

Kad šala prestaje biti šala?

„Tanka je linija između smijeha i boli, komedije i tragedije, humora i uvrede.”

— Erma Bombeck

Smijeh nas može osloboditi napetosti i agresije, stvoriti osjećaj ugone, dobre volje, vedrine i optimizma. Pomaže nam da se opustimo, povežemo s drugima i lakše nosimo sa stresom.

Možete se smijati i sami, ali pravi je užitek kada se smijete s **drugima**. Poseban je osjećaj kada svojim humorom uspijete nasmijati ljude s kojima se družite, živite, učite i komunicirate. Humor može biti način povezivanja, pokazivanja bliskosti i stvaranja osjećaja pripadnosti.

Međutim, šala, vic i smijeh ne bi trebali vrijeđati. Humor bi trebao čuvati dostojanstvo i onoga na koga se šala odnosi i onoga tko se šali.

Humor je dio naših odnosa. Šalimo se s prijateljima, zadirkujemo jedni druge i ponekad se smijemo stvarima koje bi nekome drugome bile potpuno nezanimljive. Šala sama po sebi nije problem.

Problem nastaje kada se **jedna osoba zabavlja, a druga zbog te „šale” pati.**

Nije sve što je zamišljeno kao šala – bezazleno. Ponekad se iza rečenice „**Ma samo se šalim!**” može skrivati uvreda, ponižavanje ili pokušaj da se nekoga isključi iz društva.

Jer šala prestaje biti šala onda kada **smijeh jedne osobe postane važniji od osjećaja druge osobe.**

Možda niste imali namjeru povrijediti drugu osobu. Ali dobra namjera sama po sebi ne znači da je učinak vaših riječi ili postupaka dobar. Možemo nekoga povrijediti i onda kada to nismo namjeravali.

Zato je važno razlikovati **namjeru od posljedice.**

Ako nekoga zadirkujemo, a on se pritom smije, možda mu je stvarno zabavno. Ali možda se smije zato što mu je neugodno, zato što ne želi ispasti „preosjetljiv/a” ili zato što se boji da će, ako pokaže da ga je nešto povrijedilo, postati još veća meta.

Zato nije dovoljno pitati:

„**Jesam li se ja samo šalio/la?**”

Važno je pitati i:

„**Kako je to doživjela druga osoba?**”

Zadirkivanje može biti dio prijateljstva kada je obostrano, kada se uloge mogu zamijeniti, kada se obje osobe mogu nasmijati i kada se zadirkivanje zaustavi čim nekome više nije ugodno. Kada jedna osoba stalno postaje meta, kada se šala nastavlja unatoč protivljenju ili kada služi ponižavanju i isključivanju, granica je prijeđena.

Prije nego što se našalite na račun druge osobe, zastanite na trenutak i zapitajte se:

- Kako se osjeća ta osoba?
- Smije li se i ona ili se samo pokušava pretvarati da joj nije neugodno?
- Može li reći „**prestani**” bez straha da će zbog toga biti još više ismijavana?
- Bi li se ista stvar dogodila i da nema publike?
- Je li to stvarno jednokratna šala ili se ista osoba stalno nalazi u ulozi „mete”?
- Postoji li među vama razlika u popularnosti, društvenom statusu, snazi ili utjecaju?
- Što se događa kada osoba kaže da joj nešto smeta?
- Biste li se jednako dobro osjećali da se ista šala kaže na vaš račun?

Jedan jednostavan test

Zamislite da možete **zamijeniti uloge**.

Ako se sada vi šalite na račun nekoga drugoga, možete li zamisliti da se ista šala za nekoliko sekundi okrene prema vama?

Ako vam to ne bi bilo ugodno, možda nije ugodno ni osobi kojoj se šalite.

Još je važnije što se događa nakon što netko kaže:

„Nije mi smiješno. Prestani.”

Tada imamo izbor.

Možemo reći:

„Ma daj, ne budi tako osjetljiv/a.”

ili možemo reći:

„OK. Nisam shvatio/la da ti smeta. Neću više.”

Ova druga reakcija nije znak slabosti. Naprotiv, pokazuje da znate prepoznati tuđu granicu i preuzeti odgovornost za vlastito ponašanje.

A što ako samo promatramo?

U razredu ili društvu često postoji i treća osoba – **ona koja nije ni osoba koja se šali ni osoba kojoj je šala upućena.**

Možda ste upravo vi ta osoba.

Netko se šali.

Drugi se smije.

Ostatak društva se smije zajedno s njim.

Ali vi primijetite da se osoba kojoj je šala upućena više ne smije.

Što možete učiniti?

Ne morate održati govor. Ne morate se svađati. Ne morate odmah znati što reći.

Ponekad je dovoljno **ne pridružiti se smijehu**.

Ponekad možete promijeniti temu, stati uz osobu, reći „**Ajmo malo stati**”, pokazati da vam nije smiješno ili kasnije pitati osobu kako je.

Jer i reakcija publike šalje poruku.

Smijeh može nekoga ohrabriti da nastavi. Ali izostanak smijeha može pokazati da granica nije prihvatljiva.

Humor može povezivati ljude, ali može ih i podijeliti. Može stvoriti osjećaj pripadnosti, ali može i pokazati tko je „unutra”, a tko je „izvan grupe”. Upravo zato humor u vršnjačkim odnosima nije uvijek bezazlen – može biti sredstvo povezivanja, ali i ponižavanja i isključivanja.

Zapamtite

Ne morate prestati šaliti se.

Ne morate prestati biti duhoviti.

Ne morate paziti na svaku riječ toliko da humor nestane.

Samo pokušajte biti osoba **s kojom se drugi smiju, a ne osoba kojoj se drugi smiju**.

Smijte se s drugima, a ne drugima.

Budite razlog zbog kojeg se netko danas nasmijao – a ne razlog zbog kojeg će se večeras pitati što nije u redu s njim.