

Informationsmaterial 31.3 Resilienz

Pädagogik des Lachens

„Lachen und Lächeln sind Tore und Pforten, durch die viel Gutes in den Menschen hineinhuschen kann.“

Christian Morgenstern

Einer der ersten Schritte in der Entwicklung der kindlichen Kommunikation ist, neben dem Schreien und Weinen, das Lächeln des Kindes in der Interaktion mit vertrauten Gesichtern. Dieses Lächeln bildet den Anfang der Beziehungsfähigkeit und ist damit ein wichtiger Grundstein, der gepflegt werden will!

Das Aufrechterhalten und Entwickeln der kindlichen Lebensfreude sollte eines der wichtigsten pädagogischen Ziele sein und auch uns Erwachsenen hilft eine humorvolle Einstellung, um mit unseren Sorgen und Problemen besser umgehen zu können. Was der „Ernst des Lebens“ bedeutet, haben wir in den letzten beiden Jahren durch die Corona-Pandemie besonders häufig und in aller Deutlichkeit zu spüren bekommen. Vor diesem Hintergrund sollten andere bedeutsame Aspekte des Lebens nicht vernachlässigt und die Kraft und Bedeutung des Lachens für unser Wohlergehen mit umso größerer Anerkennung gewürdigt werden.

Falls dann doch mal ein kleines Missgeschick um die Ecke kommen sollte, könnte der folgende Spruch etwas Abhilfe schaffen und ein kleines Schmunzeln auf die Lippen zaubern: Wenn dir ein Vogel auf die Schulter macht, dann sei froh, dass Kühe nicht fliegen können!

Mit Humor wird es leichter

Strenge und Ernsthaftigkeit sind nicht unbedingt die erfolgversprechendsten Strategien, um sich den Respekt eines Kindes zu verdienen. Vielmehr vermag ein humorvoller Blick, ein Lächeln oder ein Augenzwinkern aus einer angespannten Gereiztheit zu einem Kinderlächeln verhelfen. Lächeln wirkt sich positiv auf die Atmosphäre und das Weltbild aus und hilft dabei, mit Zuversicht und Optimismus an neue Herausforderungen heranzutreten.

Mit einer positiven Grundhaltung, auch gegenüber menschlichen Unvollkommenheiten, kann mit liebevoller Nachsicht und angemessenem Humor eine positive Einstellung zu Fehlern entstehen. So kann als Vorbild für Kinder und andere Erwachsene auch mal humorvoll mit den eigenen Missgeschicken umgegangen und auch mal über sich selbst gelacht werden - wie Heinz Erhardt es schon passend beschrieb: **„Wer sich selbst auf den Arm nimmt, erspart anderen die Arbeit“**. In einem wohlwollenden Miteinander muss nicht jede Bemerkung als Angriff auf die eigene Person verstanden werden. Humor wirkt befreiend und kann so manche angespannte Stimmung im Raum verpuffen lassen, denn Lachen und Lernen bilden ein Traumpaar. Die dadurch entstehende angstfreie und entspannte Atmosphäre erhöht die Aufmerksamkeit und Neues kann besser aufgenommen werden.

In Anlehnung an diesen Zusammenhang haben wir euch ein paar humorvolle Anregungen aus dem wunderbaren **Schatzbuch des Lachens von Charmaine Liebertz** mitgebracht und wollen euch einladen, sich anbahnendem Stress mit einer Extraportion Humor zu begegnen.

Eine Grimasse geht auf Reisen (S. 137f.)

Hier ist Lachen garantiert! Die Kinder stehen oder sitzen im Raum und plötzlich verkündet der Spielleiter: „Kinder, heute ist bei mir nach langer Reise eine Grimasse angekommen. Sie hat mir erzählt, dass sie sehr reiselustig ist und euch bittet, sie dabei zu unterstützen. Schaut mal, so sieht die Grimasse aus (Spielleiter macht mit dem eigenen Gesicht eine witzige Grimasse); bitte gebt sie rasch an euren Nachbarn weiter.“

Tipp

Erzählen Sie, bevor Sie die reiselustige Grimasse an die Kinder weitergeben, wie sie sich heute fühlt. So erhöhen Sie die Variationsbreite z.B. von einer wütenden, staunenden, traurigen bis hin zu einer ängstlichen Grimassen-Mimik.

Variante

Bei den Kindern ist „Ein Pups auf Reisen“ ganz besonders beliebt! Dabei gibt der Spielleiter einen tönenden Pups (mit dem Mund imitiert) in die Kinderrunde weiter. Selbstverständlich kennt auch der Pups unterschiedliche Stimmungsschwankungen, vom verlegenen bis hin zum knalligen Pups. Wenn eine Grimasse in die eine Richtung und ein Pups gleichzeitig in die andere Richtung auf Reisen gehen, biegen sich die Kinder vor Lachen, vor allem, wenn sich Grimasse und Pups auf ihren Reisen treffen.

Alter: ab 2 bis 8 Jahre

Zeit: 3 bis 5 Minuten

Sozialform: Gruppenspiel

Familie Lachmal (S. 145f.)

Zunächst bilden die Kinder – je nach Teilnehmerzahl – die Familie *Lachmal*. Es können auch mehrere Familien sein. Jede Gruppe besteht aus sechs lachenden Familienmitgliedern, die sich zunächst mit ihrer Lachvariante vorstellen:

Vater *Lachmal* – lacht mit tiefer, dunkler Stimme

Mutter *Lachmal* – lacht mit hoher, heller Stimme

Zwillinge *Lachmal* – lachen immer gleichzeitig

Oma *Lachmal* – lacht krächzend

Opa *Lachmal* – ist schwerhörig und lacht dabei immer etwas zu spät

Papagei *Lachmal* – krächzt mehrmals „Wat soll dä Quatsch?“

Der Spielleiter erzählt oder liest den Kindern eine ausgedachte Geschichte (vor), in der die verschiedenen Familienmitglieder mehrfach erwähnt werden. Wird eine bestimmte Person wie z.B. Mutter *Lachmal* genannt, steht sie auf und lacht mit hoher, heller Stimme. Wird die ganze Familie *Lachmal* genannt wird, so lachen alle Familienmitglieder in ihren unterschiedlichen Lachvarianten gleichzeitig und der Papagei krächzt seinen kölschen Spruch.

Tipp

Gerne werden die Kinder neue Familienmitglieder mit anderen Lachvarianten erfinden.

Alter: ab 3 bis 9 Jahre **Zeit:** ca. 5 Minuten **Sozialform:** Gruppenspiel **Material:** erfundene Geschichte über Familie *Lachmal*

Das Lach-Barometer (S. 149)

Diesmal spielt der Spielleiter einen Meteorologen, der die Wetterstimmungen vorhersagt. Alle Kinder sitzen im Kreis und folgen den Handzeichen des Meteorologen: Legt er seine Hände flach auf seine Oberschenkel, sind die Kinder ganz still. Doch sobald er seine Hände ein wenig anhebt, beginnen die Kinder zu kichern. Je höher der Meteorologe seine Hände hebt, desto lauter darf gelacht werden. Gehen seine Hände wieder nach unten, wird das Lachen wieder leiser. Der große Spaß stellt sich rasch ein, vor allem wenn die Lacher ganz schnell auf die Wettervorhersage reagieren müssen: still – leise kichern – still – laut lachen usw. So kann eine lustige Lachsinfonie intoniert werden.

Variante

„Eure Hände sind mit einem starken Gummiband verbunden. Desto mehr ihr sie auseinanderzieht, desto lauter lacht ihr!“

Alter: ab 3 bis 9 Jahren

Zeit: 3 bis 5 Minuten

Sozialform: Paar- oder Gruppenspiel

Der Elektriker (S. 150f.)

Zunächst verlässt ein Kind den Raum, es wird später in der Rolle des Elektrikers wieder hereingerufen. Die anderen Kinder sitzen im Kreis und geben sich die Hände. So stellen sie einen Stromkreis her und summen leise. An einer vorher ausgewählten Stelle der Händekette ist die Stromleitung defekt. Der nun hereingerufene Elektriker prüft die Stromzufuhr, indem er mit einem Stab jedes Kind berührt. Berührt er das vorher ausgesuchte Kind – also die defekte Stromleitungsstelle – dann schreien alle Kinder lauthals. Jetzt ist es an der Zeit, den Elektriker auszuwechseln.

Variante

„Stell dir vor, dass deine Hand mit Lach-Starkstrom geladen ist. Sobald du ein Kind aus der Gruppe berührst, entlädt sich dein Lachstrom, und plötzlich lacht das berührte Kind herzhaft.“

Alter: ab 3 bis 8 Jahre

Zeit: ca. 5 Minuten

Sozialform: Gruppenspiel

Mäuschen aus dem Häuschen (S. 162)

Dieses kleine Zungenspiel löst bei Kleinkindern ein flehentliches „Noch mal!“ aus.

„Kommt ein Mäuschen

aus dem Häuschen,

Zunge raus

schaut nach rechts

Zunge zeigt nach rechts

schaut nach links

Zunge zeigt nach links

dann ging´s!“

Zunge kreist über Unter- und Oberlippe

Variante

Übrigens: Das Mäuschen kann unterschiedlich gelaunt aus dem Häuschen kommen, z.B. als müdes oder zappeliges Mäuschen. Den jeweiligen Launen entsprechend bewegt sich dann die Zunge.

Alter: ab 1 bis 3 Jahre

Zeit: 1 Minute

Sozialform: Einzel-, Paar- oder Gruppenspiel

Und zum Ende noch ein paar lustige Rätsel (S. 170)

Welche Sprache spricht man in der Sauna? – *Schwitzerdeutsch!*

Wie nennt man einen Bären, der schreiend auf einer Kugel sitzt? – *Kugelschreibär!*

Was macht 999 mal „tick“ und einmal „tack“? – *Ein Tausendfüßler mit Holzbein!*

Warum können Skelette nicht lügen? – *Weil man sie leicht durchschauen kann!*

Was macht eine Wolke, wenn sie einen Juckreiz verspürt? – *Sie sucht sich einen Wolkenkratzer!*

Woran erkennt man einen freundlichen Motorradfahrer? – *An den Fliegen zwischen den Zähnen!*