

Humor macht Schule!

**Interview mit Petra Klapps
Fachärztin für Neurologie
Psychotherapeutin, Physiotherapeutin,
Coach, Pantomimin und Clownin.**



Frau Klapps, wie kamen Sie dazu, den Humor zum Beruf zu machen?

Humor war schon immer mein ständiger Lebensbegleiter, in allen meinen Berufen. Als ich mich 1998 mit meinem Kolibri-Institut selbständig machte, war es ganz automatisch, dass der Humor sich neben die Kreativität stellte. Sowohl in der Clown-Therapie mit kranken, alten und sterbenden Menschen als auch im Kommunikationstraining ist der Humor für mich ein Türöffner zum wertschätzenden Miteinander.

Wie definieren Sie Humor und was macht für Sie einen humorvollen Menschen aus?

Humor ist für mich eine Lebenseinstellung - eine wertschätzende, respektvolle und neugierige Weltansicht, die eine heitere Gelassenheit und vor allem das Vermögen, über sich selbst herzlich lachen zu können, beinhaltet. Humor stärkt das Immunsystem und baut Stress ab.

Darüber hinaus fördert er die Kreativität und die Motivation. Ebenso erleichtert er die Kommunikation und entschärft Konflikte. Humor fördert die Fähigkeit, eigene Ressourcen zu erkennen und sie auch im anderen wahrzunehmen.

Lässt sich Humor überhaupt „lernen“?

Die gute Nachricht ist: es wird kein Mensch ohne Humor geboren. Jeder Mensch kann lernen, auch die positiven Aspekte im Alltag und in Problemen mit Hilfe des Humors zu erkennen. Also einfach statt schwarz-weiß auch Farben wahrzunehmen. Humor erlaubt einen Perspektivenwechsel, der auch in schwierigen Situationen die Chancen sichtbar werden lässt. So kann man es wie Mark Twain halten, der einmal sagte: „Probleme sind Chancen in Arbeitskleidung“ oder auch wie Joachim Ringelnatz, der einst schrieb: „Humor ist der Knopf, der verhindert, dass einem der Kragen platzt“.

Sie verlangen von Ihren Studenten, dass sie vor Beginn einer Ausbildung eine „Aufnahmsprüfung“ absolvieren. Nach welchen Kriterien gehen Sie da vor?

Mir ist nicht so wichtig, dass jemand hochtalentiert dafür ist, die Kunst des Pantomimen-, Clown- und Improvisations-Theaters zu erlernen, obwohl ein wenig Talent nicht schadet, sondern dass er sich aufmacht, die Welt mit wohlwollenden Augen zu sehen und auch die Bereitschaft mitbringt, sich zutiefst auf sich selbst, alle seine Emotionen und auf die Entdeckung und Umsetzung seiner Fähigkeiten und positiven Seiten einzulassen.

interview
Mag. Silvia Plasser

arbeitet als Lehrerin für Psychologie, Philosophie, Kommunikation und Präsentation; in ihrer Psychologischen Praxis nach Logotherapie und Systemischer Familientherapie bietet sie freiberuflich Coachings und Beratungen sowie Seminare für Humor und Kommunikation an
www.silviaplasser.net
www.kolibri-institut.de



Was sind die ersten Schritte bei der „Vermittlung“ von Humor?

Als erstes gilt es, eine wertschätzende und respektvolle Haltung sich selbst und anderen gegenüber einzuüben und sich von alten, verfestigten negativen Sicht- und Verhaltensweisen zu verabschieden. Es nützt niemandem, sich ständig mit der Vergangenheit und all dem Übel, das einem widerfahren ist, zu beschäftigen. Ebenso wenig bringt es, permanent über das Sorgenvolle, was zukünftig geschehen kann, zu grübeln. Es gilt zu lernen, erst einmal im Heute zu leben und all das Wunderbare zu entdecken, was es jetzt gerade im Moment zu entdecken gibt. Zweifel, vor allem Selbstzweifel können dabei sehr gut verabschiedet werden.

Gab es Situationen in Ihrem Leben, wo Ihnen der Humor abhanden gekommen und das Lachen vergangen ist?

Ich suchte mir einmal „aus Versehen“ eine Arbeitsstelle in einer ärztlichen Behörde, in der sehr starre Regeln und Ordnungen herrschten. Als kreativer Mensch war ich mit dieser merkwürdigen Arbeits- und Denkform nicht kompatibel. Ich merkte dies zwar schnell, war allerdings damals nicht ganz so schnell in der Lage, eine Alternative zu finden (die schlussendlich die Selbständigkeit mit meinem eigenen Institut war) und da ging mir der Humor und vor allem das Bewusstsein, dass ich ja auch Clown bin, verloren. Aber die Besinnung auf meine Kreativität und auch einige Coachingstunden bei einer sehr humorvollen Therapeutin brachten beides wieder zurück.

Wie groß ist das Interesse von Lehrern und Lehrerinnen an Ihren Ausbildungen und wie sind Ihre Erfahrungen?

Das Interesse scheint groß zu sein, allein das Einlassen auf andere Methoden und Sichtweisen sowie das Annehmen und Umsetzen derselben scheint nach meiner Erfahrung nicht ganz so leicht zu sein.

Wie kompatibel sind Ihrer Meinung nach Humor und Schule?

Humor hat nach meiner Ansicht einen sehr großen Wert für die Schule. Allein, es bräuchte dafür neben allen Lehrplänen und straffen Tagesabläufen ein wenig mehr Raum - und bereitwillige, gut geschulte Lehrer. Mein Traum ist es, bereits im Lehrerstudium die Studierenden

die Möglichkeiten der humorvollen Kommunikation zu lehren um das Schulsystem insgesamt humorvoller zu gestalten. Wie schön wäre es, wenn Schule ein froher Ort sein könnte, indem sowohl Lehrer als auch Schüler mit Freude zusammen spielerisch arbeiten und lernen könnten.

