



Lisa forscht: Warum lachen wir?

Jetzt wird es aber ernst!

Lisa Luchs erklärt uns, warum wir lachen, warum es gesund ist und warum manche dafür in den Keller gehen.

.....

Lachen. Mehr als 1000 Worte.

Warum lachen wir? Die Wissenschaft kann das bis heute noch immer nicht genau erklären. Witzig, oder? Aber klar ist, dass Lachen eine Form der Kommunikation ist. Wenn zum Beispiel zwei Menschen unterschiedliche Sprachen sprechen, zeigen sie sich durch Lächeln und Lachen, dass sie freundliche Absichten haben. Oder wenn man eine peinliche Situation überspielen will, dann lacht man gerne auch mal verlegen. Aber es ist auch ein ganz einfaches Signal des Körpers, dass es einem gut geht.



Was bringt uns zum Lachen

Es kommt auf das Alter, die Kultur und natürlich den Charakter von Menschen an, was sie witzig finden. Wenn etwas Unerwartetes passiert, müssen wir oft lachen. Lisa muss zum Beispiel immer lachen, wenn Franzi mitten im Gespräch über die Hausaufgaben plötzlich ihre lustigen Grimassen schneidet. Und Witze bringen uns natürlich zum Lachen: Im Zoo bei den Zebras fragt jemand die Tierpflegerin, wie spät es ist. Sie antwortet: Es muss nach 19 Uhr sein, die Pferde haben schon ihre Schlafanzüge an.



Lachen ist gesund

Wenn wir lachen, dann wird das Glückshormon Serotonin ausgeschüttet. Vermutlich, weil wir beim Lachen so viel wackeln und das Hormon keinen Deckel hat. Aber warum es ein Glückshormon ist, wenn es doch verschüttet wird, wissen die Wissenschaftler mal wieder nicht. Aber Scherz beiseite, das Lachen versorgt den Körper mit mehr Sauerstoff, der Kreislauf wird angeregt und wir entspannen uns besser. Stresshormone werden reduziert und wir sind glücklich. Lachen ist also gut für Körper und Geist. Man sagt nicht umsonst: „Lachen ist die beste Medizin“.



Lachen ist ausgerechnet Kinderkram

Ja, leider! Denn wenn die Erwachsenen mehr lachen würden, hätten wir wahrscheinlich eine bessere und friedlichere Welt. Sicher ist, Kinder lachen viel mehr als Erwachsene. Ein Baby lacht bis zu 400 Mal am Tag und ein Erwachsener bringt es im Durchschnitt nur auf traurige 15 Mal. Und von diesen 15 Mal nur 20 mickrige Prozent über etwas Witziges. Das ist nur drei Mal! Die anderen 12 Male lachen Erwachsene, um Peinliches zu überspielen, höflich zu sein oder andere übers Ohr zu hauen. Ein Baby-Lachen ist dagegen immer echt!



Zum Lachen in den Keller

Man sagt ja, dass manche Leute zum Lachen in den Keller gehen. Das bedeutet nicht, dass sie wirklich in den Keller gehen. Aber, dass sie oft ernst sind und vermeiden, viel zu lachen. Manchen ist es sogar unangenehm, beim Lachen gesehen zu werden. Wenn man so jemanden als Mathelehrerin oder Mathelehrer hat, dann hat man oft nicht viel zu lachen. Wenn du die Welt also besser machen willst, vergiss nie echt zu lachen. Vor allem nicht, wenn du erwachsen bist. Der berühmte Komiker Charlie Chaplin hat einmal gesagt: „Ein Tag ohne Lachen ist ein verlorener Tag.“

