



Lachen und Lernen – ein Traumteam

Der Einzug des Humors in die Erziehung

Unsere Vorfahren lachten wahrscheinlich schon lange, bevor sie zu sprechen begannen. Denn die Sprachzentren liegen in der entwicklungsgeschichtlich jüngeren Hirnrinde, während das Lachen einem älteren Gehirnteil zugeordnet wird. Was bringt uns Menschen das Lachen? Und vor allen Dingen: Wie können wir es in unser tägliches Leben und in unsere Arbeit einfügen? Theoretisches und Praktisches dazu in folgendem Beitrag.

Charmaine Liebertz

„Humor ist der Regenschirm der Weisen!“ (Erich Kästner)

Das erste Lachen

Am häufigsten lachen Babys und Kleinkinder, nämlich circa 400-mal am Tag, während der Erwachsene nur 15-mal am Tag lacht. Im Alter zwischen vier und acht Wochen huscht das erste absichtliche Lächeln über das Säuglingsgesicht. Dies gilt auch für Säuglinge, die taub oder blind zur Welt kommen. Zwar unterscheidet sich das Klangmuster bei Gehörlosen etwas von dem Klang bei hörenden Säuglingen, aber ihre humoristische Entwicklung verläuft gleich. Das Lächeln ist der erste emotionale Austausch zwischen Baby und Mutter. Damit signalisiert es: „Ich bin offen für Kontakt!“

Etwa ab dem vierten Lebensmonat setzt das Lachen ein. Es entsteht zunächst über Körperkontakt: Wenn z. B. die Mutter das Baby liebevoll an sich drückt und dabei lustige Geräusche macht. Erst mit einem Jahr kommt es zu Lachreaktionen auf komische Ereignisse – wenn beispielsweise der Vater aus Spaß die Zunge rausstreckt. Wenn Kinder beim Lachen, Kitzeln oder Kichern immer wieder „noch mal!“ rufen, dann sehnen sie sich nach der wohlthuenden Geborgenheit und Zusammengehörigkeit in dieser Situation.

„Lachen ist die beste Medizin“

Dies lehrt nicht nur der Volksmund, auch viele wissenschaftliche Studien belegen es. Seit den 70er-Jahren beschäftigen sich Gelotologen (griechisch „gelos“: das Lachen) mit den körperlichen und seelischen Auswirkungen des Lachens auf den homo ridens, den lachenden Menschen.

Auslöser hierfür war der Journalist Norman Cousins, der in den 60er-Jahren des vergangenen Jahrhunderts an der Wirbelsäule erkrankte. Als nichts gegen die starken Schmerzen half, verordnete er sich selbst, neben der medizinischen Behandlung, eine Lachkur. Er sah sich komische Filme an und las witzige Bücher. Nach zehn Monaten soll er keine Schmerzen mehr gehabt haben.

Inzwischen ist die „Science of Pleasure“, die Humorforschung, eine weltweit anerkannte Disziplin. Sie konnte mittlerweile die positiven Begleiterscheinungen des Lachens nachweisen: Es beschleunigt den Herzschlag, regt somit den Blutdruck an und stärkt unser Immunsystem; es setzt unsere Schmerzempfindlichkeit herab, erhöht den Sauerstoffverbrauch und fördert somit die Verbrennungsvorgänge in unseren Zellen.

Mit jeder Lachsalve trainieren wir 240 von insgesamt 630 Körpermuskeln. Lachen verschafft uns außerdem eine Pause von den Problemen des Alltags und einen Moment der Befreiung. Wer lernt, über seine Missgeschicke zu lachen, anstatt sie in sich hineinzufressen, fördert seine Kreativität und findet leichter Problemlösungen.

Wie entwickelt sich der Humor?

Sicher wissen wir noch zu wenig über die Entwicklungsschritte des Humors, aber das, was bereits erforscht wurde, ist hochinteressant. So geht der amerikanische Kognitionsforscher Paul McGhee davon aus, dass im Alter von etwa zwei Jahren eine intensive Entwicklung des kindlichen Humors einsetzt. McGhee hat sich wie kein anderer für diese Entwicklungsstufen interessiert. In seinem Buch „Humour and Children’s Development“ (1967) unterscheidet er vier Humorstufen:

Erste Humorstufe (ab circa eineinhalb Jahren)

- nonverbale Verhaltensweisen, Sprache spielt noch keine Rolle;
- widersprüchliches Handeln im Umgang mit Personen, Tieren oder Objekten, z. B. der Bär mit Hose oder das tanzende Brot im Kinderfernsehen;
- Gegenstände werden behandelt, als wären sie andere, z. B. eine Banane dient als Telefonhörer;

Zweite Humorstufe (ab dem zweiten Lebensjahr)

- Fehlbenennungen von Ereignissen; Objektamen werden umgedeutet; z. B. wird der Löffel „Schaufel“ genannt;
- sprachliche Normen werden missachtet;

Dritte Humorstufe (ab dem dritten bis zum sechsten Lebensjahr)

- Erzählungen, die Bekanntes auf den Kopf stellen, z. B. Lügengeschichten, lösen nun großes Gelächter aus;
- mit formalen Sprachmerkmalen experimentieren, einzelne Buchstaben werden verdreht, z. B. rinks – lechts;
- kreativer Umgang mit Sprache, Freude an Fantasiewörtern und Reimen;

Vierte Humorstufe (ab dem siebten Lebensjahr)

- Mehrdeutigkeit von Wörtern wird erkannt;
- Unsinnswörter, Sprachspiele, Scherzfragen und Witze werden interessant.



Fragt man Kinder nach den wichtigsten Eigenschaften eines idealen Pädagogen, so nennen sie Humor meist an erster Stelle. Humor vermag ein entspanntes, angstfreies Lernklima zu schaffen. Und Kinder, die viel zu lachen haben, können ihre Aggressionen besser abbauen. Davon profitiert die ganze Gruppe oder Klasse!

Aber um Humor verstehen und genießen zu können, bedarf es nach Ansicht der Verhaltensbiologin Dr. Haug-Schnabel (2002) von der Universität Freiburg dieser Fähigkeiten:

- Die geistige, soziale Entwicklung muss so weit fortgeschritten sein, dass das Humorvolle und Witzige als Abweichung von der Norm erkannt wird.
- Man sollte wissen, dass nicht alles Gesagte ernst gemeint ist und dass mitunter Worte nur zum Spaß ausgetauscht werden. Man muss heraushören, was eigentlich mit dem Gesagten, z. B. der Pointe, gemeint war.
- Die innere Souveränität ist wichtig, man sollte über der Sache stehen und sich nicht persönlich betroffen fühlen.
- Um schließlich lachen zu können, muss man die realitätsverzerrte Perspektive des Witzes oder des humorvollen Geschehens genießen können. Erst dann wird Humor zum Kitzeln des Geistes.

Mit Humor erzieht es sich leichter!

Nicht wenige Eltern und Pädagogen glauben, dass sie sich nur mit Strenge und Ernsthaftigkeit beim Kind Respekt verschaffen und ihre Erziehungsziele erreichen können. Dieser Weg ist aber nicht der einzige und schon gar nicht der erfolgsversprechendste. Denn mit einer großen Portion Humor geht es leichter. Im Erziehungsalltag können Gelassenheit und Humor wahre Wunder vollbringen! So vermag ein humorvoller Blick den Weg aus einer angespannten Gereiztheit zu weisen – und ganz nebenbei werden wir mit lachenden Kinderaugen belohnt. Ein Lächeln, ein Augenzwinkern und eine witzige Bemerkung relativieren die Erziehungsfronten – und schon nehmen wir die Dinge nicht ernster, als es ihnen zusteht.

„Humor schafft ein entspanntes und angstfreies Lernklima.“

Wenn Kinder eine humorvolle Atmosphäre in der Familie erleben, so lernen sie zugleich, voller Zuversicht und Optimismus in die Welt zu ziehen und den Menschen mit Herzlichkeit und Nachsicht zu begegnen. Und je eher ein Kind die positiven Wirkungen des Humors entdeckt, umso leichter wird ihm das Erwachsenenleben mit all seinen ernstesten Anforderungen fallen. Denn Humor hilft Stress zu bewältigen, fördert kreatives und innovatives Denken und weist einen optimistischen Weg aus Konflikten und Krisen heraus. Kinder, die viel

zu lachen haben, bauen ihre Aggressionen besser ab – und davon profitieren schließlich alle! Eine humorvolle Grundeinstellung fördert auch die Frustrationstoleranz des Kindes und steigert seine soziale Kompetenz. Außerdem ist ein fröhliches Kind ausgeglichener, es lernt und lebt unbeschwerter, weil wir ihm Druck und Schwere von der Seele nehmen. Was gibt's Schöneres für Eltern, Erzieher und Lehrer? Schließlich sollten wir nie vergessen, dass die Lebensfreude und das Lachen zu den Grundrechten des Kindes gehören – insbesondere dann, wenn Fakten und Leistung drohen, es zu ersticken.

Guter Humor kennt Grenzen

Beim Einsatz von Humor ist aber auch Vorsicht geboten. Er ist emotional und daher in seiner Intensität und Wirkung sehr individuell und situativ. Einen Humor auf Augenhöhe des Kindes zu entwickeln, ist daher eine wichtige pädagogische Kompetenz. Die sensibelste Gratwanderung machen Eltern und Pädagogen beim Gebrauch von Ironie oder Sarkasmus. In seinem Fachartikel „Humor und Lachen“ nennt B. Rißland (2002) drei kritische Funktionen von Humor, die wir u. a. in der Erziehung beachten sollten:

1. **Humor als Waffe:** aggressiver bzw. feindseliger Humor, der andere oder einen selbst verletzt und herabsetzt.
2. **Humor als Mechanismus** eines sozialen Klimas entsteht, wenn Statusunterschiede an Bedeutung verlieren und aufgeweicht werden, z. B. das Scherzen auf Kosten des anderen.
3. **Humor als Gegner des Ernstes:** Das ist die Fähigkeit, sich selbst nicht zu ernst zu nehmen und über die Unzulänglichkeiten des Lebens zu lächeln. Darin liegt aber auch die Gefahr, letztendlich nichts mehr ernst zu nehmen und jeglicher Auseinandersetzung wie auch den eigenen Gefühlen humorvoll aus dem Wege zu gehen.

Auch wenn wir in der Pädagogik, im Vergleich zu anderen Wissenschaften recht spät das Lachen für uns entdeckt haben, so gilt immer noch: Wer zuletzt lacht, lacht am besten! In diesem Sinne schenken Sie aus vollem Herzen ein Lachen, wann und wo immer Sie können, vor allem wenn es scheinbar ernst wird!

Dr. Charmaine Liebertz, Erziehungswissenschaftlerin, Buchautorin und Seminarleiterin ist seit 1996 Mitgründerin und Leiterin der „Gesellschaft für ganzheitliches Lernen e. V.“

Kontakt

www.ganzheitlichlernen.de

Spiele, Reime und Zungenbrecher

Der komische Doppelgänger

Paarspiel für Zwei- bis Sechsjährige

Die Spieler stehen paarweise im Raum oder in der freien Natur. Einer spielt die Rolle des Vorbildes und der andere die des Doppelgängers. Das heißt, der Doppelgänger muss seinem Vorbild alles nachmachen: verrückte Bewegungen, komische Grimassen und Laute, sogar peinliche Dinge, die man sonst in der Öffentlichkeit nicht machen würde (laute Pupsgeräusche, Zunge rausstrecken usw.) ...

Lustige Zungenbrecher

Hinter Hermanns Hannes Haus
Hängen hundert Hemden raus.
Hundert Hemden hängen raus
Hinter Hermanns Hannes Haus

Zwanzig Zwerge
Zeigen Handstand.
Zehn im Wandschrank
Zehn am Sandstrand

Meine Oma ist krank!

Gruppenspiel für Drei- bis Neunjährige

Plötzlich behauptet ein Kind: „Meine Oma ist krank!“ Sein Nachbar fragt „Was hat sie denn?“ und erhält als Antwort „Sie hat einen schiefen Mund.“ Nun wendet sich dieses Kind mit einer entsprechenden Mimik (schiefer Mund) an seinen Nachbarn und sagt seinerseits: „Meine Oma ist krank!“ Wieder kommt die Frage „Was hat sie denn?“ Und die Antwort lautet „Sie hat einen schiefen Mund und eine runzelige Stirn“. Und so geht es immer weiter, wobei jedes Kind im Dialog eine weitere Mimik oder Gestik hinzufügt (wackelt mit dem Po, rudert mit den Armen). Oma wird also, Grimassen schneidend und zappelnd, immer kränker ...

Literatur

Haug-Schnabel, Gabriele:
Kinder lachen gern. Was Erzieherinnen im Umgang mit Humor wissen sollten.
In: kindergarten heute. 4/2002, Freiburg

Mc Ghee, Paul:
Humour and Children's Development.
Kendall/Hunt. New York 1967

Liebertz, Charmaine:
Das Schatzbuch des Lachens.
Don Bosco-Verlag. München 2009

Rißland, Birgit:
Humor und Lachen.
In: Gruntz-Stoll, Johannes/Rißland, Birgit (Hrsg.):
Lachen macht Schule.
Verlag Julius Klinkhardt. Bad Heilbrunn 2002

Linktipps

www.zzzebra.de: Hier gibt es Rätselreime, Witze, Scherzgeschichten u. v. m.

www.humorforschung.de: Hier kann man Hintergrundwissen und Informationen zum Thema Humor finden.

www.witz-online.de: Hier gibt es Witze in Hülle und Fülle für Klein und Groß.

