

Autor: **Roman Szeliga**
Titel: **Hirn mit Herz hat Hand und Fuß**
Medium: **Kleine Zeitung**
Datum: **3. März 2020**

Kleine Zeitung

Humor-Experte erklärt Internet-Scherze: Darf man über Corona lachen?

"Humor nimmt die negative Energie", sagt Humor-Experte und Mitbegründer der Cliniclowns Roman Szeliga.

Von **Carmen Oster** | 05.50 Uhr, 03. März 2020



Carmen Oster

Redakteurin Beilagen, Mode & Lifestyle

Humor ist, wenn man trotzdem lacht. Rund um das Corona-Virus tauchen immer mehr Scherze auf. Darf man das?

Roman Szeliga: Humor ist ein Ventil, um ernstem Angelegenheiten die Schärfe zu nehmen. Corona ist ein gutes Beispiel dafür. Einerseits gibt es die Todesmeldungen und eine gewisse Panik, die allein schon hinterfragungswürdig ist. Andererseits entstehen auch sehr viele humorvolle Sachen, die der emotionalen Verarbeitung der Situation dienen. Humor verniedlicht die ernste Variante nicht, aber er nimmt die negative Energie.



© APA/AFP/MLADEN ANTONOV

Also sind Humor und Lachen eine Art Selbstschutz?

Roman Szeliga: Den meisten Humor gab es im und nach dem Krieg. Vor 60 Jahren haben wir drei Mal so viel gelacht als jetzt. Objektiv hätten wir aber heute mehr zu lachen, weil es uns besser geht und wir alles haben. Aber in dieser Zeit war der Humor die Methode, den Menschen zu zeigen: Denk positiv, lache drüber, dann kannst du es auch annehmen. Humor ist für mich wie ein Problem mit einem umgedrehten Fernglas zu betrachten – es wird kleiner.



Foto © Frank Helmreich

Roman Szeliga ist Arzt, Mitbegründer der Cliniclowns und Keynote-Speaker.
Neues Buch: Hirn mit Herz hat Hand und Fuß, Amalthea Verlag, 224 Seiten, 25 Euro.

Inwiefern kann schwarzer Humor helfen?

Roman Szeliga: Dieser Humor, den man vor allem den Briten zuspricht, ist eine verbale und soziale Methode, wenn man ihn wohldosiert und punktuell einsetzt. Er kann eine Anregung sein, über ein Problem von einem anderen Blickwinkel aus gesehen, nachzudenken.

Ein Beispiel?

Roman Szeliga: Drei Wochen nach dem 11. September grassierte diese Frage im Internet: Wie nennt man einen Araber im Cockpit? Die unpreziöse Antwort war: Pilot. Hier erwischt man sich dann selbst bei anderen, negativen, unreflektierten Antwortmöglichkeiten. Darf man über den 11. September lachen? Ja, man muss sogar. Zwei Wochen nach dem großen Attentat in Paris gab es viele humorvolle Sprüche und Texte rund um den Vorfall. Und das nicht, um sich darüber lustig zu machen, son-

dern um es zu verarbeiten, den Schrecken und die Angst zu nehmen. Um rasch wieder in die Realität zu kommen. Humor ist die stärkste Macht, Kraft und Waffe gegen Schwäche.

Der Ernst des Lebens regiert in vielen Bereichen. Was sagen Sie als ehemaliger Cliniclown dazu?

Roman Szeliga: Wir denken immer, dass jemand, der eine bösartige Erkrankung hat, nicht lachen will. Gerade dort braucht man aber den Humor als Motivator, Doping für die Seele und Schmiermittel für die Kommunikation. Humor ist die beste Ergänzung zur Kompetenz eines Arztes.