

Mit Humor die Krise bewältigen?!

Kathrin Rothenberg-Elder

Prof. Dr. Dipl. Psych. 2020, psychologie@diploma.de

Aus Gründen des Datenschutzes wurden alle Bilder durch Links zu ihnen ersetzt.

Abb.: Pinguin Pit (2020) Virus im Anzug, <https://youtu.be/L3oxD61kKgg>, abgerufen 7.4.2020

Inhalt

Reflexion

Standortbestimmung

Was passiert, wenn wir Angst bekommen?

Vorteile von Humor

Political correctness

Fazit

Reflexion

Wann haben Sie zum letzten Mal gelacht?

Erste Standortbestimmung: Humor als...

Gelächter

Amusement

Armer schwarzer Kater spielen

Kichern

Freude

Entspannung

Friede

Situationskomik

Inspiration

Beziehung

Vertrauen

Liebe

(vgl. Fredrickson, 2016, 39f)

1 2 3, 1 2 3...

„Wenn der Ausstoß der Treibhausgase nicht gemindert wird, könnten in 50 Jahren 3,5 Milliarden Menschen unter großer Hitze leiden. Sie würden in Gebieten leben, in der die jährliche Durchschnittstemperatur mehr als 29° Celsius beträgt – so sie denn nicht auswandern.“

„Das Coronavirus hat die Welt in einer Weise verändert, die noch vor wenigen Monaten schwer vorstellbar war und unsere Ergebnisse zeigen, wie der Klimawandel etwas Ähnliches bewirken könnte“[...] [Scheffer, Wageningen University] Die Veränderungen würden zwar weniger schnell ablaufen, aber anders als bei der aktuellen Pandemie könne man nicht auf eine Erleichterung in absehbarer Zeit hoffen.“

(dpa/aerzteblatt.de, 2020, <https://www.aerzteblatt.de/nachrichten/112548/Ein-Drittel-der-Weltbevoelkerung-koennte-2070-unter-grosser-Hitze-leiden?rt=3b21901047d4dc3244e83b57a25d90db>, abgerufen 7.5.20)

Was passiert, wenn wir Angst bekommen?

- unser Blickwinkel verengt sich
 - Wir geraten unter Stress
- Wir kompensieren teilweise durch Ablenkung, „doping“ oder Shopping

(vgl. Bregman, 2020, p. 62, Streek in Schneidewind, 2018, p. 88f)

Abb.: <https://imgflip.com/i/3nvd9z>, abgerufen 7.4.2020

Wie funktioniert Humor? (1)

- „[...] willkürliche Verbindung zweier sonst getrennter Ideen und Vorstellungen (Inkongruenztheorie),
 - die Überlegenheit gegenüber dem Belachten (Superiority/Disparagement-Theorie),
- sowie das Ausleben unbewusster sexueller und feindseliger Impulse (Psychoanalyse) [...].“

(Dorsch Lexikon für Psychologie (2020) Humor, <https://portal.hogrefe.com/dorsch/humor-1/>, abgerufen 2.4.2020)

Abb.: Der Hofnarr (Stańczyk). Gemälde von Jan Matejko, <https://www.concerti.de/werk-der-woche/verdi-rigoletto/> abgerufen 3.4.2020



Anna Belle Seltsam, die Nüsse an der Bar schmecken ganz anders, seitdem sich jetzt jede_r die Hände wäscht..

Vorteile von Humor

- Entspannung: durch Ent-spannung
 - reduziert Stress
- deckt Widersprüche und Paradoxien auf: Humor als friedvollen Protest
 - verstärkt Aufmerksamkeit: überwindet Lern- und Motivationswiderstände
- verstärkt Fehlerfreundlichkeit: mit statt über jemanden lachen
 - erweitert die Wirklichkeit: kann Lösungen fördern

(vgl. Effinger, 2008, p. 12) Abb.: Haiopeis, Siemens, T. (1993) Haiopeis, o.O.: Achterbahn.

Beispiel „ Entdeckt durch eine erweiterte Wirklichkeit Ressourcen“ (2)

Bri He „Homeoffice mit Kindern ist wie Zähneputzen mit Nutella!“

„Witze, Satiren und
Karikaturen sind nicht ohne
Kontextwissen zu verstehen.
Sie können neue Perspektiven
auf vorhandenes oder
vorausgesetztes Wissen
verschaffen oder
Wissenslücken aufzeigen.“

(Georg-Eckert-Institut, o. D., p. 4, Abb. Ebd. p. 18)

Humor erweitert Wissen.

Abb.: Charlie Hebdo, Titel November 2011,

<https://www.theglobeandmail.com/news/world/magazine-attacked-in-paris-skirted-controversy-with-cartoons-of-prophet/article22330111>

Beispiel „Humor reduziert Stress“ (3)

Abb. Fischmarkt in Seattle, Wallerand, S. (2015) Fish Philosophie? Présent!,
<https://heureuxautravail.com/fish-philosophie-present/> abgerufen 3.4.2020

Beispiel „Deckt Widersprüche und Paradoxien auf“

Forschung von Donath zu bereueter Mutterschaft:
Mütter, die bereuen, können am leichtesten darüber
sprechen, indem sie darüber lachen, und
oft ohne die Dinge klar beim Namen zu nennen

(vgl. Donath, 2015, p. 198). Abb.: <https://freitags-witze.ch/wp-content/uploads/2018/03/Demnaechst-Lehrerausbildung-in-den-USA.jpg>

Wozu Clowns, Cartoons und Comedy?

„Kunst als Ausdruck eines kreativen Handelns und sich-in-der-Welt-orientierens spielt gerade in der Auseinandersetzung mit Transformationsprozessen eine besondere Rolle. In komplexen Veränderungsprozessen ist es notwendig, verschiedene Formen des Wissens und unterschiedliche Perspektiven kreativ aufeinander zu beziehen [...].“ (Schneidewind, 2020, p. 39)

Kann man über alles Witze machen?

Abb. Coronavirus, Bilder, ecosia-Recherche, Die Juden kommen (היהודים באים) - Der Name Gottes, <https://www.youtube.com/watch?v=WqNDtIj4Sgc>, The angel scene from the movie Patch Adams., <https://www.youtube.com/watch?v=80ISqLH68Xs>, Witze über den Tod, ecosia-Recherche, <http://lustich.de/bilder/cartoons/neues-guetesiegel/>, <https://roth-cartoons.de/>, alle abgerufen 2.4.2020

Warum Humor nicht eingesetzt wird

- Humor überschreitet Grenzen
- Das Maß ist nicht immer abwägbar – Humor ist maßlos
- Humor scheint der eigenen (z. B. gesellschaftlichen oder professionellen) Rolle nicht gerecht zu werden - „Ist das noch richtige Arbeit?“
- Angst vor Kränkung und Verärgerung

(vgl. z. B. Effinger, 2008)

Abb.: <https://sciencev1.orf.at/science/news/144220>, abgerufen 7.4.2020

.... Humor und political correctness: Zum Nachdenken....

Welche kulturelle Perspektive haben wir?

Welchen Status verhandeln wir?

Wessen Grenzen verletzen wir?

Missbrauchen wir Humor, um untätig zu bleiben?

Fazit: Warum wir Humor einsetzen sollten!

- Wenn wir Humor klug einsetzen, vervielfältigt es unsere Möglichkeiten.
- Unsere Grenzen werden erweitert.
- Wir relativieren unsere (professionelle) Rolle, das Machtgefälle sinkt.
- Oft werden wir selbstbewusster.
- Wir sehen unseren Gegenüber als Menschen, auch eher seine Ressourcen.
- Kräfte werden aktiviert, auch unsere. Abb.: [https://i0.wp.com/metro.co.uk/wp-](https://i0.wp.com/metro.co.uk/wp-content/uploads/2020/03/PRC_145057989.jpg?quality=90&strip=all&zoom=1&resize=644%2C338&ssl=1)

[content/uploads/2020/03/PRC_145057989.jpg?quality=90&strip=all&zoom=1&resize=644%2C338&ssl=1](https://i0.wp.com/metro.co.uk/wp-content/uploads/2020/03/PRC_145057989.jpg?quality=90&strip=all&zoom=1&resize=644%2C338&ssl=1)

Literatur

http://rothenbergelder.de/?page_id=102

Dazu:

Georg-Eckert-Institut (o.D.)

Humor im Islam? Muslimische
HumoristInnen,

<https://www.zwischentoene.info/themen/unterrichtseinheit/praesentation/ue/humor-im-islam.html>, abgerufen 27.4.20

Abb.: Lesen? Das geht ein, zwei Jahre gut, dann bist du süchtig