

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	<b>5</b>
<b>Humor hautnah</b>	
<i>Frederick Dove</i>	
<b>Mein Humor in der Krise – eine Selbstanalyse</b>	<b>11</b>
<i>Marion Nardi-Walter</i>	
<b>Humorreich durch die Krise</b>	<b>25</b>
<i>Ludger Hoffkamp</i>	
<b>Humor als Herausforderung in der Pandemie</b>	<b>39</b>
<i>Christina Valentiner-Branth</i>	
<b>Spielend durch die Krise</b>	<b>49</b>
<b>Humor auf Distanz</b>	
<i>Dr. Charlotte Cordes</i>	
<b>Es geht mehr als man denkt!</b>	
<b>Über digitales Arbeiten in Pandemiezeiten</b>	<b>59</b>
<i>Prof. Dr. Sylvia Säger</i>	
<b>Können Sie das jetzt sehen? –</b>	
<b>Erfahrungen mit der Online-Lehre in der</b>	
<b>Pandemiezeit</b>	<b>73</b>
<i>Alex Bannes</i>	
<b>Die Welt umarmen – Online-Lachyoga in</b>	
<b>Pandemiezeiten</b>	<b>89</b>
<i>Ulrich Fey</i>	
<b>Nähe auf Distanz – digitale Clown-Visite</b>	
<b>im Altenheim</b>	<b>103</b>

## Humor in der Theorie

*Barbara Schulz*

**Mit Humor aus der Krise zum Kreis-Lauf  
des Erfolgs – mit SMEiLE!** 115

*Claudia M. Zimmer*

**Humor aus gesundheitlicher und  
ganzheitlicher Sicht** 133

*Jan-Rüdiger Vogler*

**Humor als kollektive Bewältigungsstrategie–  
Covid-19, Ironie und Memes** 151

*Prof. DDr. Rolf Dieter Hirsch*

**Krisen im Alter sind Herausforderungen:  
mit Humor geschmiert leichter zu bändigen** 169

*Dr. Michael Titze*

**Humor und Trauer – Leben mit einem  
lachenden und weinenden Auge** 187

**Autorinnen und Autoren** 221