



Hi ha 4 tipus d'humor: amb quin et sents més identificat/da?

[inici centrare report] Existeixen tants tipus d'humor com persones al món. Cadascú té una forma de fer riure pròpia i també d'interpretar les bromes. Un comentari pot fer molta gràcia a algú i alhora deixar indeferent la persona que té al costat.

[intext1]

Ara bé, si volem generalitzar, podem distingir entre **4 grans tipus d'humor**. Almenys així ho assegura el psicòleg Ronald E Riggio en un article de **Psychology Today**. L'expert detalla les característiques de cada un d'ells i assegura que alguns poden arribar a ser perillosos i fins i tot tòxics. I és que hi ha una gran diferència entre riure amb algú o riure's d'algú.

[no intext]

1. Humor d'afiliació

És aquell tipus d'humor que s'utilitza per unir, és a dir, per fer riure totes les persones d'un grup. És per això que se sol basar en bromes sobre fets quotidians o situacions que hem viscut. Bromes, doncs, amb les quals tothom es pot sentir identificat. El seu objectiu és crear una sensació de companyerisme i de benestar.

2. Humor agressiu

Aquest humor utilitza la humiliació i la burla. És típic d'humoristes professionals els quals es riuen de persones conegudes (polítics, actors/rius...) per fer gràcia. Aquest tipus d'humor pot arribar a ser perillós, sobretot en l'àmbit privat, perquè pot ferir els sentiments i malmetre l'autoestima.

3. Humor d'automillora

És la capacitat de riure's d'un mateix de manera sana. Segons l'expert, aquest tipus d'humor ajuda a gestionar situacions complicades i a disminuir l'estrès. A més a més, també va molt bé per calmar tensions si hi ha una baralla: fer una broma, en la qual ens responsabilitzem dels fets amb humor, pot ajudar a rebaixar els nervis.

4. Humor contraproductiu

Aquest tipus d'humor també fa referència a riure's d'un mateix, però de manera negativa. És a dir, de fer bromes menyspreant-se, fent-se la víctima... És un humor que pot resultar incòmode als altres i que pot ser poc saludable per la persona que el practica, ja que pot acabar afectant el seu amor propi.

[intext2]

[fi centrare report]