

## «Das fängt ja gut an, wenn wir jetzt schon lachen!»

*Früher war er Ökonom in der Basler Pharmaindustrie. Als Kadermitglied gab es da viel zu tun – und nicht immer viel zu lachen. Nun, im Ruhestand, macht er sich stark für Spitalclowns, Lachyoga, Gelassenheitstraining und paradoxe Interventionen. Beat Hänni, ein Mann mit Sinn für Humor.*

Cornelia Kazis  
Donnerstag, 29.10.2015



«Lachen ist, wenn der Humor niest», sagt Beat Hänni. Getty Images

Um 9 Uhr sind wir verabredet. Ich erwarte Beat Hänni in der Empfangshalle des Radiostudios. Er kommt 9 Minuten zu spät. Verschmitzt schaut er auf seine Uhr, fasst sich an den Kopf, verdreht clownesk die Augen und sagt verschwörerisch: «Ich bin eine Minute zu früh, wir hatten uns um 9.10 Uhr verabredet.» Und schon wird gelacht. Wie gesund!

*Cornelia Kazis: Das fängt ja gut an, wenn wir jetzt schon lachen!*

*Beat Hänni:* Ja klar, Lachen hilft über vieles hinweg. Wobei Lachen nicht unbedingt Humor heisst.

*Was ist denn da der Unterschied?*

Lachen ist etwas Körperliches. Humor ist eine Haltung – eine Geisteshaltung, vielleicht auch eine Charakterstärke. Ich sage gerne: Lachen ist, wenn der Humor niest.

*Gesundheit, Herr Hännli!*

Danke, Frau Kazis.

*Kann man Humor erlernen?*

Nein, man hat ihn. Man kann ihn trainieren, denn jeder Mensch hat ihn. Allerdings jeweils an einem anderen Ort.

*Wo ist er denn bei Ihnen?*

Bei mir ist er in den Erinnerungen. Meine Mutter war eine sehr humorvolle Frau: eine deutsche Frau im Emmental, verheiratet mit einem Emmentaler. Sie können sich vorstellen, dass da Humor notwendig war. Ich erinnere mich aber auch an den billigen Jakob auf der Chilbi. Der hatte mit seinem Humor ziemlich gute Geschäfte gemacht!

*Lachen ist gesund, sagt man. Wo sehen Sie den Zusammenhang zwischen Humor und Gesundheit?*

Es gehört schon ziemlich viel dazu, wenn man die Probleme nicht so ernst nimmt wie sie sind. Ich spreche gerne von heiterer Gelassenheit. Heiterkeit und Gelassenheit sind Schwestern.

*Also: Humor ist, wenn man trotzdem lacht. Das «Trotzdem» ist also wichtig?*

So ist es.

*Sie halten viel vom Unterschied zwischen therapeutischem Humor und Unterhaltungshumor. Was unterscheidet die beiden?*

Der Unterhaltungshumor wie auch der Witz gehen eindeutig und schnurstracks auf das Lachen aus, während der therapeutische Humor gerade für die Menschen wichtig ist, die im Moment nicht viel zu lachen haben. Er zielt auf eine innere Haltung, die es ermöglicht, die Widrigkeiten des Alltags und des Lebens zu ertragen.

*Sie sind Präsident von «Humorcare». Was will dieser Verein?*

Wir sind ein Verein von ca. 150 Mitgliedern. Wir haben das Ziel, den Humor in Pflege, Beratung und Therapie zu verankern. Die meisten Vereinsmitglieder arbeiten in sozialen Berufen. Sie sind also nah dran.

*Und die Verankerung des Humors ist auch das Ziel des Basler Humorkongresses?*

Eindeutig. Wir hatten in diesem Jahr 25 Humorfachleute, die den 220 Kongressteilnehmenden die unterschiedlichsten Facetten des Humors nähergebracht haben.

*Was war für Sie das Highlight?*

Als Organisator habe ich längst nicht alles mitbekommen. Aber unübersehbar war die Atmosphäre, die heitere Stimmung in den Pausen. Ich habe zwei Menschen gesehen, die sich innig umarmt und lachend voneinander verabschiedet haben. Ich habe sie gefragt, seit wann sie sich denn kennen. Ihre Antwort war: «Seit gestern!» Das ist ein Symptom für das Verbindende am Humor.

*Humor sprengt Fesseln und baut Brücken?*

Unbedingt. Humor ist eine wichtige Ressource.

*Sie lächeln, wenn Sie das sagen.*

Sie lächeln, wenn Sie das hören.



Beat Hänni war früher Manager in der Basler Pharmaindustrie. Heute moderiert er Humorgruppen in Alters- und Pflegeheimen sowie Kliniken für Alterspsychiatrie. Zudem hält er Referate und Seminare zum Thema «Humor im Alter».

Beat Hänni ist Präsident von [HumorCare](#) und OK-Mitglied des Basler [Humorkongresses](#).

<https://www.srf.ch/kultur/gesellschaft-religion/das-faengt-ja-gut-an-wenn-wir-jetzt-schon-lachen>