

Lachen verbindet: Humor und Partnerschaft

Unser Humor verrät viel über unsere Persönlichkeit – und macht uns attraktiv für Menschen, die zu uns passen. Denn zusammen zu lachen, schafft nicht nur Nähe. Es zeigt auch, mit wem wir etwas gemeinsam haben.

Ein lustiger Kommentar, eine unerwartete Antwort, man lacht zusammen, und schon ist **das Eis gebrochen**. Das **Gegenüber wirkt vertrauter** und auch ein wenig attraktiver. Oft finden wir andere besonders anziehend, wenn sie einen **Sinn für Humor haben**. Denn **schlagfertige** Menschen, die uns mit ihren Geschichten zum Lachen bringen können, müssen eine **gewisse** Intelligenz, Kreativität und ein Gefühl für soziales **Timing** besitzen – **Eigenschaften**, die die Attraktivität erhöhen, wie die Psychologin Theresa DiDonato sagt.

Der Psychologe Kay Brauer meint: „Der Humor einer Person sagt uns auch etwas über ihr **Menschenbild** und ihre Werte“, und erklärt: „Meistens finden sich Menschen nach dem **Prinzip** der Ähnlichkeit.“ Wer einen ähnlichen Humor hat, teilt demnach häufiger auch ein ähnliches Wertesystem. Und: „Menschen, denen Humor nicht so wichtig ist, haben eher Partner, die ebenfalls nicht so humorvoll sind“, so Brauer.

Das bedeutet aber auch, dass zwei Personen, die den Humor der oder des anderen nicht verstehen, möglicherweise sehr unterschiedliche Ansichten haben. Damit Humor für beide funktioniert, brauchen sie eine gemeinsame Basis und ähnliche **Erwartungshaltungen** an die Realität: „Der **Kern** des Humors ist ja die **Pointe**, also das Unerwartete, die **Abweichung**“, erklärt Brauer.

Nicht nur beim Kennenlernen, sondern auch in einer Partnerschaft ist gemeinsames Lachen hilfreich. Wenn zum Beispiel am Ende eines anstrengenden Tages ein Streit **droht**, genügt manchmal ein kleiner, lustiger Kommentar, um die Stimmung zu verbessern. „Humor hat eine **auflockernde, verspielte** Komponente, die hilft, die Beziehung zu **gestalten**“, sagt Brauer. Er kann dabei helfen, in stressigen Phasen zu entspannen oder Probleme zu lösen.

Autorinnen: Julia Vergin; Arwen Dammann

Glossar

Persönlichkeit, -en (f.) – der Charakter eines Menschen; das Wesen eines Menschen

attraktiv – hier: so, dass etwas/jemand jemandem gefällt (auch: anziehend)

schaffen – dafür sorgen, dass etwas entsteht

das Eis brechen – eine anfängliche Fremdheit überwinden

Gegenüber, - (n.) – die Person, die vor einem steht

vertrauter wirken – so sein, dass jemand nicht mehr fremd zu sein scheint

einen Sinn für Humor haben – Spaß verstehen; über etwas lachen können

schlagfertig – so, dass man immer eine passende, witzige Antwort geben kann

gewiss – hier: so, dass etwas vorhanden ist, aber nicht unbedingt sehr viel davon

Timing (n., aus dem Englischen, nur Singular) – hier: die Wahl des richtigen Zeitpunkts

Eigenschaft, -en (f.) – etwas, das typisch für jemanden ist

Menschenbild (n., nur Singular) – die bestimmte Vorstellung, wie der Mensch ist

Prinzip, -ien (n.) – hier: die Art und Weise, wie etwas funktioniert; die Methode

Erwartungshaltung, -en (f.) – die Vorstellung, wie etwas sein sollte

Kern, -e (m.) – hier: der wichtigste Teil von etwas

Pointe, -n (f., aus dem Französischen) – das Element, das eine Geschichte lustig macht

Abweichung, -en (f.) – der Unterschied

drohen; etwas droht – etwas Negatives passiert wahrscheinlich

auflockernd – so, dass etwas weniger streng und ernst wirkt

verspielt – hier: nicht ernsthaft; spielerisch

etwas gestalten – hier: etwas nach einer bestimmten Vorstellung entwickeln