



Humor im Unterricht macht die Schule menschlicher....

aus: **FORUM 36 (Seite 12 - 16)**

Hans Lipp

Lachen ist die beste Medizin - und kann auch in der Pädagogik Lernblockaden lösen

Weinen und Lachen gehören zu den ersten Gefühlsäußerungen des Menschen, der sich dadurch auch vom Tier unterscheidet. Solange sich die Kinder nicht durch Worte mitteilen können, kommunizieren sie mit der Umwelt durch Lachen und Weinen. Auch im Kindergarten gehört Lachen noch zum guten Ton. Doch dann, mit der Schule, beginnt der Ernst des Lebens. Tatsächlich empfinden die meisten Schulkinder das Lernen in der Schule als todernde Angelegenheit. In der heutigen Leistungsgesellschaft ist es auch nicht mehr angebracht, die Schule scherzhaft als "Penne" zu bezeichnen, denn wer die Schulzeit "verpennt" oder verschläft, hat in seinem späteren Leben erst recht nichts mehr zu lachen. Ist die Schule von der "Penne" zur "Maloche" mutiert? Wäre es nicht menschlicher, sie zur "Lache" weiterzuentwickeln?

Lachen hört man selten im Unterricht und ist in den Lehrplänen auch nicht vorgesehen. Dabei könnte Lachen das Leben auch an der Schule für Lernende wie Lehrende wesentlich erleichtern. Lachen hat eine innerlich befreiende Wirkung und kann somit wohl nicht nur bei gehemmten Schülern auch Lernblockaden lösen.

Damit ist selbstverständlich nicht das "aufgesetzte" Lachen gemeint, das Politiker und andere Vertreter des Showgeschäfts stets zeigen, wenn sie sich vor Publikum präsentieren. Eine solche Mimik kann man eher als Grinsen bezeichnen, auch wenn Werbefachleute ihren Klienten beigebracht haben, wie ein solchen "Show-Lachen" echt wirkt. - Gemeint ist vielmehr das echte, von Herzen, aus dem Bauch oder vom ganzen Menschen ausgehende Lachen, das allein im Gesicht unzählige Muskeln in Bewegung

setzt und insgesamt befreiend wirkt. Ob damit tatsächlich auch Lernblockaden gelockert oder beseitigt werden könnten, ist wissenschaftlich noch nicht erforscht, zumal "Lachen im Unterricht" noch nicht im Pädagogik-Studium integriert ist und es wohl auch noch keine diesbezüglichen Schulversuche gibt. Positive Wirkungen auf die Gesundheit des Menschen sind dagegen längst medizinisch erwiesen. Darauf jedenfalls verweist Cornelia Schürer-Maly in einem Sonderheft des Freiburger Instituts für Religionspädagogik, IRP - Berufliche Schulen. Das Heft steht unter dem Thema "Das Leben ist schön". Diese "Materialien für die Sekundarstufe II" enthalten mehrere Beiträge über das Lachen, darunter über die religiösen Hintergründe des jüdischen Humors wie auch darüber, warum es in den meisten Religionen so wenig zu lachen gibt.

In ihrem Aufsatz "Lachen ist die beste Medizin" informiert Cornelia Schürer-Maly zunächst darüber, dass "Gelotologie" nichts mit Gelee oder Gelati zu tun hat, sondern eher mit Lorient und Mr. Bean. Spaßvögel wie sie machten sich um das Wohlergehen des Volkes mindestens ebenso verdient wie das Bundesamt für gesundheitliche Aufklärung. In der Tat kennt wohl jeder das Gefühl von Leichtigkeit und Entspannung nach einer ordentlichen Lachsalve. Dies haben Lachforscher, Gelotologen, inzwischen auch wissenschaftlich nachgewiesen. Lee Berk und Stanley Tan von der Loma-Linda-Universität in Kalifornien veranstalteten dafür ziemlich ungewöhnliche medizinische Experimente:

Die beiden Ärzte ließen gesunde Personen eine Stunde lang lustige Videos anschauen. Vor und nach dem Test entnahmen sie den Probanden eine Blutprobe. Die Analysen zeigten erstaunliche Ergebnisse: Stresshormone wie Kortisol und Dopamin hatten deutlich abgenommen. Demgegenüber führte das Lachen zu einer signifikanten Zunahme der Lymphozyten, die den Körper vor unerwünschten Keimen schützen. Die weißen Blutkörperchen produzierten auch reichlich immunologisch aktive Hormone und Antikörper gegen verschiedene Krankheitserreger. Diese Aktivierung des Immunsystems war auch einen Tag nach dem Lachexperiment noch nachweisbar.

Zu einem vergleichbaren Ergebnis kam Peter Derks in Williamsburg/USA. Der Mediziner untersuchte die Gehirnströme lachender Testpersonen und fand dabei heraus, dass fröhliches Gelächter das ganze Gehirn aktiviert, von der rechten bis zur linken Hälfte, von der Stirn bis zum Hinterkopf. Da vom Gehirn die Psyche und auch verschiedene Körperfunktionen gesteuert werden, lässt sich aus diesem Ergebnis schließen, dass Lachen für Leib und Seele gesund ist.



Lachen fördert Kommunikation

Die Gelotologie hat ihren Ursprung in einer aufsehenerregenden Krankengeschichte: Ende der 70er Jahre litt der amerikanische Journalist Norman Cousins an Morbus Bechterew, einer schweren Knochen- und Gelenkerkrankung. Die Ärzte machten ihm wenig Hoffnung auf Heilung, doch hatte der Kranke selbst bemerkt, dass sich seine Schmerzen nach einem kräftigen Lachanfall jeweils besserten. Aus dieser Erfahrung entwickelte er eine Therapie, indem er Slapstickkomödien, Comics und Witze erfand und niederschrieb - und sich buchstäblich gesund lachte. Seine Erfahrungen veröffentlichte er in einem Buch und gründete darüber hinaus an der Universität von Los Angeles eine Abteilung für therapeutische Humorforschung. Inzwischen gibt es zahlreiche derartige Institute und sogar eine Amerikanische Vereinigung für therapeutischen Humor, der über 600 Ärzte und Psychologen angehören. Diese machten bereits den Vorschlag, Lachen auf Rezept zu verschreiben.



Lachen wirkt ansteckend ...

Humor und Religion

Auf die Frage, warum man in den Weltreligionen so wenig lachende Menschen oder Götter finde, sagte der Humorforscher und Gelotologe William Fry: "Religiöse Traditionen sind ernsthaft, da Götter als eine ernste Angelegenheit verstanden werden sollten... Eine Ausnahme ist dabei sicherlich der Zen-Buddhismus, bei dem Humor eine sehr große Rolle spielt. Die Schule des Kōans etwa kann man nur absolvieren, wenn man einen besonderen, tiefgründigen Humor entwickelt. Aber dabei geht es auch um Erleuchtung - und nicht um kirchliche Autoritäten."

Einen ähnlichen Eindruck vermittelte "Die Zeit" vom 12. Februar 1998 in einem Bericht über den Auftritt des Dalai Lama bei einer internationalen Konferenz in Osnabrück: "Ein lautes dröhnendes Lachen auf den Gängen kündigt ihn an: Seine Heiligkeit, den Ozean der Weisheit. So ist es immer bei Gesprächen mit dem 14. Dalai Lama, dem Oberhaupt der Tibeter. Robust, absolut unprätentiös und einfach sehr menschlich erscheint die Inkarnation des 'Buddha des Mitleidens' und verbreitet Zuversicht, Optimismus und Fröhlichkeit. Welch ein Unterschied zu unseren oft verkniffenen kirchlichen Würdenträgern."

Im Grunde passt ein so beschriebenes äußeres Erscheinungsbild christlicher Würdenträger, die doch die im Grund hoffnungsvollste Frohbotschaft zu verkünden haben, nicht zum christlichen Glauben. Leichenbitterminen sind also gerade in den christlichen Kirchen unangebracht - auch wenn die Botschaft von der menschengewordenen Liebe Gottes eher zu einer tiefen inneren Freude und Gelöstheit führen dürfte, die sicher ebenso heilsam ist wie lautes Lachen. Dennoch darf angenommen werden, dass auch Jesus gelegentlich der äußeren menschlichen Fröhlichkeit gehuldigt hat, etwa bei der Hochzeit zu Kanaan - auch wenn davon nichts in der Bibel steht.

Jesus war ein Jude, und im Judentum ist der feinsinnigste Humor zu Hause. Dies ist sogar im Alten Testament dokumentiert. So wird in Genesis 17,17 berichtet, dass der greise Abraham lachen musste, als er die Botschaft vernahm, dass seine betagte Frau Sarah ein Kind erwarte und damit die Geschlechterfolge des jüdischen Volkes begründen werde. - Doch wer zuletzt lacht, lacht am besten, und das war Gott: Sarah bekam einen Sohn, der auf Wunsch des Herrn Isaak genannt wurde. Isaak bedeutet "derjenige, der lacht"!

Die jüdische Geschichte gibt bis heute wenig Anlass zum Lachen, doch hat sich der sprichwörtliche jüdische Witz gerade im Überlebenskampf angesichts von Unterdrückung und Zerstreuung entwickelt.



... und macht die Welt schöner.

**Gott lacht mit seinen Geschöpfen, nicht über seine Geschöpfe
(Talmud)**

Der jüdische Witz zeichnet sich durch die scharfsinnige Pointe aus, die zumeist völlig unerwartet aufblitzt, wie auch durch die tragikomische Situation, die er zum Thema hat und die bewusst übertrieben und ad absurdum geführt wird. Er hat oft einen bitteren Beigeschmack, weil er häufig auf Selbstmitleid aufgebaut ist. Jedoch hat der jüdische Witz immer eine therapeutische Wirkung gehabt: Er zieht das Leid und die Spannung ins Lächerliche - so werden sie erträglicher. Er macht die Peiniger zu lächerlichen Figuren und macht sich über Hunger und Elend lustig, womit er ihnen die Schärfe nimmt. Auch Angriffe auf die Religion werden humorvoll pariert. Dazu ein Beispiel aus dem Talmud: Ein heidnischer Philosoph sagte einst zu Rabbi Gamliel: "Euer Gott ist ein Dieb, denn eure Bibel berichtet, dass Gott einen tiefen Schlaf auf Adam fallen ließ, und dann stahl er ihm eine Rippe und bildete davon die Eva." Da sprach die Tochter des Rabbi zu ihrem Vater: "Erlaube mir, dass ich ihm antworte." Der Vater erlaubte es, und sie sprach zum Philosophen: "Zunächst bringe man mir einen Kriminalrichter, denn auch ich habe einen Diebstahl zu melden: Diese Nacht stieg nämlich ein Dieb bei uns ein, stahl einen silbernen Becher und legte dafür einen goldenen hin." - "Solche Diebe", sagte der Philosoph, "müsst ihr euch alle Tage wünschen." - "Doch das Gleiche", erwiderte die Tochter, "ist dem Adam auch widerfahren; denn statt der Rippe, die ihm Gott wegnahm, gab er ihm eine Lebensgefährtin, die ihm zur Seite steht!"

Auch im Neuen Testament deuten manche Stellen darauf hin, dass auch Jesus herzlich lachen konnte. So tafelte er ja mit allen möglichen und unmöglichen Leuten, weshalb er von seinen Gegnern als "Fresser und Weinsäufer" sowie als "Kumpan von Huren und Zöllnern" (Mt. 11,19) gescholten wurde (in diesen Runden ging es wohl nicht immer "bierernst" zu). Oft verwendet Jesus die fröhliche Tischrunde als Gleichnis für das Reich Gottes. Und das Lachen gehört dazu (vgl. Psalm 126,2: "...da war unser Mund voll Lachen und unsere Zunge voll Jubels."). "Mit Frohlocken" hat auch die Urgemeinde getafelt (Apg. 2,46).

"Und wo ist diese Lachen Gottes, das Lachen Jesu hingekommen", fragt der Schweizer Dichter-Pfarrer Kurt Marti. Er meint: "Es lebt dort, wo Menschen im gemeinsamen Kampf, im gemeinsamen Leiden miteinander solidarisch geworden sind. Erstorben ist es in der Kirche überall da, wo eine Zuschauerposition abseits bezogen worden ist. Hier entsteht keine Solidarität, darum auch kein Lachen mehr. Ereignislosigkeit und Langeweile regieren..." - Man braucht auch nur Gottesdienste in Deutschland und als Vergleich in einem armen Entwicklungsland mitfeiern - welch ein Unterschied! Dort ist die christliche Frohbotschaft auch in den Gottesdienst-"Feiern" an der Mimik und dem Lachen der Gläubigen erkennbar, während die Trauerminen vor allem deutscher Kirchgänger eher auf eine Drohbotschaft schließen lassen.

Ob man die kirchliche Situation auch auf das schulische Umfeld beziehen kann? Können allzu starre Lehrpläne die Lernlust hemmen? Dass es auch anders gehen kann, belegen in diesem FORUM-Heft Beiträge wie "Verantwortung - ein Weg der Schule als Lerngemeinschaft" oder "Projekt: Soziales Lernen". Diese wie auch weitere z.T. bereits in früheren FORUM-Heften vorgestellte Unterrichtsmodelle sind vorweggenommene Antworten auf den am 26. August in Stuttgart vorgestellten Zehn-Punkte-Plan des Landesschülerbeirats. Dessen zentrale Forderung lautet: Die Schulen müssen wieder menschlicher werden. Neben der kognitiven Leistung sollte die soziale Kompetenz verstärkt gefördert werden. An die Lehrer wird appelliert, nicht nur "Frontalunterricht" zu geben, sondern durch neue Unterrichtsformen wie Gruppenarbeit zum Miteinander zu animieren. In diesem Frühjahr plädierten auch die katholischen und evangelischen Bischöfe Baden-Württembergs in einem gemeinsamen Wort für eine zukunftsfähige und menschliche Schule. Diese Stellungnahme zur aktuellen Bildungsdiskussion ist ebenso wie eine Erklärung des Vorsitzenden der Deutschen Bischofskonferenz, Kardinal Karl Lehmann, zur jüngsten PISA-Studie in diesem FORUM-Heft dokumentiert.

Hans Lipp

**ZEIT IST KEINE SCHNELLSTRASSE
ZWISCHEN WIEGE UND GRAB,**

**SONDERN PLATZ ZUM PARKEN IN DER SONNE
(HEUTE LEBEN! HEUTE LÄCHELN! HEUTE GLÜCKLICH SEIN.)**

Phil Bosmans