

Liebe Eltern, liebe Kinder, liebe Fans von Kinderhumor,

obwohl sich alle einig sind, dass Lachen die beste Medizin ist, sind viele Fragen offen. Die Medizin und die Psychologie haben erst in den letzten 10 Jahren begonnen, Humor ernsthaft zu untersuchen.

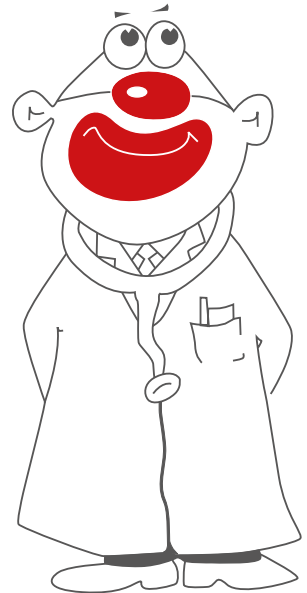
Das ist gar nicht so einfach, denn Humor lässt sich ja nicht als Tablette einnehmen, nur als Haltung. Humor als Grundhaltung dem Leben gegenüber wird schon vor der Grundschule gelernt. Aber wie?

Mit der Stiftung HUMOR HILFT HEILEN habe ich im letzten Jahr eine bundesweite Plattform geschaffen, um Clowns in Krankenhäusern, die Weiterbildung von Ärzten und Pflegekräften und die Forschung voranzubringen. Es geht um die Mischung aus Praxis und Theorie, Tun und Nachdenken, darum wie Lachen, Leben, Gesundheit und Heilung gerade auf der seelischen Ebene zusammenhängen. Von klein auf. Deshalb unterstütze ich sehr gerne das Projekt vom Deutschen Institut für Humor und Eva Ullmann.

Wir lernten uns kennen, indem sie mich fragte, ob es einen Weg gäbe, an meinem Humorseminar teilzunehmen, ohne die exorbitante Gebühr des damaligen Veranstalters zu zahlen. Und wer sie kennt, weiß: Eva schlägt man schlecht einen Gefallen ab, denn sie ist kreativ genug, um mit drei Neuen aufzuwarten. Das ist schon bald 10 Jahre her, und seitdem ist sie eine feste Größe in der deutschen Humor-Landschaft.

Ihre neueste Idee, die hier präsentiert wird, ist sehr gut und wichtig. Das Projekt „Gewinne ein Kinderlachen“ möchte Kinder psychologisch impfen und fit für das Erwachsenen-Leben machen mit einer gesunden und bewussten Portion Humor. Unterstützen Sie uns mit den Tagebüchern und nehmen Sie am Humorwettbewerb teil!

Die Ergebnisse dieser Tagebücher sollen für die praktische Arbeit im Krankenhaus, in Kita und Schu-



le sowie für die Forschung genutzt werden, damit wir einem der größten Rätsel der Menschheit näher kommen: worüber lachen wir, wann, warum und warum nicht?

Es gibt Menschen, die haben gerade tatsächlich wenig zu lachen, zum Beispiel im Krankenhaus. „Ein Krankenhaus ist kein guter Ort für kranke Menschen“, sagte Patch Adams, und begründete die Idee, dem Gesundheitswesen mit Clowns hilfreichen Humor einzuhauchen. Dieser Idee sind Eva Ullmann und ich eng verbunden.

Und wenn Sie, liebe Leser, es bis hierher geschafft haben, dann schauen Sie doch einmal unter **Humor-Hilft-Heilen.de**. Dort finden Sie aktuelle Projekte und Möglichkeiten der Unterstützung. Sie können sich eine Rote Nase zulegen, spenden und auf vielen Ebenen aktiv werden. Willkommen! Dass Humor fit fürs Leben macht und heilen kann zeigt die Statistik: Kinder lachen 400 mal am Tag, Erwachsene 20 mal, Tote gar nicht. Da erkennt auch der Laie eine Tendenz.

Aber vielleicht können wir von den Kindern noch viel mehr über das Lachen lernen, als wir ahnen....

In diesem Sinne!

Dr. Eckart v. Hirschhausen
Arzt, Kabarettist und Humortrainer



„Wenn man keinen Sinn für Humor hat,
welchen hat man dann?“

(Eckart von Hirschhausen)

