

Lachen kann helfen

Darf man eigentlich Witze über das Coronavirus machen?

Unser Leben hat sich in den vergangenen Wochen stark verändert. Die Ausbreitung des Coronavirus macht vielen Menschen Sorgen. Hier erfährst du, warum es gut ist, auch mal Witze darüber zu machen.

„Es ist ernst. Nehmen Sie es auch ernst.“ Diese Sätze sagte die Bundeskanzlerin Angela Merkel vergangene Woche in ihrer Ansprache im Fernsehen. Sie meinte damit das neuartige Coronavirus. Denn es sollen sich nicht noch mehr Menschen damit anstecken. Das Virus ist also eigentlich keine lustige Sache.

Aber darf man trotzdem darüber Witze machen? „Klar darf man über Corona Witze machen“, sagt zum Beispiel der Komiker Christian Habekost. Er meint allerdings auch, manche Menschen verstehen gerade vielleicht nicht ganz so viel Spaß wie sonst. Denn sie machten sich Sorgen über die Gesundheit und darüber, wie es weitergeht.

Was jemand lustig findet und was nicht, ist bei jedem Menschen ein bisschen anders, sagt Kareen Seidler. Sie kennt sich gut mit Humor aus, also etwa mit Scherzen und der Wirkung von Lachen. Dabei kann es auch sein, dass man den einen Spruch heute noch sehr lustig findet, in einer Woche aber nicht mehr. Humor hängt nämlich auch von der Situation ab.

Trotzdem gibt es zurzeit eine Menge Witze, die mit den Folgen dieser Krise zu tun haben. Zum Beispiel darüber, dass einige Leute gerade sehr viel Kloppapier gekauft haben.

Es ist ganz normal, dass wir uns über das lustig machen, was uns sehr beschäftigt, sagt Kareen Seidler. Humor hilft uns, mit Anspannung und Angst besser klarzukommen, erklärt sie. Lachen ist also eine Art und Weise, mit einem Problem umzugehen. Etwas Schweres wird so ein bisschen leichter. Dass Lachen guttut, hast du bestimmt schon mal an dir selbst festgestellt. Selbst wenn man traurig war, fühlt man sich besser, nachdem man herzlich gelacht hat. Wissenschaftler sagen:

Lachen ist gut für den Körper und die Seele. Es ist also besonders in

schwierigen Zeiten hilfreich, mal so richtig zu lachen.

