Ist Lachen gesund?



Übung a. Hören Sie den Dialog einmal. Entscheiden Sie während des Hörens oder danach, welche Aussagen richtig sind. Lesen Sie zuerst die Sie zuerst die Aussagen.

1. Für die alte Weisheit „Lachen ist gesund" gibt es nur wenige Beweise.
2. Lachen senkt den Blutdruck.
3. Lachen hilft gegen Herzinfarkt.
4. Die Wirkung, dass Lachen die Muskeln entspannt, konnte nicht nachgewiesen werden.
5. Lachen hilft in jedem Fall gegen Schmerzen, weil Glückshormone ausgeschüttet werden.
6. Das Lachen über makabre Witze kann man erlernen.
7. Humorvolle Kinder sind die beliebtesten in der Klasse.

Übung b. Hören Sie den Dialog zum zweiten Mal. Beantworten Sie die folgenden Fragen in Stichpunkten. Lesen Sie zuerst die Fragen.

1. Welche zwei Thesen widerlegt Prof. Schäfer?
2. Welches Beispiel wird für die positive gesundheitliche Wirkung des Lachens angeführt.

LIVEWORKSHEETS

3. Wie erwirbt ein Mensch Humor?

4. Welche Auswirkungen hat Humor auf die sozialen und zwischenmenschlichen Beziehungen?



c. Ergänzen Sie die fehlenden Nomen.

Heilwirkung ♦ Standpunkt ♦ Ansicht ♦ Lieblingsthema ♦ Schmerzen ♦ Erheiterung ♦ Studien ♦ Bedeutung ♦ Risikofaktor ♦ Sinn ♦ Experten ♦ Auswirkungen ♦

Die *Weisheit* „Lachen ist gesund" ist nicht unwahr, aber die gesundheitliche _____ (1) des Lachens wird überschätzt. Vom wissenschaftlichen _____ (2) aus gesehen, muss man feststellen, dass für die _____ (3) des Lachens nur wenige Belege existieren. Nehmen wir die These: Humor beuge Herzinfarkten vor, ein_____ (4) der Medien. Journalisten verweisen in diesem Zusammenhang gerne auf einschlägige _____ (5), die es ja tatsächlich gibt. Aber meiner _____ (6) nach werden solche Studien gern überinterpretiert. Unbestritten ist, dass erhöhter Blutdruck als wichtiger _____ (7) für den Herzinfarkt gilt _____ (8) behaupten nun, Lachen senke den Blutdruck, und schließen daraus automatisch: Lachen hilft gegen Herzinfarkt. Wahr ist allerdings, dass Lachen den Blutdruck nur für wenige Sekunden senkt. Als Behandlungsmethode gegen Herzinfarkt hätte das Lachen nur _____ (9), wenn die blutdrucksenkende Wirkung des Lachens viel länger anhalten würde.

Es gibt aber eine ganze Reihe von positiven _____ (10), die sich beweisen lassen. Zum Beispiel hilft Lachen tatsächlich, körperliche _____ (11) leichter zu ertragen. Interessant ist, dass wir bei unseren Versuchen herausgefunden haben, dass nur echte _____ (12) wirkt.

LIVEWORKSHEETS