

Humor kann man lernen

Der Humor-Experte Willibald Ruch referierte vor grossem Publikum im Johanneum. Humor hat man oder hat man nicht. Sagt der Volksmund. «Falsch!», hält Willibald Ruch dagegen. Ruch ist Professor für Psychologie an der Universität Zürich. Was er über den Humor weiss und was dieser für das Zusammenleben bedeutet, gab er an einem Fachvortrag im Johanneum zum Besten.

Entgegen der landläufigen Meinung ist einem Humor nicht einfach gegeben. «Humor ist lern- und sogar trainierbar», betonte Willibald Ruch. Und gab so auch humorlosen Menschen einen Anstoss, einmal über sich selber nachzudenken. Er machte auf die Vielfalt von komischen Ausdrucksweisen aufmerksam. Sie reichen von alltäglichen

Spässen, Scherzen und Witzen bis zu feineren Formen wie Ironie, Satire, Sarkasmus und Zynismus. Worüber Menschen lachen, ist ausserdem kulturell, sozial und auch charakterlich codiert. Temperament, Intellekt und Tugend spielen beim Lachen ebenfalls eine Rolle. Laut

Ruch braucht es für guten Humor verbale Intelligenz. Er kann deshalb sehr anspruchsvoll sein. Aber natürlich gibt es auch billige und geschmacklose Spässe. Ebenso vielfältig wie die Ausdrucksweisen von Komik sind seine Hintergründe und die Quellen, aus denen er schöpft.



Der Vortrag über den Humor stiess auf grosses Interesse.

Bild: PD

Das reicht von reiner Verspielt-heit bis zur Stressentlastung. Wie Willibald Ruch aufzeigte, wird die Bedeutung von Humor im Alltag unterschätzt. Seine wohl wichtigste Aussage des Abends war, dass zwischen Humor und Wohlbefinden ein enger Zusammenhang besteht. Kurz gesagt: Wer auch mal herzlich lachen kann, nicht zuletzt über sich selbst, und die Dinge nicht immer allzu ernst nimmt, kommt besser und zufriedener durchs Leben. So sollten alle ihren eigenen Humor entdecken, etwas spielerischer werden, öfter lachen, einmal einen Witz erzählen, den Humor in der Sprache zu erkennen versuchen und ihn in den Alltag einfließen lassen. Alle könnten diese Fähigkeiten selber entwickeln und trainieren. (pd)