



Bild: Elias Rügsegger

2017

Jeder Mensch hat Humor – stimmt das?

«Kann man Humor lernen?» werde ich oft gefragt. Meine Antwort: «Man kann sich nicht etwas aneignen, das man bereits besitzt, aber man kann ihn trainieren, den Humor. Auf das «Wie?» komme ich später zurück.

Ein Referatszuhörer konfrontierte mich einmal mit der Behauptung, er habe keinen Humor. Wie es denn zu dieser Feststellung gekommen sei, war meine Rückfrage. «Meine Frau behauptet das», meinte er etwas resigniert. Nun, wir kennen alle die Bemerkung «du bist humorlos»! Klarer Fall: unser Gegenüber wirft uns Humorlosigkeit aus seiner persönlichen Humorwahrnehmung vor. Diese unterscheidet sich von Mensch zu Mensch, wie die DNA. Keiner hat seinen Humor am gleichen Ort. Wir sind nicht im Bereich des Unterhaltungshumors, des Kabarets, wo es um den spontanen Lacher geht. Diesen Humor macht man; den Humor, von dem wir hier sprechen, hat man.

«Ohne meinen Humor wäre ich heute nicht mehr da», warf eine betagte und körperlich behinderte Heimbewohnerin in ein Gespräch ein. Sie war Teilnehmerin einer *Humorgruppe*, ein Angebot eines Alters- und Pflegeheims. Verliert man denn mit zunehmendem Alter den Humor? Mitnichten. Breit angelegte Untersuchungen zeigen, dass die Wertschätzung des Humors im Alter zunimmt. Wohl kann dieser durch Schicksalsschläge, schwierige Lebensumstände oder Gebrechen verschüttet werden, doch er ist da, wo immer er schon war, im langen Leben. Oft braucht es halt eine Drittperson, die im heiteren Gespräch den Humor des alten Menschen an die Oberfläche holt. Das intakte Langzeitgedächtnis ist da sehr hilfreich: Erinnerungen an Episoden aus Kindheit und Jugend sind dankbare Quellen gelebten Humors. Der erste Schulschatz (wie hiess er noch?), die Verwendung des Taschengelds, der Mädchenschwarm («er war sooo schön»), Lausbubenstreiche damals (mit den Straffolgen?), usw.

*Beim nächsten Grosselternbesuch testen! Es wird klappen.
Till Heiter grüsst.*