.. als een kracht of ook als een, ik noem het maar even zo: een gevaar, de humor binnen dramatherapie?

Respondent 2: Oh, ik denk dat het vooral een kracht is [Interviewer: ja, lacht]. Ik denk als je daarin euh.. Nja ik denk dat je bij humor altijd uit moet kijken of het niet hé een soort meer van afweer is van iemand [Interviewer: ja] om niet bij serieuze zaken te komen [Interviewer: ja]. Ik denk dat je dan de plank mislaat [Interviewer: ja, zeker] ja [Interviewer: ja].

Interviewer: Ja, ik zat er ook zelf aan te denken van euh.., ik ben nog niet aan euh.. het onderzoek zeg maar [Respondent 2: hmm]. heel veel ver mee ben, maar dat ook humor een afweer van de dramatherapeut zelf kan zijn [Respondent 2: zeker], dat die het inzet als tegenoverdracht [Respondent 2: ja, zeker, ja, ja].

Respondent 2: Dus dat is [Interviewer:ja] ook wel iets vind ik om goed alert te zijn [Interviewer:ja], dat ik ook soms merk, bijvoorbeeld: één cliënt , soms heb je van die zware depressieve cliënten die wel heel goed te bereiken zijn via cynisme [Interviewer: hmm hmm] dat wel goed kunnen en waar het enorm helpt om überhaupt iets van contact voelen, maar waar ik euh.. vind ik ook, waar ik heel erg uit moet kijken om dat niet in te blijven. Want als iemand euh.. knetter depressief binnenkomt en hier zit een vrouw en ik weet: als ik even wat grappen maak, dan, dan [Interviewer: hmm hmm] komt, voel ik mijzelf

[Interviewer: ja, precies] ook wat fijner dan even een beetje even lucht [Interviewer: ja] [Respondent 2: lacht], maar als als je dat alleen maar blijft doen, mja wat heb je dan voor contact? Dan gaat het ook nergens over [Interviewer: nee, nee]. Dan leert de cliënt : oh, ik kan dus contact maken als ik als ik mijzelf belachelijk maak [Interviewer: mjaa..] of euh.. [Interviewer: ja] dat kan alleen over lachen [Respondent 2: lacht]

Interviewer: Ja, zo wil je hem ook niet de deur uit sturen nee.

Respondent 2: hmm?

Interviewer: zo wil je hem ook niet de deur uit sturen.

Respondent 2: Zo, zo, zo leer die natuurlijk ook niks hé, dat kan dan heel erg helpen om dat contact te krijgen, maar daarnaast ook belangrijk om te zeggen van: ja, maar nu we hé we hebben nu heel er om gelachen, maar eigenlijk zie ik bijvoorbeeld dat het heel slecht met je gaat [Interviewer: ja, ja, ja] en dat je toch weer die andere laag oppakt [Interviewer: hu].

Interviewer: Dus euh.. je noemde net inderdaad euh.. dramatherapie een kracht binnen [Interviewer: hmm hmm] dramatherapie. Wat euh.., kunnen in jouw mening kunn- kan de dramatherapeut doen om die kracht bewust in te zetten of daar bewust mee bezig te zijn?

Respondent 2: Euh..m, nou ik denk bijvoorbeeld dat het heel erg kan helpen om wat meer bewustzijn te creëren over sommige dingen [Interviewer: hmm hmm]. Dat je, wat ik of als ik kijk hoe het werkt bijvoorbeeld, dan kom ik weer bij dat uitvergrooten, wat ik bijvoorbeeld vaak doe is ja euh.. laten zien bijvoorbeeld wat voor dingen jij inzet als je gespannen bent omdat te verbergen en dan ga ik gewoon euh.. serieus doen bijvoorbeeld[Interviewer: hmm hmm] of euh.. Ja ga dat maar naspelen en ga dat uitvergrooten, dan wordt het grappig vaak, als je iets groten maakt, maar het creëert tegelijkertijd ook een enorm bewustzijn van: 'ohja dat ben ik dus aan het doen [Interviewer: ja ja], op het moment dat ik me gespannen voel [Interviewer: hmm] en die humor kan daar een hele mooie ingang zijn.

Interviewer: Dus euh.. als je nou zeg maar zelf in één zin zou na dit euh.. interview zou kunnen zeggen nou wat is het effect van humor binnen dramatherapie? Wat is dan wat nu naar voren komt voor jou?

Respondent 2: Dan denk ik dat het een.. een middel is om een nieuw perspectief te krijgen op [Interviewer: hmm hmm] eigen gedrag of eigen klachten en euh.. dat hé daardoor ook dat het wat afstand kan scheppen dat het dat je een ander perspectief in kan nemen en dat het daar helpt om euh..

bewustzijn te ontwikkelen en ook om, dat is een grote kracht, en ook om euh.. denk toch ook die verbinding ook aan te gaan [Interviewer: ja].

Interviewer: Ja, wat je inderdaad in het begin [Respondent 2: ja] ook al noemde [Respondent 2: ja]. dat dat [Respondent 2: ja] euh.. binnen dramatherapie dat je dat ook als persoon heel erg belangrijk vindt.

Respondent 2: Ja, en ik denk dat dat is iets wat onderschat wordt [Interviewer: hmm]. ook hoeveel mensen of ik merk in de praktijk hoeveel mensen dat gewoon missen [Interviewer: hmm] hé, want ik werk heel veel met heel met met heel angstige mensen met dwangmatige mensen met mensen die zich eigen de hele tijd controleren [Interviewer: ja] en heel erg hoge eisen hebben, hun best doen [Interviewer: hmm hmm]. Ja, en dan gebukt onder allerlei problemen en het is natuurlijk als ze lachen is ook heel bevrijdend en daar zit ook veel expressie in, die altijd heel erg ingehouden wordt [Interviewer: ja] ik denk.

Interviewer: Dus dat is dan ook een mooie link met die expressie die er dan uit komt, omdat ook euh.... ja, omdat natuurlijk ook in dramatherapie omdat dat ook natuurlijk een kern van dramatherapie expressie is [Respondent 2: ja, ja], dus die twee kunnen zo wel mooi [Respondent 2: ja]. gecombineerd worde al ik het zo hoor [Respondent 2: ja]. Nou duidelijk, dan euh.. ik weet ik verder niet of vragen hebt of iets van toevoegingen?

Respondent 2: Ja, ik ben wel benieuwd: heb jij definities van humor? Voor jezelf voor het onderzoek, je zou wel wat gelezen hebben?

Interviewer: Ja, dat is een hele leuke vraag. Ik ben nog euh.. naar een vaste definitie ben ik nog opzoek, maar euh.. mijn invalspunt met humor, tenminste, waardoor ik het zelf inzet is gewoon euh..... of is de verbinding ook aangaan met de mens, maar we leven ook in een maatschappij, het wordt ook iets minder heb ik het gevoel, maar waar als je zegt: ja oh ik moet naar therapie, dat het al pffffff is [Respondent 2: hmm hmm, hmm hmm] en dat ik ook euh.. binnen mijn stages heb ervaren, zo komen mensen ook binnen: ja, pffff, dramatherapie en [Respondent 2: zwaar dramatisch]Ja, ja precies [Respondent 2: lacht] en m'n is al een drama en nou [Respondent 2: hmm] dan krijg je allemaal die ongein [Respondent 2: hmm]. Dus dan heb ik iets van: hé jongens, het mag ook wel wat luchtigheid zijn [Respondent 2: hmm hmm] en dat is gewoon mijn manier van humor [Respondent 2: hmm hmm], een beetje luchtigheid creëren [Respondent 2: hmm hmm] en verbinding ook inderdaad [Respondent 2: hmm hmm] en tuurlijk het kan weleens zwaar zijn, maar het mag ook leuk zijn [Respondent 2: ja] en gezellig [Respondent 2: ja]. Dus dat is mijn definitie van humor denk ik [Respondent 2: ja]. Dat is wel leuk, want ik heb er weleens over nagedacht en dan denk je er veel over na en nu flap je het er zo uit.

Respondent 2: Je definitie?

Interviewer: Ja.

Respondent 2: Ja, is denk vooral ook je ervaring met humor die je hebt [Interviewer: ja] ja.

Interviewer: Ja, dat is [Respondent 2: onverstaaanbaar] ook wel de reden voor dit onderzoek, want ja, ik vind humor gewoon belangrijk [Respondent 2: hmm hmm]. Niet alleen in deze setting, maar gewoon, het is iets wat heel mijn leven meeneemt, ik ook gewoon door verschillende manieren [Respondent 2: hmm] en nja, ik denk dat humor iets heel moois kan zijn.

Respondent 2: Ja, en ik dat het, nu je dat zo zegt, als je kijkt. Ik denk ook dat het misschien interessant is om te kijken naar humoristische programma's of cabaret of [Interviewer: hmm] dingen waar humor expres wordt ingezet, want het is denk ik al van oudsher een middel om de meest pijnlijke dingen wel te kunnen bespreken [Interviewer: ohja]. Misschien is dat wel interessant om daar voor jou ook nog naar

te kijken [**Respondent 2:** ja]. Als je kijkt naar bijvoorbeeld een oudejaarsconference, waar gaat het over? Het gaat over de meest ellendige momenten van het jaar [**Respondent 2:** ja] en zelfspot hé of euh.. elkaar in de zeik zetten. Dat is dat is altijd het gaat erover: nou, ik vind echt iets van jou, maar ik dan ga ik natuurlijk ga ik jou niet zomaar vertellen dat je een klootzak bent, maar ik durf dat wel op het podium euh.. echt [**Respondent 2:** ja, precies], heel grappig te gaan maken [**Respondent 2:** ja] over wat ik ervan vind.

Interviewer: en dan wordt het ook wel wat meer geaccepteerd door de andere partij, tenminste in die programma's dan.

Respondent 2: Ja, het is het is een manier waarop wij dat wel accepteren ja [**Interviewer:** ja]. Want als je dat persoonlijk iemand aan zou vallen, zou dat natuurlijk heel naar zijn [**Respondent 2:** ja], maar om daar heel erg in het belachelijke trekken, dat mag wel [**Respondent 2:** ja]. Je mag wel persiflages doen, je mag wel politici naspe.. nadoen [**Respondent 2:** precies, precies], of euh.. als je wil, golvend haar [**Interviewer:** ja dan kun je pruik opzetten ofzo] ja een pruik ofzo [**Interviewer:** juist ja]. Weetje en euh.. ik denk wel dat het echt wel altijd in de geschiedenis iets is geweest, waarop de meest pijnlijke dingen gezegd kunnen worden, maar ook voor een deel verwerkt kunnen worden [**Interviewer:** ja], überhaupt op kan tafel kan ook [**Interviewer:** ja, ja mooie toevoeging]. Ik denk dat dat in dramatherapie ook wel speelt of als je kijkt in improvisaties, nou, dan durven mensen wel allemaal gekke dingen te doen [**Interviewer:** ja en dan]. Nou die zeggen: nou, ik zou het liefst zou ik soms wel een mes willen pakken weetje [**Interviewer:** ja] ja [**Interviewer:** ja, precies]. Die het eigenlijk echt willen [lacht] en echt zo kwaad zijn en dat mag er dan niet zo zijn [**Interviewer:** nee], maar in spel euh..

Interviewer: Ja, is dat [**Respondent 2:** ja] zijn daar dan geen, nja, die zijn er wel, maar wat minder grenzen [**Respondent 2:** ja, ja], nou super.

Respondent 2: In die zin denk ik dat de koppeling tussen boosheid en plezier ook nog een hele belangrijk is

Interviewer: Ja [**Respondent 2:** ja], nou is leuk om mee te nemen [**Respondent 2:** ja] toppie.

Respondent 2: Goed, nou.

Bijlage G: Interview respondent 3

Symbol	Betekenis
[]	weergeven wanneer een andere partij iets zegt of een actie die plaatsvindt.
..	onderbreking door het nadenken.
-	Acute onderbreking.

Interviewer: Nou huppakee, de camer.. of euh.. voice loopt. Ik ben heel erg benieuwd euh.. je vond het een interessant onderzoek en wat roept humor en dramatherapie bij je op? Gewoon je eerste associatie.

Respondent 3: Euh.. overacting. Ik denk ik denk dat dingen groter maken hoe het heel erg spiegelen wat jongeren doen, dat zorgt er vaak heel erg voor humor [**Interviewer:** hmm]. Want vaak is het heel erg een houding wat jongeren ook wel neerzetten euh.. om bepaalde indruk te maken of juist op afstand te houden en vaak als ik dat spiegel of een beetje na doe euh.. moeten ze eigenlijk ook wel om zichzelf lachen [**Interviewer:** ja ja], dus vaak werkt spiegelen heel erg goed om te relativeren.

Interviewer: Heb je daar een voorbeeldje vanuit de praktijk

Respondent 3: Pff.. euh.. Nou ik zat vanochtend, in een keer wat er bij mij te binnen schoot: een meisje wat altijd heel erg euh.. diva gedrag vertoonde en daardoor euh.. zorgde dat mensen niet te dichtbij kwamen en die deed altijd beetje zo [**Respondent 3:** geeft voorbeeld in mimiek gezicht] [**Interviewer:** hmm hmm, hmm hmm] en euh.. en dat.. met de wenkbrauwen zo helemaal omhoog en weetje beetje arrogant [**Interviewer:** jaaa, ja ik krijg wel een beeld] Ja, en ik zei en ik deed haar altijd na en dan zei ik altijd euh..: oh, dit is de Beyonce houding weer [**Interviewer:** [lacht]] weet je wel hel [**Interviewer:** op een arrogant manier: hmm hmm] [**Correspondent 3:** lacht, op een arrogante manier: hmm hmm] [**Interviewer:** ja, ja, ja] en eigenlijk dus een beetje euh.. typetjes maken van het gedrag wat iemand laat zien, daardoor werd het gewoon heel grappig. Elke keer als ik zei: oeh dit is Beyonce weer [**Respondent 3:** doet een lach na] dan moest ze heel hard lachen en dan zei ze: ohja, ja oké. Dus het werd door te zeggen Beyonce werd het een soort typetje en euh.. werd het ook iets los van haarzelf, waar ze naar kon kijken, van: ohja dit is een houding op een moment dat ik mij onveilig voel of dat ik mij angstig voel.

Interviewer: Ja, dus het schept een beetje afstand tot haar houding, waardoor ze er ook op een wat veilige manier naar kon kijken, als ik het dan goed begrijp?

Respondent 3: Ja, het was niet eens perse gelijk spel, het is gewoon in de communicatie met elkaar, dat ik haar spiegel en dat ik het zelf dus vergroot [**Interviewer:** hmm hmm] en dat ik het zelf dus vergroot [**Interviewer:** hmm hmm] en een beetje een typetje van maak en dat zij dat dus bij mij ziet en ziet als een euh.. houding van zichzelf op dat moment.

Interviewer: Ja [**Respondent 3:** ja], en hoe en hoe kon ze uiteindelijk daarmee toen aan het werk., want ik euh..

Respondent 3: Euhmmm.. Nou uiteindelijk heb ik volgens mij van een tijdje geleden. Volgens mij heb ik toen euh.. die verschillende rollen die ik.. die zei heeft, hebben we dus eigenlijk uitvergroot en volgens mij hebben we die euh.. eerst getekend en toen hebben we die uitgespeeld en.. en heb ik die geïnterviewd van: waarom ben je er? hoelang ben je er al ? [**Interviewer:** hmm] Waarom ben je zo belangrijk voor haar? Euh...

Interviewer: Dus ondanks euh.. wat je eerst benoemde het was iets van contact, heb je het wel kunnen verwerken echt zeg maar binnen het traject dramatherapie dat je met haar hebt gehad **Respondent 3:** ja]

Respondent 3: Ja omdat het zo, het was zo grappig, omdat het zo overdreven was. Werd het inderdaad een typetje en zijn we opzoek gegaan naar: welke rollen ben je dan nog meer? Weetje wel **[Interviewer:** hmm hmm, hmm hmm], het kleine bange muisje of euhh..

Interviewer: Ja precies **[Respondent 3:** ja], gewoon de verschillende kanten in haarzelf zeg maar.

Respondent 3: Ja, die verschillende rollen in jouzelf **[Interviewer : ja]** euhh... en die gaan interviewen euh.. nou ja, waarom die belangrijk zijn en wat die hebben bijgedragen zeg maar.

Interviewer: Ja, dit is dus inderdaad een voorbeeld met de cliënt **[Respondent 3:** hmm hmm] en hoe zet of wat is humor voor jouzelf?, wat levert je dat zelf op?

Respondent 3: Euh.. ik vind het, ik vind het heel erg euh.. relativierend, ik vind heel erg verbindend euh.. het maakt je heel erg mens als therapeut vind ik als je ook heel hard kan lachen over iets **[Interviewer:** hmm]. Ik merk dat ik euhm.. als we samen heel hard kunnen lachen, ja dat verbind gewoon heel erg en euhm.., maar ik ik dacht vanochtend ook over na van ja wanneer vind ik het niet goed, want ik vind... soms kun je ook heel erg meelachen met cliënten of dat kan een valkuil zijn **[Interviewer:** ja], terwijl het eigenlijk niet grappig is **[Interviewer:** hmm hmm], want dan is het meer vermijding van de cliënt, zeg maar **[Interviewer:** ja]. Dus ik merk wel dat ik in de loop van de jaren wel meer onderscheid ben gaan maken tussen wanneer is het euh.. echt grappig om te relativeren of om te verbinden en wanneer euh.. is het euh.. ja eigenlijk destructief om mee te gaan lachen.

Interviewer: Ja, precies, dus het is een beetje van onbewust bekwaam naar bewust bekwaam gegaan **[Respondent 3:** ja] in de loop der jaren **[Respondent 3:** ja].

Respondent 3: Eigenlijk humor ook wel nouja.. ik denk euh.. bewust inzetten. In eerste instantie was het in het moment en nu is het denk ik ook veel meer.., ja ook wel in het moment, maar **[Interviewer:** hmm hmm] ik kies er denk ik ook wel bewust voor om het niet te doen **[Interviewer:** hmm], omdat ik weet dat het niet passend is in het proces van iemand om mee te lachen.

Interviewer: Ja, **[Respondent 3:** ja] en euhm.. je hebt nu een voorbeeld gegeven van een individuele cliënt, heb je ook groepen?

Respondent 3: Nee, op dit moment nog niet, maar ik ga wel een groep opstarten in februari.

Interviewer: Oké, als je dan een verwachting mag doen **[Respondent 3:** ja]. Wat zou het verschil tussen 1-op-1 zijn en een humor binnen een groep?

Respondent 3: Euh.. Ja, ik denk ook wel, ik denk ook wel hetzelfde dat je in een groep ook wel eu... Ik zou in een groep daar ook wel voor willen waken hoor, want het gebeurt wel veel dat je met elkaar gaat lachen over iets wat eigenlijk heel spannend of heel verdrietig is **[Interviewer:** hmm hmm]. Euh.. en ik denk dat het ook wel goed is om euh.. te lachen in een groep, op een moment dat iedereen ja.. iets herkent wat eigenlijk gewoon heel ja.. wat wat wat misschien heel spannend is, wat je wat je normaal gesproken tegen één iemand zegt, maar wat in een groep, waar je samen om kan lachen zeg maar **[Interviewer:** hmm hmm], en het is wat ook een gezamenlijk iets wordt **[Interviewer:** ja] om de schaamte te doorbreken of euh... **[Interviewer:** spanning of whatever] de spanning of.. **[Interviewer:** dan ook speelt]. Ja, **[Interviewer:** juist] ja, maar ik vind ook wel belangrijk dat dat euh... dat het dus wel gebeurt op het moment dat het niet schadelijk is voor het proces zeg maar of voor iemands ontwikkeling.

Interviewer: En hoe maak je dat onderscheid dat je echt iets van oké ik heb humor, zet ik in op dat het wat oplevert binnen de therapeutische relatie of voor diegene en euh.. wanneer is het schadelijk voor iemand?

Respondent 3: Ik denk dat humor ook wel goed kan werken op het moment dat je iemand tegenover je hebt die heel stang is of wat neurotisch zeg maar [**Interviewer:** hmm hmm], die wat meer vast zit en humor zorgt er ook wel voor dat iemand wat euh.. flexibeler naar zich zelf gaat kijken of een ja.. ene ander perspectief kan innemen en ik denk dat ik humor bij euh.. mensen die eigenlijk al een hele vermijdende coping hebben en al de hele tijd al grapjes maken eigenlijk averechts werkt.

Interviewer: Ja, ja want dan ga je alleen maar meer op hun coping in ja.

Respondent 3: Maar ik denk dat humor vooral voor dat soort type, wat ik wat ik eerder zei. Ik denk dat voor hun heel goed erg goed is, mensen die heel strak zitten [**Interviewer:** hmm hmm], ja.

Interviewer: En wat zou dan humor precies met die mensen die wat star zijn en wat neuro.... Je zei neurotisch toch? [**Respondent 3:** iets neurotisch ja] ja. Wat wat zou dat precies met die mensen dan doen? Nou ja precies, een algemeen beeld.

Respondent 3: Nou ik denk dat je ook wel wat meer euh.. wat wat minder serieus soms naar dingen kan gaan kijken, wat minder star, dat je ook wel wat meer zelfspot kan krijgen [**Interviewer:** hmm]. Euhh.. euh.. lachen en humor is ook gewoon alleen maar mogelijk als je kan ontspannen en als je een soort stevige euh.. of als je je veilig voelt denk ik. Ik denk als je onveilig voelt, dan kun je ook niet lachen.

Interviewer: Ook niet van het lachen van de onveiligheid?

Respondent 3: Ja, dan, maar dan is het geen humor?

Interviewer: Nee oke, dat klopt helemaal. [**Respondent 3:** ja]. En euh.. zijn er specifieke werkvormen waar je bewust bijvoorbeeld ook geen humor inzet? [**Respondent 3:** bepaalde werkvormen?]. Ja, of momenten waar je denkt nu..: hier past geen humor binnen.

Respondent 3: Euh.. Nou, nee dat heb ik niet zo paraat eigenlijk, omdat ik zelfs, ja dat klinkt misschien heel stom, maar zelfs euh.. volgens mij heb er ooit een keer een soort euh... psychodrama oefening gedaan met de lege stoel [**Interviewer:** hmm hmm] en dat was dan een overleden iemand, dus eigenlijk is dat dan een heel serieus, euh... droevig iets, want daar kleeft ook wel veel nare gevoelens aan vast en toch.. ja, ik weet niet meer hoor, maar wat me dan zo te binnen schiet, dan weet ik ook nog wel dat die persoon op de stoel zat van die overleden persoon en die euh.. die zei dan bepaalde dingen en.. en dat.. dat we er ook wel om konden lachen van: ja, dat je eigenlijk geen idee hebt of diegene die dat echt zou zeggen, maar je zit van alles in te vullen voor die overleden oma ofzo [**Interviewer:** ja ja ja] weet je wel, wat zou oma er echt van vinden als ze dit zou horen, of.. nou zoiets, dat dat is dan ook wel weer grappig, ook als is het een verdrietig.. [**Interviewer:** relatief zwaar onderwerp, ja] het heeft ook wel, omdat je, ja.. en dat vond ik dan weer niet vermijdend [**Interviewer:** hmm], snap je? Want ze ze lachte niet omdat ze het verdriet niet wou voelen, maar het was gewoon even grappig, zo van: wat zou oma hiervan vinden [**Interviewer:** ja] als ze zou weten dat je hier haar eigenlijk zit te euh.. euh.. ja..

Interviewer: Ja, dus als ik het dan goed euh.. verwoord is het juist: een zwaar moment kan ook wel weer luchtig worden gemaakt door humor.

Respondent 3: Ja, en, maar ook euh.. om vanuit een ander perspectief eigenlijk naar jezelf en de realiteit te kijken [**Interviewer:** ja]. Dus vanuit die oma kijk je naar wat zijn we eigenlijk aan het doen, ohja het is serieus, maar het is ook wel een beetje grappig [**Interviewer:** hmm], ja.

Interviewer: En heb je ook wel eens gehad dat euh.. humor in het verkeerde keelgat schoot bij iemand?

Respondent 3: euh.. Nou, ja, volgens mij bij wat een narcistische jongen. Bij hem was het juist ook wel belangrijk humor **[Interviewer: hmm hmm]**. Want ik dat het het is soms echt heel idioot wat ik dan soms zag, weet je wel. Iemand die zichzelf continu echt fantastisch vindt en euh.. die zichzelf veel groter maakt en dat is gewoon heel grappig. Dus soms als je dat spiegelt, want dat is, vind ik, heel goed. Dan zie je eigenlijk ook hoe gek dat eigenlijk is wat je aan het doen bent **[Interviewer: hmm hmm]**.. Maar die echte narcisten die kunnen.. die zijn ook heel krengbaar **[Interviewer: hmm hmm, hmm hmm]**. Dus daarin vind ik euh.. de lijn tussen: wat is grappig en wanneer voelt iemand zich gekrenkt of belachelijk gemaakt, die is wat dun denk ik. Dus volgens mij was het bij hem ook wel nodig dat die voelde dat we echt wel een rel.. een goede werkrelatie hadden en dat die echt wel wist wat ik van hem vond en dat af en toe klein beetje.... **[Interviewer: prikken]** prikken **[Interviewer: lacht]**, ja. Niet helemaal afmaken **[Interviewer: nee, ja, ja ja, ik snap wat je bedoelt]** ja.

Interviewer: En heeft hem dat uiteindelijk dan euh... zeg maar, want hé je zegt het was een dunne grens **[Respondent 3: hmm hmm]**, was die grens bewaakbaar?

Respondent 3: Euhm, ja ik denk, wann- net zei, ik denk dat dat er voor zorgt dat het wel kon **[Interviewer: hmm hmm]**, maar dat ik voelde dat het wel fragiel is **[Interviewer: ja]**, dus daarin moet je wel heel voorzichtig denk ik het inzetten, daar kun je niet zomaar dingen eruit flappen **[Interviewer: hmm hmm, hmm hmm]**, maar ik denk bij die jongen is het wel heel belangrijk dat dat die soms gewoon werd in zijn houding, zonder het gevoel te hebben dat die dus euh.. belachelijk werd gemaakt, dus daardoor dacht ik van: ja, dit is nodig, maar ik moet wel echt heel voorzichtig hierin zijn.

Interviewer: Ja, want euh.. dat klinkt heel mooi, want dan stem je humor af op die cliënt **[Respondent 3: ja]**, hoe doe je dat zeg maar euh.. hoe stem je je humor af op verschillende cliënten? Ik bedoel iedereen heeft zijn eigen vorm van humor en kijkt anders tegen humor aan, hoe bepaal je hoe je daar in meegaat?

Respondent 3: Hmm, ja.. bij iedereen is humor anders. Sommige mensen zijn heel sarcastisch, sommige jongens praten heel erg euh ja... **[lacht]** **[Interviewer: [accent van hangjongeren] ja tocchhh]**, ja precies **[Interviewer & Respondent 3: [lachen]]**, beetje straattaal en zo **[Interviewer: hmm hmm, hmm hmm]**, euh.. ja ik denk het sleutelwoord is spiegelen of zo, in alles kun je dingen uitvergroten spiegelen, euh.. wat jongens doen met straattaal of wat meisjes doen juist in het hele strakke **[Interviewer: hmm hmm]**, alles kun je uitvergroten en overal zit dan eigenlijk wel een kern in van hoe iemand is of wat die doet of euh.. snap je?

Interviewer: Ja, ja en dat bedoelde je ook bij het begin, want het eerste wat euh.. bij je opkwam met humor is het: spiegelen en het uitvergroten daar van toch?

Respondent 3: Dan dus wel met de jongeren wel ook euh.. euh.. een beetje op een liefdevolle manier **[Interviewer: ja]**. Dus op zo doen dat mensen ook voelen met welke rede je dat doet weet je wel? **[Interviewer: hmm hmm, hmm hmm]**.

Interviewer: en zeg maar binnen, euh....

Respondent 3: Want ik ook spiegelen.. of njaa.. ik.. ik ben bijvoorbeeld super vergeetachtig **[Interviewer: hmm hmm]** en ik ben echt wel een beetje chaotisch **[Interviewer: grinnikt]** en euh... ik vind het ook best wel moeilijk om stipt op tijd te komen **[lacht]** en dat weten heel veel jongeren van mij en die zeggen dan ook: ja hoor, komt ze weer te laat **[Interviewer en Respondent 3: praten onverstaanbaar door elkaar]**. En dan moet ik ook gewoon daarom lachen **[Interviewer: hmm]**, omdat ik zeg van: ja, wat moet je nou

met z'n therapeut [Interviewer: hmm], weet je wel [Interviewer: ja], die dingen vergeet [Interviewer: hmm hmm]. Dus euh..het is ook wel mijzelf op de hak nemen [Interviewer: hmm] en vanuit hun perspectief naar mijzelf kijken en dat helpt ook wel weer.. dat maakt mij ook wel weer mens, weet je wel? [Interviewer: ja], ja.

Interviewer: Dat is inderdaad ook mooi dat je op die manier wel je kwetsbaarheid kan tonen, maar wel gewoon met een laagje humor [Respondent 3: ja] van dat het niet per se heel zwaar is van: woah ik ben wat vergeten en [Respondent 3: nee, helemaal niet]. Nja, ik denk ook wel dat dat heel belangrijk is [Respondent 3: ja].

Respondent 3: Ja, want daardoor hebben ze zelf veel eerder van: ohja, dat heb ik ook gehad vorige week of euh...

Interviewer: Dus een stuk- [Respondent 3: ben je er nu ineens bang voor] dus een stukje verbinding creëren [Respondent 3: heel erg verbinden, ja] en ook.. wat je.. waar we het net al over hadden: dat stukje wat rolmodel, dat je ook gewoon laat zien van: ja, weetje, ik ben [Interviewer & correspondent: ook maar een mens, ja]

Respondent 3: Is ook echt belangrijk, dus het is, ik denk dat zowel euh... een interventie kan zijn waar je heel bewust over nadenkt, maar ook gewoon een manier om, om, een, ja een veilige werkrelatie op te bouwen denk ik.

Interviewer: Hm, en je gaf net al aan van euhh.. dat je zeg maar in het begin humor gewoon inzette en later wat meer bewust maakte, dus van euh.. Onbewust naar onbekwaam naar bewust bekwaam. Hoe is dat proces verlopen?

Respondent 3: Hmmm.. ik denk dat het ook wel ja wel gewoon ervaring is, maar ook de opleiding die ik nu doe die psychodramaoefening [Interviewer: hmm hmm] of euh.. psychodramaopleiding ik merk dat ik dat daar ook wel heel erg geleerd heb [Interviewer & correspondent: ja]. Ja het is denk ik ook gewoon ervaring en en merken wat wel werkt en niet en wat therapeutisch en wat juist averechts werkt. Ik denk dat ik in het begin als therapeut ook wel euh... heel erg nog in het medium zat. Euh en ook wel wat vermijder kon zijn, omdat so- omdat je als beginnende therapeut, soms ook nog niet helemaal weet hoe je met bepaalde dingen om kan gaan [Interviewer: hmm hmm hmm] en door de ervaring denk ik euh... dat ik het eerder herken, maar dat ik ook veel meer de problematiek in mijn achterhoofd houdt. Dat dat minder gelijk in het medium zit, maar dat ik eerst bedenken wat is er aan de hand, welke problematiek hebben we hier en uhm.. wat moet er dan gebeuren? Dus wat ik zei: als iemand wat meer neurotisch is en wat meer euh.. meer een denker [Interviewer: hmm hmm hmm] wat wat star zeg maar, dan vind ik humor echt een interventie [Interviewer: ja], dus ik g- ik kijk eigenlijk denk ik meer vanuit de diagnostiek eerst.

Interviewer: Ja precies, [Respondent 3: denk ik, dan in het begin], dus je gaat als ik het zo mag noemen: je gaat er wat bewuster mee om [Respondent 3: ja], je denkt er wat meer over na [Respondent 3: ja, ik denk het wel ja]. Want euh.. wat zouden euh.. in jouw mening dramatherapeuten doen om daar bewuster mee om te gaan?

Respondent 3: wa.. wat dramatherapeuten in het algemeen?

Interviewer: Ja met humor zeg maar, met humor als interventie.

Respondent 3: Euh.... ja, dat vind ik lastig, ik bedoel het is ook gewoon een beetje wie ik ben eigenlijk [Interviewer: hmm hmm] of wat ik zelf ontdekt heb of euh.. maar ik denk ik denk ook jezelf, ja het klinkt misschien een beetje gek, want je moet jezelf wel serieus nemen, maar niet te [Interviewer: hmm hmm]

hmm hmm]. Want ik vind dat heel veel therapeuten zichzelf ook wel... ja.. je je je wordt daardoor ook wel een soort van onaantastbaar, soms, als je teveel therapeut bent **[Interviewer: ja]**, als je snapt wat ik bedoel?

Interviewer: Ja, als ik het dan goed begrijp **[Respondent 3: die rol]** jezelf wat meer aan de kant zetten en dan zeg maar die therapeutenrol naar voren zetten, je moet ze een beetje samen laten werken.

Respondent 3: ja, bent therapeut, maar je bent ook gewoon jezelf, weet je wel? **[Interviewer: ja, ja ja ja ja]**. Tenminste ik, volgens mij kun je ook weinig humor gebruiken als je te veel afstand neemt van jezelf en alleen maar in je je rol zit als therapeut, ja, ben ik euh.. onduidelijk?

Interviewer: Nee, ik denk dat ik hem wel snap, gewoon dat je je persoonlijk ja.. even onderdrukt met de rol van therapeut, tenminste zo vat ik hem nu op.

Respondent 3: Ik kan het niet anders beschrijven dan hoe ik het voel, weet je wel **[Interviewer: ja]**? Dit is gewoon wie ik ben en euh.. ik heb humor altijd al heel belangrijk gevonden **[Interviewer: hmm hmm hmm]**, ook voordat ik hier kwam werken en euh.. euh.. en ik heb denk ik ook, ik kan ook heel erg lachen over mijzelf of mij- of mijn eigen mislukkingen, weet je wel? **[Interviewer: hmm hmm]** of.. dat vind ik gewoon heel erg leuk en dat relativeert ook omdat ik denk: ja, nja morgen weer een dag **[Interviewer: lacht]** of euh..het is een leuk verhaal op een feestje of euh **[Interviewer: hmm hmm hmm]**.. en dat is niet om het weg te drukken, maar meer omdat ik denk: ja, je gaat denk ik wel meer onderscheiden, wat is nou be- echt belangrijk ? **[Interviewer: hmm hmm]**.

Interviewer: Het is ook een bepaalde nuchterheid, hoor ik er in.

Respondent 3: Kan nuchterheid, ja **[Interviewer: ja]**, het zorgt ook voor luchtheid ja, ja **[Interviewer: ja, mooi]**. Want dat is het denk ik ook: ik denk dat als jongeren binnen de hulpverlening, misschien alle cliënten wel, maar ik kan alleen vanuit hier praten. Je wordt echt doodgegooid met wat je allemaal wel niet kan, wat moeilijk is, wat een probleem is, het is allemaal heel zwaar ook en serieus **[Interviewer: hmm hmm]** en humor zorgt er denk ik ook voor dat humor dat je los van al die diagnoses, tegelijkertijd hé, euh.. dat je ook gewoon euh.. contact hebt van mens tot mens en dat dat ook gewoon leuk mag zijn en speels **[Interviewer: hmm]**.

Interviewer: Dus dat zeg maar speelse dat komt dan ook wel weer mooi dan terug in dramatherapie **[Respondent 3: ja]**. Daar valt dan **[Respondent 3: ja, dat is waar]**, dan ben ik even keihard aan het invullen, maar daar valt dan humor ook wel weer mooi tussen **[Respondent 3: ja, zeker]**.

Respondent 3: Speelsheid zorgt ook wel voor humor denk ik of andersom ja **[Interviewer: ja, of een combinatie van]** ja.

Interviewer: Ja mooi, want als ik dan zeg maar, ik heb echt letterlijk dan één deelvraag die is hé: op welke manier euh.. kan humor worden ingezet euh.. binnen dramatherapie **[Respondent 3:hmm hmm]**. Wat zou dan in jouw eigen woorden daar antwoord op zijn, in een paar regels.

Respondent 3: Oh, dat vind ik best een grote vraag eigenlijk.

Interviewer: [lacht], dat is ook zeer grote vraag.

Respondent 3: [lacht], ja ik denk eigenlijk alles wat ik net zei, gewoon euh.. ik denk vanuit euh.. ja de werkrelatie, maar dat je dus euh.. ik denk dat het ook wel belangrijk is om inderdaad bewust te zijn van.. euh.. ja, welke problematiek voor me. Wat ik net zei een narcist die tegen over je hebt is weer heel anders dan een borderliner **[Interviewer: ja]** of euh..

Interviewer: Dus het is inderdaad wat je zegt is heel goed je humor afstemmen op de problematiek en de persoon die je voor je zit.

Respondent 3: Ja, dat denk ik wel ja en ik denk uiteindelijk dat het dat humor euh.. voor iedere werkrelatie ook wel mooi is als therapeutische attitude, maar je moet denk ik wel bewust zijn hoe je het inzet, want je kan niet zomaar de meest grove grappen natuurlijk, ja dat weet iedereen wel **Interviewer:** ja], even... [lacht] **Interviewer:** ik snap het] ja afgestemd denk ik **Interviewer:** ja], humor afstemmen op wat je voor je hebt **Interviewer:** ja].

Interviewer: Oke, nou, duidelijk, zijn er...

Respondent 3: Want wat, dat vind ik ook wel interessant, wat is humor **Interviewer:** wat is humor].? Weet je wel? Voor mij voor mij is dat wel voor mij voor mij is dat misschien heel anders dan voor jou.

Interviewer: Voor het verslag zelf, heb ik euh.. een paar definities gezocht **Respondent 3:** hmm hmm] en ik moet zelf nog even kijken welke, maar één definitie gaat het verslag leunen **Respondent 3:** oh ja]. Anders krijg je natuurlijk allemaal dinge door elkaar lopen?

Respondent 3: en welke is het?

Interviewer: Ja, dat weet ik zelf ook nog niet **Respondent 3:** Oh, dat weet je nog niet], nee **Respondent 3:** oh nee]. Ik moet er zelf ook nog eventjes goed over nadenken **Respondent 3:** ja], welke definitie vind ik als onderzoeker het beste het verslag ondersteunen.

Respondent 3: Wat vindt jij euh.. definitie van humor?

Interviewer: Definitie van humor, ja dat is een pittige vraag **Respondent 3 en interviewer** [lachen]] **Respondent 3:** ja hé]. Ik wist dat ik die terug ging krijgen. Dat is leuk, dat was bij mijn vorige interview ook. Definitie van humor euh.. Ja iets wat voor beide partijen uit het gebruikelijke gaat **Respondent 3:** hmm hmm]. Dus zeg maar ik als er bijvoorbeeld iets wat totaal niet verwacht wordt en dat dan euh beide partijen snappen van: oké, dit is iets dan het normale en daar dan plezier over kunnen hebben, maar ik zou humor inzetten inderdaad om het ijs te breken, om te verbinden **Respondent 3:** hmm hmm] om de zwaarte er af te halen.

Respondent 3: Ja, heel erg in het eerste contact bedoel je?

Interviewer: Ja, ook wel gewoon door heel euh.. vooral als het voor diegene als het even zwaar is **Respondent 3:** ja], dan inderdaad ook aanvoelen van: goh, kan humor hier een rol hebben?

Respondent 3: Ja **Interviewer:** ja], maar maar humor is tegelijkertijd, gebeurt ook gewoon spontaan, daar denk je ook niet altijd over na toch?

Interviewer: Nee, klopt

Respondent 3: Gebeurt ook gewoon in het moment **Interviewer:** hmm hmm] dat iets heel grappig is, of euh... **Interviewer:** ja].

Interviewer: Maar ik heb wel als doel van het verslag dat er wel **Respondent 3:** bewust] ja **Respondent 3:** ja] voor hoever je bewust altijd alles kan doen **Respondent 3:** ja]. Dat er wel stil bij gestaan wordt: oké zet ik wel humor in **Respondent 3:** ja] voor de cliënt en zet ik hem bijvoorbeeld niet om zelf te vermijden **Respondent 3:** ja, precies]

Respondent 3: Ja, wat ik net ook euh.. **Interviewer:** ja] ja. Ik vind het echt wel interessant ja **Interviewer:** ja] .

Bijlage H: Interview respondent 4

Symbol	Betekenis
[]	weergeven wanneer een andere partij iets zegt of een actie die plaatsvindt.
..	onderbreking door het nadenken.
-	Acute onderbreking.

Interviewer: Yes, hij loopt, nou goed humor en dramatherapie, wat is je eerste associatie daarbij?

Respondent 4: Euh.. mijn eerste associatie daarbij is, dat: euh.. ik denk dat humor een euh.. humor hebben van de cliënt zelf een belangrijke indicator is van het ervaren van plezier [interviewer: hmm hmm] binnen de therapie en ik vind plezier één van de belangrijkste dingen die in eerste instantie wel aanwezig moet zijn en het humor hebben van de therapeut vind ik daarin heel belangrijk, omdat je euh.. euh.. het is een mooie interventie die je kan plegen [interviewer: hmm hmm], maar het zorgt ook voor plezier [interviewer: ja] en dingen met humor kan aandragen en om dingen wat verlicht kunnen worden [interviewer: hmm]. Dus op de juiste manier humor inzetten, kan heel fijn zijn voor de cliënt.

Interviewer: Je zei net dat je euh.. plezier heel belangrijk vond [interviewer: ja] het het, waarom vind je dat het, volgens mij zij je zelfs het belangrijkste toch?

Respondent 4: Ja[interviewer: ja], dat vind ik wel een van de belangrijkste dingen euh.. van o- om vanuit te beginnen [interviewer: hmm]. Dus om plezier te kunnen ervaren in wat we hier doen [interviewer: hmm] euh.. euh.. ik merk dat binnen het werk wat ik doe dat je euh.. verschillende ke- je hebt affiniteit met drama of je hebt het niet [interviewer: hmm hmm] en op het moment dat je dat affiniteit hebt kan je ook meer plezier ervaren, maar als je het niet hebt dan wordt het plezier en dan kom je met tegenzin en dan heb je al die weerstand en dan moet je daar weer doorheen, terwijl je al aan iets harstikke moeilijks moet gaan werken [interviewer: hmm hmm]. Dus als je plezier hebt en met plezier aan iets werkt is het en fijner om aan te werken, dan heb je minder weerstand, maarjah het is ook gewoon zo, ook in het onderwijs, ik werk dan met kinderen veel euh.. kinderen leren op creatieve wijze[interviewer: hmm], in plezier in het uiten hé in het in het in het meer vrij zijn. Niet in het strikte regeltjes en euh.. [interviewer: hmm hmm] mja, dus plezier zorgt er dus ook voor dat nieuwe ervaringen beter opgenomen kan worden en dat je het ook durft toe te passen en gaat toepassen [interviewer: hmm hmm].

Interviewer: En in dat plezier wat voor euh.. wat heeft humor daar voor een rol in, wat voegt het daar aan toe?

Respondent 4: Nou ik denk dat: als je humor inbrengt, dat je iemands gevoel kan verlichten en plezier kan laten ervaren. Dat is natuurlijk niet altijd zo. Ik bedoel als je iemand humor en.., maar ook iemand serieus neemt, het is natuurlijk niet alleen maar humor, denk: euh.. je hebt natuurlijk mensen die de hele tijd humor willen toepassen en de lach op de hand willen hebben [interviewer: hmm hmm, hmm hmm] en dat is niet wat ik ontzie onder humor, maar gewoon het het euh.. de de euh.. ja.. de de het het wat lichter kan maken [interviewer: ja]. Ik denk dat der voor zorgt waardoor je weer makkelijker ben plezier kan komen, want over het algemeen mensen die komen, maar ook gezinnen die komen met een zwaar gevoel. Ja en en nou laten we met z'n allen heel zwaar gaan zijn [lacht] [interviewer: ja], dan kom je er ook niet. Ik denk dat als je er met humor meer inzit het het af en toe heel even, dat merk je ook als je mensen aan het praten bent euh.. met ouders en gezinnen of met kinderen, dan is het even zo: [doet

kinderen na die lachen] en dan voel je [maakt een diepe zucht] zo even ontspanning [interviewer: hmm
hmm, hmm hmm] het is toch even ja.. even even een opluchting ook en dat hebben ze ook echt nodig,
want het is allemaal al zo zwaar [interviewer: hmm hmm], anders zouden ze hier niet zijn [interviewer:
hmm].

Interviewer: Heb je daar ook een euh.. voorbeeldje van in de praktijk?

Respondent 4: Euh, nou ja vanochtend had ik dan een evaluatie met ouders, dat is dan wel mooi, dan merk je euh.. euh.. het gaat over hun dochter en die heeft mogelijk euh.. autisme [interviewer: hmm]. Heel sterk vermoeden van euh.. en daar hebben ze nu besloten om daar toch onderzoek naar te doen en dan zie je- merk je het wat het bij ze oproept: moeder is angstig, verdrietig en als je dan even een beetje het euh.. een humor momentje inbrengt en dan niet.. hé wat gebeurde er nou? Ja, we hadden het ergens over als je een grapje maakt en het gaat niet over dat, dus je je euh.. Je ontkracht niet een gevoel of een situatie wat moeilijk is, maar terwijl we vertellen over het meisje, er gebeurde er iets in de therapie had ik het volgens mij over en dan maakte we dan een beetje een grapje van [interviewer: hmm hmm], dan kunnen ze even lachen en dan kunnen ze ook zie: ja, het is ook oké ofzo [interviewer: ja], ik weet niet ik weet het niet meer precies, lekker vaag is dat [interviewer: [acht], maakt niet uit]. Euh euh, ja ik zag bij ouders: dat ze even konden ontspannen en daardoor niet vastliepen in de heftigheid van de emoties [interviewer: hmm], wat ook op momenten goed is hé, want op het moment is het ook goed om: oké nu moeten we even door dat verdriet heen, we gaan niet doen alsof het er niet is [interviewer: hmm hmm]. Want er zijn momenten dan heeft het voor ouders even die meerwaarde niet, want dan wordt het juist heel zwaar, omdat het zo zwaar is om te ervaren allemaal en te voelen en te beseffen, ja dit is misschien zoals het is en dan dan kan je juist verzanden in in in ik kom er nooit meer uit en het zou de rest van je leven zo zijn en oh oh oh. Ja, dat zijn allemaal pieker gedachten [interviewer: hmm hmm, hmm hmm], dus die humor haalt ze wel uit uit die angst uit dat piekeren.

Interviewer: Een beetje uit die sleur zeg maar, dat er in blijven hangen daarin?

Respondent 4: Ja, dat dat dat dat grinden in het hoofd [interviewer: hmm hmm, hmm hmm] zo en het doorbreekt hé, het is letterlijk tak. Ik bedoel het is eventjes: oké we moeten hier even uit en je kan weer door [interviewer: ja]. Mits je het echt met wel ook, denk dat wel dat het heel belangrijk is: om iemand het gevoel te geven dat die serieus euh.. wordt gezien. Euh.. ik heb nu ook net een euh. euh.. euh.. cursus Act gedaan en daarin komt het ook heel erg naar voren het euh.., zijn we bezig met euh.. geweest met het het vervormen van de negatieve gedachten die je hebt [interviewer: hmm, hmm hmm], door ze meer van een afstand te kunnen bekijken. Na, ze hebben nu een paar keer in de sessie toegepast. Door bijvoorbeeld een gek stemmetje op te gaan zetten, dus: oh, dus je hebt dus een gedachte ik kan dit echt niet of ze doen weer zo heel erg stom, ze doen altijd stom, dus euh.. dan zeg ik oké: nou als ik het heel vaak zeg, dan geeft het een naar gevoel en op een gegeven moment veranderen we de de de de klank, dus dan ga ik het anders zeggen hé, dan werken we daar naar toe en op een gegeven moment zit ik: euh.. zit ik het heel gek te zeggen en op een gegeven moment zitten we gewoon te lachen [interviewer: hmm hmm]. Dan is het gewoon.. en dan zegt die cliënt aan het einde: ja... dit is eigenlijk.. het voelt gewoon minder zwaar [interviewer: hmm, Dus..], het is er nog wel, want het is er gewoon, je kan het niet negeren. Hé dat is cognitieve gedragstherapie [interviewer: hmm hmm, hmm hmm] het is meer meer je moet het vergete.., dus het blijft er wel zijn, maar het is zo veel minder zwaar, het wordt draagbaar [interviewer: ja].

Interviewer: Dus een beetje eigenlijk als ik het euh.. even in woorden samenvat is het eigenlijk: afstand nemen van de problematiek of even van een ander perspectief bekijken, kan ik het zo noemen?

Respondent 4: Euh.. ja, het verandert wel je perspectie [**interviewer:** ja]. Het zorgt voor wat afstand dus voor de distantie. Het verandert je.. pers- ja, perspectief. Euh.. euh.. ja dat en dat zorgt voor verlichting eigenlijk toch wel een beetje [**interviewer:** hmm], niet voor het wegnemen en dat dat dat is sowieso, vind ik sowieso belangrijk: je moet niet de dingen wegnemen en dus daarom moet humor ook niet de hele tijd ingezet worden [**interviewer:** hmm hmm], want dan kom je er nooit denk ik ook.

Interviewer: Nee, dat denk ik ook, dan kan het ook inderdaad in de zin van een stukje vermijding van: of zelfs de therapeut of de cliënt, dat dat zeg maar..

Respondent 4: Ja, ja want zou als therapeut momenten hebben van: nou euh.. dit wil ik liever niet aan [**interviewer:** hmm hmm] en dan ga je er maar een beetje lacherig over doen [**interviewer:** ja, ja een stukje tegevenoverdracht], ja, ma- maar dat is niet goed. Da da die die humor die kun je beter gewoon uit de deur laten en niet meegenemen, want dat heeft echt wel invloed op het proces van de cliënt [**interviewer:** hmm hmm]. Dus en dat is ook altijd euh.. wat ik wel meenemen voor mijzelf: als ik mijzelf ergens nog niet in comfortabel voel, een werkvorm, zet ik hem ook niet in, want het is wel: ik moet me wel comfortabel voelen, want er kunnen dingen naar boven komen die mij ook raken [**interviewer:** hmm hmm, hmm hmm]. Dus zo lang ik me dan maar comfortabel voel in de werkvorm, dan loopt het wel lekker en dan hoef ik ook niet humor in te zetten om even te verlichten, dan kunnen we er ook doorheen [**interviewer:** juist, ja]. Dus het is echt een humor zie ik wel als een interventie zeg maar [**interviewer:** hmm hmm], niet als een must euh.. om altijd te hebben [**interviewer:** ja].

Interviewer: Want zijn er ook momenten of sessies waar je, laten we het even op sessies trekken, echt een sessie waar je bewust geen humor inzet of werkvormen?

Respondent 4: Euh, vast, dat weet ik even niet. Ja.. der zijn wel, euh.. ik denk als ik reflecteer op mijzelf: humor, als ik humor inzet, dan dan euh.. dan zit het wel wat meer in de wat wat grotere energie, dan ben ik, als ik rustig ben en volgend ben, dan ga ik niet heel snel die humor kant op. Dus ik heb nu ook een meisje die heel rustig, meer timide is, eigenlijk niet zoveel last heeft van dingen, ja dan dan dan ben ik meer volgend en zijn we gewoon samen aan- dingen aan het doen en dan ben ik minder met humor aan het doen, maar wel meer gewoon euh.. euh.. aan het genieten van de dingen die we doen [**interviewer:** ja, ja] dus zeggen: oh, wat leuk en jeetje, dit euh.. wat wat doe je dit goed en, maar dan denk ik wel dat ik minder grappen maak, maar ook gewoon omdat ik denk: ja, het heeft niet een toegevoegde waarde [**interviewer:** hmm hmm, hmm hmm] euh.. maar ook is het opletten, omdat het mensen kan afschrikken. Het moet wel een bepaalde band met iemand hebben voordat ik humor inzet en er zijn ook ouders waar ik mee werk, waarvan ik denk: nou daar moet ik echt niet doen [**interviewer:** grinnikt], er zijn mensen die het echt niet waarderen [**interviewer:** hmm hmm, hmm hmm], euh.. ik gebruik wel veel symboliek in m'n humor, dus m'n humor is wel gekoppeld aan de symboliek vaak. Dus het is wel euh.. euh. dat ik een een symbool gebruik als voorbeeld, waardoor wel iemand: oh ja, oh ja, het dus ook snapt wat, wat, wat ik zeg [**interviewer:** hmm hmm, kun je daar..] zonder het direct te moeten zeggen [**interviewer:** hmm hmm].

Interviewer: Heb je daar praktijkvoorbeeldje voor mij, dat ik er een beetje beeld bij kan krijgen?

Respondent 4: Euh.. ik zit te denken.. het is een lange week geweest.. Bijvoorbeeld hé: je ziet die liggende acht daar op het bord ook wel [**interviewer:** hmm hmm], kan ik niet een heel goed voorbeeld merk ik, maar euh.. Het is een beetje zo van: die liggende acht heb ik omdat euh.. twee jongens heel sterk op elkaar de hele tijd gaan reageren. Ik heb die jongen in het groen dan bij mij euh.. en hij zegt de

hele tijd van: ja, ja.. euh.. euh.. hij hij doet iets en ja weetje ik denk ik schop hem gewoon terug, dat vind ik leuk [interviewer: hmm]. Dus ik zei: oké, dus en dan maak ik op een gegeven moment dus jij reageert, jij reageert, dus jullie zijn een soort euh.. het het het is eigenlijk het infinity teken, maar dat kan ik niet zo.. [Interviewer: ja, ja oneindig, ja] het oneindig. Want ik zeg jullie zijn dus oneindig de hele tijd hetzelfde aan het doen, want op een gegeven moment, jullie zijn elkaar dus oneindig de hele tijd aan de reet aan het bijten, weet je wel? [Interviewer: hmm hmm] Want je bent de hele tijd achter elkaar aan het rennen [interviewer: ja ja ja]. Ja en dat geeft hem humor en hij denkt meteen: oh ja en hij zij: oh ja, oh ja, nu snap ik hem wel. Dus het geeft dan wel.. ja.

Interviewer: Ja, het geeft een beeld ze-, het geeft een beeld aan hem terug, wat hij eigenlijk..

Respondent 4: Waar- waardoor die het voor zich ziet [interviewer: ja] en dat die denkt: dit werkt helemaal niet [interviewer: ja, precies].

Interviewer: Dus het helpt een stukje- in dit euh. [Respondent 4: ik gebruikt]. voorbeeld een stukje visualisatie [Respondent 4: ja], dat hij daar ook in denkt van: oh ja, maar z- zo gaat het ook en dat en daardoor in combinatie met humor tot.. ja

Respondent 4: Daar kunnen we om lachen, want het is grappig, want het is weetje [interviewer: hmm hmm], het is gewoon een grappig gezicht [interviewer: ja] en en en ik kan het zien als bijvoorbeeld een slang die de hele tijd in in in z'n staart bijt [interviewer: [lacht]], maar ook twee honden die achter elkaar blijven aanrennen [interviewer: ja, precies], een hond die achter z'n eigen staart aan rent, ja het is maar welk beeld bij krijgt, het verschilt per cliënt [interviewer: ja], welk dier er ik in in in gebruik [interviewer: ja].

Interviewer: Maar nu inderdaad snap ik wel inderdaad dat je zegt: met metaforen en een beetje humor [Respondent 4: ja] daarin dan euh.. ja, dan wordt het wat duidelijk voor de cliënt wat [Respondent 4: in plaats van..] er gebeurt.

Respondent 4: ..dat ik tegen hem zeg: hé luister, maar als jij hem slaat en hij slaat jou, dan kun je toch beter stoppen met slaan? [Interviewer: ja], en dat zeg ik op een gegeven moment ook wel, ik zeg: dus het helpt toch niet? Ohja.. maar als ik dat niet bij deze jongen dan niet dat voorbeeld erbij geef dan denk dekt die ja ja, dan zegt die ja en dan weet ik gewoon dat die het blijft doen [interviewer: hmm hmm] en gewoon als ik te direct ben daarin dan [interviewer: ja, precies dus dan..] wordt ik een juf [interviewer: ja]

Interviewer: Ja inderdaad en dit laat in ieder geval eerst wat meer afstand creëren door de symboliek en door desnoods de dieren gebruiken [Respondent 4: ja, bijvoorbeeld bij hem] dus dat creëert wat meer afstand.

Respondent 4: Ja, kan ook gewoon, oh ja, vanmiddag hadden we het ook over euh.. euh.. dat je steun voor je je loopt je weg naar huis, maar eigenlijk weet je het middenstuk van de route hier heb je geen beeld bij dat is gewoon een groot gat [interviewer: hmm hmm], dus daar hebben we het over het meisje met autisme mogelijk. Ik zeg: ja die heeft gewoon die euh euh die heeft dus de hele tijd gaten in haar hoofd dan is het gewoon een groot is dan is het allemaal een groot gat, gatenkaas [interviewer: ja], het is eigenlijk wel grappig [Respondent 4 & interviewer: lachen] [interviewer: ja, precies], maar waarbij ouders wel de hele tijd erna blijven zeggen: ja, maar dat is het inderdaad. Het is ze ka- ze- het is gewoon een gat op dat moment [interviewer: ja] en ze kan het niet zelf invullen. Dus ze raak in paniek: ja, oh jé ja, ik snap hem. Ja het het het is prachtig [interviewer: ja].

Interviewer: Ja want je hebt dan eigenlijk de symbo- symboliek die het uitlegt doormiddel van een symbool dus mogelijk wat makkelijker maakt, maar het is ook enigszins wel grappig en humor. Wat humor, want ja gatenkaas is natuurlijk een cryptische, nja niet zozeer een cryptische.. **[Respondent 4: ja, zie je dochter maar als een meisje hoofd vol gatenkaas],** maar een bijzondere omschrijving, ja.

Respondent 4: Weetje **[Respondent 4 & interviewer: lachen]** **[Interviewer: ja, precies, dan zie je het wel voor je]** ja dat geeft wel een gek beeld **[Interviewer: ja]** ja: oh ja oh ja, ja, zo **[Interviewer: ja]** of ja, **[Interviewer: hmm].** ja dat.

Interviewer: Ik weet niet, werk je ook met groepen of werk je alleen individueel?

Respondent 4: Nee, ook met groepen.

Interviewer: Oké, is er nog verschil zeg maar met zeg maar 1-op-1 humor en als je in een groep werkt?

Respondent 4: Euh.. ja, persoonlijk vind ik in een groep euh.. het het euh.. makkelijker soms, kan ik wat makkelijk humor inzetten. Euh.. misschien doe ik het gewoon, nee in een groep zet ik wel meer humor in. Euh.. de groep die ik nu heb is ook wel, omdat weet je dan beginnen we en dan is het allemaal zo, zo staren weet je wel **[interviewer: hmm hmm, hmm]** even zo en ik denk: oké hier moeten we even uit, kom op! **[interviewer: lacht].** Weet je want anders dan d-d gaat z'n groep met elkaar mee vervolgens weer **[interviewer: dat steekt ook natuurlijk ook aan dus]** **[Respondent 4 & interviewer: ja, ja]** en thema's zijn zijn kunnen heftig zijn en zwaar zijn, maar het- deze meiden die ik dan nu heb in een groep, 3 meiden, die euh.. bij hun doet het heel veel goed om af en toe even te lachen **[interviewer: hmm]** omdat dat de spanning al wat hoger is van het samen zijn **[interviewer: ja, hmm hmm]** en het het euh.. de ruimte moeten zoeken, want het gaat heel erg om het sociale stukje: hoe ga daarin om, hoe ga je met elkaar om, wat laat jezelf zien? **[interviewer: hmm hmm]** euh.. en en dan denk ik inderdaad wel dat ik het wat makkelijker en wat sneller inzet **[interviewer: ja].** Omdat het gewoon al spannend genoeg is ook wel, ik denk echt dat wat **[puffend geluid]** spanning weg kan halen **[interviewer: ja],** mits je d- alles wat er verder vertelt serieus geno- serieus neemt.

Interviewer: Ja, precies en inderdaad wat je al eerder benoemde van: humor niet de hele tijd, maar gewoon echt op die momenten kiezen dat het nodig is.

Respondent 4: En ook vanuit eerlijkheid denk ik wel. Ik heb nu de cliënt bijvoorbeeld, waarbij ik het echt vanuit eerlijkheid inzet euh.. en en dat kan dat vindt ze dan ook weer heel fijn of zo **[interviewer: hmm]** het is euh.. het is ook gewoon mezelf af en toe neerzetten, humor op mijzelf toepassen voor een ander **[interviewer: hmm hmm, hmm hmm]** gewoon transparant zijn over: oh ja, dat daar ging iets fout en mijzelf een beetje.. **[Interviewer: een beetje zelfspot zeg maar]** in humor nemen. Ja, ja want zo dat ze mij niet te hoog neerzetten, want ik ben ik ben ook gewoon een mens **[interviewer: ja precies, ja]** dat is wel, denk dat dat ook wel werkend is met humor op jezelf toepasbaar en op een situa- en op anderen. Hé, heel boos zijn op een ander kind en die op een bepaalde manier neer kunnen zetten en dan oh ja, oh ja, oh ja, nou zie je zo dat di- die kinderen soms denken van: het valt eigenlijk dus wel mee.

Interviewer: Hmm, dus dat is een beetje dat relativeren dat het.. hé, wat je net zei: dat het wat rustiger wordt en iets **[Respondent 4: ja]** opent toch **[Respondent 4: ja]** ja **[Respondent 4: ja].** Dus we hebben nu best wel, tenminste als we het zo over humor hebben heel veel de krachtige kant en wat zij de euh.. mogelijkheden dat humor dat niet zo goed werkt in jouw belevenis? Of..

Respondent 4: Euh.. als mensen euh euh.. Nou, ik denk als mensen in emotie zitten, dus ver in emotie zitten, boosheid of euh.. verdriet denk ik dat je een afstand moet nemen en dat je mensen de tijd moet geven euh.. dus de ruimte geeft voordat bijvoorbeeld denk. Humor zorgt er ook voor dat je even niet bij

je gevoel te diep gaat en dat is vaak ook niet nodig, vaak is het juist wel goed dat er iemand inzit [Interviewer: ja]. Dus euh.. als ik dan weer terug ga naar die ouder: deze keer konden we even uit dat gevoel stappen van het besef van: m'n dochter heeft misschien euh.. autisme, maar de eerste keer hebben we, het eerste gesprek dat we het er over hebben gehad, hebben we geen humor gebruikt, dan was het gewoon: wat naar voor je, ik snap dat het moeilijk is [Interviewer: hmm] en en het is waarschijnlijk wel zoals het is. En wij willen daar graag in bijdragen van: hoe dat voor jullie is, hoe kunnen we jullie helpen, hoe kunnen we haar helpen, hoe kunnen we daar goed met elkaar in weg met jullie in vinden? Ja, dan ga ik daar niet teveel humor of eigenlijk geen humor bijna in gebruiken, wel begrip [Interviewer: hmm hmm] en en en wanneer het kan, dus wanneer je voelt dat dat die opening er is.

Interviewer: Oké, het is dus inderdaad ook een kwestie van: aanvoelen [Respondent 4: ja] van wanneer je humor kan inzetten

Respondent 4: Ja, en niet vanuit ongemak [Interviewer: ja]. Ik denk, vanuit ongemak humor inzetten wordt euh.. vrij snel verkeerd geïnterpreteerd [Interviewer: ja, dat denk ik ook wel ja] en euh.. ja zullen vooral ouders euh hard afstraffen [Interviewer: hmm hmm], ik denk dat hiel ha- best wel fel op kunnen reageren en vooral van nou het euh.. dan kun je een opmerking krijgen van: weet je dus eigenlijk helemaal niet wat je gaat doen. Euh.. en kinderen die blokkeren dan gewoon dan komt er niets meer uit. [Interviewer : ja, dat is ook wel..] Mja, dat is gewoon net voorbij gaan aan je gevoel [Interviewer: ja], als je niet op je gemak voelt is altijd, als je gaat lopen: [bewust historische lach ter ondersteuning van voorbeeld] wanneer je eigenlijk super ongemakkelijk gevoel [Interviewer: [lacht]] voelt dan is iedereen fake gevoel [Interviewer: ja, precies], dus, dus het is, ik denk hé het belangrijkste als therapeut is om oprecht te zijn gevoel [Interviewer: hmm], ben je een serieus iemand dan zou je minder humor inzetten, ja dan dat is dat voor jou wat werkt [Interviewer: hmm hmm, hmm hmm]

Interviewer: Dus je zegt daarin ook: het moet wel echt de soort humor moet bij je passen.

Respondent 4: Ja, het moet wel authentiek zijn.

Interviewer: Ja, oké dus inderdaad dat authentieke stukje.

Respondent 4: Ja [Interviewer: hmm], dat vind ik wel belangrijk. Dus als je denkt: ik weet wat ik moet doen, dan moet je het ook niet doen [Interviewer: ja precies], dat zijn de momenten dat het niet werkt, maar ook gewoon bij euh.. euh.. euh.. ik heb ook wel wat autistische ouders euh.. of in ieder geval ouders met veel kenmerken van autisme bijvoorbeeld, het is echt een.. het is nu wel veel autisme merk ik [lacht] [Interviewer: njha mjah goed het is waar het gesprek naar toe geleid is] nja, of of maar ook wel ouders die die die hé gewoon mensen die wat minder euh.. euh.. beeldend kunnen denken [Interviewer: ja] die daar meer moeite mee hebben, ja dan moet je toch oppassen anders..

Interviewer: Ja precies, ja en ook dat stukje sarcasme zou dan niet bijvoorbeeld goed werken bij die ouders.

Respondent 4: Nee dat is nee dat [Interviewer: nee dat euh.., hmm hmm], werkt heel averechts [Interviewer: hmm hmm] evenals euh.. euh.. ja ouders die die die dingen heel zwaar zijn of heel veel op zichzelf of bij de ander weerleggen en niks bij zichzelf willen zien, dan kan dat wat verkeerd uitkomen [Interviewer: ja, ja]. Soms is het wel een fijne manier om te kijken hoe iemand reageert., dus dan je het een beetje inzetten beetje afstand [Interviewer: ja een beetje uitlokken, provocerend zeg maar] en even kijken, kijken of het werkt en als je werkt merkt niet, dan kun je meteen weer terug naar laat maar

zeggen: oh ja, maar dan is het ook goed en dan ben je weer terug in de rol van: ik neem ik ik luister en ben hier serieus aanwezig.

Interviewer: Dus het lijkt voornamelijk in spel dat je er wel wat mee kunt porberen ermee uit te lokken toch?

Respondent 4: Ja in spel en op moment dat je meer een een we- werk **[Interviewer & Respondent 4: relatie hebt]** **[Interviewer: ja]** opgebouwd. Vooral bij de eerste intake is het een beetje afstemmen, hoewel sommige ouders heel vrij zijn en dan gaat het heel snel **[Interviewer: ja]** en dan is het juist heel fijn, want dan voelen ze dat jij ook op je gemak bent en dan, maar dan loopt dat wel of zo **[Interviewer: hmm hmm]**, dan ben je er niet over na aan het denken van: oh, ik moet oppassen of niet **[Interviewer: ja]** of, dan gaat dat.

Interviewer: Dan voelt dat meteen goed en vertrouwd, waardoor je meteen **[Interviewer & Correspondent: waardoor]** **[Interviewer: het kan zijn]** **[Respondent 4: waardoor het er wel uitkomt]** **[Interviewer & Respondent 4: ja ja]** **[Interviewer: precies]**, waardoor ik in ieder geval mijzelf kan zijn, ja **[Interviewer: nou duidelijk]**.

Interviewer: Als je nou nog euh.. ik heb één deelvraag, het is misschien een super grote dee- deelvraag, maar kijk even hoe je het kan beantwoorden van **[Respondent 4: [lacht]]**. Wat is volgens jou **[Respondent 4: goed begin]**, ja hé **[Respondent 4: [lacht]]**. Wat is volgens jou het effect van humor binnen dramatherapie? We hebben het er net eigenlijk al over gehad, maar als je het in een paar zinnen zou mogen samenvatten.

Respondent 4: Ja, hebben we paar keer ook al wat gezegd he? **[Interviewer: ja]** Euh.. Verlichting, distantie, maar het geeft ook weer perspectief, het geeft weer beeldvorming euh.. Je krijgt gewoon een hele grote antwoord hé. Euh.. Het het geeft ook wat pe- wat wat wat ja weer wat helderheid **[Interviewer: hmm]**. Ja, dat is eigenlijk wel hetzelfde hé. Euh, ja en wat menselijkheid creëert **[Interviewer: hmm]** het ook. Ik denk dat dat wel.. het maakt je wat menselijker ook als therapeut **[Interviewer: hmm]**, in plaats van grotendeels heel heel oud astigmatisch beeld natuurlijk hé in plaats van een psychiater die **[Interviewer: jaaa, die psychoanalyse]**, dan strak voor je zit en: goh zeg vertel maar over jou, vertel maar, kom op! En dan tiktiktiktik **[Interviewer: ja, ik schrijf het wel even op en we zien wel weer]** en en en als je daar aan de andere kant van de tafel zit voel je rete ongemalijke **[Interviewer: hmm hmm]**, dus euh.. omdat niet nja, die die staat vaak op een euh.. toch wel vaak bij veel cliënten anders en mensen op een soort troon **[Interviewer: ja, ja]** ja, en dat is geen goede werkrelatie. Dus dat, ik geloof wel in dat het goed voor je werkrelatie is. Ik ben.. ik hou van- het soort voor gelijkwaardigheid dat vind ik belangrijk **[Interviewer: ja]** gelijkwaardigheid tussen cliënt en therapeut **[Interviewer: nou duidelijk]** ja, dat.

Interviewer: Nou helemaal goed, heb je verder nog vragen of iets wat je erover kwijt wil?

Respondent 4: Nee echt geen idee **[lacht]**.

Interviewer: Nou dan was het dan..

Respondent 4: Ja nee ja, misschien wel aanvullend dat het veel op autisme ge.., maar het is echt overal hé, het is op veel.. ik heb je nu echt twee casussen voor euh.. gedaan, maar ik denk dat het euh.. dat het in elke situatie, mits passend, toegepast kan worden **[Interviewer: hmm]** en dat het werkend is.

Interviewer: Ja **[Respondent 4: ja]**, mooie afsluiter, dan was dat hem **[Respondent 4: yes]**.

Bijlage I: Interview respondent 5

Symbol	Betekenis
[]	weergeven wanneer een andere partij iets zegt of een actie die plaatsvindt.
..	onderbreking door het nadenken.
-	Acute onderbreking
Extra toelichting: tijdens het interview zat er een stagiair bij. Deze gegevens zijn niet getranscribeerd wegens privacy.	

Respondent 5: Moet je even testen?

Interviewer: Nee, hij doet het, tenminste als de tijd loopt en het lampje brand rood, dat zegt veel goeds.

Respondent 5: Ja, hij loopt.

Interviewer: Nou goed humor en dramatherapie, ja je hoort de eerste vraag natuurlijk aan aankomen, wat is daar je associatie bij?

Respondent 5: Nou kan niet zonder mekaar, dat kan gewoon niet zonder mekaar want euh.. therapie is al helemaal erg voor mensen en dramatherapie schijnt nog erger [**Interviewer:** hmm hmm] te zijn voor mensen [**Interviewer:** [lacht]], de meeste mensen nou die komen kruipend het lokaal in van: mag ik hier weer weg?.

Interviewer: Of m'n leven is inderdaad al een drama [**Respondent 5:** ja] ja..

Respondent 5: van dat soort associaties [**Interviewer:** hmm hmm] krijg je meteen van euh.. de mensen terug en euh.. ja, om dan dat om te buigen naar een hele werkbare situatie waarin de mensen open en euh.. en eerlijk dingen kun doen, ja en dat ijs kun je alleen maar breken met humor euh.. maar euh euh euh het is voor in mijn beleven het is mijn grote inspiratiebron, het is de manier om bij mensen naar binnen te komen, altijd, niet alleen in therapie [**Interviewer:** ja], maar altijd. Het is mijn vaste overtuiging dat dat zo is en zou- zou ik jou ik ik had dit eventjes gepakt, ik heb een mooi gedicht [**Interviewer:** mja], dat is mijn inspiratie al [**Interviewer:** hmm hmm] jaren jaren jaren, dat is een gedicht van Anton van Wilderode. [leest gedicht voor]: Humor is Latijn voor vocht, het vocht van tranen, het koelwater, het grondwater van het leven. Dat springen gereed onder de oppervlakte zit. Nou dit is mijn heilige overtuiging ook [**Interviewer:** hmm], het is z'n prachtig gedichtje en euh.. nou ik kan wel zeggen dat dat voor mij een leidraad is, ja. Het is uitnodigend en a- eh- hé a- hu- als je mensen humor, als als je zegt van iemand van nou die heeft geen humor... ik moet die nog tegenkomen. Iedereen heeft humor en als iemand als verwijdt al geen humor te hebben, dat is wel heel erg en het gebeurt wel eens wel eens, dat ik denk: nee, deze persoon heeft het echt niet in huis [**Interviewer:** hmm hmm], nou dan hebben we wel met een ernstig geval [**Interviewer en Respondent 5:** [lachen]] te maken, ja het gebeurt, maar ook al hé mensen, jouw eigen eigen ervaring zou misschien ook zo zijn, diep depressief iemand waarvan je denkt: nou die heeft het helemaal opge- dat is er niet meer dat is opgedroogd.. het is er [**Interviewer:** hmm]. Ja, en dan hoeft je helemaal niet zo verschrikkelijk veel te doen, het ligt er, het is er, aan de oppervlakte, ja,ja.

Interviewer: En als we dan kijken van euh.. heb jij het idee dat dramatherapie die humor stimuleert bij mensen?

Respondent 5: Nou ik moet je zeggen, dat ik niet, ik heb daar natuurlijk over nagedacht, maar ik denk niet dat ik zeker weet of dat nou puur die dramatherapie is [**Interviewer:** oké], het is de mens die die

dramatherapie geeft, zeg maar **[Interviewer: hmm hmm]**, die moet dat meenemen en die kan dan die dramatherapie euh.. wat aanzicht een heel mooi, goed vak is euh.. een dimensie meegeven dat is met geen andere therapie te vergelijken [lacht], nee maar, ik denk zelf dat het heel erg ook te maken geeft met de mens de het geeft **Interviewer: hmm]**., ja,ja.

Interviewer: En met de mens die het geeft, dan bedoel je echt daadwerkelijk **[Respondent 5: de therapeut]** de therapeut. Wan..

Respondent 5: Ja, die moet daar ook bij kunnen, die m-moet daar bij kunnen, die moet zijn eigen humor kunnen be-begrijpen, die moet zijn eigen humor te euh.. ten dienst kunnen zetten voor die ander **[Interviewer: hmm hmm]** gewoon al om het alleen al te te prikkelen om het.. te te voorschijn te halen, want wat is nou een mijn beleving de grootste kracht van humor?: als iemand euh.. humor euh.. fantasie zeg maar dat ligt in mijn be-beleving ook heel dicht bij elkaar, als iemand die fantasie weer te pakken krijgt, het grappig is als kinderen hebben wij allemaal we-wezenloos veel fantasie **[Interviewer: hmm hmm]** en zodra we volwassen zijn is die fantasie ineens euh.. voor een voor heel veel mensen **[Interviewer: hmm hmm]** onbereikbaar geworden. Als je daar weer bij kunt, als je daar bij kunt, dan euh.. is jouw oplossende vermogen ook groter. Omdat je gewoon een bepaald probleem van diverse kanten bijvoorbeeld kunt belichten of aanvliegen **[Interviewer: hmm hmm]** en euh.. a-a-als dat vermogen niet gebruikt wordt en je bent alleen maar op dat ene op dat op dat ene punt gespitst, dan ben je niet meer in staat het grote geheel te zien en ook om eens te verbazen of euh.. te grinniken of euh.. nou euh.. euh.. ja geïrriteerd te raken.. of je eigen gedrag **[Interviewer: hmm]** gaat het om.

Interviewer: Ik vond het net dus mooi dat je zei van: euh.. de dramatherapeut moet humor in zichzelf ontdekken en aanwakkeren **[Respondent 5: hmm]** en wat kan de dramatherapeut daar in helpen. Ik weet dat het wel per mens verschilt **[Respondent 5: ja, dat zou]**, maar wat is jouw beeld daarbij?

Respondent 5: Ja we- dramatherapeut ik zou ik zou zeggen dat zou elke therapeut moe-moet moet daar wel bij kunnen **[Interviewer: hmm hmm, hmm hmm]** euh.. euh.. specifiek een dramatheapeut.. wat was nou precies de vraag? Wat..

Interviewer: Wat euh, waarom het zo belangrijk is **[Respondent 5: ja]** en hoe de dramatherapeut bij die humor kan komen?

Respondent 5: Ja, euh.. omdat het zeg maar in die mens zelf zit en om je euhm.. ja en ik zou haast zeggen ook een beetje te te scholen er erin. Euhm.. ik-ik had zelf altijd wel die interesses, maar ik heb zelf bijvoorbeeld in het verleden heel veel euh.. van hele goeie mensen euh.. allerlei workshops gedaan. Die gaan over humor, clownerie heb ik heel veel gedaan **[Interviewer: hmm hmm hmm hmm]** nou wil ik niet zeggen dat ik dat zonder die cursussen euh.. ook niet in had kunnen inzetten, maar ik kan het veel gerichter inzetten denk ik **[Interviewer: hmm hmm]**. Ik zie euh.. euh.. i-i-ik weet wat ik en ik weet wat ik beoog en als het me zus niet lukt dan lukt het me misschien op andere manier en het is een manier van doen geworden

Interviewer: Dus je hebt als ik het even zo verwoord je hebt het bewust bekwaam gemaakt?

Respondent 5: Ik ben daar wel bewust mee bezig geweest **[Interviewer: ja]**, ja ja.

Interviewer: en wat zie je dat als je humor inzet wat het voor de euh.. de cliënt oplevert? Dat verschilt natuurlijk ook per keer, maar misschien een beeld...

Respondent 5: Beweging, beweging op heel veel fronten: beweging in emotie, maar ook letterlijke beweging, mensen komen letterlijk meer in beweging. Wacht dat je van dat gezicht? Die mimiek, als die mimiek meer euh.. meer ingezet wordt en dat gaat zo ongemerkt soms. Euh.. ja ik vind dat fascinerend,

ik vind dat fascinerend als je dat ziet gebeuren [Interviewer: hmm] en euh.. nja dat is mooi maar ik ik en euh.. tup- genererend ook plezier. Nou mensen komen helemaal niet bij dramatherapie met de gedachte van wij gaan hier plezier hebben, nou vind ik het nou leuk om de mensen euh.. euh.. euh.. te verrassen met van dat het zeer plezierig kan zijn [Interviewer: hmm] euh.. dramatherapie. Ik vind het woord leuk is een beetje de lading niet, maar ik gebruik het woord toch euh.. het moet leuk zijn [Interviewer: hmm] en pas als het leuk is, dan gaat het werken [Interviewer: hmm], want dan kunnen we alles doen. Wat jij net zei met dat voorbeeld met dat spiegelen [Interviewer: hmm] wat gewoon puur confrontatie is dat als als dat puur is om te confronteren dan wordt verschrikkelijk dat wordt heel naar. Als dat, zeg maar, in beging is van ook een stuk vrolijkheid, nou.. prachtig toch! [Interviewer: hmm] dan pakken mensen die lucht mee die confrontaties nodig hebben ook om het te kunnen behappen om jezelf te kunnen beschouwen om euh.. nou ja.. euh.. inzichten op te doen, om veranderingsprocessen euh.. in gang te zetten om dat vol te houden, ja.. er moet plezier zijn, anders kan het niet en dat is dus heel raar want we hebben het hier over behoorlijke euh.. dikke psychiatrie hebben we het hier hé, hé hier worden nog- euh.. mensen behandeld die euh.. behalve iets psychiatrisch ook euh.. ook fysiek allemaal dingen mankeren, nou dat is euh.. dikke mik zo euh.. af en toe. Hé dat comorbide gebeuren wat er dan bij komt kijken.

Interviewer: Want wat gebeurt en dan als er geen plezier is?

Respondent 5: Hmm, dan zit hem-, dan kunt kunt-, dan krijg je mensen niet in beweging, die die zitten daar [Interviewer: hmm] en euh.. en ja ik noem dat maar: dat stroom niet, het moet van hier [wijst gezicht] naar daar [wijst naar buik] stromen en weer terug. N-n hé dat is hé wat het gedichtje zegt: het gro- het is gro- het grondwater van ons en als dat niet als dat niet en als dat niet ververst wordt omdat het stroomt omdat [Interviewer: hmm] daar lucht bij moet ja dan wordt het een stinkende boel, [Interviewer: [lacht]], ja.

Interviewer: en kan humor ook euh.., tenminste wat ik nu uit het verhaal hoor is dat je humor ziet als een kracht, jawel hé? [lacht] **Respondent 5:** ja, zeker], heel duidelijk **Respondent 5:** ja], maar euh.. is er ook, ik noem het maar even een nadeel aan humor? Kan het ook verkeerd worden ingezet?

Respondent 5: Ja.. nouja.. der liggen gevaren op de loer natuurlijk hé [Interviewer: hmm] euh.. dat je daar een beetje- dat je daar in doordraaft en dat je te relaterend aan de slag bent en euh.. ja we- en misschien dingen weg wappert euh.. die nou niet bepaald weg gewapperd hadden moeten worden zeg maar [Interviewer: hmm] euh.. want kan nog meer een nadeel zijn van humor? Nja, maar je begrijpt me goed, het is nooit uitleggen natuurlijk, never niet [Interviewer: ga ik niet vanuit nee [lacht]] nee, nee nee nee nee. Nee ik ik maak eigenlijk nooit mee dat mensen zeggen: he, euh.. he bah ik heb gelachen of zo [Interviewer: hmm] of euh.. hé. Ja te hé te is altijd [Interviewer: ja], je moet niet, je moet niet een grote cabaretshow euh.. doen natuurlijk [Interviewer: [lacht]] ga je ook inderdaad vaak je doel voorbij] ja, euh.. Nou ja ook omdat het een hele he he het het zorgt ook voor een soort van open sfeer, dus als iemand al al al moeilijk zit dan is daar ook euh.. dan is daar ook ruimte voor, mensen nemen die ruimte dan ook of.. euh.. euh.. als het lastig is in z'n groep dat zat je ze apart nemen. T-toch heel mensen met problematiek en euh.. ja het is ontzet- het is gewoon heel- heel erg prettig om samen met mensen naar hun gedrag te kijken. W-w wat wij hier doen in de dramatherapie hier in op de PAAZ. We hebben het hier voornamelijk over gedrag euh steeds en euh.. nou dat is dus- dat kan dus behoorlijk confronterend zijn [Interviewer: ja ja] euh.., maar als je iemand aan de hand neemt ie- soms moet dat hé en laat zien euh.. euh.. hoe hoe dat gedrag werkt en euh.. wat voor effecten dat heeft en euh.. hé als

je denkt over schema's welke- wel hé als mensen leren zien wat er zo aan de hand is euh.. dan is die confrontatie al heel gauw toch ook wel weer gekanaliseerd [Interviewer: hmm] en euh.. hé ik- ja..

Interviewer: en daar speelt dan humor een belangrijke rol in

Respondent 5: ja, ja, ja vind ik ja, ik ik ik zou ik zou ik zou echt niet euh.. niet niet anders kunnen

[Interviewer: grinnikt] ja. Het maakt het leven gewoon sappig [Interviewer: grinnikt] om in het vocht verhaal te blijven [Interviewer: om in het kader van het gedicht te blijven ja, ja, ja] ja [lacht] ja.

Interviewer: En euh.. ik weet niet heb je hebben jullie hier alleen maar groepen of ook individueel?

Respondent 5: Ei-eigenlijk groepen, ja hm.. zelden heb ik individuele vraag [Interviewer: oh, oké]. Ja dat is ook prima is ook prima ik ik werk ook heel graag met groepen [Interviewer: hmm] dus euh..

Interviewer: Maar zit er, als je dat zo euh.. denkt, verschil in humor binnen een groep en hu-humor 1-op-1?

Respondent 5: Nee, vind ik niet.. euh.. euh.. euh.. voor mijn eigen rol zeg maar als dramatherapeut [Interviewer: hmm, hmm] of mijn inzette van.. nee dus, nee dat, ik zou niet kunnen, nee ik zou niet weten dat dat anders is euh.. nee ik zou het niet weten nee [lacht] nee. Je zit me heel uit- of aa-aan te kijken zo van: nou net hier moet je antwoord op hebben [Interviewer: [lacht] nee, nee, nee], maar ik weet het gewoon niet [lacht].

Interviewer: Nee je hebt toch antwoord op m'n [Respondent 5: ja, ja], vraag.

Respondent 5: Nee ik zou het zo niet weten, wat ik wel weet is als er een groepje zit euh.. die ku die ku die kunnen mij ook heel erg inspireren [Interviewer: hmm] namelijk en dan is die wisselwerking natuurlijk der is veel meer wisselwerking dan als ik 1-op-1 zit, maar euh.. ik moet zeggen als ik 1-op-1 zit gebruik ik altijd zeker al een camera, omdat ik dan zelf speel met mensen en dan v-v-vind ik het fijn om ook op view te view te hebben [Interviewer: ja, dat je het kunt terugzien] ja, ja, ja [Interviewer: hmm hmm], ja, maar euh.. nee, volg- dit is toch wel hetzelfde, ik ben ben toch wel behoorlijk van hetzelfde.

Interviewer: Ja [Respondent 5: ja] en nu hoor ik dat dat jij al wat ervaring hebt met workshops humor en euh.. ik ben een beetje aan het zoeken gewoon van: hoe humor binnen dramatherapie een wat meer bewuste interventie worden? [Respondent 5: ja, dat is mooi ja] Wat kan- ja, wat kunnen in jouw euh.. beleving leerlingen of al dramatherapeuten kunnen die daar aan doen?

Respondent 5: Ja, ik denk dat er inderdaad aandacht voor moet zijn, euh.. in die zin dat mensen leren over humor, gewoon euh.. euh.. literatuurstudies [Interviewer: hmm hmm, hmm hmm] net zo iets wat jij al doet, dat is toch wel heel leuk in de breedste zin van het woord. De werking van humor om daar eens goed de focus op te zetten, ik bedoel: neem de tweede wereldoorlog de Jo-Joodse mensen, die euh.., de verschrikkelijkste grappen dat zijn Joodse grappen [Interviewer: grinnikt], ja en waarom is dat? Waarom is dat? Dat is natuurlijk: overleven [Interviewer: hmm] dat is echt overleven. Dat vind ik zo euh.. zo belangrijk is het, om je eigen situatie kunnen lachen. Als je dat dat bereikt dan kun je ook volgende stappen zetten [Interviewer: hmm].

Interviewer: Dus een soort zelfspot slash deel verwerking van euh..

Respondent 5: Ja, te en ik vind dus dat dat een ve- een een therapeut dat vermogen dus ook moet hebben. Dat vind ik haast een essentiële eigenschap [Interviewer: hmm], waarvan ik al zegt: volgens mij heeft iedereen dat in huis, maar het moet op de een of andere manier euh.. bij sommige nog wat wat wat aangewakkerd worde, het moet podium krijgen [Interviewer: hmm, ja.

Interviewer: En dat euh.. aangewakkerd en dat podium krijgen wat euh.. doen daar de dramawe- euh.. werkvormen voor?

Respondent 5: Ja..

Interviewer: Heeft dat een positieve invloed of hoe kijk je daar tegen aan?

Respondent 5: Elke dramawerkvorm-vorm kun je gebruiken er is niet één dramawerkvorm waarvan ik denk: nou, die valt dan niet in te zetten of die moet je juist inzetten. Dat spiegelen is wel een mooi euh.. mooi voorbeeld, maar ik vind het euh.. bijvoorbeeld het euh.. euhhh.. het samen spelen met mensen altijd al een hele een hele belangrijke euh.. nou dat is nou niet bepaald een werkvorm, maar euh..

[**Interviewer:** ja] het is wel een manier van werken die ik euh.. vaak prettig vind, omdat ik dan heel goed kan voelen: waar zit die ander? [**Interviewer:** hmm hmm]. Euh.. je je inspireert soms mensen, om iets te gaan doen wat ze anders niet hadden gedaan een een vervo- een stap te zetten. Euh.. ja.. werkvormen.. hmm...wat zijn nou specifieke werkvormen? Hé, je kunt alles drakerig maken je kunt alles leuk maken [**Interviewer:** hmm], sappig, een beetje brengen.

Interviewer: Ja, want je zei net ook van: ik vind het samenspelen heel mooi [**Respondent 5:** ja] en euh.. omdat je dan precies kunt aanvoelen wat voor staat die ander is [**Respondent 5:** ja]. Als je dan ook merkt wat kan humor daarin bijdragen, wat haalt humor daarin los bij de ander [**Respondent 5:** ja], misschien met een voorbeeldje uit de praktijk?

Respondent 5: Euh.. nou.. Ik kan me ik kan me een meneer herinneren, die vanuit de kliniek euh.. bij me kwam euh.. in een diagnostiek euh.. euh.. groepje. Die meneer was behoorlijk depressief, mankeerde ook euh.. euh.. nog wel andere dingen, was niet al te jong, was in de 77 of zo iets [**Interviewer:** hmm hmm] het was geen jonge man meer euh.. nou het was- alles was vastgelopen, maar ook dingen in zijn lichaam werkte allemaal niet meer het was heu triest, trieste man en hij kwam binnen en ik dacht al meteen: oh, je bent een leukertje [**Interviewer:** lacht]], ja dat [onverstaanbaar] voe- dat zie je of dat voel je nou [**Interviewer:** hmm hmm, hmm hmm], doet er verder niet toe. We zijn aan de slag gegaan en het waren hele simpele oefeningen was het euh.. met met met kaartjes waar een een een beroep op stond en dat moest uitgebeeld worden en ik was samen met deze meneer euh.. en hij had het kaartje getrokken euh: dompteur [**Interviewer:** hmm] dompteur en euh.. toen zij ik tegen die man een dompteur is nou ja.. wa-wat wil jij? Hij zegt: nou doe jij maar Leeuw, zei die [**Interviewer:** grinnikt]. Ik krijg dan al een kriebeltje [**Interviewer:** hmm hmm]. Nou goed, ik b-ben een leeuw, wat voor leeuw? Nou ja, in ieder geval ik was nogal euh.. en heftige leeuw [**Interviewer:** grinnikt]. Ik moest ook al op een stoel euh.. zo euh.. gaan staan en hij is ja.. nou ja.. hij zegt zo: ja, nou ben ik dus de dompteur, ja, we gaan staan. Ja, nou.. ja, je moet dan iets in je handen volgens mij wel, anders val ik je toch echt aan zo meteen hé. Oh ja, nee dan moest die dus [lacht] hij kon niet, hij kon, hij kwam uit de uit de, hoe heet het? De rekvisietenruimte terug met een pollepel [**Interviewer:** grinnikt]. Nou dat was dan z'n pollepel, nou we hebben daar een scènetje gespeeld, zonder woorden verder en de anderen moesten dan raden over wat be over we-welk beroep het dan ging. Nou die man ging helemaal op in z'n rol en euh.. Aan de andere kant van het verhaal- van tevoren gezegd wat voor soort leeuw ik was, nou ik was behoorlijk gevaarlijk, dus ik mocht uithalen en zo en ik mocht ook verschrikkelijke geluiden maken en hij euh.. euh.. hij had zich helemaal euh.. verteld nou euh.. hij was al- het zat al jaren in het vak en leeuwen, nou die stopte hij in z'n zak [**Interviewer:** hmm], maar het moest dan voor het publiek heel gevaarlijk zijn, maar voor hem was het euh.. gesneden koek en zo stand die man dus ook met die pollepel te zwaaien naar mij. Het was zo grappig, het was zo-, diep depressief hé die man [**Interviewer:** hmm hmm, hmm hmm]. De mensen die daar euh.. die daar zaten te kijken, die zaten ademloos te kijken en het was afgelopen en hij kreeg applaus [**Interviewer:** hmm]. Die man die kreeg applaus en het was echt euh.. euh.. hij snapte

dat applaus even niet en dat mensen hoe hoe-levensecht en met met met passie die man daar leeuwentemmer, nou hij geloofde het bijna niet, hij geloofde het eigenlijk zelf niet en dat je gewoon iets los maakt in een alsof sfeertje, nou met een therapeutische doel van: eigenlijk euh.. hé we-we-we niks, het was eigenlijk een soort warming-upje achtig iets, en die man veranderde helemaal [Interviewer: hmm] en je zag al meteen t-u flarden van hoe die man in het echt was, zonder die zonder die die emo- [Interviewer: depressiviteit] [Interviewer & Respondent 5: ja] [Interviewer: bijzonder] en dat was dat dat gaf die man ja of dat nou humor wat je specifiek humor wat je dan ingezet hebt? Ja, ik was natuurlijk wel een euh.. wel een leeuw natuurlijk [Interviewer: ja, en als ik dan het verhaal van de pollepel erbij hoor dat is dan niet euh..] dat is toch prachtig hé [Interviewer: ja] die stond daar met die pollepel, die stond- die die, nou geweldig [Interviewer: hmm] en euh, maar vooral ook die verassing van die man zijn gezicht toen die met toen dat, toen dat publiek euh.. echt ging applaudiseren, zonder dat dat was afgesproken dat we dat allemaal zouden doen met elkaar of zo hé, geweldig! Ja, dat is toch-dat vergeet dat vergeet ik nooit meer, dat was een prachtig beeld [Interviewer: hmm], van die man, ja.. [lacht]. Die mij dan ook nog eerste nog voordeed hoe verschrikkelijke leeuw ik was, weet je wel, dat [Interviewer & Respondent 5: [lachen]]. Dat is toch enig [Respondent 5: hmm], volwassen kerel [mompelt] en dan denk ik bij mijzelf goh en dan komt vanavond bezoek hé, want die man was klinisch opgenomen, komt vanavond bezoek en euh.. Frits wat heb je gedaan vandaag [Interviewer: [grinnikt]]? Ja, ja ik was leeuwentemmer [lacht] [Interviewer: [lacht] met een pollepel], met een pollepel, ik zie dat al helemaal voor me die familie van: oh, nou het gaat nog niet echt lekker hoor met onze Frits [Interviewer & Respondent 5: [lachen]] [Interviewer: die ziet zichzelf met een pollepel rondlopen], hij denkt dat die leeuwentemmer is [Interviewer & Respondent 5: [lachen]], maar dat is grappig en ik heb die man in beweging zien komen en ik heb het zien stromen, ja, prachtig [Interviewer: mooi] ja. Is dat specifieke humor? Ik weet het niet.

Interviewer: Maar zit er humor in?

Respondent 5: Jazeker [Interviewer: ja daarom daarom] ja, absoluut [Interviewer: en daar gaat het denk ik na] ja, hebben we nog een voorbeeld met humor [kijkt naar stagiair] dat is natuurlijk wel euh.. dat is voor is voor hem wel belangrijk? [niet getranscribeerd door privacy]. Ja, alles, maar dat is dus ook met dramatherapie, alles kan [Interviewer: hmm hmm], als mensen een scéné willen doen op de bodem van de oceaan dan kan dat [Interviewer: hmm] snapje?

Interviewer: Ja, er zijn geen beperkingen eigenlijk.

Respondent 5: Helemaal niet [Interviewer: nee] en euh.. dan maken we ook een decor [Interviewer: hmm] we we we we bouwen ons gek met decors en dan, ja ik niet natuurlijk niet zoveel spullen, maar dan euh.. euh.. d-d-de alsof euh.. dat dat springt je om de oren [Interviewer: hmm hmm] en dat is ook allemaal zeer geloofwaardig [Interviewer: ja] volwassen mensen hé [Interviewer: ja ja ja [lacht] ja, ja.

Interviewer: Maar dat hoeft inderdaad niet zoveel te zeggen hé.

Respondent 5: Nee, Nee, nee hé dus het het beetje de entourage vind ik belangrijk beetje beetje aankleden [Interviewer: hmm] beetje.. pff.. beetje sappig maken, ja.

Interviewer: Nou goed dan euh.. dan sluiten we het af met het voorbeeld, maar ik weet niet of je toevoeging hebt of iets wat gemist hebt?

Respondent 5: Even kijken hoor. Nee, nee ik heb het wel gezegd.

Bijlage J: Interview respondent 6

Symbol	Betekenis
[]	weergeven wanneer een andere partij iets zegt of een actie die plaatsvindt.
..	onderbreking door het nadenken.
-	Acute onderbreking.

Interviewer: Humor en dramatherapie, je zei net al erover nagedacht, wat euh.. waar had je over nagedacht?

Respondent 6: [onverstaanbaar] Ja, of ik werk euh.. middelen heb echt met om om humor op te werken [Interviewer: hmm hmm]. Zoals professioneel clownswerk, dan is dat al echt een een ingang om, ja via verwondering naar verbeelding [Interviewer: hmm hmm]. En euhm.. toen dacht ik: ai, dat heb ik ook niet [Respondent 6 & Interviewer: lachen]. Bij sommige cliënten heb ik wel, gebruik ik wel clownerie, maar dat is niet een een standaard module waar ik mee werk Interviewer: [hmm] en euh.. dus daar kan ik je niet aan helpen [Interviewer: ah] nee. Euh.. ik denk wel dat ik.. ik ik barst ook niet van de humor, hé sommige mensen die kunnen ontzettend grappig zijn [Respondent 6 & Interviewer: [lachen], maar ik kan wel ongelofelijk lachen om euh.. kinderen of om volwassenen die in mijn ogen, die in mijn ogen euh.. ik verwonder mij heel erg om hun [Interviewer: hmm hmm] en ik merk dat mijn lachen euh.., dan wel, als ze zich veilig voelen gezien worden als erkenning en herkenning en dat het dan helpt relativeren en door het lachen naar zichzelf kunnen gaan kijken. Ik kan ook lachen om mijzelf. Ik ben een een een stuntel en dat zet ik ook vaak in therapie, omdat ik, ja, dan ben je wat gemakkelijker gelijkwaardig [Interviewer: hmm hmm] ja, spot helpt gewoon relativeren en dat wil ik ook graag meegeven [Interviewer: hmm hmm en..] help dat je minder identificeert met de emotie waar je last van hebt [Interviewer: ja], dat is een belangrijk proces en het mentaliseren.

Interviewer: Dus is een soort distantie creëert het?

Respondent 6: Ja [Interviewer: oké] ja.

Interviewer: En jij zet net: ik ben een euh.. clown en ik stuntel en ik zet dat als bewuste interventie in [Respondent 6: ja], heb je daar een voorbeeldje van?

Respondent 6: Ik zei niet: ik ben een clown [Respondent 6: oh] ik ben een stuntel, ja [Respondent 6: oh, een stuntel] ja, [Respondent 6: ja, dat is weer iets anders]. Ik be- ben euh.. ik kan morsen, ik kan struikelen, ik ben chaotisch, ik kan dingen tegelijkertijd doen, ik weet bijvoorbeeld niet meer wat ik met iemand anders afgesproken heb en dat ga ik gewoon benoemen, zo van: oh ja, ja, dat zijn mijn euh.. punten waar ik te iets van te leren heb [Interviewer: hmm hmm], dan weet die ander ook: oh, die heeft ook iets leren [Interviewer: ja] en soms leer ik dat juist van die ander weer omdat die dat dan perfect goed kan [Interviewer: hmm hmm] zo euh.. op die manier zet ik het dan in [Interviewer: hmm en je zei-]. Het verzwakt, het is namelijk geen zwakte [Interviewer: nee], maar gewoon.

Interviewer: N-noemde ik het zwaktes?

Respondent 6: Nee, je zegt nu zelf [Interviewer: oh gelukkig], nee jij, [Interviewer: nee oké] stuntel zei ik [Interviewer: ja ja ja ja]. Ja, en dat vind ik helemaal niet euh.. we zijn allemaal niet perfect en daa- dat is helemaal niet erg [Interviewer: hmm hmm] als je dat accepteert dan kun je alleen maar euh groeien en bloeien [Interviewer: ja].

Interviewer: En zie je dat zeg maar dat gestuntel, zie je dat als- kun je dat zien als een vorm van humor.

Respondent 6: Ja, vind ik wel [**Interviewer:** ja], ja, ja. Ik heb bijvoorbeeld een jongetje die begeleid ik, die heeft ADD en die heeft er ontiegelijk veel last van, nou toen heb ik gezegd: ik heb dat ook, ik herken dat heel erg [**Interviewer:** hmm hmm] en dan ga ik mijn dingen uitvergroten en dan zet ik wel die werkvormen in [**Interviewer:** ja]. Dan ga ik bijvoorbeeld in gebaren en in mimiek wat die ochtend fout is gegaan, zo dat hij, want hij schaamt zich heel erg, over zijn schaamte heel komt over zijn ADD, want het is helemaal niet erg [**Interviewer:** hmm hmm] en dan ook juist de krachten daarvan laten zien [**Interviewer:** ja] ja.

Interviewer: Dus dan zet je eigenlijk de de humor een beetje in de symboliek als ik het zo hoor, met het uitvergroten [**Interviewer:** ja] of zie ik dat verkeerd?

Respondent 6: Euh.. in de symboliek? [**Interviewer:** ja], nee, de symboliek niet. Euh.. ik word bijvoorbeeld makkelijk afgeleid [**Interviewer:** hmm hmm], nou dan kan ik vertellen tegen die jongen, dat ik te laat was omdat ik een eekhoortje zag, ja dan moet ik stoppen, ja dan moet ik stoppen [**Interviewer:** hmm hmm], dus ik heb mijn auto geparkeerd en ik ben gaan kijken. Oh ja, toen ontstond er een file achter me, oh, ja, nee, dat is niet handig [**Interviewer:** [lacht]]. Dus dan overdrijf ik natuurlijk [**Interviewer:** ja ja ja ja] een beetje. Ik ben wel gestopt, maar ik veroorzaakte geen file [**Interviewer:** nee nee], maar dat is [lacht] toen gingen andere mensen dat ook ontdekken, weetje d- [**Interviewer:** hmm] [doet andere mensen na: oh, dat eekhoortje]. Dus op een gegeven moment stonden we met ze allen, of zou ik een beetje overdrijven, oh ja, heb jij dat ook weleens dat je overdrijft en dat zie ik bij heel veel kinderen, dat hun verbeelding ook hun kracht is [**Interviewer:** ja] en dat moeten ze maar opletten van de juffrouw en erbij blijven en niet dromen [**Interviewer:** hmm hmm, hmm hmm], en op die manier laat ik dan inzien dat het dromen ook juist heel mooi is [**Interviewer:** ja] en een kracht is.

Interviewer: En als je dat zo euh.. nadoet bij die kinderen en wat groter maakt, wat je net benoemde [**Respondent 6:** ja], wat zie je dan euh.. ja, over het algemeen bij het kind gebeuren.

Respondent 6: Ontspanning, ik mag zijn wie ik ben, acceptatie, waardering van zichzelf, ook kunnen gaan benoemen wat ze zelf hebben gemaakt, want daar zit ik natuurlijk naar uit te lokken hé. Ik weet vaak wel van vader of moeder wat er gebeurt is en dan dan zoek ik in mijn eigen ervaringen naar vergelijkbare dingen [**Interviewer:** hmm hmm, hmm hmm] en dan hoop ik dat zij ook kunnen vertellen en meestal is dat wel zo [**Interviewer:** ja], ja.

Interviewer: Want je zei ook dat je euh.. van jezelf uit humor niet zoveel inzet toch? En niet zo vaak gebruikt?

Respondent 6: Nee, het is niet dat ik heel erg grappig ben [**Interviewer:** ja]. Hoe ze- ik ik vind mijzelf, je hebt mensen die heel ad rem zijn en heel present [**Interviewer:** hmm hmm], grappige grapjes hebben, nou dat heb ik niet [**Interviewer:** hmm]. Ik kan wel spotten met mijzelf [**Interviewer:** ja] ja.

Interviewer: Dus jouw vorm van humor is in dit geval euh.. zelfspot?

Respondent 6: Ja, oh ja, dat is het [**Interviewer:** ja] ja [**Interviewer:** ja] ja. [**Interviewer:** en euhm..] ik denk dan ook dan wel verlijden tot euh.. reflectie tot euh.. euh.. relativieren tot euh.. ermee spelen, als je ergens mee kunt spelen dan is er al euh.. wat afstand [**Interviewer:** hmm] ja.

Interviewer: Dus toch, dan zet je toch nog aardig wat humor in.

Respondent 6: Ja, ik denk ook niet dat je kunt spelen zonder humor, ik heb nog nooit een droog- , daar moet je echt droog voor zijn, maar dat is ook humor [**Respondent 6 & Interviewer:** [lachen]].

Interviewer: Ja, precies, ja. Dus het kan gewoon niet zonder humor euh..

Respondent 6: Nee nee, dat is waar [**Interviewer:** ja] ja [**Interviewer:** want dat is een..] maar net wat je zei [voor de audio opname werd gestart] over cabaretier, ik heb niet zo heel veel met cabaretier, dat is denk ik het beeld wat ik plak op humor. Als je heel veel humor hebt, dan kun je anderen heel de hele tijd laten lachen [**Interviewer:** hmm hmm], nou da dat dat ziet er bij mij niet in [**Interviewer:** hmm] [lacht]. Soms denken mensen zelfs dat ik zo serieus ben, dat ze niet in de gaten hebben dat ik grapjes maakt. Dus [lacht], ja, dat is dan wel.

Interviewer: Wat euh.. moet in jouw beleving een een een een dramatherapiesessie of traject moet dat humor bevatten?

Respondent 6: Euh.. Ik kan het niet zonder humor voorstellen zelfs [**Interviewer:** hmm] ja. Zelfs over de meest loodzware onderwerpen euh.. anders verdwijnt je in de ellende [**Interviewer:** hmm] ja. Ik ben toch altijd wel opzoek naar iets lichts [**Interviewer:** hmm], dan laat ik het woord humor even los, maar [**Interviewer:** ja, nee, dat mag] ja naar naar iets euh.. wat energie geeft, wat kracht geeft, iets wat licht geeft [**Interviewer:** ja] en en ik zie dat ook altijd wel in iemand, hoe ellendig die zich ook voelt. Dus dat is denk ik euh..

Interviewer: Hmm, heb je daar een [**Interviewer & Respondent 6:** een voorbeeldje van?]

Respondent 6: [diepe denkende zucht]. Ja, een LVB vrouw die vertelt voor het eerst euh.. over haar incest verleden, vanaf haar zevende [**Interviewer:** hmm] en euh.. ik zie ook in haar bovenlijf zit ze helemaal vast, maar ze houdt wel van dansen. Dus die keer daarop heb ik een euh.. sjaal meegenomen met allemaal tierelantijntjes [**Interviewer:** hmm hmm, hmm hmm] die geluid maken, die doe- doet ze om haar heupen [**Interviewer:** hmm hm] ja en daarmee gaan we samen dansen en we hebben zo ontzettend plezier en euh.. ik benoem dan: die heupen zijn van jouw [**Interviewer:** hmm], dus jouw gebied [**Interviewer:** hmm hmm, hmm hmm], hé, het is jouw terrein en ik zie ook dat is van jou als je danst [**Interviewer:** [lacht]] hé. Dat is - dan dan in het dansen is ze- kan ze weer zichzelf zijn en dat vind ik heel mooi om te ontdekken dat haar lijf op dat moment wel van haarzelf is [**Interviewer:** hmm]. Op heel veel gebieden niet [**Interviewer:** hmm], maar als ze danst wel [**Interviewer:** dan, ja] daar gaan we dan, dan gaat ik dan naar opzoek.

Interviewer: Ja, want dat ervaaarde zij zelf op dat moment ook, heb jij het idee?

Respondent 6: Ja, want ik doe- dan dan stuntel ik weer [**Interviewer:** [grinnikt]], dan ben ik weer niet zo los in mijn heupen [**Interviewer:** ja ja] want het was een Marokkaanse, ze kon echt prachtig dansen [**Interviewer:** oha, ja ja ja] kon echt prachtig draaien en euh.. had gewoon die hele zwoel [**Interviewer:** hmm]. Ja, dan voel ik me echt een stijve Westeling, die ik dan een beetje overdrijf [**Interviewer:** [grinnikt]] en dan ga ik bij haar in de les in de leer en euh..ja. Sinds dien is dat onze vaste warming-up geworden.

Interviewer: Het dansen?

Respondent 6: Ja [**Interviewer:** ja] ja.

Interviewer: Mooi, [**Respondent 6:** ja] een voorbeeld [**Respondent 6:** ja], ja. En euh.. heb je alleen groepen of ook ind-

Respondent 6: Nee, alleen individuen.

Interviewer: Oké, alleen individuen [**Respondent 6:** ja, ja].

Respondent 6: Ik zou ook niet weten hoe ik dat in een groep zou moeten doen, humor, nee.

Interviewer: Hmm, bijzonder en als je even iets mag roepen, wat zou je dan denken?

Respondent 6: Iets met groepen waar-

Interviewer: Met betrekking van humor in groepen.

Respondent 6: Nou, wat ik grappig vond was van afgelopen zaterdag euh.. was dat er twee jonge dramatherapeuten het organiseerde of drie, vier en dan doen er twee een een een warming-up

[**Interviewer:** hmm hmm] en euh.. en dan voel ik een soort gretigheid in de zaal, we hebben toch allemaal wel zin om te bewegen [**Interviewer:** ja, ja, om mee te doen] ja, en en ik vind dat zei dan zei dan staan daar hun onhandigheid ook een beetje te vergroten en dat vind ik leuk en ze vragen dan: wie had er geen zin om vandaag hier naar toe te gaan of is eigenlijk een beetje nerveus voor de gesocialized wat je ook moet doen en dat vind ik vind ik zo leuk want iedereen kent dat [**Interviewer:** hmm hmm, hmm hmm]nou, als je dat kent, dan sta je op. Dat is de oefening 'sta op als' [**Interviewer:** ja ja ja]. Wie kent die oefening niet, sta dan op [**Respondent 6 & Interviewer:** lachen]. Dan dan heb ik al lol, want dan denk ik: mij heb je [lacht].

Interviewer: Waarom hebben ze dan jou op dat moment?

Respondent 6: Er zit een hele zaal, iedereen stond op, ja waarom hebben ze dat? Euh.. ik denk dat je, dat je benoemt wat ongemakkelijk is en dat er dat mag zijn en dat je dat ook nog eens een keer laat zien, Want je staat dus op [**Interviewer:** hmm hmm] wie durft er eerst op te staan [maakt schreeuwend geluk] iedereen staat op [**Interviewer:** ja, hmm hmm], dan krijg je een gezamenlijkheid [**Interviewer:** ja]. Euh.. lotgenoten in het feit dat je allemaal een beetje ongemakkelijk bent [**Interviewer:** ja], dat je elkaar niet goed kent of heel veel mensen niet kent en heel veel kunt kabaal en ja.

Interviewer: En was er daarna ook- euh.. had jij het idee voor jezelf en de ander minder ongemakkelijk.

Respondent 6: Ja meteen[**Interviewer:** oké], in ieder geval voor mij[**Interviewer:** ja], ik ga niet voor de ander spreken.

Interviewer: Nee oké [**Respondent 6:** nee], maar ik dacht had je misschien een signaal opgepikt

[**Respondent 6:** nee] dat je dacht van: oh hé, maar voor jou in ieder geval wel?

Respondent 6: Ja, meteen alle zenuwen, niet dat ik heel zenuwachtig was, maar wat ik dan aan ongemakkelijkheid voelde [maakt blazend geluk] weg [**Interviewer:** ja]. En en daar geloof ik wel in de kracht van beweging en humor als je dat ook meteen in je lijf, het moet wel, j-ja, daarom houd ik ook van drama, drama is handelen [**Interviewer:** hmm hmm] en dat er altijd een hande-handeling gevraagd wordt vind ik zelf kop- zou ik humor en handelen altijd willen kopellen [**Interviewer:** ja]. Dat heb ik nooit bedacht, maar nou applicerende [lacht].

Interviewer: Daarom toch, ze zo- het is ook een beetje een oriënterend [**Respondent 6:** onderzoek] ja precies, ik vind dat-

Respondent 6: Ik heb ook niet de oplossing over humor. Ik heb nog zelden over humor nagedacht

[**Interviewer:** ja], maar dit is wel leuk [**Interviewer:** ja] dat je-

Interviewer: Maar dat hebben inderdaad de meeste en dan kom je en dan raak je zo samen in gesprek en soms schieten er daar wat naar binnen[**Respondent 6:** hmm] en daar wat naar binnen[**Respondent 6:** hmm] en dan daar wat en dan denk je oké: dit is het.

Respondent 6: Een hele onbevangen manier van interviewen dan.

Interviewer: Ja dat weet ik, maar daar heb ik ook bewust voor gekozen.

Respondent 6: Ik dacht al waar is die vragenlijstje?

Interviewer: Nou nergens [**Respondent 6:** nee [lacht]] ik heb wel wat kernpunten in m'n hoofd, maar ik

heb zoiets van nou: het is ook een beetje kijken waar leid het gesprek naar toe [**Respondent 6:** ja], ook omdat humor ook voor iedereen anders [**Respondent 6:** ja, dat is ook zo]. Je kunt- ik heb wel één definitie voor het onderzoek, die moet ik nog ik nog kiezen, maar die heb ik klaarliggen, maar voor de rest humor is best wel-

Respondent 6: Ja, en humor en handelen, denk je ook niet dat die bij elkaar horen?

Interviewer: Jazeker

Respondent 6: Als ik mijzelf zeg van: ik stuntel en ik ga meteen in mijn mimiek, in m'n beweging euh.. uitvergroten [**Interviewer:** hmm hmm] en ik heb een meisje die is die is zeer theatraal, je kent een beetje schematherapie?

Interviewer: Ja [**Respondent 6:** ja], jazeker [**Respondent 6:** ja] met euh.. s- met de kritische ouder [**Respondent 6:** ja] en het vrije kind [**Respondent 6:** ja] en de gezonde volwassene [**Respondent 6:** ja] ja.

Respondent 6: en om die pijn niet te voelen kan ze zich vreselijke euh.. dramatisch euh.. euh.. reageren [**Interviewer:** hmm hmm] en euh.. ik moet daar altijd om lachen en dat is natuurlijk randje kantje, want je wilt iemand niet uitlachen [**Interviewer:** ja, precies] en ik geef haar altijd eerst het signaal: ik vind je tof je mag er zijn [**Interviewer:** hmm hmm, hmm hmm] en euh.., niet met woorden, maar gewoon een non-verbaal [**Interviewer:** ja] of ja en dan ga ik haar verleiden van: oh, wat je nou weer hebt meegemaakt, zullen we dat even vergroten, kan het nog groter? Ik weet niet of het nog groter kan, dus op die manier [**Interviewer:** [grinnikt] ja ja ja]. Ik ga proberen en dan laat ik haar altijd bijna winnen. Dat zij het allergrootst kan. Ja... hoe vaak we hier niet op de grond eindigen dan in drama [**Interviewer:** hmm hmm, hmm hmm] om euh.. ja.. kleine en grote dingen [**Interviewer:** ja] ja.

Interviewer: Ja, want ik hoor ik heel vaak bij jou terugkomen het het uitvergroten [**Respondent 6:** ja], het samen doen [**Respondent 6:** ja] en steeds groter maken [**Respondent 6:** ja]. Dat klinkt wel als een belangrijk iets.

Respondent 6: Ja of het vertragen of versnellen, dat zijn wel dingen die ik inzet om te kijken van: ka- kan je daar nog beter in je lijf gaan voelen euh.. eerst eigenlijk euh.. ma-mag het er daardoor zijn [**Interviewer:** hmm hmm] en euh.. als het er mag zijn, dan kan je daarna voelen wat er achter zit, bij haar is dat wel zo daarachter, of ik ben eigenlijk onzeker, of soms is het zo simpel, of ik weet eigenlijk helemaal niet hoe ik me moet gedragen [**Interviewer:** hmm] nou of o-ongemakkelijk hé? Ja, ja, ja.

Interviewer: Ja, dus eigenlijk komt het al euh.. door middel van het handelen [**Respondent 6:** ja] en daar.. dat een beetje een andere wending aangeven of wel vertragen of wel het vergroten, kom je eigenlijk tot wat er eigenlijk speelt bij diegene.

Respondent 6: Ja, ja en dan neem ik wel eens een risico want: zij beschadigd zichzelf [**Interviewer:** hmm hmm], wat heb ik nou laatst gedaan eens kijken of ik dat nog zo letterlijk kan terughalen. Euh.. nou ik heb eerst met haar emoties uitgespeeld zonder dat het iets met haar te maken had [**Interviewer:** hmm] en nu pas ben ik toe aan als zij iets vertelt om het dan relateren aan, het moet natuurlijk altijd veilig zijn [**Interviewer:** hmm hmm, ja] en dat zij heeft meegemaakt euh.., ja laten we het wanhoop, gingen we dat uitbeelden, kun je nog wanhopiger doen? En toen heb ik een beetje gespot met haar [zet wanhopige stem op]: ja nog wanhopiger doen, ik brand mijzelf, ik vermink mijzelf [**Interviewer:** [grinnikt]] oh ik sterf, weet je wel zo [**Interviewer:** hmm hmm, hmm hmm] [lacht], ja en dan.. daarna meteen: je zegt heel vaak dat je dat gaat doen, maar dat wil je niet [**Interviewer:** hmm hmm]. Ja, dit is ook maar een

ongemakkelijke manier omdat je gewoon niet goed weet hoe je wel moet leven hé. Dus ik.. het is het is het is een ingang, het is niet een.. een doel [Interviewer: ja] ja, het is een middel.

Interviewer: Ja, het was dus zeg maar, wat ik daarin hoor: van hé, eerst kies je ervoor om met een emotie te werken die wat van haar afstaat [Respondent 6: ja, ja], dus de instantie en daarna langzaam naar euh.. de kern gaat [Respondent 6: ja, ja]. Maar dus eigenlijk van euh.. daar kom ik weer even op terug, want dat vond ik z'n mooie: humor en handelen voor jou gaat dus hand in hand.

Respondent 6: Ja, [Interviewer: ja], ja, ja, want als iemand handelingsverlegen is, hoe fijn is het als die leert handelen? [Interviewer: hmm hmm] hé letterlijk.

Interviewer: En waarom is dat zo fijn?

Respondent 6: Euh.. omdat ze heel veel last heeft van haar angsten, van haar onhandigheid, van niet weten hoe [Interviewer: hmm hmm] en dan doe je bij drama toch succeservaringen op en dan weet je dat je wel weet hoe [Interviewer: oké] ja [Interviewer: hmm hmm].

Interviewer: Dus als we euh.. even kijken naar het effect van euh.. euh.. van humor op dramatherapie, dan is dat voor jou in jouw geval dus het handelen van euh.. om zo tot een kern te komen en doordat uitvergroten, vertragen, maak he het een beetje speels dan.

Respondent 6: Ja, ja.. [Interviewer: hmm.. hmm].

Interviewer: Dan zit er toch wat humor in?

Respondent 6: Ja hé [Interviewer: ja] ja.

Interviewer: Nee want ik was het wel met een je eens van: ik denk dat dramatherapie altijd humor nodig heeft [Respondent 6: ja]. Dus dan vind ik dit ook wel een mooi voorbeeld [Respondent 6: ja] ja [Respondent 6: ja]. Nou goed, ik ben even zelf zoekende merk ik nu, maar euh.. [Respondent 6: naar de volgende vraag? Hmm hmm] ja [Respondent 6: ja] of misschien is dit ook wel zo wel prima [Respondent 6: ja. Ik ben even aan het denken of jij iets van aanvullingen of.. [Respondent 6: ik had wel wat opgeschreven, dat ga ik er even bij halen] ja, dat is goed [Respondent 6: dan zal je altijd zien euhm.. oké].

Respondent 6: Hé-uh, ja, euh.. euh.. we hadden het net over schematherapie, ken je ook het vrije kind? [Interviewer: ja, het vrije ja] ja, en ik euh.. dat het vrije kind, e- die is zo vrij omdat die kan spelen [Interviewer: hmm hmm] en als je speelt dan heb je dus humor, want anders kun je niet spelen, die ik vind ik zo met elkaar verweven.

Interviewer: Dat is wel interessant want hoezo euh.. bij wij van spreken kun je niet spelen zonder humor?

Respondent 6: Euh.. anders noem ik bouwen of knutselen [Interviewer: hmm]. Het kan wel met-met en zonder humor, maar spelen? Voor mij gaat dat samen met humor.

Interviewer: Dat is misschien wel interessant van euh..: wat is jouw definitie van spelen?

Respondent 6: Daar vraag je me wat? [Interviewer: ja hé [lacht]] euh.. handelen.. met.. met met doen-als-of, je verbeelding.. het woord verbeelding moet er in voor komen, maar i-ik vind verbeelding in helemaal is net iets te groot woord, maar verbeelding.. is.. verbeelding.. is.. een licht woord voor mij en humor ook [Interviewer: hmm], dus daarom vind ik euh.. euh.. verbind ik met elkaar [Interviewer: hmm]. Ik weet niet of je hier iets aan hebt [lacht]?

Interviewer: Ja, zeker. Nou ja, het lijkt wel weer iets wat euh.. dat spelen in combinatie in jouw woorden staat met humor en met euh.. verbeelding [**Respondent 6:** hmm], zo dat die drie wel in verbinding zijn.

Respondent 6: Ja, en ik zie ook vaak dat als kinderen vastzitten even niet kunnen spelen en euh.. ja, dan komt de moeder en dat brengt een kind weg en euh.. ja, het was een drama thuis en verschrikkelijk

[**Interviewer:** hmm hmm] en kunnen we het er daar even over hebben? Ik zeg: dat doen we straks wel na het spelen [lacht] [**Interviewer:** ja], want ik denk van: als we beginnen met die brok ellende dan komen we er niet [**Interviewer:** ja], dus dan laat ik het kind euh..: waar heb je behoefte aan? Nou dan euh.. bijvoorbeeld: wil die alleen even met de zandtafel en ik zie dat die eigenlijk alleen maar wilt voelen en dan moet dat in eerste instantie mogen en vanuit het voelen ga ik mee voelen en mee bewegen

[**Interviewer:** hmm] in het ritme van het kind en ik merk dat daardoor het kind ontspant en dan ontstaat er iets. Het kunnen laten ontstaan is eigenlijk al spelen [**Interviewer:** ja] is voor mij al.. en het.. kan het met verbeelding, maar als ik- als ik bijvoorbeeld: zo dat zand optil en naar beneden dwarrel, dan ziet het ene kind het als sneeuw en de andere kind euh.. die ziet-die-die zit dat er bommen naar beneden komen

[**Interviewer:** hmm hmm, hmm hmm], die gaat er mee gooien [**Interviewer:** ja]. Weet je zo kan iedereen zijn eigen lading daarin leggen [**Interviewer:** ja]. Vandaaruit kom ik langzaam tot meer spel of meer contact [**Interviewer:** hmm] [**Interviewer:** maar dus ook-] en en en probeer ik het kind te verlijden wel dat: het was wel knudde geloof ik thuis hé, vervelend voor je [zucht] wil je er iets over zeggen of zullen we gewoon lekker verder gaan met spelen [**Interviewer:** hmm hmm] ja meestal wil die er dan niet er iets over zeggen, maar soms ook wel [**Interviewer:** nee], maar soms ook wel [**Interviewer:** ja] ja.

[**Interviewer:** nou dan dan-] het vrije kind, daar kwam ik- zo kwam ik erop hé? [**Interviewer:** ja] Het kind weer zich vrij laten voelen [**Interviewer:** ja], zodat die kan spelen [**Interviewer:** ja], dat is denk ik een belangrijk doel.. ja en daarvoor heb ik ook een vrij kind in mij nodig [**Interviewer:** hmm hmm] en ik denk dat, nou ja, Ik zei net ik heb geen humor, maar ik ben wel ik ben wel een vrije kind [**Interviewer:** ja]

[lacht], die kan ik in ieder geval oproepen [**Interviewer:** juist juist juist] ik ben- ja. Ja [**Interviewer:** maar-] vanuit daar ook die ander verlijden tot die vrijheid.

[**Interviewer:** ja] ja.

[**Interviewer:** nou dan dan-] het vrije kind, daar kwam ik- zo kwam ik erop hé? [**Interviewer:** ja] Het kind weer zich vrij laten voelen [**Interviewer:** ja], zodat die kan spelen [**Interviewer:** ja], dat is denk ik een belangrijk doel.. ja en daarvoor heb ik ook een vrij kind in mij nodig [**Interviewer:** hmm hmm] en ik denk dat, nou ja, Ik zei net ik heb geen humor, maar ik ben wel ik ben wel een vrije kind [**Interviewer:** ja]

[lacht], die kan ik in ieder geval oproepen [**Interviewer:** juist juist juist] ik ben- ja. Ja [**Interviewer:** maar-] vanuit daar ook die ander verlijden tot die vrijheid.

[**Interviewer:** ja] ja.

Interviewer: Ja dus: is.. in door middel van jouw vrije kind te activeren [**Respondent 6:** ja]noem ik het

maar even of op te roepen [**Respondent 6:** ja] du euh.. laat je ook aan de cliënt zien van hé: je vrije kind kan er ook gewoon hier zijn [**Respondent 6:** ja], die mag er ook zijn [**Respondent 6:** ja] mooi.

Respondent 6: En bij volwassenen switch ik dan heel veel van het vrije kind naar het volwassenen, ook om uitleg te geven.

Interviewer: Ja precies, want die kunnen natuurlijk niet non-stop in het vrije kind zitten [**Respondent 6:** nee], nou ja, kan wel [**Respondent 6:** nee], maar.. is discutabel hoe handig dat is [**Respondent 6:** ja], ja [**Respondent 6:** ja].

Respondent 6: Daarstraks deed ik een oefening bij een jongen, ik dacht: daar krijg ik hem wel los, maar hij sloeg meteen dicht en zei van: dat ga ik echt niet doen, dat is voor kinderen [**Interviewer:** [lacht]], dat is voor kinderen. Ik dacht: oh ja, nou wil ik het vrije kind te snel benaderen [**Interviewer:** ja], we moeten eventjes euh.. [**Interviewer:** [ja] ja].

Interviewer: En dan krijg je een euh.. soort, het is niet echt een schematherapie, maar een opstandige puber bijna.

Respondent 6: Ja [**Interviewer:** ja ja ja], dat dat dat is die ook. Hij is 16 en lekker opstandig [**Interviewer:** oh ja ja ja ja] [lacht] ja.

Interviewer: En [**Respondent 6:** ja] had je dat vrije kind nog wel bij hem bereikt op een gegeven moment?

Respondent 6: Euh.. bij niet in beweging [**Interviewer:** hmm hmm], we bleven aan de tafel zitten dit

keer. Euh.., maar wel in in euh.. in het euh.. in het kletsen en in het euh.. hij kon wel zijn dromen, en zijn fantasieën en zijn verbeeldingen delen [Interviewer: hmm], maar ik mis dan wel het handelen [Interviewer: ja]. Ik ik ik vind het dan te iel, als het alleen in het kletsen is [Interviewer: ja]. Ik wil altijd dat het in het lijf gevoelt wordt en bewogen wordt, want dan heb ik op een of andere manier het vertrouwen dat er veel meer veroverd is, eigen gemaakt is [Interviewer: hmm].

Interviewer: Ja, gewoon de connectie [Respondent 6: ja, tuss-] tussen [Respondent 6: ja, precies] hoofd en lichaam [Respondent 6: ja].

Interviewer: En euh.. heeft dat vrije kind humor?

Respondent 6: Ja, want dat verwonderd zich. Het is aan het ontdekken, het is aan het euh.. het staat open [Interviewer: ja].

Interviewer: En daar speelt de humor een rol in?

Respondent 6: Ja, volgens mij staat dat een beetje gelijk aan humor [Interviewer: hmm] ofzo? Ik weet niet wat de definitie van humor is, maar [lacht] [Interviewer: hmm hmm] open, en verwonderen, en willen ontdekken en gretig- euh. heid [Interviewer: hmm], vind ik er wel bij passen [Interviewer: mooi] ja.

Interviewer: [glimlacht] ja, nee ik moet lachen omdat eigenlijk euh.. omdat ik toen ik net hier net zeg maar het interview begon dat je zei van: ja, ik ik gebruik eigenlijk best wel weinig humor [Respondent 6: [lacht]] en nu dat ik met je in gesprek bent denk ik van: nou, in mij optiek gebruik je super veel humor humor [Respondent 6: [lacht] ja] ja humor [Respondent 6: ja].

Respondent 6: Even kijken of ik nog een aantekening had? Dat vrije kind dacht ik moest moet ik benoemen, wat nog meer? Oh ja, fysiekrijke oefeningen, dat vind ik ook wel grappig. Ja, humor is natuurlijk ook een manier om de straffende ouder uit te schakelen [Interviewer: hmm], heb ik ook nog opgeschreven.

Interviewer: Want euh.. wat voor manier is dat?

Respondent 6: Euh..Het is wel leuk, ik zal het even laten zien, ik maak heel veel visueel hé met onze doelgroep [Interviewer: hmm hmm, hmm hmm], want LVB kan niet zonder euh.. [Interviewer: ja dat zei je net al] ja. Ik heb dit [legopoppetjes] altijd bij me, en als dan een meisje weer behoorlijk negatief over zichzelf is [Interviewer: [grinnikt]], dan hoef ik maar deze [pakt legopoppetje die een duivel symboliseert] te pakken, jij moet er ook al om lachen [Interviewer: ja ja [grinnikt]] ja, zo, ik zeg: waar staan die dan vandaag? Hé, oeh, dit maakt heel veel herrie geloof ik [Interviewer: het moet maar [lacht]] ja. Waar staat die waar staat die dan vandaag? [Doet stem van de cliënt] Ja boing [gooit legopoppetje van duivel op een andere legopoppetje dat het ik symboliseert], boven op me, weet je wel en euh.. [lacht] [einde stem cliënt] [Interviewer: valt er gewoon van om, ja precies] zo, en gaan we hem laten winnen? [Doet stem van cliënt na] neeee [einde stem cliënt][Respondent 6 & Interviewer: lachen], het is meteen al in beweging he [Interviewer: ja] dit is euh.. [Interviewer: ja, ja het visuele ja] ja. Ja, hij blijft wel veel euh.. naar je kijken zo om een beetje om het hoekje zetten dan? Ja, [Interviewer: [grinnikt]], we verzinnen wat waar ze hem wilt hebben [Interviewer: ja, precies] ja. En dan- in het-, dan moet je ook in het handelen komen hé, dit is nie-, ik doe het nu- maar ik laat het natuurlijk altijd de ander zelf zeggen [Interviewer: ja ja ja ja: oké wil je hem hier laten staan? Zullen we nog gemener opmerking bi- kunnen bedenken over wat jij fout en slecht doet? [Interviewer: hmm hmm, hmm hmm] [doet stem van cliënt na] ah nee echt niet [einde stem cliënt] [Respondent 6 & Interviewer: lachen]. Nou, ze willen niet dat die blijft staan, nee, maar ik ben wel ontzettend psychisch mongolisch dom zegt ze dan. Ja, oké, hij is dus wel de baas vandaag [pakt duivel lego poppetje op en maakt juichend geluid]

[Interviewer: [lacht]]. Ik denk ook dan dat ik haar zo dan een keuze geef [Interviewer: hmm hmm], van wie wil je dat er wint, wie wil je aandacht geven, want wat je aandacht geeft groeit [Interviewer: groeit, ja]. En hoe is het hier mee [pakt een legopoppetje die een kind symboliseert] heeft die nog een leuk ideetje om euh.. deze weg te jagen, is het vrije kind hé [Interviewer: hmm hmm, hmm hmm] ja, ja [Interviewer: ja gaaf] ja [Interviewer: het zijn de perfecte poppetjes ervoor] ik denk dat deze [legopoppetje vrije kind] haar [legopoppetje duivel] wilt kietelen, oh daar kan die echt niet tegen [Respondent 6 & Interviewer: lachen], hé, dan kunnen ze weer vriendjes zij samen, hmm [Interviewer: ja] draai je om [Interviewer: ja], ja [Interviewer: ja]. Deze [duivel legopoppetje] komt dan bij bij diegene waar ik het net over had ook vaak, ze heeft een eetstoornis en ze snijdt zichzelf, dus gewoon niet willen voelen [Interviewer: hmm hmm]. Ik weet niet of je die poppetjes van binnen wel eens gezien hebt?

Interviewer: Zijn dat die Russische poppetjes die steeds kleiner zijn?

Respondent 6: Nee nee nee [pakt een legopoppetje van een mummie, die geopend kan worden, waar dan een legopoppetje van eens mens in zit]. Die verstopt, want die heeft heel veel pijn [Interviewer: oh nee, die heb ik nog nooit gezien], maar ze weet niet van hoe mooi ze vanbinnen is [Interviewer: oh, ja]. Ja, dat is natuurlijk.. prachtig, elke keer als ik je laat zien, dat je wel weet wie er vanbinnen inzigt, dit is de ware jij, oké, het is niet alleen euh.. Er valt nog heel veel te ontdekken als je dit [maakt mummy legopoppetje open] durft af te doen [Interviewer: ja]. Is de visualisatie van het euh.. [Interviewer: ja] mooi hé?

Interviewer: Nou ja, een duidelijker voorbeeld [Respondent 6: nee hé] kun je niet krijgen lijkt me.

Respondent 6: En deze ook hé [pakt het duivel legopoppetje] de afstraffer.

Interviewer: [lacht] die is wel heel- [Respondent 6: ja] die is wel heel duidelijk aanwezig [Respondent 6: ja] euh.. die is ook wel aanwezig euh.. een duivel me-

Respondent 6: Niet de straffende ouder, ik heb dit de afstraffer genoemd [Interviewer: ja], de straffer, ja, en dit is dan [pakt een legopoppetje dat iets ouders lijkt] de.. het puberkindje [Respondent 6: oh ja], ja. [Doet stem cliënt na] oh, daar heb ik z'n schijthekel aan, zei ze vorige keer, dat je die tevoorschijn haalt [einde stem cliënt] [lacht].

Interviewer: Want daar associeert ze zichzelf juist heel erg mee?

Respondent 6: Heel erg mee, ja, ja precies [Interviewer: ja], dat is het dan. Dan heeft ze weer drugs gebruikt en euh.. ja en weer alles geprobeerd wat lekker ondeugend is [Interviewer: hmm hmm]. [Doet stem van cliënt na] je neemt me niet serieus als je dan deze haalt [einde stem cliënt] [lacht], ik kan wel voorstellen dat je dat denkt [Interviewer: hmm], ja.

Interviewer: Maar dan sla je de spijker wel op de kop.

Respondent 6: Precies [Interviewer: ja] ja, confrontatie [Interviewer: hmm hmm] ja [Interviewer: ja mooi]. Deze vijf [pakt verschillende legopoppetjes, waaronder eerder benoemt] werk ik eigenlijk het meeste mee, soms nog het gekwetste kind, maar dat kan ook euh.. verwarring geven. Het vrije kind en het gekwetste kind [Interviewer: hmm] ja. Het staat in ieder geval: dat ze allemaal een re- functie hebben zeg maar, ze hebben allemaal een rede.

Interviewer: Ik vind vooral die [wijst mummie legopoppetje aan] mooi [Respondent 6: ja hé] ja. Die is echt heel vanzelfsprekend [Respondent 6: ja.. ja]

Respondent 6: Dat is toch ook eigenlijk [Interviewer: hmm] al een beetje humor [Interviewer: ja, ik heb ook-] hé.

Interviewer: Als er iets zegt naar jou zie en je.. zeg maar, de euh.. onze onderkant [wijst naar duivel legopoppetje] lag ook het kind [Respondent 6: ja] en dat je zeg van nou: die kietelen we er even af met het vrije kind, ja ik zie daar persoonlijk de humor van in [Respondent 6: ja]. Zie ook altijd wel heel erg

snel ergens wel de humor van in [Respondent 6: ja], maar voor mij is dat dan humor [Respondent 6: ja.. ja].

Respondent 6: En ik denk ook dat het humor is als je dus durft te laten euh.. gebeuren. Ik was vroeger vrij oplossend gericht voor de ander [Interviewer: hmm hmm]. Ik wouw de ander meteen helpen, maar dat kan niet [Interviewer: hmm hmm, hmm hmm], je moet eventjes dingen kunnen laten zijn [Interviewer: ja], kijken wat er bij de ander gaat ontstaan. Vooral want zij [eerder beschreven cliënt] is heel afhankelijk, ja dan ben ik hard aan het werk en zij hoeft dan niets te doen [Interviewer: ja, precies]. Dus dan moet je dat patroon al doorbreken [Interviewer: ja]

Interviewer: Dus een beetje dat je iemand een euh.. een hengel geeft in pla- of een hengel leert bouwen in plaats van de vis geeft [Respondent 6: ja] ja ja ja [Respondent 6: ja ja ja.. ja, dat is een mooi euh.. beeld].

Respondent 6: Kan dit [verzet duivel legopoppetje] bijna niet aanzien [lacht]

Interviewer: Ja, vooral omdat je die associatie natuurlijk hebt met die poppetjes dan euh.. ja, mooi

[Respondent 6: hmm hmm]. Ja, heb je verder nog iets euh..?

Respondent 6: Eens even naar mijn prentenboeken kijken, want daar zit.., die vin- daar werk ik ook heel veel mee [Interviewer: hmm hmm]. Ik denk ook omdat het ook distantiëren gaat hé. Ik vraag euh.. als ze vastzitten in gevoel, welk gevoel is vandaag op bezoek? Leg maar papiertjes bij waar je last van hebt of euh.. Ja dit is toch alleen [wijst afbeelding van een vis aan die boos kijkt in prentenboek] al humor [Interviewer: [grinnikt]], hé [Interviewer: ja, [lacht]], is toch fantastisch en dan bij de een ga ik het juist na tekenen [Interviewer: hmm hmm] of euh.. hoe ziet jouw vis eruit? [zet een gek stemmetje] of heb je al een heel scheef mondje van jaloezie man, hij zit helemaal scheel [lacht] [Interviewer: ik moest hem even plaatsen, maar nu snap ik hem ja ja ja] ja? [Interviewer: ja]. [Bekijkt prentenboek] Ja, trots, ja. Waar ben je kun trots op? Dat kan ik echt wel aan haar vragen [doet stem cliënt na] ja niks [einde stem cliënt]. Is er iets wat andere tegen jou zeggen: oh ja, ja, ja wat jij goed kan? Ja. [Doet stem cliënt na] oh, ja, ze vinden dat ik euh.. gezellig ben en creatief [einde stem cliënt].

Interviewer: Ja, dus zal je bijna die [pakt duivel legopoppetje] eraan zetten van: niks.

Respondent 6: Ja, precies [Interviewer: ja], dat is meteen die [Interviewer: ja], dat zeg dan ook, da-dat doe ik ook hoor [Interviewer: ja] als zij zeggen niks, wie is er nou aan het kletsen [Interviewer: ja], deze [wijst legopoppetje duivel aan] of die [wijst legopoppetje aan dat centraal staat voor het 'ik'] ja, die [wijst legopoppetje duivel aan] [Respondent 6 & Interviewer: lachen] ja. Hé en en en euh.. ze zeggen dus dat je creatief bent, vind je dat zelf ook? [doet stem van cliënt na] Oh ja, ik kan wel een beetje draken [Interviewer: [grinnikt]] [einde stem cliënt]. Kun je nog een keer zeggen dat je heel goed kan draken kunt tekenen en kun je dat net zoals die vis [wijst vis aan die trots kijkt in prentenboek]. Oh [zet legopoppetje dat symbool staat voor het 'ik' rechtop] [Interviewer: gaat die weer staan] beetje kunnen wandelen [Interviewer: ja], weer gaan staan, dus dan komt weer dat handelen hé.

Interviewer: Ja, en dat weer dat groter maken [Respondent 6: ja], dan dat je het eigenlijk voelt [Respondent 6: ja].

Respondent 6: Hu- weet je kunt ellende heel goed heel groot maken, maar de mooie dingen nog niet hé [Interviewer: hmm], voel je dat? Zullen we is kij- gewoon kijken hoe dat is, dat betekent niet dat je het zo moet gaan doen, maar hoe is dat dan als je.. Zo en dan ook nog oh, dat is eng hé mij aankijken en dan gelijk, weet je dan doe je- dan doe je even voor jezelf oefenen en dan gaan we- ik ga je ook niet

aankijken [**Interviewer:** [grinnikt]] en dan ga je even voelen: ik ben creatief, oh die handen gingen heel even omhoog he? [**Interviewer:** hmm hmm, hmm hmm] ja, ze-ze en als je blijf staan hoe is dat dan, hoe is dat dan? Nee veel te eng, ja, nou zo dat hé [**Interviewer:** dan heb je al een stap gezet euh..]. Ja joh, want dan staat ze al [**Interviewer:** ja] en dan heeft ze het even geprobeerd en ik heb haar kunnen verleiden om het in haar lijf euh.. ja. Dus zo simpel beeld als euh.. als een plaatje [bladert door prentenboek]

Interviewer: Droevige vis

Respondent 6: ja [**Interviewer:** [grinnikt]], zo bedroeft dat die helemaal nat [**Interviewer:** [lacht]] is van de tranen ja.. ja. Ik zit even te kijken in mijn methodes of ik nog iets heb [onverstaanbaar]. Weetje, wat ik ook pak hé, dankzij dit gesprek kom ik erachter dat het op hetzelfde neer komt euh..: helpen verwoorden, helpen uiten, helpen distantiëren, helpen in ieder geval niet te identificeren, je helpen om je op je kr- eigen kracht te richten en of ik nou 'schatgravers' gebruik of 'op inzicht' gebruik of [**Interviewer:** in het boekje, ja] tekeningen gebruik of het zijn dan da- dat is een beetje de weg [**Interviewer:** ja]. Oh, wat een leuke vragen stel jij [lacht] [**Interviewer:** nou dankje [lacht]] ja. [**Interviewer:** goed]. We moeten het met onze krachten moeten we het doen hé [**Interviewer:** [gelukkig wel] ja [**Interviewer:** hebben we er genoeg van, dus-], ja, iedereen heeft ze [**Interviewer:** ja] ook als zijn ze verstopt [**Interviewer:** [wijst legopoppetje mummie aan] [lacht] in het poppetje] hé [**Respondent 6 & Interviewer:** ja] die ontdekken we verder nog.

Interviewer: Nou goed, dan euh.. ga ik hem hier bij afsluiten.

Respondent 6: Ja, het is oké.

Bijlage K: Interview respondent 7

Symbol	Betekenis
[]	weergeven wanneer een andere partij iets zegt of een actie die plaatsvindt.
..	onderbreking door het nadenken.
-	Acute onderbreking.
Extra toelichting: tijdens het interview zat er een stagiair bij. Deze gegevens zijn getranscribeerd maar zijn niet gebruikt binnen het onderzoek. Hiervoor is gekozen om alleen maar gebruik te maken van afgestudeerde dramatherapeuten.	

Interviewer: Zo, nou humor en dramatherapie, wat is het euh.. eerste wat bij jullie opkomt?

Stagiair Respondent 7: Dat je het luchtig houdt, dat moet ik dan vooral aan denken **[Interviewer: hmm hmm]** tussen het zware door een grapje kunnen meemaken over iets wat iemand euh.. heeft meegemaakt, waardoor die het kan relativeren.

Respondent 7: Ja.. lachen, grapjes, maar dat euh.. binnen dramatherapie zou ik dat dan als interventie inzetten **[Interviewer: hmm hmm]** en geen per ongelijke grapjes **[Interviewer: hmm hmm, grinnikt]**.

Interviewer: en met wat voor reden zou je die interventie inzetten?

Respondent 7: Ja, dat is een lastige want het is natuurlijk een hele brede interventie dus euh..

[Interviewer: klopt]. Euhm.. euh.. ik denk euh.. om iemand te kunnen confronteren misschien met zijn gedrag of inderdaad om te relativeren of om het euh.. bijvoorbeeld **[Interviewer: hmm]**, ja.

Interviewer: Want is het een bewuste interventie die jullie inzetten? Of werken jullie er bewust niet mee?

Respondent 7: Nee, we werken er wel mee **[Interviewer: oké]** ja. Ik zet hem denk ik wel bewust in ja **[Interviewer: hmm]**, ja.

Interviewer: En heb je daar een voorbeeldje vanuit de praktijk dat je hem ergens euh.. inzette?

Respondent 7: Euhm.. nee **[Interviewer: oké]**. Ja vind ik wel een hele brede vraag, nou zit al m'n cliënten en alles te denken. Nee **[Interviewer: nee, hmm]**

Interviewer: [kijkt naar stagiair Respondent 7] en jij?

Stagiair Respondent 7: Ja, ik denk dat ik het wel voornamelijk wel heel spannend zou vinden, want ja.. ik kom ook net kijken eigenlijk hierin **[Interviewer: hmm hmm]** en dan denk ik van: oh.. dat is ook- af en toe zien ze het zelf als heel iets zwaars en dan heb ik het idee als je een grapje maakt, dat het dan he- ja, dat het ook wel euhm.. niet fijn kan worden ervaren zeg maar **[Interviewer: hmm hmm]**. Iemand denkt van: oh, zit je nou een grap te maken over mijn euh.. mijn ding over mijn problemen hier **[Interviewer: hmm hmm]** die ik heel e-e-erg vind alsof alsof die persoon zich niet serieus genomen voelt ofzo **[Interviewer: hmm]**, ja dat ben ik nu nog eigenlijk nog aan het oefenen ik vind dat nu nog spannend om wel te doen **[Interviewer: ja]**.

Respondent 7: Nou ik denk als wij, ik zat nog even over dat voorbeeld na te denken, wat ik wel vaker doe is dingen heel zwaar aanzetten. Dus bijvoorbeeld: als je het hebt over de euh.. vanuit de kritische kant of niet helpende gedachtes hé dat de cliënt zei van: jaa, euh.. ik ben ook maar dom of euh.. dat je dat dan heel erg aan gaat zetten van euh..:nou de kritische kant die zegt dan: nouja, dat moet je echt zo

doen! en euh.. door het zo aan te zetten dan gaan zij ook al een beetje het belachelijke er al van zien van ohja, zo is het natuurlijk niet. Dus dat is wel wat ik doe.

Interviewer: Hmm Hmm, dus spiegelen het uitvergroten daarvan [**Respondent 7:** ja] nog misschien niet eens het uitvergroten, maar..

Respondent 7: Ja, [**Interviewer:** hmm] en bijna in het belachelijke drukken[**Interviewer:** hmm hmm].

Interviewer: en daar reageren ze altijd goed op, heb jij het idee?

Respondent 7: Meestal wel, maar je kiest wel bij wie je dat doet [**Interviewer:** hmm, uiteraard uiteraard] en in welke situatie.

Interviewer: en wat zie je als je dan zeg maar die euh.. laten we er even ervan uitgaan dat het een vorm van humor is, tenminste zie jij het als vorm van humor?

Respondent 7: Euh.. ja [**Interviewer:** ja] nou wel in ieder geval hoe je het dan brengt [**Interviewer:** hmm hmm]. Het hoeft niet per definitie [**Interviewer:** hmm hmm] als je iets spiegels en groter maakt, hoeft niet per definitie humor te zijn [**Interviewer:** hmm hmm], maar dat is natuurlijk ook wel lastig met humor, omdat het ook wel een beetje is [lacht], want wat ik heel grappig kan vinden, kan iemand anders niet zo grappig vinden [**Interviewer:** ja, zeker zeker].

Interviewer: Maar euh.. wat als je dat dan inzet dat uit- of dat nadoen en dan misschien net iets groter maken, dat de cliënt het ziet: nou hé ik doe ook wel een beetje raar euhm.. hoe reageert daar de cliënt daar dan op? Dat is natuurlijk weer een redelijk brede vraag, maar..

Respondent 7: Meestal wel dat ze tot een beetje inzicht komen van oh ja [**Interviewer:** hmm] oh ja hmm.. misschien is het wel helemaal niet zo of misschien hoef ik wel helemaal niet te luisteren naar die gedachten [**Interviewer:** hmm].

Interviewer: Dus het help ze eigenlijk inzien van: nou wat is er eigenlijk aan de hand of wat gebeurt er nou?

Respondent 7: Nee, het helpt ze denk ik meer om te relativ- hun gedachtes te relativiseren [**Interviewer:** hmm] ja.

Interviewer: En ik hoorde jou [kijkt Stagiair Respondent 7 aan]net zeggen: je bent nog euh.., vind ik namelijk ook wel leuk, aan het ontdekken [**Stagiair Respondent 7:** ja]. Ben je der bewust mee bezig om dat te ontdekken of.. is dat iets wat automatisch gaat?

Stagiair Respondent 7: Nee, wel ook bewust mee bezig inderdaad, want ik heb al vaak dat ik denk: hier kun je een grap over maken [lacht] op dit moment [**Interviewer:** hmm hmm] [lacht] dat heb ik wel eens, maar soms denk ik wel van: ja... is dit het moment ook? Want sowieso omdat euh.. ik heb wel het idee dat cliënten eerst echt aan je gewend moeten zijn, voordat je echt die grappen gaat maken, want ander is het zo: wat zit die vreemden nou weer een grap over te maken [**Interviewer:** hmm hmm] bijna weet je wel [**Respondent 7:** krijg je bijna een belachelijke belache- uitlachen] ja bijna uitlachen inderdaad, maar ik ben wel bewust aan het zoeken: oh hoe kan ik dan een grap maken of zo, weet je wel dat ik dan even-

Respondent 7: Wat ik dan wel doe trouwens, nou ga ik even jou onder-, om jezelf dan een grap maken dus een soort gelijke situatie, dus de cliënt vertelt iets. Dan heb ik een soort gelijke situatie die ik bijvoorbeeld heb meegemaakt, daar ga ik dan een grap over maken [**Interviewer:** hmm]. Dus dat doe ik dan wel.

Stagiair Respondent 7: Ja, zoiets wilde ik net ook zeggen toevallig, ja ja echt dat je hoe- b- bijna bij jezelf gaat euh.. over jezelf bijna grap gaat maken [**Interviewer:** hmm, beetje zelfspot euh..] zelfspot ja [**Interviewer:** ja] en misschien dat zij dan ook denken van oh ja: oh ja dit is o-ongeveer z'n situatie wat ik

ook heb, hier kan ik wel de lol van inzien of zo [Interviewer: hmm hmm]. Ja., ja, dan moet je inderdaad wel eerst een band hebben gecreëerd heb ik het idee.

Interviewer: Want waarom is dat op dat moment zo belangrijk dan die band?

Stagiair Respondent 7: Omdat het anders denk ik euh.. als belachelijk maken kan worden gezien, denk ik. Ja.

Respondent 7: Dan denk ik wel dat je het over dit soort grapjes hebt [Stagiair Respondent 7: over da- ja], want ik denk wel- je kunt humor natuurlijk ook wel meteen al in het begin gebruiken en gebruiken. Ja-

Stagiair Respondent 7: Ja, ik denk inderdaad dat je het ook wel bij het begin kan doen, maar dan inderdaad meer als in zelfspot en meer grappen maken over alledaagse dingen en zo, die nog niet perse heel erg iets te maken hebben met het probleem zelf dat euh.. waar iemand zelf mee komt, maar meer gewoon grapjes maken om gewoon- ook een beetje energie en sfeer te creëren of zo, zodat iemand zich wel misschien daardoor juist sneller op z'n gemak gaat voelen. Dat je daardoor juist een band gaat krijgen, dat kan inderdaad kan ook.

Interviewer: Dus humor inzetten als band? [Stagiair Respondent 7: ja] [kijkt Respondent 7 aan] herken jij dat ook of niet?

Respondent 7: Ja, zeg maar om iedereen op zijn gemak te laten voelen, ja [Interviewer: hmm, hmm hmm]

Interviewer: En dan heb je euh.. als de band er is en hebben jullie het idee dat dramatherapie werkvormen zich ook echt euh.. daadwerkelijk beter uitlenen voor humor dan bijvoorbeeld reguliere cognitieve therapie?

Stagiair Respondent 7: ja, vi- heb ik wel, vind ik wel, want in want in drama kun je ook gewoon dingen doen die euh.. euh.. fictieve situaties uitspelen en zo [Interviewer: hmm hmm] en dat staat ook best wel ver van iemand dan vandaan en dan en dan kan je wel makkelijker euh.. ja, makkelijker een grap maken tussendoor en dat kan bijna ook een situatie zijn wat zij ook nog kunnen meemaken, maar dan dan heb je ook eens de ruimte om die grappen te maken [Interviewer: hmm hmm] omdat het toch een soort distantie heeft gecreëerd. Ik denk dat wel, want bij een cognitieve in.. blijf je ook heel erg in het hoofd zitten en dan gaat iemand misschien, heb ik het idee, juist sneller gaat nadenken, van: oh, moet ik dit interpreteren? Wat is dit nou weer? En bij euh.. binnen drama ben je al lekker bezig en dan zit er al waarschijnlijk iets van humor in, want mensen vi-vind het vaak denk ik ook wel fijn om grappig te doen tijdens een toneelstukje [Interviewer: hmm hmm], is vaak ook wel een beetje veilige haven heb ik het idee euh.., dus ja denk het wel.

Respondent 7: Ja, ik vind dat wel een brede. Ik denk bijvoorbeeld wel dat dramatherapie beter zich leent voor humor dan cognitieve gedragstherapie [Interviewer: hmm hmm] euh.., maar ik zou dat niet voor alle therapieën willen stellen [Interviewer: nee] want dat is natuurlijk dan wel weer heel breed [Interviewer: ja, precies, daarom euh.. zoomde ik nu ook bewust in op die cognitieve gedragstherapie want..] in dat geval denk ik wel als je gaat zeggen van nou welke- EMDR of Dramatherapie [Stagiair Respondent 7: lacht]? Ja, dan denk ik nou: dramatherapie wel wat meer zich voor humor leent [Interviewer: hmm] dan EMDR [Interviewer: hmm hmm], maar euhm.. ja, ik denk niet dat je het zomaar meer.. in het algemeen en ik denk ook dat je cognitieve gedragstherapeuten hebt die misschien ook wel heel veel gebruik maken van humor [Interviewer: hmm hmm], dat dat ook van de persoon af kan hangen [Interviewer: hmm] en dat je misschien totaal niet grappige dramatherapeuten hebt die daar geen gebruik van maken, dus ja, ik vind dat een lastige stelling [Interviewer: hmm].

Interviewer: En heb je het idee dat euhm.. tenminste ik hoor je nu wel zeggen van dramatherapeuten die er mogelijk geen gebruik van maken. Vind jij humor een vereiste voor dramatherapie?

Respondent 7: Nee [**Interviewer:** oké] nee.

Interviewer: Dus dramatherapie zou ook gewoon makkelijk zonder humor zijn weg kunnen vinden bij de cliënt?

Respondent 7: Ja, makkelijk [**Interviewer:** maar ja] makkelijk, dat denk ik wel ja [**Interviewer:** ja, oké]. Ik denk dat het euh.. ook afhangt van de doelen van de cliënt en ik denk dat je daar beter naar moet kijken [**Interviewer:** hmm hmm] en soms slaat- is humor helemaal niet gepast of slaat het niet aan, dus ik denk: dan moet je dat niet gaan doen [**Interviewer:** nee, precies].

Interviewer: Dus het moet wel echt ten dienste zijn van [**Respondent 7:** ja] uiteraard de cliënt [**Respondent 7:** ja], ja [**Respondent 7:** ja].

Respondent 7: Ik denk wel moet wel euh.. moet wel bewust inzetten [**Interviewer:** ja] en aansluiting op het doel wat de cliënt op dat moment heeft [**Respondent 7:** hmm hmm] ja.

Interviewer: En euh.. hebben jullie hier alleen groepen of individueel of..?

Respondent 7: Wij hebben veel individueel, maar soms een groep.

Interviewer: Zit daar nog verschil tussen?

Respondent 7: Ik denk dat het verschil niet zozeer zit of het individueel of een groep is, maar welke.. wat voor soort therapieën gaat geven. Want wij hebben bijvoorbeeld een schematherapie groep [**Interviewer:** hmm hmm] euhm.. daar heb natuurlijk als je vanuit blij kind heb je wel humor, maar verder is het toch best serieus [**Interviewer:** hmm].

Interviewer: En bijvoorbeeld euh.. ik weet wel wat van schema, maar voor bij de gezonde volwassene, zit daar dan geen humor in?

Respondent 7: Zit meer onder het blij kind [**Interviewer:** zit meer onder het blij kind] ja, ja [**Interviewer:** hmm], maar het kan ook wel bij inderdaad bij gezonde volwassene wat relativeren [**Interviewer:** hmm]. Het is ook niet zo te zeggen van: het kan niet, want euh.. Ik weet niet of jij zaterdag is dramatherapie dag geweest hé [**Interviewer:** ja, daar was-], daar heeft [naam weggelaten wegens privacy] heeft daar een lezing gehouden [**Interviewer:** ja humor binnen schematherapie] ja [**Interviewer:** ja ja ja], inderdaad [**Interviewer:** ja, binnen drama], ja.

Interviewer: Ja, ik heb nog met haar een euh.. nog mailcontact over een afspraak, dus euh. inderdaad die ik had inderdaad al euh.. [**Respondent 7:** precies] [naam weggelaten wegens privacy].

Respondent 7: Dus dat vind ik, ja, ook wel weer lastig te zeggen van: nou het zou helemaal niet kunnen-. Ik denk echt wat is het doel en welke soort therapie ben je aan het aanbieden [**Interviewer:** hmm]. En hoe is dan ook de groepsdynamiek [**Interviewer:** ja] daarin. [**Interviewer:** Want euh..] als je groep hebt.

Interviewer: Want je zegt hoe de groepsdynamiek daarin, wat speelt daarin een rol in voor jou?

Respondent 7: Als je bijvoorbeeld een onveilige.. het is gewoon lastig, want humor is echt wel heel breed [**Interviewer:** hmm hmm], el- ik merk elke keer als ik wat ga zeggen, dat ik dan mijzelf alweer aan het corrigeren ben, want ik eigenlijk wilde zeggen: als het onveilig is en je gaat een grap maken, dan kunnen andere me- ka- kan het nog onveiliger worden omdat mensen zich uitgelachen voelen, maar aan de andere kant kan humor juist ook weer zorgen dat het ijs breekt en dat er euh.. mensen weer meer naar elkaar toe komen, dat het veiliger wordt [**Interviewer:** hmm hmm], dus daarom vind ik het heel lastig om daar één standpunt over in te nemen.

Interviewer: Maar dat dat is niet de doel zeg maar, van mijn vraag, om daar echt één standpunt over te geven. Het is ook wel mooi als beide kanten juist naar boven komen [**Respondent 7:** ja]. Ik heb ook bewust euh.. voor de interview gekozen om niet een- ik heb uiteindelijk voor het verslag zelf één definitie [**Respondent 7:** ja], maar voor het interview laat ik het altijd los om, ik vind het juist leuk om die tegenstrijdigheden juist te op te zoeken [**Respondent 7:** ja] en kijken welke kanten zijn er allemaal [**Respondent 7:** ja]. Dus dan vind ik het ook dat je zegt van: ja, andere kan het hé kan het de onveiligheid vergroten [**Respondent 7:** ja], maar op het moment kan het ook de spanning breken [**Respondent 7:** ja] en euh.. juist verbinden bij wijs van spreken [**Respondent 7:** ja,ja].

Interviewer: en hoe kan de dramatherapeut, hoe kan die zich zeg maar ontwikkelen met humor is daar iets, zie jij daar iets in?

Respondent 7: Ja, dat is wel een leuke vraag, misschien een kun je een workshop van: hoe moet je grapjes maken of zo [**Stagiair Respondent 7:** grinnikt], ik weet niet of ik daarvoor zou slagen [**Stagiair Respondent 7:** lacht]. Ja, i-ik heb altijd een beetje iets van: ja, iemand is gewoon grappig of is het niet zeg maar[**Interviewer:** hmm hmm] of kan goed grappen maken of niet, maar ik denk wel dat iemand daar tot op bepaalde hoogte wel kan ontwikkelen. Ik denk meer met supervisie of euh.. [**Interviewer:** hmm hmm] van kijken hé welke interventie is op welk moment gepast? en wat doet dat euh.. met de cliënt? Wat voor uitwerking heeft dat ? [**Interviewer:** hmm]

Interviewer: Dus een beetje je persoonlijke ontwikkeling en het leren inzetten op het goede moment [**Respondent 7:** ja] oké [**Respondent 7:** ja] [**Interviewer:** hmm] [kijk naar Stagiair Respondent 7] en hoe kijk jij daar tegen aan?

Stagiair Respondent 7: Je moet er ook een soort gevoel voor hebben, heb ik het idee. Dat dat je wel van ja, dat je denkt: ah van hier is een grap of zo die je nu kan zeggen op dit moment. Misschien dat je wel kan trainen dat je makkelijker kan gaan aanvoelen op een gegeven moment, dat je denkt van: ohja, dit is z'n moment dat dan past dan past het grapje wel eventjes [**Interviewer:** hmm], maar dan moet je wel het grapje hebben in je hoofd en ik denk dat het wel iets heel erg eigen is van een persoon [**Interviewer:** ja].

Respondent 7: Ik vraag me wel af of dat anders is voor humor andere interventie want eigenlijk ben je dan aan het afstemmen op de cliënt [**Stagiair Respondent 7:** klopt]. Dus of je dan een inter- of een andere interventie doet of humor, dat is eigenlijk inderdaad moet je aanvoelen wanneer is wat gepast, wanneer doe ik wat.

Stagiair Respondent 7: Ja, maar ik denk ok euh.. dat je dat met een soort cursusje en dan uiteindelijk euh.. ervaring meer [**Interviewer:** hmm hmm] zeg maar, dat je het echt moet aanvoelen bij cliënten: oh dit is z'n cliënt ja dan weet ik dat ik gewoon even wat meer met humor op de achtergrond moet blijven, want die voelt zich anders niet serieus genomen of zo heb ik dan, ja.

Interviewer: ja, ook een beetje wat jij zegt, dat jij er op dit moment wat zoekende in bent toch?[**Stagiair Respondent 7:** hmm hmm] hmm ?[**Stagiair Respondent 7:** ja].

Respondent 7: En ik vraag ik me ook nog af of er nog een verschil tussen humor in een werkvorm [**Interviewer:** hmm hmm], dus je- bijvoorbeeld je biedt werkvorm aan [**Interviewer:** hmm hmm], je gaat iets uitvergroten wat dan een beetje absurd eruit ziet hé en dat is dan grappig [**Interviewer:** hmm hmm] of dat je een grap maak, volgens mij zijn dat wel twee verschillende dingen.

Interviewer: Waarom denk je dat het twee verschillende dingen zijn?

Respondent 7: Euhm.. om dat bij de één in de werkvorm zit, dat de werkvorm is dan grappig en op het andere moment is euh.. meer een interventie, hoewel een werkvorm ook een interventie kan zijn.

Interviewer: Ja, het is natuurlijk een beetje hetzelfde als de definitie van humor is de definitie van interventie [**Respondent 7:** ja] ook.. euh.. een ruime begrip euh.. [**Respondent 7:** ja].

Respondent 7: Nee, maar dat denk ik wel zeg maar: als je iemand in de beginfase hebt van therapie hé, da-daar hadden we het net over [**Interviewer:** hmm hmm] en je hebt een grappige werkvorm hé of in een groep bijvoorbeeld het ijs te breken, dat kun je makkelijk doen dan bijvoorbeeld de spot drijven met kant van iemand in schematherapie [**Interviewer:** ja], want dan, dan moet je wel al een vertrouwensband hebben [**Interviewer:** ja] en dat kan in sommige groepen wel en sommige groepen niet [**Interviewer:** hmm hmm], terwijl als je tikkertje gaat spelen hé op een eerste bijeenkomst in een groepstherapie, nou dat kan bijna altijd [**Interviewer:** ja].

Interviewer: Ja, dan komt het weer een beetje, tenminste dat is wat het bij mij oproept is dat het weer terugkomt bij: stem het af op het moment en de cliënt.

Respondent 7: Ja, en dan is voor mij een werkvorm ook anders dan een opmerking of een grap die met humor gebracht wordt of ingezet wordt [**Interviewer:** hmm hmm] ja [**Interviewer:** hmm]

Interviewer: [kijkt Stagiair Respondent 7 aan] hoe zie jij dat?

Stagiair Respondent 7: Hoe zie ik wat?

Interviewer: Het euh.. zeg maar, de humor binnen een werkvorm, dus in dat de humor inderdaad verwerkt zit in de werkvorm en een humor binnen een grap, dus zeg maar een woordgrap of gewoon iets verbaals.

Stagiair Respondent 7: Hoe ik dat zie?

Interviewer: Ja het verschil daartussen.

Stagiair Respondent 7: Ja, [**Interviewer:** ja], ja, ik vind het allebei humor ja dat is [**Interviewer:** hmm hmm, lacht] [lacht] ik vind het allebei humor inderdaad. Ja en ik denk, ja en ik denk inderdaad dat gewoon een werkvorm aanbieden met humor dat dat gewoon een interventie is [**Interviewer:** hmm hmm].

Interviewer: En zijn euh.. euh.. beide op alle momenten gepast?

Stagiair Respondent 7: Euh... Ik denk dat een euh... werkvorm met humor aanbieden dat je dat vrij snel ook al zal kunnen doen, meer dat speelse te creëren ook en euh.. dat je ook gewoon je op je gemak gaat voelen euh.. bij elkaar, bij een groep of bij de euh.. therapeut en als interventie, ja dan kom je weer bij hetzelfde dat ik dat een werkvorm als interventie kan worden [**Interviewer:** hmm] gezien, dus ik denk dat allebei inderdaad op ieder moment wel kan worden [**Interviewer:** hmm] toegepast ja.

Respondent 7: Heeft het niet te maken ook of je wat humor ook doet of dat je humor zegt, praat, [**Interviewer:** dus euh..] verbaal of non-verbaal [**Interviewer:** hmm]. Bij een werkvorm doe je [onverstaanbaar].

Stagiair Respondent 7: Want ik denk als je een typetje bijvoorbeeld doet, dat kan ook als humor worden gezien [**Respondent 7:** ja] dat mensen lachen van: oh wat leuk dat je dat typetje doet zo [**Respondent 7:** maar dat is een werkvorm] [**Interviewer:** hmm]. Ja ja, dat weet ik, maar dat is dan [**Respondent 7:** ja] wel humor [**Respondent 7:** ja zeker] [**Interviewer:** hmm], anders- het is wel dat je dan, ja [**Respondent 7:** moet je het wel grappig doen] moet je het wel leuk doen ja [**Interviewer:** hmm hmm], maar als je het juist niet goed doet, dat kan ook wel weer heel grappig zijn. Als iemand die misschien, als je bijvoorbeeld therapeut niet goed euh.. genoeg een typetje gedaan wat best wel lachwekkend kan zijn,

dat kan denk ik ook wel euh.. ja, eerl- gewoon heel grappig zijn voor een voor de cliënt of juist dat die heel goed is gedaan van: wow, we zijn net heel iets anders op dit moment wow euh... **[Interviewer: hmm hmm]** ja **[Interviewer: is gewoon bijna eigenlijk zo slecht dat het goed is]** ja ja ja **[Interviewer: ja ja]**, maar dat is ook humor vind ik **[Interviewer: ja]**, dus dan zit het al in kleine hoek volgens mij **[Interviewer: hmm hmm]**. Dan ben je al heel snel euh.. grappig, vooral als het bij het begin nog een beetje onwennig is, dan zijn sowieso wel veel mensen die dan beetje de spanning weg lachen, dus dan is het allemaal maar een beetje grappig en zo. Dus ik euh.. ja, ik denk dat het al wel snel gebeurt **[Interviewer: hmm]**, zonder dat je het door hebt.

Interviewer: [kijkt Respondent 7 aan] Sluit u daar bij aan of kijk je daar anders tegen aan?

Respondent 7: Nja, ik zat net eigenlijk te denken dat humor heel breed is, dus dat het dat wel heel lastig maakt **[Interviewer: hmm hmm]** **[Respondent 7, Stagiair Respondent 7 & interviewer lachen]** en dat het ook wel heel echt inderdaad als het zo subjectief is **[Interviewer: ja]** **[Stagiair Respondent 7: hmm hmm]**, want ik kan een typetje heel grappig vinden, terwijl ieman- diegene die naast me zit het totaal niet grappig vindt, net zoals dat jij zegt: ik vind Urbanus leuk en iemand anders vind die helemaal niet leuk **[Interviewer: exact]** en heel irritant **[Interviewer: hmm hmm]** ja.

Interviewer: En levert dat dan euh.., tenminste ik hoor heel erg hier de term van: nja, humor is heel subjectief en het verschilt euh.. per mens en daar sluit ik mij uit-uiteraard bij aan, maar als je dan bij een groep heb wat voor euh.. kwaliteiten zou dat kunnen opleveren of wat voor gevaren dat iedereen verschillende soorten meer verschillende humor zijn?

Respondent 7: In een groep? **[Interviewer: ja]** euh.. Ja, het is fijn als je een grapje maakt **[Interviewer: hmm hmm]** dat in ieder geval waarschijnlijk wel één iemand het grapje zou snappen **[Interviewer: [lacht] oké]**, [lacht] dat is dan een kwaliteit. Het nadeel is: dat andere mensen zich misschien dan onveilig voelen door jouw grapje omdat ze het niet snappen **[Interviewer: hmm hmm]** en daar zit ik dan ook nog en dan hebben we het ook nog helemaal niet over de doelgroep gehad, wij werken met LVB **[Interviewer: hmm hmm]** euh.. en daar zit ik dan ook nog euh.. dus die die zijn ook gewoon niet heel sterk, dus je hebt. Dus je hebt ook nog wel een grote dat mensen gewoon je grapje niet snappen als je verbale grapjes maakt **[Interviewer: hmm hmm]**

Interviewer: En bij LVB is het toch belangrijk dat je heel veel met afbeeldingen en het visueel maakt toch?

Respondent 7: Ja, dat doen wij veel **[Respondent 7 & Stagiair Respondent 7: ja]**

[Interviewer: hmm] ja, op, want we werken dan wel weer met volwassen, dus wel weer op een **[Interviewer & Respondent 7: op een volwassen manier]** **[Interviewer: ja]**, dus het is altijd wel een beetje zoeken dat je niet Jip & Janneke plaats krijgt **[Interviewer: hmm]**, want euh.. ja, het zijn wel gewoon volwassen mensen euh.., maar inderdaad het is visueel **[Interviewer: hmm hmm]** in beeld brengen, ja **[Stagiair Respondent 7: hmm hmm]**. Ja, en dan in een groep en een kwaliteit is als je inderdaad humor gaat inzetten en je krijgt iedereen mee, dan is de kans dat mensen meegaan best best groot hé, maar stel dat één iemand niet meegaat, dan krijg je bijna dat iemand zich buitengesloten voelt **[Interviewer: hmm hmm]**.

Interviewer: Dus dat is weer een beetje die dualiteit van humor van het nodigt uit **[Respondent 7: ja]**, echter als één iemand dan bijvoorbeeld iemand de grap niet voelt, dan voelt die zich ook weer buitengesloten **[Respondent 7: dat zou kunnen, ja]**, ja, dat is inderdaad een mogelijkheid **[Respondent 7: ja]** ja **[Respondent 7: ja]** of die kan zich uitgelachen voelen of euh.. of stel: je doet een werkvorm wat eigenlijk heel grappig is op de spelvloer euh.. en sommige mensen vinden dat misschien wel: hé wat leuk

hé, oh ze lachen om mij, maar iemand anders kan misschien helemaal niet, o shit der word om mij gelachen en het kan ook euhh., wat ik ook al zeg: dat veel cliënten vanuit vroeger een drama les op school gehad [Interviewer: hmm hmm] en euh.. en die hebben dan heel veel pest ervaring gehad en die die hebben dat bijna als traumatisch ervaren omdat ze drama les op school hadden [Interviewer: ja] en dan krijg je dat hier en dan moeten ze een grappige opdracht doen, maar dan dan komt dat gevoel van vroeger weer terug van: hé weet je nog, toen werd ik uitgelachen [Interviewer: hmm].

Interviewer: En zal dat dan euh.. zonder grappige opdracht euh.. er dan niet zijn?

Respondent 7: Minder denk ik [Interviewer: hmm]. Ik denk als je een serieuzere opdracht doet, waar niet om gelachen hoeft te worden [Interviewer: hmm hmm], dat dat dan minder euh.. denk ik, ja.

Stagiair Respondent 7: Dat denk ik ook wel ja, dat mensen zich dan sneller serieus genomen voelen of zo [Interviewer: hmm hmm] of dan, want voor hun is dat lachen juist, heeft weer een hele andere betekenis [Interviewer: ja] ja.

Interviewer: Dan is het wat meer, laten we het erop houden, dan komt het wat meer over als het uitlachen in plaats van het toe lachen [Stagiair Respondent 7: ja]

Stagiair Respondent 7: Ja, dan is het misschien juist goed om iets meer serieus te doen [Interviewer: hmm hmm].

Respondent 7: en [Stagiair Respondent 7: ja ja] even iets heel anders. Ik, want ik euh.. ben een regisseur van een dramagroep voor volwassenen [Interviewer: hmm hmm]. Normaal begaafd, gewoon in het dorp zo [Interviewer: hmm hmm, hmm hmm] en daar had ik nieuwe speelster en die kreeg meteen de hoofdrol en de eerste keer dat die ging spelen, ja ze deed het gewoon heel leuk, dus iedereen moest heel erg om der lachen en zij begon zich steeds ongemakkelijk te voelen, maar dat kon je niet aan haar zien en op het eind van de repetitie zei ze: Ja, [naam Respondent 7], ik vin- vond het eigenlijk helemaal geen leuke repetitie, want euh.. ik was wat aan doen en ik moest uit mijn comfortzone, maar iedereen was om mij aan het lachen. Ja, dat klopt, want het was heel grappig [Interviewer: hmm hmm] wat je deed, maar zij labelde als dat van hé ik heb het fout gedaan ik werd uitgelachen, terwijl dat dat was het eigenlijk niet, dus dat is wel ook een gevaar van humor.

Interviewer: Ja, in die zin van diegene die euh.. lacht eigenlijk de boodschap anders opvangt dan dat diegene die de of de mensen die lachen die de boodschap anders bedoelen, dan diegene die op dat mom- [Respondent 7: die het opvangt] juist [Respondent 7: ja] hmm.

En hebben jullie een voorbeeldje uit de praktijk waar juist humor heel goed bij aansloot bij de doelgroep of juist net wat minder? Het hoeft maar een kleine momentje te zijn.

Respondent 7: Nou ik heb euh.. wat minder dat heb ik wel. Ik had bijvoorbeeld een vrouw die euh.. die zat nog in, we hebben wel ook voor cliënten zeg maar die, moeten wij moeten nog eerst diagnostiek doen, dus dan komen die binnen [Interviewer: hmm hmm], dan weten we eigenlijk niet wat er aan de hand is, maar eigenlijk al vrij snel bleek dat die mevrouw autisme had, die vertoonde echt alle kenmerken [Interviewer: hmm] en euhm.. op een gegeven moment: zei had iets verteld hé over der over der zelf en euh.. der leven was ook heel zwaar en euh.. ze had het ook wel een beetje zwaar aangezet, maar ze voelde het ook echt heel zwaar [Interviewer: hmm], dus toen ging ik een verhaal vanuit mijzelf vertellen inderdaad over dat ik het ook wel om dat te relativieren. Zij luisterde netjes en na afloop van mij verhaal wat ik wel een beetje grappig vond, zei ze: ja [naam Respondent 7] ja euh.. dank je wel dat je mij dit verteld hebt ik weet eigenlijk niet wat ik met je verhaal moet. Ik snap ook eigenlijk niet zo goed waarom jij dit verteld hebt, maar euhm.. ja, misschien gaat dat nog wel komen

[Interviewer: hmm], dankjewel. Ik zeg: oké, hier heb ik dus de plank misgeslagen [Interviewer: hmm
hmm, hmm hmm], want die snapt dus echt totaal niet waarom ik dit [Interviewer: nee], het was
trouwens in de diagnostiekfasé wel weer een bevestiging dat ik dacht: nou beetje [Interviewer: njaa,
autisme] naar het autisme [Interviewer: ja, ja] [Stagiair Respondent 7: lacht] ja. Euhm.. Ja en wel,
wanneer sluit het wel aan of ik daar ook een voorbeeld van heb.

Stagiair Respondent 7: Ik heb niet perse een voorbeeld nu of zo [Interviewer: hmm hmm], maar ik kan
wel voorstellen dat al als iemand bijvoorbeeld zelf een grapje maakt over iets, dat je dat later wel terug
kan euh.. halen of zo, van: oh ja, ja, ik ook altijd met m'n euh.. met m'n dit en dat en dan zeg je altijd: ja
ja en later ook van want jij hebt altijd van dit en dat hé [Interviewer: hmm hmm] oh ja [zuchtend geluid]
hoor je ook is het ook wel zo van: oh ja, even, ja, zo zo zie je dat inderdaad zelf vaak grappig hoe je dat
euh..want je weet dat je zelf het grapje leuk vinden, want die hebben ze zelf gezegd.

Interviewer: Maar is het dan een beetje euhm.. een beetje prikken zeg maar? Tenminste dat hoor ik erin
of [onverstaanbaar, door het door elkaar praten].

Stagiair Respondent 7: Ook wel, ja, ja, klopt. Dat je ook echt op dat moment even de rust maakt van: ja,
want dat, zo, zo, heb je dat gezegd [Interviewer: hmm hmm] op dat moment en dat is dan- maar dat zeg
je dan wel, beetje grappige, beetje cynische manier eigenlijk [Interviewer: met een ondertoon] [lacht]
met een ondertoon [Interviewer: niet heel serieus bent euh..] dat kan wel een kleine interventie zijn,
dat kan wel een kleine interventie zijn dat ik denk: volgens mij werkt dat wel [Interviewer: hmm] ja
[Interviewer: hmm], om te confronteren dan [Interviewer: hmm hmm].

Respondent 7: Ja, wat ik ook wel- altijd werk me- met heftige dingen of moeilijk dingen zeg maar, dan
euh.. ik zet- probeer dan ze in beeld te zetten hé, dus als ik dan weer terugkom op de kritische gedachte
of die helpende gedachte [Interviewer: hmm hmm]. Ik heb daar dan een duiveltje voor [laat duiveltje
van Lego zien] hier, die zit hier, nou, die die ziet er ook nog wel grappig uit [Interviewer: [lacht] ja] zeg
maar en op dat moment dat zeg maar dat dat je mensen hoort dat ze in in hun- in hun kritische kant
zitten, dan laat ik hem dat dan zeggen [Interviewer: hmm], waardoor het een beetje, ja, ja, ik vind dat
heel grappig [lacht] [Stagiair Respondent 7: [lacht]].

Interviewer: Ja? Maar wat vind je dat heel grappig, het is helemaal prima, maar ben benieuwd.

Respondent 7: Ja, ja omdat ik dan euh.. euh.. ja, dat dat zorgt gewoon dat het toch wat wat relativeert
en dat je denkt: nja, ja, ga ik daar naar luisteren of is dat inderdaad gewoon een zuur stemmetje in m'n
hoofd? [Interviewer: hmm hmm] Dus kan ik ook kiezen om niet naar te luisteren.

Interviewer: Dus wat ik van jou een beetje hier in hoor is dat humor relativerend is [Respondent 7: ja,
ja], vanuit, zeg maar echt vanuit jouw definitie van humor.

Respondent 7: Het kan in dingen minder pijnlijk maken [Interviewer: hmm hmm].

Interviewer: en daar helpt zo'n [Interviewer: en het] en daar helpt in dat geval z'n z'n zeg maar, het
klinkt een beetje bot dit, maar z'n pop helpt daarbij.

Respondent 7: Dat zou kunnen ja [Interviewer: ja, dat is inderdaad een mogelijkheid] ja, ja of ik laat aan
diegene zeg maar, dan gaan we die pop weggooien of we gaan erop trappen [Interviewer: hmm] of euh..
[Interviewer: hmm], dan krijg je een beetje meer stoelentechniek alleen dan op een andere manier of
euh.. [Interviewer: hmm hmm]. Ook bijvoorbeeld: wi-wij doen dat weleens met hoepels hé, dan heb je
bijvoorbeeld de kritische kant is dan een gele hoepel en die hoepels die die mogen ze dan bijvoorbeeld
weggooien en op het moment dat je een hoepel gooit soms komt die terug, dat is net z'n boemerang
[Interviewer: ja ja ja, hou- dat is met deze techniek [doet een handgebaar], dan rolt die zo euh.. precies

terug, ja ja ja] Dus op een gegeven moment zeg ik soms tegen de cliënt: nah, gooi die kritische gedachte maar weg, de kritische kant hebben we helemaal niks aan, gooi maar weg. Nou dan zie je weer en dan komt die hoepel ineens weer terug **[Interviewer: lacht]** ja, zie je wel, hij komt ook wel elke keer terug **[Interviewer: ja]** dan moet je hem ergens anders naar toe gooien **[Interviewer: ja]**.

Interviewer: Ja, dus eigenlijk combineer je dan euh.. een beetje humor en euh.. pret door middel van de symboliek **[Respondent 7: ja]** ja, **[Respondent 7: ja]**.

Stagiair Respondent 7: Het is ook wel leuk, want eigenlijk is het een beetje een ongelukje op dat moment, het was helemaal niet de bedoeling dat die hoepel terug zou komen **[Interviewer: [lacht]]** **[Respondent 7: nee]** en dat gebruik je dan van: ochja, haha, zie je wel weer weet je wel **[Interviewer: ja]** en dan kan heel gebruik ook vaak of als jezelf als therapeut misschien verspreekt ofzo **[Interviewer: hmm hmm]**, dan kan ook wel gewoon als ie-, dat kan je ineens inzetten als een soort humoring van: oh, kijk mij hier ofzo. Om het ook even relativ- te relativeren van ja: ik ben ook maar eens mens **[Interviewer: ja]** we zijn allemaal, we ku-, kijk het is een klein foutje op dit moment, ja euh.. dat kan allemaal **[Interviewer: ja]**, ja.

Respondent 7: Ja of dat weer groot maken hé **[Stagiair Respondent 7: ja]** dan zeg je: nou, daar heb ik nooit last van, echt helemaal echt nooit **[Stagiair Respondent 7: grinnikt]** **[Interviewer: ja]**, dat doe ik echt niet. Heb jij dat? Nou echt. Dan ben je echt raar dat je dat, nee dat heb ik nooit. [Noemt naar stagiair Respondent 7] heb jij dat? **[Stagiair Respondent 7: grinnikt]** nee ook niet he? **[Interviewer: zeker weten?]** **[Respondent 7 & Stagiair Respondent 7: mjaaa]**.

Interviewer: Ja, het is ook een beetje dat uitdagen, dat uit de tent lokken zeg maar **[Respondent 7: ja]**, werkt dat ook goed met deze doelgroep?

Respondent 7: Ja, dat kan, maar dat is dat is wel elke keer gewoon weer aanvoelen **[Interviewer: ja]**. Bij on-onze doelgroep is wel heel divers dus en ja, mensen zijn ook nog heel divers, dus euh.. als je het bij die autistisch mevrouw zou doen, dat zou nie-niet werken **[Interviewer: nee, precies]** terwijl euh.. en en sommige mensen die echt ook wel van laag niveau zijn, ja, die pakken dat ook niet **[Interviewer: hmm hmm]** die die ja die hebben niet door dat er een grapje **[Interviewer: hmm]** gemaakt wordt **[Interviewer: hmm hmm]**. Z'n [naam van cliënt] kon je ook niet goed grapjes maken.

Stagiair Respondent 7: nee nee, die snapte **[Respondent 7: die snapte dan]** sarcaste sarcasme niet **[Interviewer: hmm hmm]**. Da da dan heb je al heel veel lagen van humor, dat kan je al niet meer doen eigenlijk.

Interviewer: Maar dit is even en dat vind ik altijd leuk, dit is een kritische vraag van: is sarcasme humor?

Stagiair Respondent 7: Euhm.. ja, **[Interviewer: hmm]**

Respondent 7: Maar dat hoeft niet .

Stagiair Respondent 7: Nee, hoeft niet, hoeft, maar **[Interviewer: nee, ik knik ook heel braaf ja, maar]** nee nee nee dat is niet van euh.. dit is humor **[Interviewer: hmm hmm]**, dat is, ja dat is ook weer zoiets: is humor, maar k- is kan wel humoristisch zijn, kan wel grappig zijn, zeg maar **[Respondent 7: ja]** **[Interviewer: hmm]**

Interviewer: Want officieel is, als ik het dan volgens de theorie is sarcasme aanvallend.

Respondent 7: Is een beetje passief-agressief hé **[Interviewer: ja, ja ja ja]** **[Stagiair Respondent 7: oh ja]**, denk ik.

Stagiair Respondent 7: Ja hebt theorieën dat is anders maar **[lacht]**, maar euh ja..

Respondent 7: Maar aanvallen kan ook humor zijn.

Interviewer: Ja, voor de aanvaller of voor diegene die het krijgt **[grinnikt]**.

Respondent 7: Voor de aanvallen [Interviewer: ja] [grinnikt].

Interviewer: Ja, nou dat is denk ik ook wel euh.., is ook wel interessant, dat merk ik ook wel dat dit uit het gesprek zijn. Dus dat humor echt super subjectief is en dat het eigenlijk het belangrijkste is om af te stemmen op de cliënt, zijn of haar doelen en euh.. ja, dat eigenlijk. Klopt het een beetje dat ik dat als kern uit dit gesprek haal.

Respondent 7: Ja, ik vind humor wel echt heel belangrijk, maar het is ook wel lastig in te zetten

[Interviewer: hmm hmm], merk ik nu eigenlijk uit dit gesprek [Interviewer: ja] [Stagiair Respondent 7: grinnikt], ja [Stagiair Respondent 7: ja].

Interviewer: Ja, [kijkt stagiair Respondent 7 aan]: is dat voor jou euh.. ook de kern zeg maar: dat je humor euh.. dat het een vrij euh.. relatief vaag begrip is en dat het voor iedereen heel anders is [Stagiair Respondent 7: ja] en dat je het zeg maar heel erg op de cliënt en euh.. of de groep moet afstemmen

Stagiair Respondent 7: ja, [Interviewer: hmm] ja, heel erg, ja, dat heb ik echt wel hieruit geleerd nu ook wel ja, ja. Het is echt euh.. constant afstemmen wie heb je voor je [Interviewer: hmm] ja en dat het soms ook gewoon per ongelijk gebeurt, dat vond ik ook wel euh.. [Respondent 7 & interviewer: grinniken] ja, iets, ja dat het ook gewoon [Stagiair Respondent 7 & interviewer: ja] [Respondent 7: ja] iets gebeurt het ook gewoon, je hoeft het vaak niet eens bewust in te zetten, soms zijn dingen gewoon grappig [Respondent 7: ja] [Interviewer: soms komt die hoepel gewoon terugrollen] ja, [lacht] soms komt dat gewoon ja.

Respondent 7: Ja, maar ja dat is wel dan de vraag: die hoepel kan terug komen rollen, maar dat is wel de vraag doe jij daar iets mee, met een grap met humor of niet? [Stagiair Respondent 7: ja, dan ja, inder- ja dat is ook wel waar ja] [Interviewer: hmm]. Want je kunt ook zeggen godverdomme nou het echt gewoon weer euh.. vandaag hebben we echt lukt niks [Stagiair Respondent 7: ja] en dan zeg maar uit serieuze en niet vanuit het grappige.

Stagiair Respondent 7: Sommige mensen inderdaad die maken van zichzelf al overal een grap van [Interviewer: hmm hmm] in het dagelijkse leven maken ze overal grappen van, dat is ook een soort coping dan [Respondent 7: en is het dan humor] en is het dan ja, maar ja ja is het dan humor? Op dat moment kan iets heel grappig zijn dan, maar, is- maar is het dan niet dat je als je therapeut dan beetje dat laagje eraf wilt halen, omdat dat eigenlijk euh.. [Respondent 7: vaak mensen die gewoon als maar weg lachen, vanuit angst of verdriet] ja [Interviewer: hmm hmm], ja, dat is ook anders ja [Respondent 7: is dat humor?] Is dat humor? Is dat humor? Nee, vind ik niet, ik vind het persoonlijk niet, weglachen is geen humor.

Respondent 7: Nee, maar mensen zetten dat wel bewust in [Interviewer: hmm hmm] als humor, om maar de ja..

Stagiair Respondent 7: Maar ik denk wel dat ze ook mensen aan het lachen kunnen krijgen, [Respondent 7: jazeke, iedereen lacht erom], ook al zien wij het niet als humor de andere mensen [Interviewer: hmm].. [Respondent 7: maar dan zien mensen ook de angst of verdriet niet, dus dat werkt heel goed] nee ja [Interviewer: ja] , [Respondent 7: op korte termijn] ja.

Interviewer: Nja, dat is het mooie van het vak hé, daar kunnen wij doorheen prikken [Stagiair

Respondent 7: hmm hmm, ja].

Respondent 7: Nou.. ik weet niet of we dat kunnen, dat is wel de bedoeling [Stagiair Respondent 7: [grinikt]].

Interviewer: Ja, oké als we het dan heel correct willen dan is het [Respondent 7 en Stagiair Respondent 7: [lachen]]

Respondent 7: Dat lukt mij ook niet altijd

Interviewer: Nee, dat is ook natuurlijk een ideaalbeeld, maar het is inderdaad wel fijn de bedoeling als het zou lukken voor de cliënt.

Respondent 7: Ja, dat is van jezelf ook soms, maak je ook een grapje en als je daar soms langer langer over nadenkt **[Interviewer: oh ja]** dan lach je ook nu om maar gewoon een muurtje op te zetten of euh.. ja **[Interviewer: ja]**

Interviewer: Ja, ik denk persoonlijk ook wel euh.. euh.. dat humor altijd wel een rede heeft waarom dat je iets, doet, zegt of iets laat zien **[Respondent 7: ja]**. Ik denk niet dat het zomaar iets is **[Respondent 7: nee]**. Nou goed, is er no- **[Stagiair Respondent 7: ja, klopt [lacht], dat was hem ja]** is er nog iets wat euh.. jullie kwijt moeten of aanvullen of denken van: hé dit heb ik gemist op dit moment.

Stagiair Respondent 7: Nee, ik zat net wel nog eventjes met dat sarcasme in m'n hoofd **[Interviewer: hmm hmm]**, maar dat is euh.. dat vind ik eigenlijk ook wel subjectief. Da-dat wilde ik eigenlijk nog even zeggen **[lacht]** **[Interviewer: oké, dat kan]**, ja, omdat het, er zijn wel wat dingen dan in boeken daarover dan, over dat dat dan geen humor is, maar euh.. ook al kan kan je het niet als humor zien, iemand ziet het wel als humor en of het dan voor beide partijen zo is **[Interviewer: grinnikt]**, dat is dan een ander **[Interviewer: hmm hmm]**, maar het is dan wel humor vind ik **[Interviewer: hmm hmm]** en soms kan het inderdaad wel echt grappig zijn voor diegene die sarcasme ontvangt **[Interviewer: ja]**, dat euh.. ja, dat wilde ik nog kwijt **[lacht]** ja, **[Interviewer: nou prima]**, ja **[lacht]**.

Interviewer: Dan sluiten we hem hier bij af.

Respondent 7 & Stagiair Respondent 7: ja

Bijlage L: Vragenlijst cliënten

Toelichtingen zijn die niet zijn ingevuld binnen de vragenlijst worden niet weergegeven. Handschriften kunnen overeen komen, aangezien meermaals de dramatherapeut (in spé) heeft helpen de vragenlijst in te vullen

ENQUÊTE OVER HUMOR BINNEN DRAMATHERAPIE

De volgende enquête ondersteun mij als onderzoeker naar het gebruik van humor binnen dramatherapie. De gegevens worden anoniem verwerkt. Als u als een dramatherapie traject heeft ondervonden, dan mag u de enquête invullen met hoe het toen der tijd ervaren heeft. Heel erg bedankt!

Leeftijd: 19

Geslacht: ♀

Omcirkel wat van toepassing is: ik volg een individueel/~~groeps traject~~ dramatherapie.

Geef aan hoe belangrijk u de kwestie vindt waarover in de linker kolom een vraag wordt gesteld door op dezelfde regel links het nummer te omcirkelen dat het meest met uw mening overeenkomt. Tot slot krijgt u de ruimte om een toelichting te geven.

Stelling	Mate van belangrijkheid				
	Helemaal oneens	Deels oneens	Neutraal	Deels eens	Helemaal mee eens
Ik vind humor belangrijk in het dagelijkse leven.	1	2	3	4	5
Ik vind humor binnen dramatherapie belangrijk.	1	2	3	4	5
Door humor vind ik het contact met de dramatherapeut of/en andere deelnemers fijner.	1	2	3	4	5
Door humor vind ik zware onderwerpen bespreken fijner.	1	2	3	4	5
Er kan nooit genoeg humor zijn tijdens dramatherapie.	1	2	3	4	5
Binnen dramatherapie komt humor beter tot zijn recht dan bij andere hulpverlening (als u geen andere hulpverlening heeft gehad, hoeft u deze vraag niet in te vullen).	1	2	3	4	5
Humor is overbodig binnen dramatherapie.	1	2	3	4	5
Als ik een serieus verhaal vertel, dan vind ik het niet fijn als mensen humor gebruiken.	1	2	3	4	5
Er kan nooit teveel humor binnen dramatherapie zijn.	1	2	3	4	5
Ik ervaar meer humor binnen dramatherapie dan in mijn gebruikelijke leven.	1	2	3	4	5
Als ik een grap niet snap en de anderen wel, vind ik dat vervelend.	1	2	3	4	5

afhankelijk van waar ik ben en met wie...

Ze merken het niet aan me - ik lach mee

→ grappig zijn met altijd op zijn plek met plezier

Toelichting (optioneel):

thats op me zelf 

en op je therapeut natuurlijk 

ENQUÊTE OVER HUMOR BINNEN DRAMATHERAPIE

De volgende enquête ondersteun mij als onderzoeker naar het gebruik van humor binnen dramatherapie. De gegevens worden anoniem verwerkt. Als u als een dramatherapie traject heeft ondervonden, dan mag u de enquête invullen met hoe het toen der tijd ervaren heeft. Heel erg bedankt!

Leeftijd: 34

Geslacht: vrouw

Omcirkel wat van toepassing is: ik volg een individueel/groeps traject dramatherapie.

Geef aan hoe belangrijk u de kwestie vindt waarover in de linker kolom een vraag wordt gesteld door op dezelfde regel links het nummer te omcirkelen dat het meest met uw mening overeenkomt. Tot slot krijgt u de ruimte om een toelichting te geven.

Stelling	Mate van belangrijkheid				
	Helemaal oneens	Deels oneens	Neutraal	Deels eens	Helemaal mee eens
Ik vind humor belangrijk in het dagelijkse leven.	1	2	3	4	5
Ik vind humor binnen dramatherapie belangrijk.	1	2	3	4	5
Door humor vind ik het contact met de dramatherapeut of/en andere deelnemers fijner.	1	2	3	4	5
Door humor vind ik zware onderwerpen bespreken fijner.	1	2	3	4	5
Er kan nooit genoeg humor zijn tijdens dramatherapie.	1	2	3	4	5
Binnen dramatherapie komt humor beter tot zijn recht dan bij andere hulpverlening (als u geen andere hulpverlening heeft gehad, hoeft u deze vraag niet in te vullen).	1	2	3	4	5
Humor is overbodig binnen dramatherapie.	1	2	3	4	5
Als ik een serieus verhaal vertel, dan vind ik het niet fijn als mensen humor gebruiken.	1	2	3	4	5
Er kan nooit teveel humor binnen dramatherapie zijn.	1	2	3	4	5
Ik ervaar meer humor binnen dramatherapie dan in mijn gebruikelijke leven.	1	2	3	4	5
Als ik een grap niet snap en de anderen wel, vind ik dat vervelend.	1	2	3	4	5

bang om uitgelachen te worden

ENQUÊTE OVER HUMOR BINNEN DRAMATHERAPIE

De volgende enquête ondersteun mij als onderzoeker naar het gebruik van humor binnen dramatherapie. De gegevens worden anoniem verwerkt. Als u als een dramatherapie traject heeft ondervonden, dan mag u de enquête invullen met hoe het toen der tijd ervaren heeft. Heel erg bedankt!

Leeftijd: 39

Geslacht: Man

Omcirkel wat van toepassing is: ik volg een individueel/groeps traject dramatherapie.

Geef aan hoe belangrijk u de kwestie vindt waarover in de linker kolom een vraag wordt gesteld door op dezelfde regel links het nummer te omcirkelen dat het meest met uw mening overeenkomt. Tot slot krijgt u de ruimte om een toelichting te geven.

Stelling	Mate van belangrijkheid				
	Helemaal oneens	Deels oneens	Neutraal	Deels eens	Helemaal mee eens
Ik vind humor belangrijk in het dagelijkse leven.	1	2	3	4	5
Ik vind humor binnen dramatherapie belangrijk.	1	2	3	4	5
Door humor vind ik het contact met de dramatherapeut of/en andere deelnemers fijner.	1	2	3	4	5
Door humor vind ik zware onderwerpen bespreken fijner.	1	2	3	4	5
Er kan nooit genoeg humor zijn tijdens dramatherapie.	1	2	3	4	5
Binnen dramatherapie komt humor beter tot zijn recht dan bij andere hulpverlening (als u geen andere hulpverlening heeft gehad, hoeft u deze vraag niet in te vullen).	1	2	3	4	5
Humor is overbodig binnen dramatherapie.	1	2	3	4	5
Als ik een serieus verhaal vertel, dan vind ik het niet fijn als mensen humor gebruiken.	1	2	3	4	5
Er kan nooit teveel humor binnen dramatherapie zijn.	1	2	3	4	5
Ik ervaar meer humor binnen dramatherapie dan in mijn gebruikelijke leven.	1	2	3	4	5
Als ik een grap niet snap en de anderen wel, vind ik dat vervelend.	1	2	3	4	5

ENQUÊTE OVER HUMOR BINNEN DRAMATHERAPIE

De volgende enquête ondersteun mij als onderzoeker naar het gebruik van humor binnen dramatherapie. De gegevens worden anoniem verwerkt. Als u als een dramatherapie traject heeft ondervonden, dan mag u de enquête invullen met hoe het toen der tijd ervaren heeft. Heel erg bedankt!

Leeftijd: 32

Geslacht: Vrouw

Omcirkel wat van toepassing is: ik volg een individueel/groeps traject dramatherapie.

Geef aan hoe belangrijk u de kwestie vindt waarover in de linker kolom een vraag wordt gesteld door op dezelfde regel links het nummer te omcirkelen dat het meest met uw mening overeenkomt. Tot slot krijgt u de ruimte om een toelichting te geven.

Stelling	Mate van belangrijkheid				
	Helemaal oneens	Deels oneens	Neutraal	Deels eens	Helemaal mee eens
Ik vind humor belangrijk in het dagelijkse leven.	1	2	3	4	5
Ik vind humor binnen dramatherapie belangrijk.	1	2	3	4	5
Door humor vind ik het contact met de dramatherapeut of/en andere deelnemers fijner.	1	2	3	4	5
Door humor vind ik zware onderwerpen bespreken fijner.	1	2	3	4	5
Er kan nooit genoeg humor zijn tijdens dramatherapie.	1	2	3	4	5
Binnen dramatherapie komt humor beter tot zijn recht dan bij andere hulpverlening (als u geen andere hulpverlening heeft gehad, hoeft u deze vraag niet in te vullen).	1	2	3	4	5
Humor is overbodig binnen dramatherapie.	1	2	3	4	5
Als ik een serieus verhaal vertel, dan vind ik het niet fijn als mensen humor gebruiken.	1	2	3	4	5
Er kan nooit teveel humor binnen dramatherapie zijn.	1	2	3	4	5
Ik ervaar meer humor binnen dramatherapie dan in mijn gebruikelijke leven.	1	2	3	4	5
Als ik een grap niet snap en de anderen wel, vind ik dat vervelend.	1	2	3	4	5

ENQUÊTE OVER HUMOR BINNEN DRAMATHERAPIE

De volgende enquête ondersteun mij als onderzoeker naar het gebruik van humor binnen dramatherapie. De gegevens worden anoniem verwerkt. Als u als een dramatherapie traject heeft ondervonden, dan mag u de enquête invullen met hoe het toen dertijd ervaren heeft. Heel erg bedankt!

Leeftijd: 32

Geslacht: man

Omcirkel wat van toepassing is: ik volg een individueel/groeps traject dramatherapie.

Geef aan hoe belangrijk u de kwestie vindt waarover in de linker kolom een vraag wordt gesteld door op dezelfde regel links het nummer te omcirkelen dat het meest met uw mening overeenkomt. Tot slot krijgt u de ruimte om een toelichting te geven.

Stelling	Mate van belangrijkheid				
	Helemaal oneens	Deels oneens	Neutraal	Deels eens	Helemaal mee eens
Ik vind humor belangrijk in het dagelijkse leven.	1	2	3	4	5
Ik vind humor binnen dramatherapie belangrijk.	1	2	3	4	5
Door humor vind ik het contact met de dramatherapeut of/en andere deelnemers fijner.	1	2	3	4	5
Door humor vind ik zware onderwerpen bespreken fijner.	1	2	3	4	5
Er kan nooit genoeg humor zijn tijdens dramatherapie.	1	2	3	4	5
Binnen dramatherapie komt humor beter tot zijn recht dan bij andere hulpverlening (als u geen andere hulpverlening heeft gehad, hoeft u deze vraag niet in te vullen).	1	2	3	4	5
Humor is overbodig binnen dramatherapie.	1	2	3	4	5
Als ik een serieus verhaal vertel, dan vind ik het niet fijn als mensen humor gebruiken.	1	2	3	4	5
Er kan nooit teveel humor binnen dramatherapie zijn.	1	2	3	4	5
Ik ervaar meer humor binnen dramatherapie dan in mijn gebruikelijke leven.	1	2	3	4	5
Als ik een grap niet snap en de anderen wel, vind ik dat vervelend.	1	2	3	4	5

ENQUÊTE OVER HUMOR BINNEN DRAMATHERAPIE

De volgende enquête ondersteun mij als onderzoeker naar het gebruik van humor binnen dramatherapie. De gegevens worden anoniem verwerkt. Als u als een dramatherapie traject heeft ondervonden, dan mag u de enquête invullen met hoe het toen der tijd ervaren heeft. Heel erg bedankt!

Leeftijd: 9 jaar

Geslacht: vrouw

Omcirkel wat van toepassing is: ik volg een individueel/groeps traject dramatherapie.

Geef aan hoe belangrijk u de kwestie vindt waarover in de linker kolom een vraag wordt gesteld door op dezelfde regel links het nummer te omcirkelen dat het meest met uw mening overeenkomt. Tot slot krijgt u de ruimte om een toelichting te geven.

Stelling	Mate van belangrijkheid				
	Helemaal oneens	Deels oneens	Neutraal	Deels eens	Helemaal mee eens
Ik vind humor belangrijk in het dagelijkse leven.	1	2	3	4	5
Ik vind humor binnen dramatherapie belangrijk.	1	2	3	4	5
Door humor vind ik het contact met de dramatherapeut of/en andere deelnemers fijner.	1	2	3	4	5
Door humor vind ik zware onderwerpen bespreken fijner.	1	2	3	4	5
Er kan nooit genoeg humor zijn tijdens dramatherapie.	1	2	3	4	5
Binnen dramatherapie komt humor beter tot zijn recht dan bij andere hulpverlening (als u geen andere hulpverlening heeft gehad, hoeft u deze vraag niet in te vullen).	1	2	3	4	5
Humor is overbodig binnen dramatherapie.	1	2	3	4	5
Als ik een serieus verhaal vertel, dan vind ik het niet fijn als mensen humor gebruiken.	1	2	3	4	5
Er kan nooit teveel humor binnen dramatherapie zijn.	1	2	3	4	5
Ik ervaar meer humor binnen dramatherapie dan in mijn gebruikelijke leven.	1	2	3	4	5
Als ik een grap niet snap en de anderen wel, vind ik dat vervelend.	1	2	3	4	5

ENQUÊTE OVER HUMOR BINNEN DRAMATHERAPIE

De volgende enquête ondersteun mij als onderzoeker naar het gebruik van humor binnen dramatherapie. De gegevens worden anoniem verwerkt. Als u als een dramatherapie traject heeft ondervonden, dan mag u de enquête invullen met hoe het toen der tijd ervaren heeft. Heel erg bedankt!

Leeftijd: 12

Geslacht: jongen

Omcirkel wat van toepassing is: ik volg een individueel / groeps traject dramatherapie.

Geef aan hoe belangrijk u de kwestie vindt waarover in de linker kolom een vraag wordt gesteld door op dezelfde regel links het nummer te omcirkelen dat het meest met uw mening overeenkomt. Tot slot krijgt u de ruimte om een toelichting te geven.

Stelling	Mate van belangrijkheid				
	Helemaal oneens	Deels oneens	Neutraal	Deels eens	Helemaal mee eens
Ik vind humor belangrijk in het dagelijkse leven.	1	2	3	4	5
Ik vind humor binnen dramatherapie belangrijk.	1	2	3	4	5
Door humor vind ik het contact met de dramatherapeut of/en andere deelnemers fijner.	1	2	3	4	5
Door humor vind ik zware onderwerpen bespreken fijner.	1	2	3	4	5
Er kan nooit genoeg humor zijn tijdens dramatherapie.	1	2	3	4	5
Binnen dramatherapie komt humor beter tot zijn recht dan bij andere hulpverlening (als u geen andere hulpverlening heeft gehad, hoeft u deze vraag niet in te vullen).	1	2	3	4	5
Humor is overbodig binnen dramatherapie.	1	2	3	4	5
Als ik een serieus verhaal vertel, dan vind ik het niet fijn als mensen humor gebruiken.	1	2	3	4	5
Er kan nooit teveel humor binnen dramatherapie zijn.	1	2	3	4	5
Ik ervaar meer humor binnen dramatherapie dan in mijn gebruikelijke leven.	1	2	3	4	5
Als ik een grap niet snap en de anderen wel, vind ik dat vervelend.	1	2	3	4	5

ENQUÊTE OVER HUMOR BINNEN DRAMATHERAPIE

De volgende enquête ondersteun mij als onderzoeker naar het gebruik van humor binnen dramatherapie. De gegevens worden anoniem verwerkt. Als u als een dramatherapie traject heeft ondervonden, dan mag u de enquête invullen met hoe het toen der tijd ervaren heeft. Heel erg bedankt!

Leeftijd: 12 Jaar
Geslacht: Vrouw
Omcirkel wat van toepassing is: ik volg een <u>individueel</u> / groeps traject dramatherapie.

Geef aan hoe belangrijk u de kwestie vindt waarover in de linker kolom een vraag wordt gesteld door op dezelfde regel links het nummer te omcirkelen dat het meest met uw mening overeenkomt. Tot slot krijgt u de ruimte om een toelichting te geven.

Stelling	Mate van belangrijkheid				
	Helemaal oneens	Deels oneens	Neutraal	Deels eens	Helemaal mee eens
Ik vind humor belangrijk in het dagelijkse leven.	1	2	3	4	5
Ik vind humor binnen dramatherapie belangrijk.	1	2	3	4	5
Door humor vind ik het contact met de dramatherapeut of/en andere deelnemers fijner.	1	2	3	4	5
Door humor vind ik zware onderwerpen bespreken fijner.	1	2	3	4	5
Er kan nooit genoeg humor zijn tijdens dramatherapie.	1	2	3	4	5
Binnen dramatherapie komt humor beter tot zijn recht dan bij andere hulpverlening (als u geen andere hulpverlening heeft gehad, hoeft u deze vraag niet in te vullen).	1	2	3	4	5
Humor is overbodig binnen dramatherapie.	1	2	3	4	5
Als ik een serieus verhaal vertel, dan vind ik het niet fijn als mensen humor gebruiken.	1	2	3	4	5
Er kan nooit teveel humor binnen dramatherapie zijn.	1	2	3	4	5
Ik ervaar meer humor binnen dramatherapie dan in mijn gebruikelijke leven.	1	2	3	4	5
Als ik een grap niet snap en de anderen wel, vind ik dat vervelend.	1	2	3	4	5

Bijlage M: Codering

Abbeelding werkproject (ATLAS.ti, versie 8.4)

Scriptie - ATLAS.ti - Trial Version

Manage Quotations Search & Filter View

Tools & Support Import & Export Analyze Search Project

Documents Quotations Codes Memos Networks Links Project Explorer

Documents • Entities • New

Explore

Search

Scriptie

Documents (7)

D 1: Respondent 1 (18)

D 2: Respondent 2 (10)

D 3: Respondent 3 (13)

D 4: Respondent 4 (9)

D 5: Respondent 5 (11)

D 6: Respondent 6 (13)

D 7: Respondent 7 (10 (15)

Codes (45)

Afstand scheppen (3-0)

Ander perspectief (2-0)

Beeldvorming (1-0)

Bewijzing (1-0)

Bewijzing (16-0)

Confrontatie (4-0)

Contact (2-0)

Coping (6-0)

Doorbreken (1-0)

Emotieregulatie (2-0)

Fantasie (1-0)

Geflikwaardigheid (1-0)

Gevaar humor (5-0)

Groot geheel (1-0)

Humor bewijzing (1-0)

Humor binnen improvisatie (1-0)

Humor groep (13-0)

Humor in het lichaam (2-0)

Humor symboliek (1-0)

Humor verkeer (1-0)

Inzicht (2-0)

Koppeling dramatherapie (15-0)

Lachen (1-0)

Luk (1-0)

Onderbreken piekgedachte (1-0)

Ontspanning (1-0)

Oplossend vermogen (1-0)

Overleven (1-0)

Perspectief (1-0)

Plezier (3-0)

Realiseren (10-0)

Spel (1-0)

Spekuleren (2-0)

Spiegelen (5-0)

Symboliek (1-0)

Tegenoverdracht (1-0)

Veiligheid (1-0)

Verbinden (4-0)

Vernieuwen (1-0)

Quotation Manager

Search Codes

Search Quotations

ID	Name	Document	Density	Codes	Created by
1:1	Respondent 1: Nou, ik denk van nou hoe vaak ik met humor in dram...	Respondent 1	1	[Relativeren]	Guus
1:2	du, je lant er over lachen, dus je valt er niet meer mee mee samen, ik...	Respondent 1	2	[Distantie] [Relativeren]	Guus
1:3	1, de afstande reflecte die ik daarop kan hebben, dat maakt dat ik he...	Respondent 1	2	[Distantie] [Weerstand]	Guus
1:4	wij lachen ook niet al weer egens over en, en ik vind het eerder ruh...	Respondent 1	2	[Contact] [Verbinden]	Guus
1:5	Respondent 1: Ja, nja, niet altijd, ik denk dat soms ook iets wat...	Respondent 1	2	[Coping] [Vernijding]	Guus
1:6	Respondent 1: Dus in die zin is het misschien ook een distantiemiddel...	Respondent 1	4	[Coping] [Distantie] [Koppeling dramatherapie] [Weerstand]	Guus
1:7	Respondent 1: ruh-mm, dan moet ik even goed nadenken hoor, naar afg...	Respondent 1	2	[Koppeling dramatherapie] [Spiegelen]	Guus
1:8	espondent 1: Ja, ja [Interviewer: old op dat moment leert het natuul...	Respondent 1	3	[Coping] [Koppeling dramatherapie] [Spiegelen]	Guus
1:9	mmmm, ja dat was vorige week in een groepsituatie, dat ik met e...	Respondent 1	2	[Humor verkeer] [Koppeling dramatherapie]	Guus
1:10	Interviewer: Ja ook omdat die inderdaad zat van: voor iedereen heeft e...	Respondent 1	1	[Verbinden]	Guus
1:11	interviewer: Of nog geen eens [Respondent 1: jii, het hoeft nog geen es...	Respondent 1	2	[Koppeling dramatherapie] [Spelplezier]	Guus
1:12	dan dan dan dan niet je iets op zeg maar, Precieer en als wij samen e...	Respondent 1	2	[Humor in het lichaam] [Koppeling dramatherapie]	Guus
1:13	Ja, dat denk ik wel ja, ik denk ook dat het heel vaak in het doen kan...	Respondent 1	2	[Humor in het lichaam] [Koppeling dramatherapie]	Guus
1:14	[Interviewer: ja, precies] ook wat fijner dan even een beetje even luc...	Respondent 1	3	[Contact] [Coping] [Gevaar humor]	Guus
1:15	at je, wat ik of als ik kijkt hoe het werkt bijvoorbeeld, dan kom ik we...	Respondent 1	2	[Humor bewijzing] [Koppeling dramatherapie]	Guus
1:16	Respondent 1: Dan denk ik dat het ene, een middel is om een nieuw pe...	Respondent 1	3	[Afstand scheppen] [Bewijzing] [Verbinden]	Guus
1:17	Interviewer: Ja, wat je inderdaad in het begin [Respondent 1: jii ook...	Respondent 1	3	[Bewijzing] [Expressie] [Lachen]	Guus
1:18	Ik denk dat dat in dramatherapie ook wel speelt of als je kijkt in imp...	Respondent 1	1	[Humor binnen improvisatie]	Guus
2:1	Interviewer: Nou hupstake, de camer, of ruh, voice loopt. Ik ben hee...	Respondent 2	2	[Relativeren] [Spiegelen]	Guus
2:2	Interviewer: Heb je daar een voorbeeldje vanuit de praktijk. Responden...	Respondent 2	3	[Afstand scheppen] [Koppeling dramatherapie] [Spiegelen]	Guus
2:3	Interviewer: Ja, dus het schijnt een beetje afstand tot haar houding, w...	Respondent 2	2	[Afstand scheppen] [Spiegelen]	Guus
2:4	Interviewer: Ja, dit is dus inderdaad een voorbeeld met een client [Re...	Respondent 2	2	[Relativeren] [Verbinden]	Guus
2:5	Interviewer: En hoe vaak je dat onderscheid dat je echt iets van oke i...	Respondent 2	3	[Ander perspectief] [Coping] [Inzicht]	Guus
2:6	gewoon alleen maar mogelijk als je kan ontspannen en als je een soort...	Respondent 2	2	[Ontspanning] [Veiligheid]	Guus

Comment

Zero or multiple quotations selected

Zero or multiple items selected

89 quotations

Gebruikte codes op codering

Afstand scheppen
Ander perspectief
Beeldvorming
Bevrijdend Bewijszijn
Confrontatie
Contact
Coping
Distantie
Doorbreken
Emotieregulatie
Expressie
Fantasie
Gelijkwaardigheid
Gevaar humor
Groot geheel
Humor bewustzijn
Humor binnen improvisatie
Humor groep
Humor en het lichaam
Humor symboliek
Humor verkeer
Inzicht
Koppeling dramatherapie
Lachen
Leuk
Onderbreken piekergedachtes
Ontspanning
Oplossend vermogen
Overleven
Perspectief
Plezier
Relativeren
Spelplezier
Spiegelen
Symboliek
Tegenoverdracht
Veiligheid
Verbinden
Vermijding
Voorbeeldfunctie
Weerstand
Zelfspot

Gebruikte codes axiale codering

Psychische werking
Sociale werking
Dramatherpie
Werkvormn

Feedback opdrachtgever praktijkonderzoek²

Naam student: Guus Wiggers.

Studentnummer: 572883

Naam opdrachtgever (organisatie of lectoraat) vanuit de praktijk: Gerdi Tuender, docent dramatherapie

Datum: 08-01-2020

Handtekening:



		Adviesbeoordeling opdrachtgever
Onderzoek: <i>Het effect van humor op een behandeltraject dramatherapie</i>		
1.	De resultaten uit het onderzoek zijn bruikbaar voor onze organisatie	O – V – G³
2.	De conclusies uit het onderzoek zijn relevant voor onze organisatie	O – V – G
3.	Het projectresultaat (bijv. product/advies) draagt bij aan de oplossing van het praktijkprobleem.	O – V – G
4	Het projectresultaat sluit aan op de doelgroep waarvoor het is bedoeld.	O – V – G
2.	Het implementatieplan is uitvoerbaar binnen onze organisatie en er is voldoende rekening gehouden met de randvoorwaarden van onze organisatie.	O – V – G
3.	Het projectresultaat is innovatief.	O – V – G
4.	Er is door de student(en) voldoende draagvlak gecreëerd voor het project-Resultaat.	O – V – G

² N.a.v. het uitgevoerde onderzoek vragen we om feedback van de opdrachtgever om de haalbaarheid en effectiviteit van deze opdracht(en) te kunnen evalueren. Wij danken u voor uw tijd en medewerking.

³ Onvoldoende; Voldoende; Goed

Toelichting⁴:

- De student heeft goed gecommuniceerd met de opdrachtgever.
- De onderzoeksopdracht was nog erg breed en oriënterend bedoeld. Dus het is nog niet gemaakt voor 1 specifieke doelgroep en er is ook geen implementatieplan gevraagd. De student heeft dit niet opgeleverd, en dat is begrijpelijk.
- De conclusies en aanbevelingen van dit onderzoek bieden goede mogelijkheden voor vervolgonderzoek.

⁴ Aanvullingen en/of suggesties zijn welkom.