



SAPIENZA
UNIVERSITÀ DI ROMA

DIPARTIMENTO
DI PSICOLOGIA
DINAMICA E CLINICA

UMORISMO: RIDERE CON TE

Claudia CHIAROLANZA, Ph.D.



SAPIENZA
UNIVERSITÀ DI ROMA

DIPARTIMENTO
DI PSICOLOGIA
DINAMICA E CLINICA

IN QUESTA LEZIONE:

Umore:
ridere con te

L'umorismo

Claudia CHIAROLANZA, Ph.D.



(Troisi, Arena, De Caro in "Natività")



La facoltà, la capacità e il fatto stesso di percepire, esprimere e rappresentare gli aspetti più curiosi, incongruenti e comunque divertenti della realtà che possono suscitare il riso e il sorriso, con umana partecipazione, comprensione e simpatia (e non per solo divertimento, ma anche per piacere intellettuale o per risentimento morale, che sono i caratteri specifici, rispettivamente, della comicità, dell'arguzia e della satira).

(Enciclopedia Treccani)

L'umorismo è il **sentimento del contrario**:
questo nasce dall'azione combinata di
sentimento + **ragione**

Quando viviamo una situazione fermandoci solo
all'avvenimento, senza riflettere, abbiamo **comicità**.

Quando, per analizzare meglio la situazione,
interviene la ragione, si ha **umorismo**.

“Vedo una vecchia signora, coi capelli ritinti, tutti unti non si sa di quale orribile manteca, e poi tutta goffamente imbellettata e parata d'abiti giovanili. Mi metto a ridere. Avverto che quella vecchia signora è il contrario di ciò che una vecchia rispettabile signora dovrebbe essere. Posso così, a prima giunta e superficialmente, arrestarmi a questa impressione comica. Il comico è appunto un avvertimento del contrario. Ma se ora interviene in me la riflessione, e mi suggerisce che quella vecchia signora non prova forse nessun piacere a pararsi così come un pappagallo, ma che forse ne soffre e lo fa soltanto perché pietosamente s'inganna che, parata così, nascondendo così le rughe e la canizie, riesca a trattenere a sé l'amore del marito molto più giovane di lei, ecco che io non posso più riderne come prima, perché appunto la riflessione, lavorando in me, mi ha fatto andar oltre: da questo primo avvertimento del contrario mi ha fatto passare a questo sentimento del contrario. Ed è tutta qui la differenza tra il comico e l'umoristico.”



Per far ridere non ci sono regole.
Non si possono indicare.
Perché vertono sul gioco del contrario. [...]
Bisogna sempre tener presente che il gioco
del ricercare il riso si accompagna
con l'uso dell'ironia, che deve determinare
la parodia di tutti i luoghi comuni del dogma.



Il riso è sacro.
Quando un bambino fa la prima risata è una festa.
Mio padre, prima dell'arrivo del nazismo,
aveva capito che buttava male, perché - piegava -
quando un popolo non sa più ridere diventa pericoloso.

(Dario Fo)

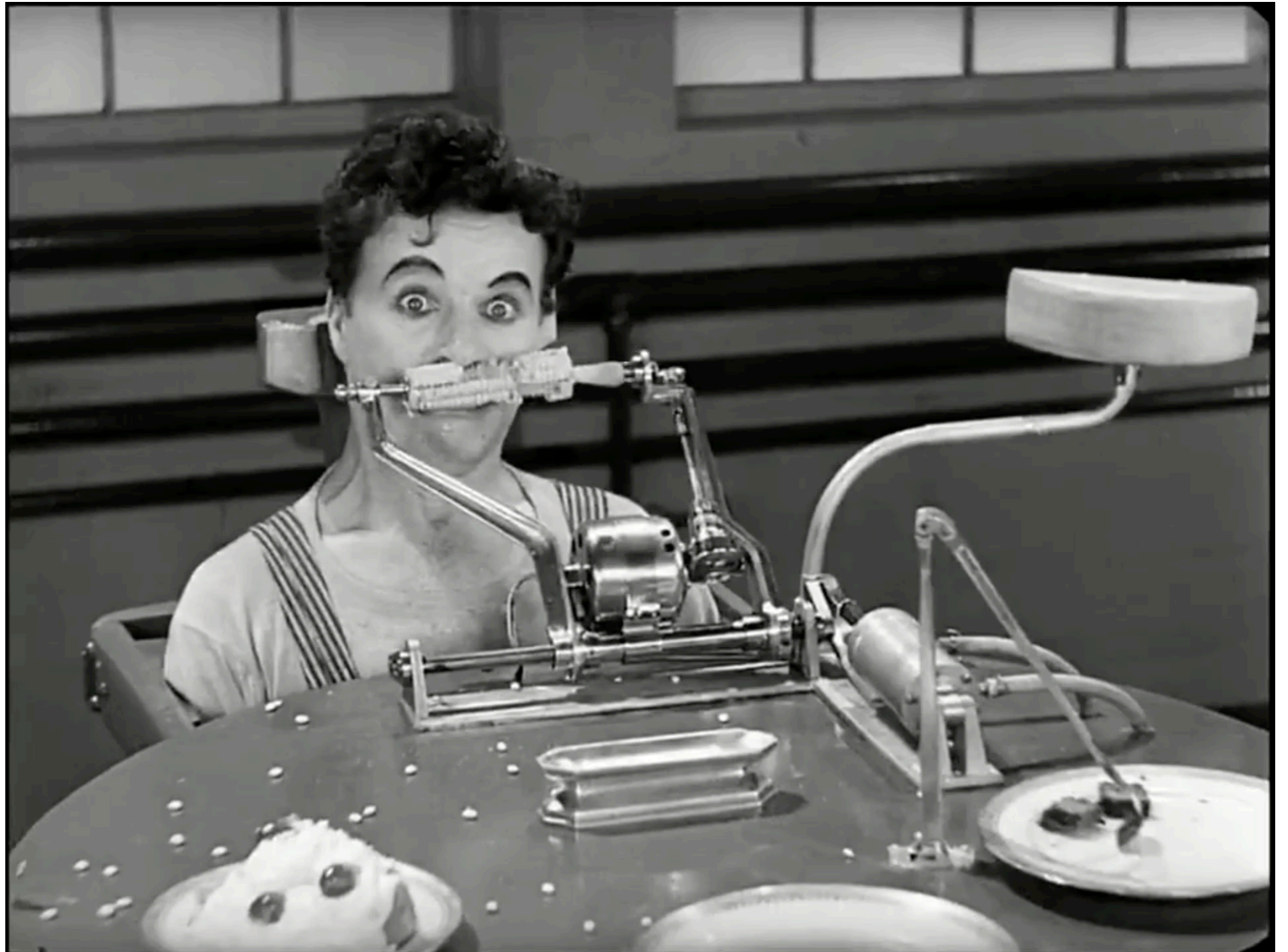


Come rispondereste con umorismo?



(Guglielmo Gulotta, convegno "L'umorismo nelle relazioni d'aiuto")

L'umorismo
permette di
trattare
argomenti,
anche
pesanti, con
leggerezza,
che non è
superficialità,
ma planare
sulle cose
dall'alto, non
avere
macigni.



("Tempi moderni", Charlie Chaplin, 1936)



ESTERNO

POSITIVO

AFFILIATIVO

AGGRESSIVO

NEGATIVO

AUTOIRONICO

AUTO-DENIGRATORIO

INTERNO

(Martin et al., 2003)



POSITIVO rivolto agli **ALTRI**

Avvicina le persone, scherzando su cose che tutti potrebbero trovare divertenti, creando un senso di affiliazione, felicità e stato di benessere.

Permette di alleggerire lo stato d'animo.

Non è competitivo, non è ostile.

Contribuisce a mettere in buona luce sia chi lo utilizza, sia gli interlocutori, **migliorando la relazione.**



POSITIVO rivolto agli **ALTRI**

Avvicina le persone,
scherzando su cose
che tutti potrebbero
trovare divertenti, creando
un senso
di affiliazione, felicità e
stato di benessere.

Permette di alleggerire
lo stato d'animo.

**Non è competitivo,
non è ostile.**

Contribuisce a mettere in
buona luce sia chi lo
utilizza,
sia gli interlocutori,
migliorando la relazione.



(Guglielmo Gulotta, convegno "L'umorismo nelle relazioni d'aiuto")



POSITIVO rivolto a **SÉ**

Tipo di umorismo che aiuta le persone a sentirsi meglio riguardo loro stesse, migliorando l'autostima.
Rappresenta l'**abilità di ridere di sé stessi**.

Ironizzare su mancanze o difetti
per evitare o alleggerire le critiche.

Affrontare pro-attivamente lo stress.



POSITIVO rivolto a SÉ

Tipo di umorismo che aiuta le persone a sentirsi meglio riguardo loro stesse, migliorando l'autostima. Rappresenta l'**abilità di ridere di sé stessi**.

Ironizzare su mancanze o difetti per evitare o alleggerire le critiche.

Affrontare pro-attivamente lo stress.



(Guglielmo Gulotta, convegno "L'umorismo nelle relazioni d'aiuto")



NEGATIVO rivolto a **SÉ**

Tipo di **umorismo di autodifesa**
in cui si tende a buttarsi giù in stile «povero me».

Porsi come il **bersaglio di scherzi**
prima che possano farlo gli altri.

Può portare a stati di **malessere** e di **disagio** psicologico.



NEGATIVO rivolto a **SÉ**

Tipo di **umorismo di autodifesa** in cui si tende a buttarsi giù in stile «povero me».

Porsi come il **bersaglio di scherzi** prima che possano farlo gli altri.

Può portare a stati di **malessere** e di **disagio** psicologico.



(Guglielmo Gulotta, convegno “L’umorismo nelle relazioni d’aiuto”)



NEGATIVO rivolto agli **ALTRI**

Forma di **umorismo ostile** che ha lo scopo di **minacciare o danneggiare** psicologicamente l'altro.

È **distruttivo per le relazioni** o la collaborazione di gruppo e può portare alla divisione e alla sofferenza delle persone.

Usato per **screditare o deridere** gli altri.

**SONO PRONTO PER
UNA RELAZIONE SERIA!**

**A ME FAI
ANCORA RIDERE**



sarcasmo

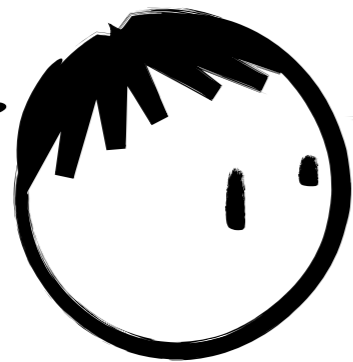
[dal greco σαρκάζω «lacerare le carni»]

Ironia amara e pungente [...] tesa ad offendere e umiliare.



**COSA FARÒ
SENZA DI TE?**

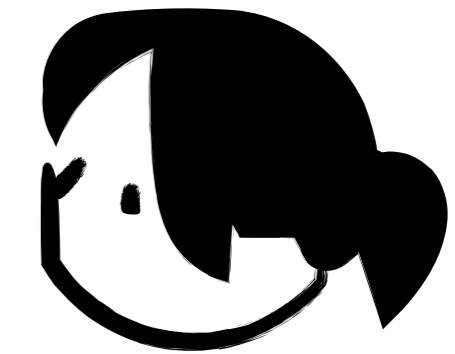
SCHIFO



sarcasmo

[dal greco σαρκάζω «lacerare le carni»]

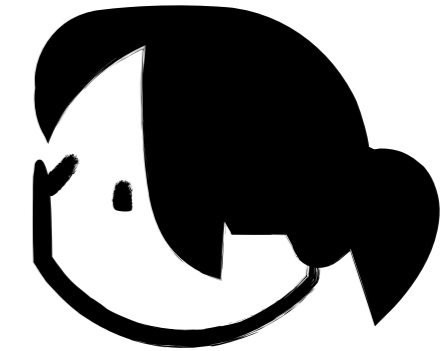
Ironia amara e pungente [...] tesa ad offendere e umiliare.



SE TI AMASSI DI
PIÙ, ESPLODEREI.



SE TI AMASSI DI
PIÙ, TI AMEREI..



sarcasmo

[dal greco σαρκάζω «lacerare le carni»]

Ironia amara e pungente [...] tesa ad offendere e umiliare.



Correlazione fra il tipo d'umore utilizzato e
la **qualità delle relazioni** sociali e del **benessere personale**:

Stili di umorismo di tipo **positivo**

- predittivi di **stati di benessere migliori** e **relazioni più serene**
- correlati a più **alti livelli di autostima**

Stili di umorismo di tipo **negativo**

- predittivi di **stati di benessere peggiori** e **relazioni più conflittuali**
- correlati a più **bassi livelli di autostima**

(Dyck & Holtzman, 2013; Martin et al., 2003; Yip & Martin, 2006)



(Guglielmo Gulotta, convegno "L'umorismo nelle relazioni d'aiuto")



Le differenze di genere esistono anche in relazione all'umorismo e alla percezione di esso.

Se pure sia uomini che donne affermino di **desiderare un partner dotato di senso dell'umorismo,**

le **DONNE** gli attribuiscono il significato di

**QUALCUNO CHE
MI FACCIA RIDERE**

gli **UOMINI** gli attribuiscono il significato di

**QUALCUNO CHE
RIDA ALLE MIE BATTUTE**



(Anna Marchesini in "La Cameriera Secca")



L'umorismo **non è una soluzione al conflitto,**
ma un **mezzo** per intravedere possibili soluzioni.



La vita è una malattia sessualmente trasmessa
con un tasso di mortalità del cento per cento.

Poiché nessuno ne esce vivo,
tanto vale che ci scherziamo un po' su.

(Ronald David Laing & Guglielmo Gulotta)



COME SI FA
A FAR RIDERE QUALCUNO?



BISOGNA INDOSSARE UN MAGLIONE GIALLO.

(Claudia Chiarolanza)

ANDANDO OLTRE
QUELLO CHE POSSIAMO VEDERE.

(Giacomo Angelini)

PRENDENDO IN GIRO SE STESSI.

(Leonardo Porcelli)



SCRIVETE UNA LETTERA AL CORSO



SAPIENZA
UNIVERSITÀ DI ROMA

DIPARTIMENTO
DI PSICOLOGIA
DINAMICA E CLINICA

NELLE PROSSIME LEZIONI:

la presentazione dei vostri **TED**

GRAZIE DELL'ATTENZIONE
ARRIVEDERCI A MERCOLEDÌ PROSSIMO

Claudia CHIAROLANZA, Ph.D.