



# Kinder wissen es besser

## Lachen ist "sozialer Klebstoff"

**Kinder sind albern, Kinder machen Quatsch, sie lassen sich kitzeln, bis sie sich vor Lachen beinahe in die Hose machen. Dann werden die Kinder groß, und während sie einst 400 Mal am Tag lachten, bringen sie es als Erwachsene nur noch auf 15 Mal. Dabei ist Lachen so gesund. Und es verbindet.**

Kinder sind wahre Humor-Experten. Kabarettist und Mediziner Eckart von Hirschhausen sagte einmal: "Kinder lachen 400 Mal am Tag, Erwachsene 12 Mal und Tote gar nicht. Sogar der Laie erkennt da eine Tendenz". Und das zeigt schon, was Eltern von ihren Kindern lernen können: die ungezwungene, unkomplizierte Art Dinge zu betrachten und die Fähigkeit, über die kleinen Dinge des Lebens zu lachen.

"Kinder helfen ihren Eltern, den eigenen Humor zu pflegen, weil sie den alltäglichen Dingen eher Humor entlocken", sagt Eva Ullmann, Gründerin des Deutschen Institutes für Humor. Daher sollte für die Eltern einmal mehr die Devise gelten, den Satz "Jetzt hör doch mal auf mit dem Quatsch" zu unterdrücken und den Perspektivwechsel zu genießen. Mit der Pflege des eigenen Humors stärken Eltern bei sich und ihren Kindern eine gute Eigenschaft, Dinge des alltäglichen Lebens zu bewältigen. Ob in Freundschaften und Erfolgen oder bei Konflikten und Misserfolgen: Humor zahlt sich aus. Er ist ein wichtiges Ventil, selbst wenn es darum geht, Aggressionen umzuleiten. Mit Humor können Eltern ihren Kindern einen Schutzraum bieten; die Leichtigkeit verlieren Kinder früh genug.

Lächeln ist eine wichtige soziale Kompetenz, die wie eine Art Universalsprache innerhalb der Familie fungiert. "Humor und Lachen verbindet und festigt die Familienbande", findet auch Ullmann. Denn gemeinsam zu lachen, schweißt zusammen - ob beim Erzählen lustiger Geschichten und Erinnerungen oder eines Ereignisses, das nur die Familienmitglieder kennen. "Dabei ist für Eltern wichtig, dass sie mit Humor Kinder auch 'gut dastehen lassen', also ihre Kinder loben können", sagt Ullmann. Dazu gehört, sie zu Superhelden zu machen oder auch sich selbst und die Kinder an der Nase herumzuführen und sie damit in Selbstironie zu stärken. Auch Kritik lässt sich auf humorvolle Weise leichter vermitteln. Die Unterscheidung, wann Humor verletzend ist und wann er inspiriert, können Kinder wiederum gut von ihren Eltern lernen.

## Lachen macht Kinder stark

Lachen und Humor gehören zum menschlichen Wesen und sind damit auch Teil der kindlichen Entwicklung. "Humor trainiert Kreativität und Ideenreichtum", weiß Ullmann. Was ein Kind zum Lachen bringt, ist je nach Alter verschieden: Das Baby reagiert auf Berührungen mit einem Lächeln, ebenso zur Begrüßung der Eltern. Die kognitiven Fähigkeiten für Humor entwickeln

sich im Alter von ein bis zwei Jahren. Dinge, die nicht zusammenpassen, finden Kinder schon früh lustig: die Socke auf dem Kopf etwa oder eine Kuh, die miaut. Kinder sind dann zunehmend in der Lage, Widersprüche zu erkennen und die Perspektive zu wechseln. Generell finden sie es witzig, wenn sich etwas anders verhält als erwartet.

Wenn das Kind in die Schule kommt, hat es Spaß an Scherzfragen und Rätseln. Ironie verstehen Kinder in der Regel erst ab dem zehnten Lebensjahr. Wenn in Familien aber häufiger ein ironischer Ton angeschlagen wird, können Kinder ihn auch schon früher lernen.

Quatsch zu machen muss man Kindern nicht extra beibringen. Und genauso wenig kann man es ihnen abgewöhnen. Daher sollten Eltern Humor als Fähigkeit betrachten - wie eben viele andere Dinge, auf die man in der Erziehung Wert legt.

*Quelle: asc*

**Adresse:**

<http://www.n-tv.de/wissen/Lachen-ist-sozialer-Klebstoff-article7497051.html>