



Ein bisschen Spaß muss sein

Schon der berühmteste Komiker des Stummfilms, Charlin Chaplin, hat einmal gesagt: „Ein Tag ohne Lachen ist ein verlorener Tag. Ein Lachen oder auch ein Lächeln öffnet Tür und Herzen. Wer viel lacht und lächelt, ist meist mit sich selbst zufrieden. „Wir sind dann viel entspannter als vorher“, sagt Eva Ullmann, Inhaberin des Deutschen Instituts für Humor.

Sie muss es wissen, denn mit Lachen, mit Humor verdient Ullmann ihr Geld. Seit 2005 gibt es das Institut in Leipzig, es ist einmalig in Deutschland. Warum Leipzig? Die Antwort liegt für die 34-Jährige auf der Hand: die Nähe zur Heimat.

Aufgewachsen ist Ullmann in Bobbau, einem Stadtteil im Norden von Bitterfeld-Wolfen. Bereits während ihres Studiums der Sozialpädagogik und Medizin beschäftigte sich Ullmann mit Humor. Er führt sie unter anderem zu Krankenhausclowns in Berlin, Hamburg, Leipzig und Kanada.

Das Scharlatan Theater mit Ali Wichmann in Hamburg gewährt ihr erste prägende Einblicke in die Kunst des Humors und des In-Szene-Setzens von Unternehmenskommunikation. Das Studium beendet sie dort im Theater mit ihrer Diplomarbeit, in der sie untersucht, wie Witz und Provokation in der psychologischen Therapie helfen können.

Vom Diplomthema zum Humor-Start-Up

Ullmann war Feuer und Flamme, gründete ihre eigene Firma. Der Start – wie bei jedem Start-up Unternehmen – beschwerlich. Während der ersten zwei bis drei Jahre war sie alles in einem: Chefin, Sekretärin und Putzfrau. Mit den Jahren entwickelte sich das Institut, Erfolg stellte sich ein. Inzwischen hat sie fünf Mitarbeiterinnen.

„Wir sind Lehrer, Humoristen, eine eigenwillige Mischung. Die Grundlage besteht aus einer Kombination von Wissenschaft, Training und Humorpraxis, die wir in den Seminaren vermitteln“, erklärt Ullmann. In der Trainingsarbeit am Institut, in Seminaren und Vorträgen vor Mitarbeitern von Firmen und Behörden, zeigt sie beispielsweise wie Konflikte auf humoristische Art und Weise gelöst werden können.

Ein Seminar beginnt immer mit einem ein- bis zweistündigen Warm-up. „Die Leute müssen erst einmal warm werden. Das geht mit viel Bewegung und viel Interaktion.“ Da stellen sich die Fragen: „Wann lache ich gern, mit wem lache ich gern und wann lache ich gern?“ Eigentlich, so die Auffassung von der Humorexpertin, haben alle Menschen Humor.

Das Handwerk des Lachens erlernen

Nach der lockeren Aufwärmrunde folgen die Grundlagen zum Humor sowie die Techniken, unter anderem die Schlagfertigkeit. Die Form der Seminararbeit bringt Ullmann richtig Spaß. „Es macht mir richtig Freude mit 20 Leuten zu arbeiten. Da entsteht eine schöne Energie, da fällt es leicht Humor zu machen.“

Voraussetzung für ihren Auftritt-Marathon – Ullmann reiste im vergangenen Jahr zu 150 Veranstaltungen – ist eine gute körperliche Fitness. „Da braucht man richtig Kondition.“ Nach zwei Seminartagen ist ihr die Anstrengung anzusehen. „Ich bin dann richtig platt.“ Die nötige Energie holt sie sich entweder im Institut, beim Relaxen auf dem heimischen Sofa oder beim Schreiben von Büchern.

Drei eigene Werke hat sie nämlich schon veröffentlicht beziehungsweise zwei davon als Hörbuch. So wie ihr neustes: „Ich kann's ja doch! Die Kunst der täglichen Kommunikation“. Sie verrät darin Strategien, wie jeder mit einfachen Mitteln in Alltagssituationen besser und effektiver kommunizieren kann. Beim Small Talk genauso wie bei Statusspielen, bei Beschwerden genauso wie bei der Artikulation seiner Bedürfnisse – und natürlich beim Flirten.



„Vieles von dem, was ich Ihnen in diesem Hörbuch erklären werde, benutzen Sie vielleicht im Alltag schon – aber Sie machen es sich nicht bewusst!“, sagt Eva Ullmann. „Doch nur, wenn man weiß, was man da gerade Zauberhaftes macht, kann man den Zauber auch wiederholen.“

Exportschlager Lacheseminar

Gereist ist Ullmann in den vergangenen Jahren viel. Sie machte Station vor allem in Städten im deutschsprachigen Raum – in Deutschland, in Österreich und in der Schweiz. Als spannendes Experiment empfand sie daher ihren Auftritt bei einem zweitägigen Kongress im Oktober in Oslo.

Ihren Humor musste sie nämlich in die englische Sprache exportieren. Keine leichte Aufgabe, weil es doch sprachlich einige Unterschiede gibt. Ein bisschen aufgeregt sei sie im Vorfeld gewesen. Doch den Norwegern gefiel es. „Sie waren begeistert, es hatte alles gut funktioniert“, war ihr auch Monate nach dem Kongress noch die Erleichterung anzuhören.

Noch zählt der deutsche Humor nicht unbedingt zu den Exportschlagern, aber vielleicht hat Ullmann mit ihrem Auftritt in Norwegen, in Oslo einen kleinen Beitrag für ein neues Exportprodukt geleistet.

Auch in ihrer knapp bemessenen Freizeit liebt die Humorforscherin es, über unterschiedliche Dinge zu lachen. Sie spielt seit einigen Jahren Improvisationstheater, ist Mitbegründerin der Improvisations-Gruppe „ImbH“ in Leipzig. Neben einer großen Portion Selbstironie und Spontanität ist vor allem Humor gefragt. Doch so spontan wie im Theater oder in ihren Seminaren ist Ullmann nicht in allen Lebensbereichen. Sie mag nämlich eines nicht – Witze erzählen. Ansonsten hält sie es aber wie Charlie Chaplin.

(Text: Sandra Arm)

Mehr zum Titelthema LACHEN gibt es hier:

[Interview mit Eva Ullmann, Leiterin des Deutschen Instituts für Humor](#)

[Die Typologie des Lachens](#)

[Über die Grenzen des deutschen Humors](#)

[Das deutsche Institut für Humor in Leipzig](#)

[Wie unterschiedliche Lachtypen über Sympathie entscheiden](#)