



Universiteit Utrecht

Humor als masker voor moeilijkheden?

Negatieve levensgebeurtenissen en zelfbevestigende
humor bij humoristen en niet-humoristen

Masteronderzoek Klinische & Gezondheidspsychologie

6 maart 2013

Student: Fleur Draisma (3385884)

Begeleider: Dhr. Dr. Sibe Doosje

Universiteit Utrecht, Faculteit Sociale Wetenschappen

Klinische & Gezondheidspsychologie

Samenvatting

Humor wordt gezien als een gewilde eigenschap in mensen. Humoristen zijn dan ook erg populair in onze samenleving. Hierdoor zijn ze een interessante groep om te onderzoeken. Er is echter weinig onderzoek gedaan naar humoristen. Toch bestaat er een opvatting dat humoristen veel met humor bezig zijn om voor vroege moeilijkheden en tegenslagen te compenseren. In dit onderzoek is door middel van vragenlijsten en interviews gekeken naar meegemaakte negatieve gebeurtenissen en zelfbevestigende humor bij humoristen en niet-humoristen. De participanten in dit onderzoek waren 36 professionele humoristen tussen de 28 en 59 jaar ($M = 41.28$, $SD = 1.43$) en 84 niet-humoristen tussen de 20 en 66 jaar ($M = 31.27$, $SD = 1.28$). Uit de resultaten is gebleken dat de verschillen in meegemaakte negatieve gebeurtenissen tussen de twee groepen verklaard konden worden door leeftijd. Wat betreft het gebruik van zelfbevestigende humor scoorden humoristen en niet-humoristen gelijk. Voor de humoristen is een negatieve correlatie gevonden tussen gebeurtenissen die tussen het 16^e levensjaar en één jaar geleden meegemaakt zijn en het gebruik van zelfbevestigende humor. Hoe meer negatieve gebeurtenissen zij meegemaakt hadden, hoe moeilijker het voor hen werd om de humor van dingen in te blijven zien. Dit verband werd voor de controlegroep niet gevonden. Uit de interviews bleek wel dat het voor beide groepen moeilijker werd om humor te gebruiken naarmate situaties stressvoller en negatiever situaties werden.

Kernwoorden: Humor, humoristen, humoristische coping, stressvolle levensgebeurtenissen, zelfbevestigende humor, HSV, biografie

Summary

Humor is seen as a desired characteristic in humans. No wonder humorists are popular in our society. This makes them an interesting subject for psychological research. Yet, little is known about humorists as a separate group. Despite the lack of research, people nonetheless believe that humorists are preoccupied with humor as a way of compensating for early troubles and adversities. This study examines negative life events and self-enhancing humor between humorists and non-humorists with the use of questionnaires and interviews. Participants in this study were 36 professional humorists between the age of 28 and 59 years ($M = 41.28$, $SD = 1.43$) and 84 non-humorists between the age of 20 and 66 years ($M = 31.27$, $SD = 1.28$). Results show that differences in experienced negative life events can be explained by age. Humorists and non-humorists did not differ in the degree in which they used self-enhancing humor. Within the group of humorists, the experienced life events between the age of 16 and one year ago correlated negatively with the use of self-enhancing humor. The more negative life events they experienced, the more complicated it became for them to stay positive and see the humorous side of things. This relation was not found for the non-humorists. In the interviews both groups often said it became harder to use humor as situations became more stressful or negative.

Keywords: Humor, Humorists, humorous coping, stressful live events, self-enhancing humor, HSQ, biography

Een gevoel voor humor wordt door de meeste mensen als een belangrijke eigenschap gezien. Het is een van de hoofddimensies waarop mensen anderen omschrijven en het wordt gezien als een zeer gewilde eigenschap in potentiële vrienden en geliefden (Sprecher & Regan, 2002; Greengross & Miller, 2011). Wat ‘een gevoel voor humor’ precies inhoudt is echter niet zo voor de hand liggend. Het is een steeds vager en slechter gedefinieerd concept geworden (Martin, 2007) en onderzoek suggereert dat het geen eenzijdig construct is (Martin, Puhlik-Doris, Larsen, Gray & Weir, 2003). Het kan op allerlei manieren geconceptualiseerd en gemeten worden, waarbij elke manier focust op een ander aspect van humor. Humor kan worden gezien als een cognitieve vaardigheid, een aangeleerd gedragspatroon, een verdedigingsmechanisme, en ga zo maar door. Deze verschillende definities zijn niet per se sterk gerelateerd aan elkaar (Martin et al., 2003).

Hoe humor ook gedefinieerd wordt, er is één ding waar iedereen het over eens is; humor is prettig om te ervaren. Humoristen zoals narren, clowns en verhalenvertellers zijn niet voor niets altijd populair geweest in de geschiedenis en in verschillende culturen (Nilsen & Nilsen, 2000). Stand-up comedy en cabaret zijn gedurende de 20^e eeuw een belangrijke vorm van entertainment geworden. Het feit dat humoristen zo populair zijn maakt het een interessante groep mensen voor wetenschappelijk onderzoek. Hoewel psychologen steeds meer interesse zijn gaan tonen in het bestuderen van individuele verschillen in humor (Martin, 1998), zijn er maar een paar psychologen die professionele humoristen als aparte groep hebben bestudeerd (Fisher & Fisher, 1981; Janus, 1975; Janus, Bess, & Janus, 1978; Greengross, Miller & Martin, 2012).

Eerder onderzoek naar humoristen

In de vorige eeuw heeft Samuel Janus (1975; Janus, Bess & Janus, 1978 in Martin, 2007) vanuit een psychoanalytische benadering de intelligentie, het opleidingsniveau, de familieachtergrond en persoonlijkheidsstructuur van mannelijke en vrouwelijke professionele comedians onderzocht. Gebaseerd op zijn interpretaties van deze data concludeerde Janus dat

comedians een hoge intelligentie hadden en boos, wantrouwig en depressief waren. Hun levens werden gekarakteriseerd door leed, isolatie en gevoelens van deprivatie. Daarnaast gebruikten ze humor als verweer tegen angst door hun onderdrukte woede om te zetten van fysieke naar verbale agressie (Janus 1975; Janus et al., 1978 in Martin, 2007). De validiteit van deze resultaten is echter discutabel door het gebruik van enkele dubieuze lastig om er achter te komen of deze karakteristieken bijvoorbeeld uniek zijn voor humoristen, of gedeeld worden met niet-humoristische entertainers. Wat wel noemenswaardig is, is dat 80-85% van de participanten uit deze studie uit een gezin met lage sociaal economische status kwamen. Volgens Greengross et al. (2012) kunnen deze harde gezinsomstandigheden een verklaring bieden voor de beroepskeuze van de humoristen.

De studie van Seymour en Rhoda Fisher (1981) is een stuk grondiger en meer gecontroleerd uitgevoerd. Zij onderzochten de persoonlijkheid en jeugdherinneringen van nationaal bekende humoristen. Ook in dit onderzoek kwam het grootste deel van de humoristen uit een gezin met een lage sociaal economische status. Om te controleren voor mogelijke niet-humor-gerelateerde variabelen die komen kijken bij het zijn van een *public performer* is een in leeftijd gelijke controlegroep van professionele acteurs inbegrepen. Uit de resultaten bleek dat de twee groepen niet verschilden op de mate van depressie of psychische gezondheid. Vergeleken met de acteurs waren de humoristen wel significant meer bezig met thema's als goed en kwaad, waardoosheid, zelfspot, plicht, verantwoordelijkheid, verhulling en nietigheid. Daarnaast omschreven de humoristen hun vader in meer positieve termen en hun moeders op een meer negatieve manier. Deze bevindingen suggereren dat hun komische neigingen mogelijk zijn ontstaan in vroege gezinsdynamiek (Martin, 2007). In een vervolgstudie gebruikten Fisher en Fisher (1981) zelfrapportage vragenlijsten om de persoonlijkheid en attitudes van ouders van komische kinderen te vergelijken met de ouders van kinderen die deze komische karakteristieken niet vertoonden. Deze studie toonde aan dat moeders van komische kinderen minder aardig, sympathiek, hecht en intiem betrokken waren. Daarnaast waren ze meer egocentrisch en controlerend. Ze wilden dat hun kinderen meer

verantwoordelijkheid namen en sneller opgroeiden. De vaders van komische kinderen waren meer passief dan die van niet-komische kinderen (Fisher & Fisher, 1981).

Fisher en Fisher (1981) schreven de bevindingen uit hun onderzoeken toe aan het feit dat de ouders van de humoristen al op vroege leeftijd veel verantwoordelijkheden op de schouders van hun kinderen plaatsten en hoge eisen en verwachtingen hadden. Volgens de onderzoekers ontwikkelden de humoristen hun komische vaardigheden al in hun jeugd als een manier om goedkeuring te krijgen en hun welwillendheid te tonen. Bovendien stelden ze dat de humoristen als kind leerden psychologische steun en geruststelling aan hun ouders te bieden door een humoristische persona aan te nemen. Door hun ouders aan het lachen te maken met hun grappige acties konden ze de aandacht van hun anders kille en afwijzende ouders krijgen. Een van de hoofdredenen waarom de comedians een carrière in de comedy nastreefden was volgens Fisher en Fisher (1981) om te bewijzen dat ze iets 'goed' deden.

Ook de studie van Fisher & Fisher (1981) is gebaseerd op een psychoanalytische aanpak waarbij gebruik is gemaakt van methoden die gedateerd zijn, gevoelig zijn voor subjectieve interpretaties en een twijfelachtige validiteit hebben (Greengross & Miller, 2009). Hierdoor behoeft de interpretatie van de resultaten veel voorzichtigheid. Het onderzoek suggereert volgens Greengross & Miller (2009) dat humor in deze individuen als een copingsmechanisme fungeert om om te gaan met tegenslagen in het leven door gevoelens van angst en boosheid in hun act te verwerken en de liefde van het publiek te zoeken. Martin (2007) suggereert dat de komische vaardigheden die nodig zijn voor een carrière als humorist ontwikkeld kunnen zijn als een manier om te compenseren voor vroege psychologische verliezen en moeilijkheden.

Al met al lijken de bevindingen van deze studies over humoristen geen eenduidige of betrouwbare inzichten te bieden over het leven van humoristen. Ondanks dit gebrek aan onderzoek is er toch een algemene opvatting ontstaan dat professionele humoristen ongelukkig en depressief zijn (Greengross et al., 2012). Ook Martin (2007) stelt dat er een algemene overtuiging bestaat dat humoristen depressieve mensen zijn die zich verbergen

achter een masker van oppervlakkige hilariteit. Velen denken nog steeds dat het te maken heeft met een ongelukkige jeugd of problematische relaties met ouders (Greengross et al., 2012). Volgens deze visie fungeren de optredens van humoristen als een copingmechanisme, waardoor ze kunnen ontsnappen aan hun dagelijkse problemen en moeilijkheden.

Humor als copingmechanisme

De stereotiepe opvatting dat humor en lachen therapeutisch zijn voor het verlichten van stress is door veel studies ondersteund (o.a. Kuiper and Martin 1998; Lefcourt, Davidaons, Shepherd, Phillips, Prkachin & Mills, 1995). Humor lijkt als een buffer te werken tegen de negatieve effecten van stress (Abel 1998; Labbott, Ahleman, Wolever & Martin, 1990; Martin & Dobbin 1988; Martin & Lefcourt 1983). Naast het zorgen voor positieve emoties en het tegengaan van negatieve stemmingen als depressie en angst, wordt humor gezien als een waardevol mechanisme om met stressvolle levensgebeurtenissen om te gaan (Kuiper & Olinger, 1998; Lefcourt, 2001). Over de jaren heen hebben veel theoretici dan ook gesteld dat het vermogen om met humor te reageren tijdens stress en tegenslagen een belangrijk en effectief copingmechanisme is (Freud, 1928; Lefcourt, 2001; Lefcourt & Martin, 1986).

De positieve effecten van humor kunnen op verschillende manieren verklaard worden. Een mogelijkheid is dat humor aandacht kost, waardoor er minder aandacht over is voor het verwerken van negatieve emoties (Strick, Holland, Van Baaren & Van Knippenberg, 2009). Ook kunnen de positieve emoties die samengaan met humor de negatieve emoties 'opheffen' (Fredericksen & Levenson, 1998). Daarnaast wordt gesteld dat humor een rol speelt in de cognitieve herstructurering en meer realistische verwerking van negatieve omgevingsinformatie vanuit een minder dreigend perspectief (Abel, 2002; Kuiper & Martin, 1998; Lefcourt et al., 1995). Humor zorgt voor een soort cognitief-affectieve verschuiving, waarbij gelijktijdig de emotie die geassocieerd is met een waargenomen bedreiging wordt losgelaten (Dixon 1980; Martin, Kuiper, Olinger, & Dance, 1993). Het veranderen van perspectief zorgt er voor dat er afstand kan worden genomen van negatieve situaties (Keltner

& Bonnano, 1997; Martin & Lefcourt, 1983). Al deze ideeën benoemen verschillende mechanismen van emotieregulatie; afleiding, negatieve emoties opheffen met positieve emoties en het herwaarderen van stressvolle gebeurtenissen waardoor de betekenis en daardoor de emotionele reactie verandert.

Door deze bevindingen werd lange tijd gedacht dat humor een bijzonder gezonde en effectieve copingstrategie was. Maar de empirische literatuur over de positieve effecten van humor is de laatste jaren steeds minder overtuigend. De positieve effecten van humor worden niet door alle studies gerepliceerd (Samson & Gross, 2012). Een mogelijke reden voor de inconsistente bevindingen wat betreft humor is dat er waarschijnlijk heel veel verschillende soorten humor zijn. Hedendaagse onderzoekers hebben deze heterogeniteit van humor bevestigd (Martin et al., 2003). Het veel gebruikte onderscheid in positieve en negatieve humor lijkt nuttig te zijn. Positieve en negatieve humor kunnen beide opgedeeld worden in twee verschillende humorstijlen die gerelateerd zijn aan verschillende gebruiken of functies van humor in het dagelijks leven (Martin et al., 2003). De positieve humorstijlen hebben over het algemeen een positief effect op de psychische gezondheid (Martin, 2007) en welbevinden (Samson & Gross, 2012). Eén van deze positieve humorstijlen is nauw verwant aan het gebruiken van humor als een emotieregulatie- of copingmechanisme, namelijk zelfbevestigende humor (Dixon, 1980; Martin et al., 1993).

De dimensie van zelfbevestigende humor betreft een over het algemeen humoristische kijk op het leven, een neiging om vaak geamuseerd te zijn door de tegenstrijdigheden van het leven en een humoristisch perspectief te houden, zelfs in het licht van stress of tegenslagen (Kuiper, Martin, & Olinger, 1993; Lefcourt et al., 1995). Het is het meest consistent met de freudiaanse definitie van humor als een coping- of verdedigingsmechanisme dat er voor zorgt dat iemand negatieve emoties kan vermijden terwijl een realistisch perspectief op een potentieel aversieve situatie wordt behouden (Freud, 1928; Vaillant, 2000). Het is ook een methode om met stress om te gaan (Dixon, 1980; Lefcourt & Martin, 1986). Zelfbevestigende humor houdt een positief verband met opgewektheid, zelfvertrouwen, optimisme, en

psychologisch welbevinden en is negatief gerelateerd aan depressie, angst en een slecht humeur (Martin et al., 2003). Uit een recent onderzoek wat gedaan is naar het gebruik van humorstijlen bij stand-up comedians, bleek dat deze hoger scoren op de zelfbevestigende humorstijl dan een controlegroep van studenten (Greengross et al. 2012).

Huidig onderzoek

In dit onderzoek zal bij zowel professionele humoristen als niet-humoristen gekeken worden naar meegemaakte negatieve gebeurtenissen. Hier is nog geen eerder onderzoek naar gedaan. Het onderzoek van Janus (1975; Janus et al., 1978 in Martin, 2007) suggereerde al wel dat de levens van humoristen onder andere werden gekarakteriseerd door leed. Greengross et al. (2012) suggereerden dat harde gezinsomstandigheden een mogelijke verklaring kunnen bieden voor de keuze voor een carrière in comedy en dat de waargenomen somberheid misschien wel voortkomt uit een ongelukkige jeugd. Martin (2007) suggereerde dat de komische vaardigheden van humoristen ontwikkeld zijn als een manier om te compenseren voor vroege psychologische verliezen en moeilijkheden. Bij de negatieve gebeurtenissen die in dit onderzoek worden onderzocht zal ook onderscheid worden gemaakt in de leeftijden waarop de gebeurtenissen plaats hebben gevonden. Zo kan gekeken worden of vroege gebeurtenissen bijvoorbeeld meer invloed hebben op iemands humorgebruik dan later meegemaakte gebeurtenissen en of er in de meegemaakte gebeurtenissen mogelijk een aanleiding schuilt voor het kiezen voor een humoristische carrière. Hierbij zal ook aandacht besteed worden aan opvoeding, humorgebruik tijdens de jeugd en mogelijke andere redenen om humorist te worden en op te treden.

Verder zal gekeken worden naar het gebruik van zelfbevestigende humor bij professionele humoristen en niet-humoristen. Mensen denken dat humoristen neerslachtige en ongelukkige personen zijn die humor als een masker gebruiken. Ze zouden humor gebruiken om met dagelijkse moeilijkheden om te gaan. Maar humoristische coping en zelfbevestigende humor blijken uit eerder genoemde literatuur negatief samen te hangen met depressie. De

gedachte dat humoristen meer depressief zijn dan anderen en tegelijkertijd meer zelfbevestigende humor gebruiken lijkt zichzelf tegen te spreken. Dat humoristen worden gezien als somber en neerslachtig suggereert juist dat ze minder zelfbevestigende humor gebruiken dan anderen. De algemene opvatting over humoristen werkt zo beide kanten op. Uit recent onderzoek is gebleken dat stand-up comedians meer zelfbevestigende humor gebruiken dan studenten (Greengross et al, 2012). Het huidige onderzoek zal zich echter niet beperken tot enkel stand-up comedians maar een breder beeld van een 'humorist' proberen te schetsen. Verder zal gekeken worden in welke dagelijkse situaties humoristen en niet-humoristen vooral humor gebruiken en met wat voor doel humor gebruikt wordt.

Tot slot zal gekeken worden of er een verband bestaat tussen meegemaakte negatieve levensgebeurtenissen en zelfbevestigende humor en of hier een verschil in zit tussen de humoristen en de niet-humoristen. Door het gebrek aan literatuur over deze onderwerpen zijn er geen verwachtingen. Het zou zo kunnen zijn dat mensen die meer negatieve gebeurtenissen hebben meegemaakt meer reden hebben om zelfbevestigende humor te gebruiken, en dit daardoor misschien ook wel meer doen. Aan de andere kant zou het zo kunnen zijn dat als mensen meer negatieve gebeurtenissen meemaken het steeds moeilijker wordt om positief te blijven, waardoor ze juist minder zelfbevestigende humor gebruiken.

Methode

Participanten

De participanten in dit onderzoek waren 120 Nederlandse volwassenen tussen de 20 en 66 jaar ($M = 34.28$, $SD = 11.75$). Er werd onderscheid gemaakt tussen professionele humoristen en niet-humoristen, de controlegroep. Een humorist is in dit onderzoek gedefinieerd als iemand die regelmatig door middel van een performance een betalend publiek aan het lachen probeert te maken. De groep humoristen bestond uit 36 participanten, 19 mannen en 17 vrouwen. Onder de humoristen bevonden zich zowel stand-up comedians, clowns, clini-

clowns en cabaretier(e)s. De leeftijd van de humoristen varieerde tussen de 28 en de 59 jaar ($M = 41.28$, $SD = 1.43$). De controlegroep bestond uit 84 participanten, 40 mannen en 44 vrouwen. De leeftijd van de controlegroep varieerde tussen de 20 en de 66 jaar ($M = 31.27$, $SD = 1.28$).

Procedure

De humoristen zijn via e-mail benaderd over eventuele deelname aan het onderzoek. In deze e-mail is vermeld dat het onderzoek over humor zou gaan en zou bestaan uit het invullen van online vragenlijsten en een persoonlijk interview. Volgend op de instemming van de participant werd een instructieve e-mail verstuurd met daarin een korte omschrijving van het onderzoek, de afnameduur, het persoonlijke participantnummer en de link naar de online vragenlijsten. Hiernaast werd via e-mail een afspraak gemaakt voor het interview. Tijdens de persoonlijke interviews met de humoristen is gebruik gemaakt van de sneeuwbal methode om nog meer humoristen te werven. De humoristen die mee wilden werken kregen vervolgens ook bovenstaande e-mails toegestuurd.

De controlegroep bestaat uit een gelegenheidssteekproef. Voor het werven van de controlegroep is de directe omgeving van de onderzoekers benaderd. Hierbij is zoveel mogelijk geprobeerd rekening te houden met de spreiding van leeftijd en sekse van de participanten. Het benaderen van de participanten geschiedde zowel via direct contact, e-mailcontact als telefonisch contact waarbij de participanten werd verteld dat het onderzoek over humor zou gaan en uit welke onderdelen het onderzoek zou bestaan. Indien ingestemd werd met deelname, werd dezelfde instructieve e-mail als naar de humoristen verstuurd. Ook werd hiernaast een afspraak gemaakt voor het interview.

Door het gebrek aan literatuur en hypothesen over de onderzochte onderwerpen is in dit onderzoek gebruik gemaakt van een exploratief design. Hierbij zijn zowel kwantitatieve als kwalitatieve methoden gebruikt. Alle participanten hebben de online vragenlijsten ingevuld en bij een aantal van de participanten, 46 niet-humoristen en 19 humoristen, is ook

een persoonlijk interview afgenomen. Het invullen van de online vragenlijsten duurde ongeveer 10 minuten en omdat dit online gebeurde kon de participant hier zelf een geschikt moment voor kiezen. Het semigestructureerde interview vond hierna plaats tijdens een persoonlijke afspraak. De duur van de interviews varieerde van een half uur bij de controle groep tot twee uur bij de humoristen. Het werd telkens door een tweetal onderzoekers afgenomen. Het interview vond plaats op een door de participant gekozen locatie, dit was meestal bij hen thuis of in een café bij hen in de buurt.

Er is gekozen om de vragenlijsten online af te nemen omdat dit laagdrempelig is, niet te veel tijd in beslag neemt voor de participanten en daarnaast hun anonimiteit waarborgt. Bij de selectie van de vragenlijsten is onder andere gelet op afnameduur om de motivatie van de participanten zo hoog mogelijk te houden. Onder vijf participanten is een pilotstudie verricht om de online vragenlijst te testen. Hierbij is de participanten gevraagd om te letten op de formulering en helderheid van de instructies en vragen en om hiernaast ook de afnameduur bij te houden. Alle participanten in de pilotstudie vonden de instructies helder en de vragen duidelijk. Het invullen van de online vragenlijsten kostte de participanten in de pilotstudie gemiddeld rond de 10 minuten.

Tijdens het gehele onderzoek is de privacy van de participanten gerespecteerd en gewaarborgd. In de instructieve e-mail is alle participanten een anoniem participantnummer gegeven en benadrukt dat alle gegevens vertrouwelijk behandeld zouden worden. Hierin is hen ook de mogelijkheid gegeven zich te allen tijde terug te kunnen trekken uit het onderzoek. Van deze mogelijkheid hebben drie humoristen gebruik gemaakt. Reden hiervoor was dat ze bij nader in zien toch niet wilden meewerken omdat het toch meer tijd in beslag nam dan ze dachten. Na afloop van het onderzoek hebben alle participanten een *debriefing* e-mail ontvangen met daarin het daadwerkelijke doel van het onderzoek.

Instrumenten

In dit onderzoek is gebruik gemaakt van twee meetinstrumenten. Dit zijn de Levensgebeurtenissen Vragenlijst (LV; Garnefski & Kraaij, 2001) en de Humorstijlen Vragenlijst (HSV; Dijkers, De Lange, Burgersdijk & Doosje, 2011), wat de Nederlandse vertaling van de Humorstyles Questionnaire (HSQ; Martin et al., 2003) is. Voorafgaand aan het invullen van de vragenlijsten is de participant eerst gevraagd een aantal demografische gegevens in te vullen, namelijk: sekse, geboortejaar, wel of niet humorist en soort humorist.

De LV meet of de participant bepaalde negatieve levensgebeurtenissen heeft meegemaakt en specificiert hierbij in welke periode dit plaatsvond. Gevraagd wordt naar levensgebeurtenissen als een echtscheiding, langdurige en/of ernstige lichamelijke ziekte, psychische problemen, het overlijden van naasten en onderwerpen als verslaving en ongewenste zwangerschap. In totaal worden in de vragenlijst 13 levensgebeurtenissen uitgevraagd waarbij bij sommige gebeurtenissen onderscheid wordt gemaakt in wie het is overkomen (bv. 'Langdurige en/of ernstige lichamelijke ziekte van partner' en 'Langdurige en/of ernstige lichamelijke ziekte van broer of zus'). Hierdoor ontstaan er 28 items met elk vier antwoordmogelijkheden; niet meegemaakt, vóór het 16^e levensjaar meegemaakt, tussen het 16^e levensjaar en één jaar geleden meegemaakt, en afgelopen jaar meegemaakt. Het is hierbij ook mogelijk om meerdere antwoorden in te vullen. De LV lijkt op het eerste gezicht te meten wat het moet meten. Er is echter geen onderzoek gedaan naar de validiteit van deze vragenlijst.

Bij het online zetten van de LV in dit onderzoek is er helaas iets fout gegaan waardoor 7 van de 28 items van de LV niet ingevoerd en dus bij niemand afgenomen zijn. Het gaat om de items 'Ernstige psychische problemen van broer of zus' en 'Ernstige psychische problemen van partner' en daarnaast alle items over zelfmoord: 'Zelfmoordpoging van vader / moeder / verzorg(st)er', 'Zelfmoordpoging van broer of zus', 'Zelfmoordpoging van partner', 'Zelfmoordpoging van kind(eren)' en 'Zelfmoordpoging van zelf'. Hierdoor is de validiteit van de LV in dit onderzoek verminderd. Het totaalbeeld van meegemaakte negatieve

levensgebeurtenissen is nu niet compleet en hier zal rekening mee moeten worden gehouden bij het interpreteren van de resultaten. Desondanks zijn er 21 belangrijke negatieve levensgebeurtenissen wel bij alle participanten uitgevraagd en hier kunnen nog steeds zinvolle uitspraken over worden gedaan.

De HSV is ontwikkeld om vier dimensies te meten die gerelateerd zijn aan individuele verschillen in het gebruik van humor (Martin et al., 2003). De test bestaat uit 32 uitspraken (bijv. 'Als iemand een fout maakt, zal ik diegene er vaak mee plagen' en 'Ik sta te vaak toe dat mensen om mij lachen of grappen ten koste van mij maken') waarbij de participanten moeten aangeven in welke mate ze het er wel of niet mee eens zijn. De antwoordschaal is een 7-punts Likertschaal waarbij 1 'Helemaal mee oneens' en 7 'Helemaal mee eens' is. De 32 uitspraken zijn op te delen in vier schalen van elk 8 items; zelfbevestigende humor, zelfdestructieve humor, verbindende humor en agressieve humor. Voor dit onderzoek is alleen gebruikt gemaakt van de schaal die zelfbevestigende humor meet (Cronbach's $\alpha = .81$). Deze schaal bestaat uit uitspraken over het gebruik van humor in negatieve of stressvolle situaties (bijv. 'Als ik me gedeprimeerd voel, kan ik mezelf meestal opvrolijken met humor'). De betrouwbaarheid van de HSV in zijn geheel is als aanvaardbaar beoordeeld door Kazarian en Martin (2006). Bewijs voor de validiteit van de vragenlijst kan gevonden worden in theoretisch gezien betekenisvolle differentiële correlaties met andere meetinstrumenten (Martin et al., 2003).

Het interview dat bij de participanten is afgenomen was semigestructureerd. Op voorhand zijn een aantal thema's bepaald die elk uit een aantal open vragen bestonden. Een gedeelte van de vragen is bij beide participantengroepen afgenomen, bij de humoristen zijn hiernaast enige extra vragen gesteld die niet op de controlegroep van toepassing waren. Bij beide participantengroepen zijn vragen gesteld over het gebruik van humor in hun dagelijkse leven, opvoeding en humor gebruik vroeger en humoristische coping. Aan de humoristen zijn nog vragen gesteld over de redenen waarom ze optreden, waarom ze humorist zijn geworden en wanneer ze er achter gekomen zijn dat ze humorist wilden worden.

Kwantitatieve analyse

Het wel of niet humorist zijn van de participanten is in dit onderzoek als onafhankelijke variabele gebruikt, om zo scores op de HSV en de LV tussen de twee participantgroepen te kunnen vergelijken. Wat betreft de LV zijn voor elke participant vier verschillende scores berekend die als afhankelijke maten voor meegemaakte levensgebeurtenissen zijn gebruikt. De eerste score staat voor het totaal aantal meegemaakte negatieve levensgebeurtenissen, ongeacht in welke periode deze zijn meegemaakt. Om deze totaalscore, ongeacht periode, te berekenen krijgt elke participant op elk van de 21 items een score van 0 of 1, respectievelijk niet of wel meegemaakt in zijn of haar leven. Zo krijgt elke participant op de LV een totaalscore tussen de 0 en 21. Hiernaast zijn drie scores berekend die staan voor het aantal meegemaakte gebeurtenissen in de drie uitgevraagde periodes; vóór het 16^e levensjaar, tussen het 16^e levensjaar en één jaar geleden en afgelopen jaar. Elke participant krijgt zo voor elke tijdsperiode ook nog een totaalscore tussen de 0 en 21, welke staat voor het totaal aantal gebeurtenissen die in de desbetreffende periode zijn meegemaakt. De gemiddelde score op de items van de zelfbevestigende humor schaal van de HSV is in de analyses als afhankelijke maat gebruikt om zelfbevestigende humor te meten (Cronbach's $\alpha = .76$).

Voordat begonnen is aan de analyses is door middel van een Q-Q Plot gekeken of er extreme uitschieters waren in de scores op de afhankelijke variabelen. Hieruit bleek dat één van de participanten uit de controlegroep een extreme score had op de totaalscores van de LV. De scores van deze participant zijn voorafgaand aan de analyses dan ook verwijderd uit het databestand. Omdat de steekproef van humoristen relatief klein was, is de assumptie van normaliteit voor deze groep op de scores op de afhankelijke variabelen onderzocht door middel van *normal probability plots*. Vervolgens zijn *Levene's tests* uitgevoerd om de assumptie van homogeniteit van variantie te testen. Hierna is begonnen met de analyses.

Om te beginnen zijn voor zowel de gehele participantengroep als de opgesplitste groepen gemiddelde scores berekend op alle afhankelijke variabelen. Vervolgens is met behulp van t-toetsen gekeken of de gemiddelde scores significant verschilden tussen de twee

onafhankelijke participantgroepen om te kijken of er hoofdeffecten bestonden. Omdat de twee participantgroepen significant van elkaar verschilden in leeftijd zijn daarna twee *Pearson* product-moment correlatie coëfficiënten berekend om het verband te bekijken tussen leeftijd en de twee LV variabelen waar de participanten op leken te verschillen. Indien dit verband significant was, is een *analysis of covariance* (ANCOVA) uitgevoerd om voor de invloed van leeftijd op het hoofdeffect te controleren. Wanneer leeftijd een significant effect had is door middel van een regressie analyse gekeken hoe veel van de variantie het verklaarde in de scores op de LV variabele. Hierna zijn voor de twee LV variabelen waar de participanten op leken te verschillen een *multivariate analysis of variance* (MANOVA) uitgevoerd met als andere afhankelijke variabele zelfbevestigende humor en als onafhankelijke variabele het wel of niet humorist zijn. Zo zijn de gemiddelde scores op twee afhankelijke variabelen, naast de losse vergelijking door middel van de t-toetsen, ook nog gecombineerd vergeleken tussen de twee groepen om te kijken naar hoofdeffecten. Vervolgens is onderzocht of er een verband bestond tussen de twee afhankelijke variabelen. Hiervoor zijn, voor alle participanten bij elkaar en voor de twee groepen apart, *Pearson* product-moment correlatie coëfficiënten berekend tussen zelfbevestigende humor en de twee LV variabelen die aan de hand van de t-toetsen leken te verschillen tussen de twee groepen. Wanneer er een significant verband bestond is een regressie analyse uitgevoerd om te kijken in hoeverre de LV variabele een voorspeller was voor de scores op zelfbevestigende humor.

Kwalitatieve analyse

Voor de analyse van de uitgewerkte interviews is gebruik gemaakt van het programma NVivo, versie 10. Eerst zijn alle data in het programma geïmporteerd en gecodeerd. Zo kon voor elk interview aangegeven worden of het van een humorist of een niet-humorist afkomstig was, en kon voor elk antwoord aangegeven worden bij welk thema het hoorde. Vervolgens zijn per vraag, opgesplitst naar humorist en niet-humorist, *word frequency queries* uitgevoerd. Dit om te kijken of bepaalde woorden opvallend vaak wel of juist niet worden

genoemd. Aan de hand van deze uitkomsten is handmatig gekeken naar patronen en trends in de context van de antwoorden. Dit is eerst door drie onafhankelijke beoordelaars gedaan waarna de resultaten zijn samengevoegd om zo de betrouwbaarheid te vergroten.

Resultaten

Omdat de steekproef van humoristen relatief klein was is de assumptie van normaliteit voor deze groep op de scores op de afhankelijke variabelen onderzocht. Er bleken geen zichtbare afwijkingen van normaliteit zijn. Uit *Levene's tests* bleek dat de variantie van de scores van de humoristen op zelfbevestigende humor niet verschilt van die van de controlegroep; $F(1,116) = .48, p = .49$. Wat betreft de levensgebeurtenissen verschilde de variantie van de scores van de humoristen op meegemaakte gebeurtenissen vóór het 16^e levensjaar significant van die van de controle groep (zie Tabel 1). Bij de humoristen was de variantie van de scores op deze variabele hoger dan bij de controlegroep. Hierdoor kan voor deze variabele de assumptie van homogeniteit van variantie niet worden aangenomen en hier zal rekening mee worden gehouden bij de analyses. De rest van de varianties van de scores van de humoristen op de LV verschilden niet van die van de controlegroep (zie Tabel 1).

Tabel 1
Uitkomsten Levene's tests voor de LV variabelen

Variabele	<i>Levene's test</i>	
	F	Sig.
Levensgebeurtenissen vóór 16 ^e levensjaar meegemaakt	4.40	.04
Levensgebeurtenissen tussen 16 ^e levensjaar en één jaar geleden meegemaakt	.02	.88
Levensgebeurtenissen afgelopen jaar meegemaakt	.86	.35
Totaalscore levensgebeurtenissen	.13	.72

Beschrijvende statistieken

Uit de resultaten bleek dat de totale participantengroep gemiddeld een score had van 4.63 ($M = 4.63$, $SD = .92$) op de items van de zelfbevestigende humor schaal. Als dit vermenigvuldigd wordt met acht (voor de acht items waar de schaal uit bestaat) zou dit uitkomen op een normscore van 37.04. Deze score valt in het 50^{ste} percentiel en is dus precies een gemiddelde score. Wat betreft meegemaakte stressvolle gebeurtenissen bleek dat de totale participantengroep gemiddeld 2.12 ($M = 2.12$, $SD = 1.82$) van de 21 uitgevraagde levensgebeurtenissen heeft meegemaakt in hun leven, dit is ongeacht in welke periode de gebeurtenis plaatsvond.

In de interviews noemden zowel de controlegroep als de humoristen dat ze humor iets heel belangrijks vinden, het speelt een grote rol in hun dagelijkse leven. Daarnaast noemden humoristen opvallend vaak dat ze humor altijd of veel gebruiken, dat het eigenlijk iets is wat als het ware in hen zit en wat ze niet uit kunnen zetten.

Levensgebeurtenissen en andere mogelijke aanleidingen voor een humoristische carrière

Uit een t-toets met als testvariabele het totaal aantal meegemaakte gebeurtenissen, ongeacht periode, en als splitsingsvariabele het wel of niet humorist zijn, is gebleken dat er een significant verschil was tussen de humoristen ($M = 2.89$, $SD = 1.79$) en de controlegroep ($M = 1.83$, $SD = 1.75$) op dit totaal aantal meegemaakte gebeurtenissen; $t(102) = 2.73$, $p < .01$. Omdat de gemiddelde leeftijd tussen de humoristen ($M = 41.28$, $SD = 8.58$) en de controlegroep ($M = 31.27$, $SD = 11.69$) significant verschilde; $t(118) = 4.63$, $p < .001$, zijn achtereenvolgens een Pearson product-moment correlatie coëfficiënt berekend en een ANCOVA uitgevoerd om voor de invloed van leeftijd te controleren. Er bleek een significante positieve samenhang te bestaan tussen leeftijd en het totaal aantal meegemaakte gebeurtenissen; $r(104) = .45$, $p < .001$. Uit de ANCOVA, met als splitsingsvariabele het wel of niet humorist zijn, als afhankelijke variabele het totaal aantal meegemaakte

levensgebeurtenissen en als covariaat 'leeftijd', bleek dat er geen significante interactie was tussen 'leeftijd' en 'humorist'; $F(1, 100) = 1.68, p = .20$. Nadat werd gecontroleerd voor leeftijd bleek er geen significant hoofdeffect meer te zijn voor het wel of niet humorist zijn op het totale aantal meegemaakte gebeurtenissen; $F(1, 101) = 1.66, p = .20$. Wel kwam het significante hoofdeffect van leeftijd op de meegemaakte gebeurtenissen naar voren; $F(1, 101) = 19.46, p < .001$. Het eerder genoemde verschil in meegemaakte negatieve levensgebeurtenissen tussen de twee groepen werd verklaard door het leeftijdsverschil tussen de humoristen en de controlegroep. De leeftijd van de participanten verklaarde 21% van de variantie van de totaalscore; $R^2 = .21, F(1, 102) = 26.43, p < .001$

Vervolgens is gekeken naar verschillen in meegemaakte levensgebeurtenissen per periode. Meerdere t-toetsen zijn uitgevoerd met als testvariabelen het aantal levensgebeurtenissen per periode en als splitsingsvariabele het wel of niet humorist zijn (zie Tabel 2). Hieruit bleek dat de humoristen en de controlegroep niet van elkaar verschilden wat betreft de gebeurtenissen die ze voor hun 16^e levensjaar hebben meegemaakt. In de periode tussen het 16^e levensjaar en één jaar geleden leken de humoristen meer te hebben meegemaakt dan de controlegroep, maar dit bleek net geen significant verschil te zijn. Ondanks dat het verschil niet significant was zijn wederom een Pearson product-moment correlatie coëfficiënt en een ANCOVA uitgevoerd om voor de invloed van leeftijd op meegemaakte levensgebeurtenissen tussen het 16^e levensjaar en één jaar geleden te controleren. Er bleek een significant positieve samenhang te bestaan tussen leeftijd en meegemaakte gebeurtenissen tussen het 16^e levensjaar en een jaar geleden; $r(119) = .43, p < .001$. Uit de ANCOVA bleek dat er een significante interactie was tussen de covariaat 'leeftijd' en de splitsingsvariabele 'humorist'; $F(1, 115) = 9.05, p < .01$. Hierdoor werd niet aan de assumptie van homogeniteit van regressie voldaan. De significante interactie tussen de covariaat en de splitsingsvariabele suggereert dat de verschillen tussen de twee groepen op zelfbevestigende humor varieerden

als functie van de covariaat ‘leeftijd’. Het verband tussen de covariaat ‘leeftijd’ en de afhankelijke variabele ‘zelfbevestigende humor’ verschilde binnen de twee groepen. De covariaat speelde blijkbaar niet dezelfde rol binnen de groepen. Tot slot bleek er ook geen verschil te zijn in het aantal gebeurtenissen wat de humoristen en de controlegroep afgelopen jaar hebben meegemaakt (zie Tabel 2).

Tabel 2
Uitkomsten t-toetsen levensgebeurtenissen per periode

Variabele	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i> - waarde	<i>df</i>	<i>p</i>
Levensgebeurtenissen vóór 16 ^e levensjaar meegemaakt			.85	55.064	.40
Humoristen	.78	1.02			
Niet-humoristen	.61	.81			
Levensgebeurtenissen tussen 16 ^e levensjaar en één jaar geleden meegemaakt			1.67	117	.10
Humoristen	1.67	1.41			
Niet-humoristen	1.16	1.58			
Levensgebeurtenissen afgelopen jaar meegemaakt			-.53	117	.60
Humoristen	.25	.55			
Niet-humoristen	.31	.62			

De meeste humoristen gaven in de interviews aan dat ze niet altijd al humorist wilden worden maar dat dit pas na hun 18^e is ontstaan. Op de vraag of er een specifieke aanleiding was om humorist te worden, gaf het merendeel aan dat dit niet het geval is geweest. Deze humoristen gaven aan dat het geleidelijk is ontstaan, dat het altijd al in ze heeft gezeten of dat ze er toevallig mee in aanraking zijn gekomen. Van de humoristen die aangaven dat er wel

een specifieke aanleiding was, gaf een klein deel aan dat dit door een negatieve gebeurtenis kwam die ze aan het denken heeft gezet over de toekomst. De voornaamste reden die de humoristen noemden voor het optreden voor en vermaken van anderen is dat ze een vorm van bevestiging zoeken, ze willen vooral aardig, leuk en grappig gevonden worden. Een aantal van hen noemde hierbij ook dat ze onzeker waren tijdens hun jeugd en dat ze merkten dat ze positieve aandacht kregen wanneer ze humor gebruikten.

Wat betreft het humorgebruik tijdens de jeugd gaven de meeste participanten aan dat humor vroeger in het gezin wel aanwezig was maar dat het niet werd benadrukt. Er is geen verschil ontdekt in de mate van humorgebruik vroeger tussen de twee groepen. Qua opvoeding bleek dat de regels met betrekking tot strengheid en vrijheid ongeveer gelijk waren tussen de twee groepen. De participanten uit de controlegroep noemden wel meer dan de humoristen dat ze een warme en liefdevolle opvoeding hadden genoten. Verder is opvallend dat 26,3% van de humoristen gelovig is opgevoed, tegenover 8,7% van de controlegroep.

Zelfbevestigende humor

Om te onderzoeken of er een verschil bestond tussen de humoristen en de controlegroep wat betreft het gebruik van zelfbevestigende humor is een t-toets uitgevoerd met als testvariabele zelfbevestigend humor en als splitsingsvariabele het wel of niet humorist zijn. Hieruit is gebleken dat er geen significant verschil is tussen de gemiddelde scores van de humoristen ($M = 4.75$, $SD = .86$) en de controlegroep ($M = 4.58$, $SD = .94$) op de zelfbevestigende humor schaal; $t(116) = .90$, $p = .37$. Er was geen verschil in de mate van zelfbevestigend humorgebruik tussen de twee groepen.

Ook uit de interviews bleek dat zowel de humoristen als controlegroep ongeveer even vaak aangaven humor te gebruiken in negatieve situaties. Het gaat hierbij wel meer om gespannen of spannende situaties dan echt negatieve situaties. De controlegroep gaf meer aan

te letten op of het gebruiken van humor gepast was in de situatie. Opvallend is dat de controle groep naast negatieve situaties, in vergelijking met de humoristen, ook veel meer humorgebruik in positieve situaties noemde. Dit was vooral in sociale situaties voor gezelligheid en/of om de sfeer te bevorderen. Daarnaast gaven ze in verhouding met de humoristen vaker aan dat ze humor gebruiken om iets negatiefs positief te brengen, bespreekbaar te maken of minder serieus te maken.

Combinatie meegemaakte gebeurtenissen en zelfbevestigende humor

Een MANOVA is uitgevoerd met als afhankelijke variabelen zelfbevestigende humor en totaal aantal meegemaakte levensgebeurtenissen, ongeacht periode, en als onafhankelijke variabele het wel of niet humorist zijn. Hieruit bleek een significant hoofdeffect voor het wel of niet humorist zijn op zelfbevestigende humor en totaal aantal meegemaakte levensgebeurtenissen; $F(2, 101) = 3.96, p = .02$. Dit bleek echter veroorzaakt te worden door het eerder genoemde hoofdeffect van het wel of niet humorist zijn op het totaal aantal meegemaakte gebeurtenissen; $F(1, 102) = 7.44, p < .01$, wat verklaard werd door de covariaat 'leeftijd'. Omdat uit de eerdere t-toetsen vooral de gebeurtenissen die tussen het 16^e levensjaar en één jaar geleden meegemaakt zijn belangrijk leken te zijn voor de totaalscore op de LV, is voor deze variabele ook een MANOVA uitgevoerd. De afhankelijke variabelen waren zelfbevestigende humor en meegemaakte levensgebeurtenissen in deze periode, de onafhankelijke variabele was het wel of niet humorist zijn. Er was geen significant hoofdeffect voor het wel of niet humorist zijn op zelfbevestigende humor en levensgebeurtenissen die tussen het 16^e levensjaar en een jaar geleden meegemaakt zijn; $F(2, 114) = 2.51, p = .09$.

Een Pearson product-moment correlatie coëfficiënt is berekend om de relatie tussen zelfbevestigende humor en het totaal aantal meegemaakte levensgebeurtenissen, ongeacht

periode, verder te onderzoeken. Er bleek geen samenhang te bestaan tussen deze twee variabelen. Niet voor de gehele participantengroep; $r(102) = -.01, p = .94$ en ook niet voor de humoristen; $r(28) = -.23, p = .23$ en de controlegroep; $r(84) = .05, p = .69$ apart. Omdat uit de eerdere resultaten bleek dat vooral de gebeurtenissen tussen het 16^e levensjaar en één jaar geleden belangrijk waren is een Pearson product-moment correlatie coëfficiënt berekend om de relatie tussen zelfbevestigende humor en de levensgebeurtenissen in deze periode ook te onderzoeken. Er bleek geen samenhang te bestaan tussen zelfbevestigende humor en meegemaakte gebeurtenissen tussen het 16^e levensjaar en één jaar geleden voor de gehele participantengroep; $r(117) = -.07, p = .45$ of de controlegroep; $r(83) = .01, p = .91$. Tussen de scores van de humoristen op zelfbevestigende humor en meegemaakte levensgebeurtenissen tussen het 16^e levensjaar en één jaar geleden bleek wel een significante negatieve samenhang te bestaan; $r(34) = -.40, p = .02$. Uit een regressieanalyse, met als onafhankelijke variabele de meegemaakte gebeurtenissen in deze periode en als afhankelijke variabele zelfbevestigende humor, bleek dat de score van de humoristen op meegemaakte gebeurtenissen in deze periode een significante voorspeller is voor hun score op zelfbevestigende humor; $\beta = -.40, t(33) = -2.49, p = .02$ en dat de gebeurtenissen 16% van de variantie van de score op zelfbevestigende humor verklaren; $R^2 = .16, F(1, 33) = 6.18, p < .01$.

In de interviews gaven de humoristen vaker dan de controlegroep aan dat ze humor specifiek gebruiken om met stress om te gaan. Dit was vooral om te relativeren en om dingen luchtig te maken. De controlegroep noemde vaak dat het zorgt voor ontspanning. Beide groepen gaven aan dat als de stress te erg is het niet meteen lukt om humor te gebruiken, later wel. Het grootste deel van de controlegroep gaf aan te denken dat ze humor niet echt gebruiken om op een andere manier tegen negatieve dingen aan te kijken. Humoristen gaven vaker aan dat ze dit wel doen. Beide groepen gaven hierbij weer aan dat het meestal achteraf

wel lukt, in het moment zelf niet altijd. Iets moet eerst verwerkt zijn voordat je er met een humoristische blik naar kunt kijken.

Discussie

Bevindingen

In dit onderzoek is gekeken hoe humoristen en niet-humoristen scoorden op meegemaakte negatieve gebeurtenissen en zelfbevestigende humor, en of hier een verband tussen bestond.

De kwantitatieve resultaten leken op het eerste oog zien te laten zien dat de humoristen meer negatieve levensgebeurtenissen hebben meegemaakt in hun leven dan de controlegroep. Dit verschil wordt echter vooral verklaard door het leeftijdsverschil tussen de twee groepen.

Wanneer gecontroleerd werd voor leeftijd bleek dat de groepen niet verschillen in het aantal meegemaakte levensgebeurtenissen, in welke periode dan ook. Wat betreft opvoeding zijn geen verschillen gevonden tussen de twee groepen. Wat wel opviel is dat de humoristen veel vaker gelovig waren opgevoed dan de controlegroep. Verder bleek dat de meeste humoristen pas op latere leeftijd humorist wilden worden en dat hier vaak geen specifieke aanleiding voor was. De meeste humoristen treden op omdat ze een vorm van bevestiging zoeken. Ze willen het publiek wel vermaken maar willen er vooral voor henzelf ook iets mee winnen. Sommige humoristen lijken hiermee te compenseren voor vroegere onzekerheid.

Wat betreft het gebruik van zelfbevestigende humor is geen verschil gevonden tussen de twee groepen. Naar aanleiding van eerder onderzoek kon verwacht worden dat humoristen hoger zouden scoren op zelfbevestigende humor maar de humoristen en niet-humoristen in dit onderzoek gebruiken gemiddeld evenveel zelfbevestigende humor. Ook in de interviews gaven de humoristen en de controlegroep even vaak aan humor te gebruiken in negatieve situaties. Ze noemden hierbij dat het vaak wel meer om gespannen situaties dan om echt

negatieve situaties gaat en de controlegroep noemt naast negatieve situaties veel meer humorgebruik in positieve, vooral sociale, situaties.

Gevonden is dat er bij beide groepen geen verband bestond tussen het totaal aantal meegemaakte gebeurtenissen in iemands leven en het gebruik van zelfbevestigende humor. Wanneer de levensgebeurtenissen werden opgesplitst naar periode bleek er wel een opvallend effect te ontstaan. Er waren geen significante verschillen in zelfbevestigende humor en meegemaakte levensgebeurtenissen tussen het 16^e levensjaar en één jaar geleden *tussen* de twee groepen. *Binnen* de groep humoristen bestond er een negatief verband tussen deze meegemaakte gebeurtenissen en zelfbevestigende humor, bij de controlegroep werd geen samenhang gevonden. Hoe meer negatieve levensgebeurtenissen de humoristen hadden meegemaakt tussen hun 16^e levensjaar en één jaar geleden des te minder zelfbevestigende humor gebruiken ze, en andersom.

Verklaringen

Doordat de humoristen gemiddeld tien jaar ouder waren dan de niet-humoristen hebben ze ook tien jaar langer de tijd gehad om negatieve levensgebeurtenissen mee te maken.

Daarnaast zijn er een aantal gebeurtenissen waarvan de kans dat je ze hebt meegemaakt logischerwijs toeneemt naarmate je ouder wordt, zoals het overlijden van (een van) je ouder(s). Verder hebben beide groepen voor hun 16^e levensjaar ongeveer evenveel meegemaakt. Tussen het 16^e levensjaar en één jaar geleden leken de humoristen iets meer meegemaakt te hebben, dit kon echter weer verklaard worden door het leeftijdsverschil tussen de twee groepen. Als je 30 jaar oud bent beslaat de periode tussen je 16^e levensjaar en één jaar geleden immers 14 jaren, als je 40 bent beslaat de periode tussen je 16^e levensjaar en één jaar geleden 24 jaren. Ook afgelopen jaar hebben beide groepen ongeveer evenveel negatieve levensgebeurtenissen meegemaakt.

De gelijke scores van de twee groepen op zelfbevestigende humor komen niet overeen met de bevindingen uit het onderzoek van Greengross et al. (2012), waarin gevonden werd dat stand-up comedians meer zelfbevestigende humor gebruiken dan studenten. Een verklaring voor het feit dat er in dit onderzoek geen verschil is gevonden en in het onderzoek van Greengross et al. (2012) wel, kan zijn dat de steekproeven in dit onderzoek niet gelijk waren aan die van hen. Aan het onderzoek van Greengross et al. (2012) hebben alleen stand-up comedians meegewerkt waarvan de overgrote meerderheid man was. In dit onderzoek zijn naast stand-up comedians ook clini-clowns, clowns, en cabaretier(e)s onderzocht, waarbij de verdeling van mannen en vrouwen gelijk was. Hierdoor is een breder beeld van een humorist onderzocht en dit kan voor verschillende uitkomsten zorgen.

Het gevonden verband voor de humoristen tussen meegemaakte gebeurtenissen tussen het 16^e levensjaar en één jaar geleden en zelfbevestigende humor lijkt een logische bevinding. Hoe meer negatieve gebeurtenissen je overkomen, des te moeilijker wordt het om positief te blijven. Omdat het verband beide kanten op werkt, verschilt de gemiddelde score op zelfbevestigende humor niet van die van de controlegroep. Opvallend is dat de humoristen in de interviews juist vaker dan de controlegroep aangaven dat ze humor specifiek gebruiken om op een andere manier tegen negatieve gebeurtenissen aan te kijken, te relativeren, met stress om te gaan en gebeurtenissen te herwaarderen. Dit spreekt de kwantitatieve resultaten tegen maar komt wel overeen met de eerder genoemde bevinding dat comedians meer zelfbevestigende humor gebruiken dan anderen (Greengross et al., 2012). Beide groepen gaven in het interview wel aan dat als de stress of de negatieve gebeurtenis te erg is het niet gelijk lukt om humor te gebruiken. Iets moet volgens hen eerst verwerkt zijn voordat je er om kunt lachen. Deze verfijning lijkt wél weer aan te sluiten op het negatieve verband tussen meegemaakte gebeurtenissen en zelfbevestigende humor wat voor de humoristen is gevonden.

Sterke punten en limitaties

In dit onderzoek is gebruik gemaakt van twee onafhankelijke participantgroepen. Een groep humoristen en een groep niet-humoristen. Hierdoor kunnen zinvolle vergelijkingen worden gemaakt tussen humoristen die op professionele wijze met humor bezig zijn en niet-humoristen die dat niet doen. Verder zijn er veel onderzoeken die een steekproef van studenten gebruiken. In dit onderzoek is binnen beide participantgroepen een grotere spreiding van leeftijd en is binnen beide participantgroepen sekse gelijk verdeeld. Dit komt de representativiteit van de steekproef ten goede. Dit is ook een verbetering ten opzichte van eerdere onderzoeken die naar humoristen zijn gedaan waarin voornamelijk mannelijke humoristen zijn onderzocht (Janus, 1975, Janus et al. 1978 in Martin, 2007; Greengross et al., 2012). Daarnaast is gebruik gemaakt van een gemêleerde steekproef van humoristen. Er hebben zowel clowns, clini-clowns, cabaretier(e)s, als stand-up comedians meegedaan aan het onderzoek.

Verder is in dit onderzoek, naast kwantitatieve dataverzameling, gebruik gemaakt van interviews. De bevindingen uit de interviews kunnen vergeleken worden met de bevindingen uit de vragenlijsten. Hierdoor worden deze verder aangevuld en ingekleurd. Een limitatie hierbij is wel dat wegens tijdgebrek bij slechts een steekproef van de steekproef interviews zijn afgenomen. Hierdoor kunnen de kwantitatieve en kwalitatieve bevindingen niet zomaar naast elkaar worden gelegd en hier moet rekening mee worden gehouden bij de interpretaties. Ook zijn de interpretaties van de interviews sowieso gevoelig voor subjectiviteit. Hoewel het interview telkens is afgenomen door twee onderzoekers, wat de betrouwbaarheid verhoogt, zijn de antwoorden heel erg afhankelijk van wat voor (door)vragen desbetreffende onderzoekers hebben gesteld. Deze vragen waren afhankelijk van gesprek en kunnen bij elke participant anders zijn geweest. Ook het verwerken en analyseren van de interviews is gevoelig voor invulling van de onderzoeker. Als onderzoeker heb je voorafgaand aan het

onderzoek veel literatuur bestudeerd en veel over het te onderzoeken onderwerp nagedacht waardoor er bepaalde denkwijzen en verwachtingen ontstaan. Hierdoor is het moeilijk om helemaal objectief naar de kwalitatieve data te kijken. Daarnaast wil je als onderzoeker natuurlijk het liefst interessante resultaten vinden. Hierdoor ga je, bewust of onbewust, waarschijnlijk selectiever luisteren en analyseren.

In dit onderzoek is een relatief kleine steekproef van humoristen gebruikt. Dit heeft grotendeels te maken gehad met het tijdsbestek wat voor dit onderzoek beschikbaar was. Daarnaast heeft te maken met het gebrek aan professionele humoristen die open staan om aan een onderzoek als dit mee te werken. Het is lastig om professionele humoristen te werven voor een onderzoek wat aardig wat tijd van hen vergt en waar ze niets voor terug krijgen. Gerelateerd hieraan is het feit dat er aan dit onderzoek alleen humoristen hebben meegewerkt die als het ware tot de subtop van Nederland behoren. Bijna alle humoristen in dit onderzoek hadden vaak nog een andere baan omdat ze met hun komische carrière niet genoeg verdienden om van te kunnen leven. Het is moeilijk om nationaal bekende humoristen persoonlijk te bereiken. Vaak krijgt men dan te maken met een managementbureau dat bij voorbaat al namens de humorist aangeeft niet mee te willen werken.

De grootste limitatie van dit onderzoek is de invoerfout wat betreft de Levensgebeurtenissen Vragenlijst. Dit heeft een grote invloed op de validiteit van het gemeten construct. Hoe groot deze invloed precies is, is niet duidelijk, de validiteit van de Levensgebeurtenissen Vragenlijst is ook niet eerder onderzocht. Hierdoor moeten de resultaten van deze vragenlijst wel met enige voorzichtigheid worden geïnterpreteerd. In acht moet worden genomen dat een aantal gebeurtenissen niet uitgevraagd zijn, het totaalbeeld van negatieve gebeurtenissen is niet compleet. Vervolgonderzoek is nodig om te kijken of dezelfde resultaten gevonden worden als wel alle items van de Levensgebeurtenissen Vragenlijst worden uitgevraagd.

Implicaties en Vervolgonderzoek

In de inleiding van dit verslag werd gesteld dat er een beeld heerst dat humoristen meer humor gebruiken om te compenseren voor vroege moeilijkheden en tegenslagen (Fisher & Fisher, 1981; Greengross & Miller, 2009; Martin, 2007). Het feit dat de humoristen en niet-humoristen in dit onderzoek niet van elkaar verschillen in meegemaakte negatieve gebeurtenissen, ondanks dat niet alle beoogde levensgebeurtenissen zijn uitgevraagd, spreekt deze opvatting tegen. Ook het feit dat slechts een enkele keer door humoristen werd aangegeven dat negatieve levensgebeurtenissen een aanleiding voor hen zijn geweest om professioneel humorist te worden komt hier niet mee overeen. Wel moet hierbij in acht worden genomen dat de eerder onderzochte moeilijkheden vooral betrekking hadden op gezinsomstandigheden. Hiermee in overeenstemming noemden de humoristen in de interviews wel minder vaak dat ze een warme of liefdevolle opvoeding hadden genoten. Dat de geïnterviewde humoristen in dit onderzoek vaker gelovig waren opgevoed dan de niet-humoristen wekt ook de interesse in de rol van geloof, en dus van ouders, bij het gebruiken van humor en het kiezen voor een carrière als professionele humorist. Deze bevindingen suggereren dat er toch mogelijke factoren in de jeugd van humoristen van invloed zijn op de keuze om professioneel met humor bezig te gaan. In een recente studie van Greengross et al. (2012) bleek ook geen verschil te zijn in warmte en de manier waarop humoristen en niet-humoristen de band met hun ouders omschrijven. Wel werd gevonden dat de interactie met leeftijdsgenoten in de jeugd belangrijk is voor het ontwikkelen van komische vaardigheden. Mensen die tijdens de adolescentie al veel humor gebruiken en hierbij zien wat anderen aan het lachen maakt kiezen er mogelijk voor om deze vaardigheden verder te ontwikkelen en hier hun beroep van te maken (Greengross et al., 2012). Dit zegt echter nog niets over hoe het komt dat sommige kinderen tijdens de adolescentie al meer humor gebruiken en meer met humor bezig zijn dan leeftijdsgenoten. Het gebrek aan onderzoek naar de opvoeding van humoristen laat alle ruimte

open voor vervolgonderzoek. Interessant is om te kijken naar de rol van humor in de opvoeding, dit zou vanuit meerdere perspectieven onderzocht kunnen worden. Zo zou bij alle gezinsleden afzonderlijk onderzocht kunnen worden hoe zij humor gebruiken en zou daarna gekeken kunnen worden wat voor invloed zij op elkaar hebben of hoe zij het humor gebruik van elkaar omschrijven. Zo kan een meer compleet beeld gevormd worden van het gebruik van humor tijdens de jeugd. Hierbij zou ook verder gekeken kunnen worden naar de rol van geloof binnen de opvoeding.

Uit de interviews met de humoristen bleek dat veel van hen optreden om een vorm van bevestiging te zoeken. Een aantal van hen noemden ook dat ze erg onzeker waren tijdens hun jeugd en dat ze merkten dat ze positieve aandacht kregen wanneer ze humor gebruikten. Dit suggereert dat onzekerheid tijdens de adolescentie en mogelijk ook later in hun leven een rol speelt het professioneel gebruiken van humor. De mate waarin iemand bevestiging zoekt en nodig heeft is mogelijk een voorspeller voor het gebruiken van humor of kan verband houden met bepaalde humorstijlen. Hier is echter nog geen eerder onderzoek naar gedaan. Vervolgonderzoek zou zich kunnen richten op het verband tussen onzekerheid en het gebruik van humor. Mogelijk dat hierin aanleidende factoren voor het kiezen voor een humoristische carrière kunnen worden gevonden.

Tot slot is het feit dat bij de controlegroep geen verband is gevonden tussen meegemaakte levensgebeurtenissen tussen het 16^e levensjaar en een jaar geleden en zelfbevestigende humor opvallend. Doordat de controlegroep jonger was en over het algemeen minder had meegemaakt hebben ze misschien minder ervaren hoe het is om meerdere negatieve gebeurtenissen mee te maken. Hierdoor is het negatieve verband tussen deze twee variabelen misschien nog minder sterk. Reden hiervoor kan zijn dat ze als het ware nog naïefer zijn als het aankomt op zelfbevestigende humor. Vervolgonderzoek is nodig om hier meer duidelijkheid over te krijgen.

Referenties

- Abel, M. H. (1998). Interaction of humor and gender in moderating relationships and outcomes. *The Journal of Psychology*, *132*, 267–276.
- Abel, M. H. (2002). Humor, stress, and coping strategies. *Humor: International Journal of Humor Research*, *15*(4), 365–381.
- Dijkers, De Lange, Burgersdijk & Doosje (2011). De humorstijlen vragenlijst. *Verkrijgbaar via de Universiteit Utrecht*.
- Dixon, N.F. (1980). Humor: A cognitive alternative to stress? In I. G. Sarason & C. D. Spielberger (Eds.), *Stress and anxiety*, *7*, 281–289. Washington, DC: Hemisphere.
- Fisher, S., & Fisher, R. L. (1981). *Pretend the world is funny and forever: A psychological analysis of comedians, clowns, and actors*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Fredrickson, B. L., & Levenson, R. W. (1998). Positive emotions speed recovery from the cardiovascular sequelae of negative emotions. *Cognition and Emotion*, *12*, 191–220.
- Freud, S. (1928). Humour. *International Journal of Psychoanalysis*, *9*, 1–6.
- Garnefski & Kraaij (2001). Levensgebeurtenissen Vragenlijst. Geraadpleegd op <http://www.cerq.leidenuniv.nl>
- Greengross, G., & Miller, G. F. (2009). The big five personality traits of professional comedians compared to amateur comedians, comedy writers, and college students. *Personality and Individual Differences*, *47*, 79–83.
- Greengross, G., & Miller, G. F. (2011). Humor ability reveals intelligence, predicts mating success, and is higher in males. *Intelligence*, *39*, 188–192.
- Greengross, G., Martin, R. A., & Miller, G. F. (2012). Childhood experiences of professional comedians: Peer and parent relationships and humor use. *Humor*, *25*(4), 491–505.
- Greengross, G., Miller, G. F., & Martin, R.A. (2012). Personality Traits, Intelligence, Humor Styles, and Humor Production Ability of Professional Stand-up Comedians Compared to College Students. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, *6*(1), 74–82.
- Janus, S. S. (1975). The great comedians: Personality and other factors. *American Journal of Psychoanalysis*, *35*(2), 169–174.
- Janus, S. S., Bess, B. E., & Janus, B. R. (1978). The great comedienues: Personality other factors. *The American Journal of Psychoanalysis*, *38*(4), 367–372.
- Kazarian, S., & Martin, R. A. (2006). Humor styles, culture-related personality, well-being, and family adjustment among Armenians in Lebanon. *Humor*, *19*(4), 405–423.
- Keltner, D., & Bonnano, G. A. (1997). A study of laughter and dissociation: Distinct correlates of laughter and smiling during bereavement. *Journal of Personality and Social Psychology*, *73*, 687–702.
- Kuiper, N. A., & Martin, R. A. (1998). Is sense of humor a positive personality characteristic? In W. Ruch (Ed.), *The Sense of Humor: Explorations of a Personality Characteristic*, 159–178, Berlin/New York: Mouton de Gruyter.
- Kuiper, N. A., & Olinger, J. (1998). Humor and mental health. In H. Friedman (Ed.), *Encyclopedia of mental health*, *2*, 445–458. San Diego: Academic Press
- Kuiper, N. A., Martin, R. A., & Olinger, L. J. (1993). Coping humour, stress, and cognitive appraisals. *Canadian Journal of Behavioural Science*, *25*, 81–96.
- Labbott, S. M., Ahleman, S. W., Wolever, M. E., & Martin, R. A. (1990). The physiological and psychological effects of the expression and inhibition of emotion. *Behavioral Medicine*, *16*, 182–189.
- Lefcourt, H. M. (2001). *Humor: The psychology of living buoyantly*. New York: Kluwer Academic.

- Lefcourt, H. M., Davidson, K., Shepherd, R., Phillips, M., Prkachin, K., & Mills, D. E. (1995). Perspectivetaking humor: Accounting for stress moderation. *Social and Clinical Psychology, 14*, 373-391.
- Lefcourt, H. M., & Martin, R. A. (1986). *Humor and life stress: Antidote to adversity*. New York, NY: Springer-Verlag.
- Martin, R. A. (1998). Approaches to the sense of humor: A historical review. In W. Ruch (Ed.), *The sense of humor: Explorations of a personality characteristic*, 15-60. Berlin: Mouton de Gruyter.
- Martin, R. A. (2007). *The psychology of humor: An integrative approach*. Burlington, MA: Elsevier Academic Press.
- Martin, R. A., & Dobbin, J. P. (1988). Sense of humor, hassles, and immunoglobulin A: Evidence for a stressmoderating effect. *International Journal of Psychiatry in Medicine 18*, 93-105.
- Martin, R. A., & Lefcourt, H. M. (1983). Sense of humor as a moderator of the relation between stressors and moods. *Journal of Personality and Social Psychology, 45*, 1313-1324.
- Martin, R.A., Kuiper, N.A., Olinger, L.J., & Dance, K.A. (1993) Humor, coping with stress, self-concept, and psychological well-being. *Humor: International Journal of Humor Research, 6*(1), 89-104.
- Martin, R.A., Puhlik-Doris, P., Larsen, G., Gray, J., & Weir, K. (2003). Individual differences in uses of humor and their relation to psychological well-being: Development of the Humor Styles Questionnaire. *Journal of Research in Personality, 37*, 48-75.
- Nilsen, A. P., & Nilsen, D. L. F. (2000). *Encyclopedia of 20th-century American humor*. Phoenix, Arizona: Oryx Press.
- Samson, A. C., & Gross, J.J. (2012). Humour as emotion regulation: The differential consequences of negative versus positive humour, *Cognition & Emotion, 26*(2), 375-384
- Sprecher, S., & Regan, P. C. (2002). Liking some things (in some people) more than others: Partner preferences in romantic relationships and friendships. *Journal of Social & Personal Relationships, 19*(4), 463-481.
- Strick, M., Holland, R. W., Van Baaren, R. B., & Van Knippenberg, A. (2009). Finding comfort in a joke: Consolatory effects of humor through cognitive distraction. *Emotion, 9*, 574-578.
- Vaillant, G.E. (2000). Adaptive mental mechanisms: Their role in a positive psychology. *American Psychologist, 55*, 89-98.