

Grundsätze

1. Humorvolle Äusserungen von Seelsorgesuchenden, die dabei helfen, ein Problem zu bewältigen, sollten vom Seelsorgenden beachtet und verstärkt werden. Vom Seelsorgenden ausgehender wohlwollender Humor kann die Atmosphäre in der Seelsorge auflockern und die seelsorgerliche Beziehung verbessern.
2. Auf der kognitiven Ebene kann eine humoristische Sichtweise zur Veränderung der Bedeutung von Ereignissen und zu einer distanzierteren Betrachtung von Problemen führen.
3. Die veränderte Sichtweise führt auf der emotionalen Ebene zu einer positiven Umstimmung. Durch die physiologische Wirkung des Lachens können zusätzlich vorhandene Spannungen abgebaut werden.
4. Die durch seelsorgerlichen Humor veränderte Sichtweise und die Verminderung negativer Emotionen erleichtern es Seelsorgesuchenden, mit neuen Verhaltensweisen zu experimentieren.
5. Humoristische Äusserungen des Seelsorgenden, die vom Patienten als sarkastisch, abwertend oder unpassend erlebt werden, stören die seelsorgerliche Beziehung und führen im ungünstigsten Fall zu negativen Seelsorgeergebnissen.
6. Der angemessene Einsatz von Humor in der Seelsorge ist auch für die Psychohygiene des Seelsorgenden gut und kann als eine vorbeugende Massnahme gegen ein „Burnout“ betrachtet werden.