

De kracht van humor op de werkvloer: 'Al lachend zegt de werknemer de waarheid'

0 8 18

 Tweeten **Share** Vind ik leuk Mail Print

Humor is entertainment. Althans, zo wordt het vaak gezien, waardoor het wel eens de stempel krijgt van onverantwoorde tijdsverspilling tijdens de werkuren. Maar onderzoek toont aan dat humor net een bijzonder krachtige tool is om groepen en individuen te beïnvloeden. Humor verdient dan ook een bijzondere plek op de werkvloer.

“Excuseer mijnheer, heeft u misschien een miljoen euro?” De dakloze man kijkt mij vragend aan. Ik word regelmatig aangesproken door daklozen die bedelen in Brussel-Zuid en heb intussen allerlei argumenten bedacht en verzonnen waarom ik géén geld moet geven. Maar zo’n vraag van één miljoen had ik nog niet gekregen.

“Euhm... nee, voorlopig nog niet.”

“Oh spijtig, ik moest maar een keer chance hebben”, antwoordde hij. Ik vond dat best wel grappig en gaf hem twee euro.

Onverwacht cadeautje

Het was pas later op de trein dat ik rustig kon overlopen wat er juist gebeurd was. Door zijn mopje was ik afgeleid. Ik vergat alle argumenten waarmee ik mezelf overtuig om niets te moeten geven. In de plaats daarvan moest ik lachen en gaf ik hem geld. Zijn mopje had mijn gedrag helemaal veranderd. Simpel, maar toch straf.

Zo werkt humor: als een onverwacht cadeautje. We zien dezelfde hersengebieden oplichten wanneer mensen cartoons bekijken als wanneer ze een beloning krijgen. Maar het zijn cadeautjes met de extra eigenschap dat ze je afleiden van je gewoonlijke denkpatronen. Je wordt uit je denkpatronen gehaald en meteen beloond met een positief gevoel. Dát is de kracht van humor.



*"Ik moest lachen en gaf hem geld. Zijn mopje had mijn gedrag helemaal veranderd. Simpel, maar straf."
(Michaël Van Damme,
Mensenkennis.be)*

Sociaal gliemiddel

Uit onderzoek blijkt dat humor vijf sociale functies heeft: groepsgevoel stimuleren, anderen aanvallen op een sociaal aanvaardbare manier, goedkeuring van anderen krijgen, bedreigende situaties ontmijnen en oppositie uitdrukken. En dat allemaal door onverwachte cadeautjes uit te delen. Wie veel cadeautjes uitdeelt, kan zich meer permitteren en krijgt meer terug van anderen. Door iedereen even af te leiden en een positief gevoel te installeren.

Het zijn allemaal functies om mensen in een groep bij te sturen of het groepsgedrag te beïnvloeden, enorm handig in werksituaties. Uiteindelijk is een organisatie een groep mensen die samen iets proberen te bereiken. Hoe beter die groep kan communiceren en samenwerken, hoe gemakkelijker die groep hun gemeenschappelijk doel kan bereiken. Sociale tools die hieraan bijdragen zijn dan ook een echte meerwaarde. Humor is zo'n sociaal glijmiddel om een groep beter te laten functioneren.

Wondermiddel

Stel dat we op de universiteit een nieuwe pil zouden ontwikkelen die fungeert als een stressbuffer. Zou je die pil gebruiken?

Wacht vooraleer je antwoordt, want dit wondermiddel is meer dan stressbuffer alleen. De pil zorgt er ook voor dat je effectiever en aandachtiger werkt, beter functioneert, flexibeler bent, je geheugen verbetert, meer openstaat voor feedback, meer je grenzen gaat verleggen, creatiever bent, productiever bent, meer teamcohesie vertoont, meer positieve gevoelens hebt, meer tevreden bent met je werk, mentaal én fysiek gezonder bent, en als je de pil neemt, heb je meer kans op seks (zowel mannen als vrouwen). Bovendien zijn alle effecten wetenschappelijk aangetoond en wordt de pil gratis uitgedeeld. Zou je die pil gebruiken? Ik vermoed van wel (al was het alleen maar voor seks).

We gebruiken ze ook allemaal, dagelijks. Deze effecten zijn gevonden bij 8.532 proefpersonen in 49 studies over humor. Humor brengt dus niet alleen sociale voordelen met zich mee, maar ook veel individuele. Humor is dat wondermiddel dat de moeite is om te gebruiken.

Moppentrommel

Morgen dan maar met een gekke neus naar het werk? 's Middags moppen voorlezen uit de grote moppentrommel? Nee, zo eenvoudig is het niet. Er zijn immers twee belangrijke voorwaarden om van de positieve effecten van humor te genieten. Je moet sociaal inzicht hebben en de humor moet spontaan zijn.

Je moet in staat zijn om sociale en emotionele cues in anderen te lezen, want humor kan ook erg destructief zijn. Een collega vastbinden en overgieten met kalk: voor de daders was het enkele jaren geleden 'een grapje', voor het slachtoffer traumatisch pestgedrag. Je moet dus emotioneel intelligent en begaan zijn met sociale omstandigheden. Daarnaast voorspellen ook je algemene intelligentie en de mate waarin je openstaat voor nieuwe ervaringen hoe grappig je kunt zijn.

Humor forceren werkt averechts. Hoe handig het ook zou zijn, je kunt collega's spijtig genoeg niet verplichten om grappig te zijn. Veel van de positieve effecten keren dan juist om. Een

zingende vis aan de muur in de koffiehoek is niet het geheim om humor op de werkvloer te brengen. Maar je kunt wel een werksfeer creëren waar er ruimte is om grappig te zijn. Wanneer een pauze langer duurt omdat er een spontane kermis wordt georganiseerd waarbij de collega's samen lachen en plezier maken, dan moet je dat niet meteen bestempelen als verloren tijd, maar de meerwaarde inzien.

Trainen

Voorlopig is er nog geen onderzoek dat je vertelt hoe je grappig moet zijn. Maar er zijn wel enkele suggesties. Humor komt vaak voort uit het leggen van originele associaties. En daarvan is aangetoond dat je het rechtstreeks kunt oefenen. Dit is iets waar mensen die improvisatietheater spelen erg hard op trainen: sneller dan het publiek originele associaties leggen. Bovendien leer je bij improvisatie ook de communicatieregels om in groep humor en creativiteit te stimuleren.

Samengevat, humor is een bijzondere tool om gedrag op de werkvloer bij te sturen, maar je moet wel sociaal inzicht en een spontane sfeer hebben om het te laten slagen. Dus het is wel wetenschappelijk verantwoord om je protkussen terug van onder het stof te halen en zoute pralines tijdens de vergaderingen te serveren. Maar probeer vooral met humor situaties te benoemen, te ontwijzen en groepscohesie te bevorderen. Stel dat het verkeerd uitdraait, dan kun je in het aller slechtste geval steeds mensen in Brussel-Zuid vragen of ze niet toevallig een miljoen euro op zak hebben ...

(mvd) - Bron: MARK Magazine



Dit artikel kwam tot stand in samenwerking met Mensenkennis.be, een wetenschapsblog opgestart vanuit de Gentse Alumni Psychologie die kennis over mensen brengt op mensenmaat. De blog ontving de jaarprijs wetenschapscommunicatie van de Koninklijke Vlaamse Academie van België voor Wetenschappen en Kunsten en vierde recent zijn honderdduizendste lezer.