



Inleiding

Gaat dit wel eens door je hoofd?

- Ik zou graag meer invloed willen hebben op de sfeer in een groep.
- Ik lach graag om goede grappen en ik spring er soms handig op in, maar ik bedenk ze nooit.
- Ik heb trouwens geen idee hoe je een goede grap maakt.
- Ik heb geen talent voor humor.
- Ik ben te introvert voor humor.

Het antwoord op de vraag was voor mij: volmondig ‘ja’. Mijn leven lang vond ik het lastig in groepen een volger te zijn in plaats van de sfeerbepaler. Ik zag hoe anderen die invloed wel hadden en daarbij humor wisten in te zetten. Zelf kwam ik niet verder dan toevalstreffers, waarbij het ging om reactiehumor. Ik reageerde dan op een komische opmerking van een ander door daarop in te spelen. Als iemand opmerkte dat Bijbelse wonderen vaak een verrassend eenvoudige alternatieve verklaring hebben, en het voorbeeld van de wonderbaarlijke wijnvermenigvuldiging noemde, kwam ik in actie. ‘Ja, inderdaad, net als de opwekking uit de dood – roes uitslapen, de wederopstanding – grafroof en de onbevleete ontvangenis – Jozef.’ Op zijn positiefst geformuleerd kun je zeggen dat ik gevoel voor humor had, maar het niet voldoende gebruikte. Ik wou zelf zo graag eens

het initiatief tot humor nemen. Bijvoorbeeld zeggen: ‘Laten we bekende songtitels gaan factchecken.’ En dat iemand anders dan vraagt: ‘Waar zit jij aan te denken?’ ‘Nou: is Bruce Springsteen eigenlijk wel geboren in de USA? En: zijn er echt negen miljoen fietsen in Beijing?’ (vrij naar *Qmusic*) Nog mooier zou het zijn als ik een grappig betoog zou kunnen houden over een actueel onderwerp met een eigenzinnige invalshoek. Bijvoorbeeld over corona en de voordelen ervan.

Toen ik me al had verzoend met mijn lot, gebeurde er iets wat uiteindelijk tot dit boek leidde. Een aantal jaren geleden besloot ik om te gaan motorrijden, samen met een goede vriend. We namen lessen bij een rijsschool met een hechte motorcultuur en een grote aanhang van ex-cursisten. De sfeer was er losjes en wat iedereen verbond, was de fascinatie voor het motorrijden. Maar we liepen ook allemaal tegen dezelfde dingen aan. Daar werden voortdurend grappen over gemaakt, ook door mijzelf. Ik kón het dus wel. En dat maakte mij nieuwsgierig. Wat gebeurde hier nu? Reflecterend op de grappen bedacht ik dat telkens iemand op een komische manier iets verwoordde over serieuze aspecten van het leren motorrijden. Het ging over de lessen zelf, de examens en rijvaardigheid. Maar het ging ook over de risico’s en de kosten van de nieuwe hobby. Ik stelde mezelf de vraag: wat maakt de opmerkingen over die serieuze thema’s precies grappig? En: die ene grap over die luie instructeur zou natuurlijk nog leuker zijn als je zijn stem kon imiteren. Plus: die grap over het theorie-examen, is dat een voorbeeld van spot of toch eerder van absurdisme? Maar ook: stel, je vertelt op een verjaardag over je motorproject. Kun je van de losse grappen dan een komisch, quasi-serieus betoog maken, en hoe pak je zo iets aan? Want een incidentele reactiegrap is aardig, maar een komische verhandeling waarbij iedereen aan je lippen hangt, is nog aantrekkelijker.

Bij mij ontstond het vermoeden dat humor te leren valt, en misschien zelfs voor meer introverte mensen zoals ikzelf. In een optimistische bui bedacht ik zelfs dat mijn reactiehumor gevoegd bij mijn kennis van pleiten opgedaan in de advocatuur misschien wel tot iets moois zou kunnen leiden. Zolang ik maar de juiste invalshoek zou vinden. Plotseling kon ik me herinneren dat ik de pleitwedstrijd in het kader van de beroepsopleiding met hoge cijfers won, volgens de rechter-juryvoorzitter vanwege mijn effectieve gebruik van humor. Ik weet nog dat ik dat toen een goede grap vond. Voortbordurend op een en ander begon ik te onderzoeken hoe professionals te werk gaan en las ik vele handboeken over humor van gevestigde comedians. Ook bekeek ik talloze shows op Netflix en YouTube. Ik kwam erachter dat alle comedians – van de Nederlandse koning van de oudejaarsconference Toon Hermans tot de ontregelende Amerikaanse comedy-icoon Louis C.K. – gebruik lijken te maken van één en dezelfde methode voor hun komische betogen. Daarbij maakt de vorm van de humor niets uit: het kan een stand-up zijn, of een conference, maar ook een grappig interview of een gevatte column. Parallel aan mijn ‘literatuuronderzoek’ naar de werkwijze van professionele comedians startte ik een ‘veldonderzoek’ naar wat gewone mensen weten van humorinstrumenten. Telkens bleek hun kennis ervan uiterst beperkt. Langzaam ontstond bij mij het idee om beide bevindingen te combineren. Dat leidde tot de vraag hoe ‘gewone’ mensen zoals jij en ik gebruik kunnen maken van professionele humorinstrumenten om familie, vrienden en collega’s te vermaken.



PRO-TALK

Joep van Deutekom - ‘Volgens mij kunnen veel mensen leren om grappig te worden op een redelijk niveau. Ik zie mezelf niet als buitengewoon talentvol, wel als een harde werker. Het is veel lezen, veel kijken en gewoon beginnen.’

Misverstanden

Ik ontdekte ook dat over humor hardnekkige misverstanden bestaan. Humor is geen door de goden gegeven gave. Natuurlijk heeft de een er meer aanleg voor dan de ander, maar iedereen kan tot op zekere hoogte leren om anderen aan het lachen te maken. Veel professionele performers cultiveren de mythe rondom humor. Zij hebben daar ook belang bij. Als iedereen kan leren om grappig te zijn, maakt het hen minder bijzonder. Dus als je weer een comedian hoort zeggen dat hij eigenlijk maar wat doet, zou ik dat niet al te serieus nemen. Zeker, ze zijn stuk voor stuk begiftigd met een magische touch. Maar er zijn voldoende getuigenissen van comedians die er open over zijn dat ze via specifieke formules hun acts vormgeven. Ook schrijven ze optredens integraal uit en repeteren ze eindeloos voor een optimaal resultaat. Het goede nieuws is dat de mate van humor die een mens bezit geen genetisch gegeven is, maar een vaardigheid die je kunt ontwikkelen. Aaker en Bagdonas (2020), die gedragswetenschappelijk onderzoek verrichten naar humor, verwoorden het als volgt: ‘Humor is een vaardigheid die je kunt versterken door hem te gebruiken en door gerichte training. Net zoals we onze spieren trainen op de sportschool, een stevige wandeling maken, of heen en weer lopen naar de koelkast tijdens teamsen “als de camera even niet werkt”.’

Je zou net als ik kunnen denken dat een bepaald niveau van humor misschien wel te bereiken is voor de gewone mens, maar niet voor de introverte versie daarvan. Toch klopt ook dit niet. Susan Cain is een schrijfster die zich heeft toegelegd op de kracht van introversie. Zij is de auteur van het boek *Stil, De kracht van introvert zijn in een wereld die niet ophoudt met kletsen* (2021). Volgens haar zijn introverte mensen niet per definitie verlegen, het kost hun alleen meer energie om zich in een onbekend gezelschap te profileren. Introverte mensen nemen de tijd voordat ze iets

zeggen. Ze denken stilletjes na in hun hoofd en lopen de opties af om een zinvolle bijdrage te leveren aan hun omgeving.



PRO-TALK

Arthur Schnitzer - ‘Een serieus persoon zijn en geen gevoel voor humor hebben, dat zijn twee verschillende dingen.’

Ze spreken volgens Cain ook niet totdat ze iets belangrijks te melden hebben of totdat ze ergens ronduit gepassioneerd over zijn. Daarbij beschikken ze over het vermogen om zich volledig te concentreren op één onderwerp: ze zijn niet snel afgeleid en kunnen lang doorgaan. De introverte medemens is verder sterk in het leggen van verbanden tussen beelden en andere opgeslagen informatie, en toetst nieuwe informatie aan zijn verwachtingen. Het liefst zit hij zich te verbazen over dingen, zich zaken in te beelden en gebeurtenissen uit het verleden te herinneren, aldus Cain. Ik laat in dit boek zien dat goed nadenken over een onderwerp dat je raakt dé voorwaarde is om te komen tot goede grappen. Het is dus eerder andersom: juist als je van nature ernstig bent, kun je grappig zijn. Wat telt, is dat je een goed observatievermogen hebt. Want hoe meer opmerkelijke aspecten je ergens van weet te benoemen, hoe beter.



PRO-TALK

Peter Pannekoek - ‘Je kunt nooit te veel nadenken. Hoe meer denkwerk je ergens in stopt, hoe beter het wordt.’

Nog zo’n misverstand: een comedian met een krachtige podiumpersoonlijkheid met slecht materiaal is altijd nog leuker dan een fletse grappenmaker met goed materiaal. Met andere woorden: als je grappiger wilt worden, moet je aan je timing werken. Dat moge zo zijn, maar voor de gemiddelde

mens zoals jij en ik is goed materiaal de eerste stap. Dat effectief leren brengen komt later wel. Eerst dat probleem maar eens zien te creëren. Dit boek gaat primair over de inhoud, over hoe je goede grappen bedenkt. En met het bedenken van materiaal is de meeste winst te boeken. Want uit mijn veldonderzoek bleek dat negen van de tien mensen geen idee hebben welke humorinstrumenten er zijn. Hooguit komen ze, zoals dat voor mij gold, bij overdrijven uit, of bij het stellen van ‘wat als’-vragen. Bovendien biedt goed materiaal de meeste kans op succes, en dat geeft zelfvertrouwen. Hierdoor durf je meer te experimenteren en komt de timing vanzelf. En zelfs al blijft het behelpen met de fasering van je grappen, ik heb eens een stotteraar gekend die al hakkend de leukste opmerkingen maakte en de gemakkelijkste verhalen vertelde. Hij was trouwens ook nogal arrogant, wat op zichzelf al komisch uitpakte. Dan zei hij over een gemeenschappelijke kennis bijvoorbeeld: ‘W-w-wat i-i-s d-d-dat ee-een l-loser z-zeg.’

Focuseffect

Ben Tichelaar is een publicist op het gebied van gedragsverandering. Hij beschrijft in zijn boek *Dromen, durven, doen* (2011) iets wat hij het focuseffect noemt: als je weet wat je wilt en wat je gaat doen, treedt er direct een merkwaardig effect in werking. Je zult vanaf de eerste dag allerlei kansen waarnemen in het dagelijkse leven om je voornemen ook werkelijk gestalte te geven. Dat is geen magie. Die kansen waren er altijd al, maar je zag ze domweg niet. Het idee is dat jij dit zelf gaat ondervinden met jouw aandacht voor humor. Ik kom er nog vaak op terug in dit boek. Zet jezelf net als ik op een humordieet. Bekijk shows van comedians en zoek het gezelschap op van vrienden en collega’s die grappig zijn. Maak het tot je gewoonte om krantenkoppen te snellen op zoek naar humor – succes gegarandeerd, vaak al zonder enige bewerking. Neem bijvoorbeeld de titel van deze advertentie:

‘Al spelend maakt onze fotograaf prachtige foto’s van uw kinderen.’ (www.Lachfabriek.nl)

En wat te denken van deze kopregel:

‘Arbeidsinspectie gaat optreden op kermis.’ (www.Lachfabriek.nl)

Hierna maak je kennis met een methode waarmee je jouw humoristische vermogen kunt aanboren en vergroten. Het idee is dat ‘gewone’ mensen gebruik kunnen maken van de instrumenten die professionele comedians inzetten voor een verhaal dat mensen aan het lachen maakt.



PRO-TALK

Judy Carter - ‘Goede comedians lijken spontaan te spreken, uit het blote hoofd. Ze gaan er gewoon staan en zijn gelijk grappig. Wat veel mensen zich niet realiseren, is dat alle professionals hun acts vormgeven met behulp van zeer specifieke formules.’

Centraal staat het negenstappenplan. Het hoofddoel daarvan is dat je leert om een lopend komisch, quasi-serieus betoog te bedenken, zogenaamd bedoeld om te overtuigen. Het gaat daarbij in de eerste plaats om het op speelse wijze delen van je mening over van alles en nog wat. Maar soms word je geacht een komische speech te houden waarin je iets of iemand op de korrel neemt. Het is fijn als je voor die gelegenheden over krachtige hulpmiddelen beschikt. Op de weg daarnaartoe leer je om grappig uit de hoek te komen met een komische opmerking of een gevatte reactie. Wat levert dit alles je op? Je krijgt meer invloed op de sfeer in een groep. Je wordt populairder, mensen vinden je slimmer en je houdt je makkelijker staande in het sociale verkeer. Het leven wordt een stuk leuker, voor jezelf én voor de mensen om je heen. En bedenk: een beetje lol in het leven mag.

Neem een voorbeeld aan oud-topvoetballer George Best, die in een interview over zijn leven verklaarde: 'Ik heb heel veel geld uitgegeven aan vrouwen, drank en snelle auto's. De rest van mijn kapitaal heb ik verspild.'

Misschien voel jij enige gêne bij het voorbereiden van een komisch betoog om dat vervolgens 'spontaan' los te laten op vrienden, familie en collega's. Maar waarom eigenlijk? Wie benadeel je daarmee? Niemand toch? Of ben je bang dat het geforceerd overkomt? Juist als je jouw verhaal goed voorbereidt, lijkt alles spontaner bij je naar boven te komen. In die zin is er geen verschil tussen een professioneel podium en een kantine of sociëteit.

Dit boek richt zich primair op het creëren van een komisch betoog, niet op het voordragen ervan. Toch komt ook het belang van goede timing aan de orde, net als het fenomeen van acting out. Want het uiteindelijke succes van je grappen hangt voor een aanzienlijk deel af van de uitvoering.

Leeswijzer

Hierna leg ik in de hoofdstukken 1 tot en met 8 de basis voor het stappenplan dat in hoofdstuk 9 wordt gepresenteerd. In de hoofdstukken 10 en 11 volgt de toepassing ervan. Je leert hoe je je quasi-serieus over zaken kunt opwinden om daarmee de lachers op je hand te krijgen. En in hoofdstuk 12 geef ik je nog wat tips & tricks. De hoofdstukken 5 tot en met 7 kun je ook zelfstandig lezen als een handreiking voor het maken van grappige opmerkingen en het geven van gevatte reacties. Met die spitsvondigheden kun je jouw impact op je omgeving vergroten, simpelweg omdat mensen rake opmerkingen niet snel vergeten.

Bijna elk hoofdstuk sluit af met een aantal oefenopdrachten. Deze kun je altijd, overal en met minimale hulpmiddelen uitvoeren. Een smartphone

met een notitie-app en YouTube erop is voldoende. De uitnodiging aan jou is om je ervaringen met de oefeningen dagelijks vast te leggen in je digitale notitieboekje. Je moet er lol in krijgen om grappige zaken te herkennen en te creëren.

Ter afronding nog dit. Van een boek over humor mag je goede grappen verwachten. Dit boek bevat professionele grappen en komische vondsten van 'gewone' mensen. Die laatste categorie humor is vaak leuker op het moment zelf dan achteraf op papier. Toch heb ik deze grappen opgenomen, omdat je zo kunt zien hoe je professionele humorinstrumenten concreet toepast in het dagelijkse sociale verkeer.



Reflecterend op de grappen bedacht ik dat telkens iemand op een komische manier iets verwoordde over **serieuze** aspecten van het leren motorrijden.





Voor wie is dit boek geschreven?

Iedereen die grappiger wil worden

Je wilt grappiger worden. Je staat bekend als serieus, hoewel je stiekem best humor hebt. Het komt er alleen niet voldoende uit, omdat je onzeker bent en bang om jezelf te kijk te zetten. Als je anderen ziet die gemakkelijk de lachers op hun hand krijgen, wekt dat bij jou jaloezie. Jij wilt dat ook wel, maar weet niet goed hoe dat voor elkaar te krijgen. Bovendien vraag je je af: hoe werkt humor eigenlijk? Je weet dat overdrijving een humortechniek is en je hebt wel eens gehoord van het stellen van 'wat als'-vragen, maar daarmee houdt het al snel op. Het is niet dat je geen gevoel voor humor hebt, je kunt smakelijk lachen om goede grappen. En je hebt momenten gehad dat je samen met anderen in een onbedaarlijke lachbui terecht kwam. Maar je creëert geen humor.

Als je dit boek gelezen hebt, speel je het spel dat humor heet met meer succes. Je neemt humorkansen waar die eerder niet zag:

Zo kreeg ik eens per ongeluk een appje van mijn Marokkaanse poets-hulp met een uitnodiging voor een feestmaal in haar moskee. De uitnodiging bestond uit een afbeelding van de lekkernijen, voorzien van

het onderschrift 'Ladies Only'. Serieus als altijd appte ik terug dat het berichtje waarschijnlijk een vergissing was. Maar dat antwoord h ad natuurlijk moeten luiden: 'Ik zal er zijn.' Als ik eraan terugdenk, vraag ik me af wat ik dan weer terug zou hebben geantwoord als ik Fatima was geweest. Waarschijnlijk dit: 'Welkom.'

Zoeken naar mogelijkheden om te lachen wordt je tweede natuur. Het zal je verbazen hoeveel grappen er voor het grijpen liggen als je straks met een humorbril op rondloopt. In groepen maak je sneller hilarische opmerkingen, en steeds vaker ga je lekker los op 'jouw' onderwerpen. En als je een keer een komische speech moet houden, lig je wakker van de voorpret in plaats van de zenuwen.



PRO-TALK

Pieter Jouke - 'Ik heb vooral geprobeerd om te vertrouwen op mijn associatievermogen. Als mij een vraag wordt gesteld, dan is mijn eerste modus om die grappig te beantwoorden. Dat gebeurt me letterlijk bij elke vraag, behalve bij de vraag: "Wat heb je ervoor gedaan om grappig te worden?" Zie je? Toch.'

Je vertrouwt in sociale situaties op je nieuwverworven vermogen om anderen aan het lachen te maken. Die vaardigheid zorgt voor een blik op het leven die Jeffrey Wijnberg in zijn boek *Verbale intelligentie* (2012) omschrijft als 'een innerlijke toestand van grappigheid, zonder dat er nog maar  en woord is gewisseld'. Wijnberg is een ervaren psychotherapeut die meerdere boeken schreef over gespreksvoering. De bedoelde geestelijke staat leidt op zijn beurt weer tot het voortbrengen van grappige observaties, opmerkingen en reacties die voor jezelf net zo verrassend zijn als voor je gespreks-

partners. En zo ontstaat volgens Wijnberg een spiraal van humorvol contact die heel natuurlijk aanvoelt. Eén voorbeeld nog van de nieuwe ‘mij’:

Als stagiair zat ik ooit na het werk met mijn nieuwe collega’s op een terras. Plots kwam mijn toenmalige vriendin op skeelers aangereden. Ze stopte, boog zich voorover, gaf me een dikke zoen, en skeelerde verder. Een van de anderen vroeg: ‘Was dat je vriendin?’ Waarop ik – ernstig als altijd – naar waarheid antwoordde: ‘Inderdaad, dat was mijn vriendin.’ Mijn antwoord zou tegenwoordig zijn: ‘Nee, nog nooit gezien.’

Iedereen die nog grappiger wil worden

Je wilt nog grappiger worden dan je al bent. In groepen heb jij snel de lachers op de hand. Je vertelt verhalen uit de losse pols, en boekt daar groot succes mee. Daar geniet je van, maar je wilt meer. Je handelt op intuïtie, en vermoedt dat er meer uit te halen valt. Als je dit boek straks uit hebt, weet je beter waarom je grappen werken. Dat biedt de basis om jouw humor nog sterker te maken. Misschien tred je wel toe tot de eredivisie van de ad-remheid, waarvan Winston Churchill de patroonheilige is:

Oppositieleidster Lady Nancy Astor tegen Churchill in het Britse parlement: ‘Als u mijn man was, zou ik vergif in uw thee doen.’ Waarop Churchill antwoordde: ‘En als u mijn vrouw was, zou ik die thee nog opdrinken ook.’



Wil jij ook leuk uit de hoek komen bij familie, vrienden en collega's? Met dit boek leer je in een handomdraai hoe je humor kunt inzetten om mensen te vermaken.

Spitsvondige opmerkingen, grappige anekdotes en quasi-serieuze betogen over van alles en nog wat zijn belangrijke manieren om in gezelschap een positieve sfeer te creëren. Humor is gelukkig iets dat iedereen kan leren. Marc Gulikers onderzocht welke instrumenten je kunt inzetten om mensen gegarandeerd aan het lachen te maken.

Verdiep je in de kunst van humor en volg het negenstappenplan in dit boek. Mensen zullen je erom waarderen: met humor heb je meer succes. Ze vinden je slimmer, leuker en aantrekkelijker.

BOORDEVOL HUMORINSTRUMENTEN



Marc Gulikers is jurist en bedrijfseconoom. Marc ziet het als een uitdaging om iedereen in staat te stellen om door inzet van humor meer invloed uit te oefenen op de stemming in groepsverband.

