

# Das Lachen der Frauen

Lachen ist eine kulturell geprägte, gesellschaftlich normierte und soziale Verhaltensweise. Frauen lachen erwiesenermaßen häufig, sie werden zu einem sozialen Lachen erzogen. Dem Lachen der Frauen wird aber wenig Aufmerksamkeit geschenkt, obwohl es in der weiblichen Rede ganz besondere Bedeutung hat. Ich habe daher den Frauen einmal „aufs Maul geschaut“ und das große Lachen in einer empirischen Studie näher untersucht. Dabei zeigten sich folgende Ergebnisse:

- Lachen ist eine eigenständige Sprechhandlung, zu 90 Prozent hat es innerhalb eines Gesprächs nichts mit Humor oder Komik zu tun.
- Das Lachen der Frauen ist systematisch. An ihren Lachhöhepunkten lässt sich die gut vorbereitete, geordnete interaktionelle Handlung sehr genau beobachten. Lachen erfüllt also in der weiblichen Rede besondere kommunikative Funktionen und ist kein „natürlicher explosiver Vorgang“.
- Die Frauenbewegung hat die Frauen darin unterstützt, den Mund selbstbestimmt zu öffnen. Lachen und Sexualität stehen in einem gesellschaftspolitischen Zusammenhang.

Die Geschichte des Lachens ist eine Geschichte der Kontrolle. Die Geschichte des weiblichen Lachens ist eine Geschichte noch stärkerer Kontrolle des Körpers, des Geistes und der Sexualität. Lange Zeit galt offenes, großmäuliges Lachen bei Frauen als vulgär, als Zeichen von Promiskuität und Aggression; Eigenschaften, die der weiblichen Rolle nicht zustanden. Nur Huren und älteren Frauen der Arbeiterklasse wurde das obszöne Lachen zugebilligt. In manchen Kulturen ist es Frauen heute noch

verboten, in der Öffentlichkeit oder in Anwesenheit von Männern zu lachen, ihre Körperöffnungen werden verschleiert. Auch in westlichen europäischen Kreisen lacht manch eine noch hinter vorgehaltener Hand. Je formeller die Situation, desto verhaltener das Lachen. Entsprechend trainierten Frauen in höheren Positionen sich das Lachen regelrecht ab. Im Zuge der Frauenbewegung jedoch lachen heute Frauen aller Altersgruppen offen heraus und scheinen sich keinen Verhaltensvorschriften mehr zu beugen. Lediglich bürgerliche Frauen über 60 zeigen sich zurückhaltender, orientieren sich an einem anderen Weiblichkeitsbild.

### 1. Cherchez la femme – Haben Frauen etwas zu lachen?

Zunächst ein allgemeiner Überblick: Was haben die unterschiedlichen Disziplinen zum Lachen und den Frauen zu sagen? Meistens wird Lachen mit Humor und Komik zusammengebracht, alle Ansätze führen drei Gründe zur Erklärung an, nämlich Aggression, Inkongruenz und Entspannung. Meiner Meinung nach ist die Entspannung das Grundmuster, in dem die beiden anderen Erklärungen enthalten sind.

In der Philosophie wurde das Lachen bis in die Antike und das Mittelalter hinein in Zusammenhang mit dem Komischen gesehen und diente zur Demonstration von Überlegenheit und zur Bestätigung gesellschaftlicher Normen. Im 18. Jahrhundert trat die These der Inkongruenz verstärkt auf. Erst die moderne Philosophie erkannte im Lachen eine befreiende Kraft, allerdings eine reaktive. Das weibliche Lachen kommt selten vor, und mit Platons Mythe von der lachenden Thrakerin wird es

tabuisiert und bis heute marginalisiert. In dieser Geschichte lacht eine schöne Frau über einen Mann, der in den Himmel philosophiert und dabei in ein Loch fällt.

Die Evolutionsgeschichte betrachtet Lachen als Zeichen der Humanisierung.

Lachen ist demnach aus der Aggression heraus entstanden, das Zähnefletschen

dient der Konfliktvermeidung und wird zunehmend mit Sympathie und

Zuneigung in Verbindung gebracht. Daneben existiert Lachen aus einem

Spieltrieb heraus. Frauen sind demnach die Spitze der Evolution, sie setzen

Lachen häufig ein und vermeiden gewaltsame Auseinandersetzungen. Lachen ist

angeboren und wird mit dem aufrechtem Gang und der Atmung als

Verständigungsmittel gelernt. Lachen ist über weite Entfernungen hörbar, zeigt

einen großen Frequenzbereich und stark variierende Melodien. Sprache ist im

Vergleich dazu monoton und von niedriger Frequenz. Dass Frauen beim Lachen

die höchsten Frequenzen und die breiteste Palette zeigen, hängt sicherlich

weniger mit ihrem Paarungsverhalten als mit kulturellen und sozialen

Anforderungen zusammen.

1897 untersuchte Stanley Hall zum ersten Mal Phänomene wie Kitzeln oder Kinderlachen. Die moderne Lachforschung beginnt mit den sozialen Bewegungen der 60er und 70er Jahre, in denen Norman Cousins sich von der traditionellen Medizin verabschiedete und seine unheilbare Krankheit außerhalb der Klinik unter anderem mit Filmen von Monty Python erfolgreich bekämpfte. Die Heilkraft des Lachens steht seitdem im Mittelpunkt der Forschung. Lachen stärkt das Immunsystem, und Lachen schüttet Glückshormone aus, wie mittlerweile in jedem Apothekenblättchen zu lesen ist. Bewiesen ist, dass Lachanfalle bei bestimmten Krankheiten als Entspannungsmechanismus einsetzen. Die „Gelotologie“ (Lachforschung) forscht vor allem zur stressreduzierenden Wirkung des Lachens und fand heraus, dass Frauenlachen hier effizienter als Männerlachen wirkt. Dieses „Immun-“ oder „Stress-Weglachen“ könnte auch der Grund sein, dass Frauen seltener krank sind und länger leben. Die Humorforschung führt dieses stressmindernde weibliche Lachen auf den integrativen, einbeziehenden Humor von Frauen zurück und auf ihre Fähigkeit, über sich selbst lachen.

Aufgrund der bahnbrechenden Erkenntnis, dass Lachen gesund ist, hat sich seit 1995 eine weltweite Lachbewegung zusammengefunden, die in Lachgruppen praktiziert und einen Weltlachtag eingeführt hat. „Guru of giggling“ und Initiator ist ein indischer Arzt, Madan Kataria, der Lachen mit Yoga kombiniert und über grundloses Lachen Humor entwickelt. „Fake it, fake it, until you make it!“, ist die Devise. Der Meister selbst führt die mehrheitliche Präsenz von lachenden Frauen und ihr im Vergleich zu Männern stärkeres Lachen auf ihre Demut und Unterwürfigkeit zurück.

Auch in der Psychologie wird Lachen zunehmend therapeutisch eingesetzt (Provokative Therapie), um Distanz und Entspannung zu erreichen. Als soziale Kompetenz wird Lachen zur Erreichung einer heiteren Grundstimmung gefördert. Untersuchungen zeigen, dass Frauen diese selbstbezogene Distanz stärker einnehmen als Männer. Lachen dient zur Abwendung von Leid und als Sicherheitsventil gegen Versagensängste und Anforderungen von anderen wie von uns selbst. Dabei gibt es Geschlechtsrollen, die zu erfüllen sind, aber auch situations- und identitätsspezifische Rollen. Im Lachen lösen sich auch unterdrückte Aggression und Sexualität auf, wie Freud schon ganz richtig bemerkte. Intensives Lachen kann in der Tat das emotionale Überleben der Frauen sichern, denen Jahrhunderte lang Sexualität abgesprochen wurde. Die Angst vor aggressiven und sexuellen weiblichen Explosionen erklärt auch das Verbot von lautem und offenem Lachen der Frauen. Der Ausdruck negativer Emotionen wird in westlichen Kulturen sanktioniert, daher überlagern Frauen diese Gefühle durch Lachen, was durchaus bewusst und strategisch geschieht. Lachen steht in enger Beziehung zu den Triebkonflikten, die bedrohlich sind. An Lachkulturen können daher die Bedrohungen für die jeweiligen Gesellschaft abgelesen werden. Obszönes weibliches Lachen untergräbt dabei die Geschlechter- und Sexualordnung.

In den Weltreligionen wird Lachen instrumentalisiert, zur Annäherung ans Göttliche (Ekstase) oder aber auch zur Verteufelung wie im Christentum!

Interessant wäre es, die Reglementierung des Lachens parallel zur Reglementierung weiblichen Verhaltens zu untersuchen.

Die Gesichtsausdrucksforschung versucht durch Messung der Mimik das dahinterliegende Gefühl abzulesen. Willibald Ruch hat die Gesichtsmuskel-Kombination für ein „echtes Lachen“ dargelegt. Das erscheint problematisch, da eine Muskelkombination ohne Berücksichtigung der identitätsspezifischen, interaktionellen und soziologischen Hintergründe zu kurz greift, um geradlinig Emotionen zu beweisen. Emotionen sind zudem selten „pur“, werden gesellschaftlich produziert und überlagert. Gerade Frauen können aufgrund ihrer Sozialisation jederzeit diverse Lachvarianten abrufen. Naturhaft „echtes“ Lachen gibt es nicht, eine Gegenüberstellung von richtigem und falschem Lachen ist zudem eine Wertung, die weder wissenschaftlich noch sinnvoll ist und allzu oft Diskriminierungen dient.

Soziologie und Kulturanthropologie untersuchen Lachkulturen und Lachgemeinschaften. Wer wann wie worüber lacht, gibt Aufschlüsse über die Sozialordnung. Der Prozess der Zivilisation bedingt allerdings die zunehmende Zügelung ausgeprägter Ausdrucksverhalten. Lachen dient vor allem als Bindeglied der Gemeinschaft, der Integration und Solidarität, kann umgekehrt aber auch ausschließend wirken. Allgemein unterliegen Frauen stärker gesellschaftlichen Bewertungen, besonders ihr visuelles Verhalten, gefolgt von dem vokalen und dem verbalen. Schon das Ausbleiben freundlichen Entgegenkommens wird bei Frauen sanktioniert. Aktuelle Studien belegen, dass nicht lächelnde Frauen immer noch als unfreundliche, frustrierte Junggesellinnen angesehen werden.

Schließlich hat in den 70er Jahren die Konversationsanalyse das Lachen entdeckt. Pionierin Gail



Jefferson hat mit Jim Schenkein und Harvey Sacks als Erste darauf hingewiesen, dass Lachen eine gesprächsrelevante Bedeutung hat, und entwickelte eine eigene Transkriptionsmethode. Sie untersuchte auch die Gesprächsorganisation durch Lachen und die Beziehungsgestaltung durch Auslachen, Mitlachen oder gemeinsames Ablachen. Die feministische Linguistik, deren Vertreterin ich bin, beschäftigt sich mit Diskriminierungen, auch im nonverbalen Verhalten. Besonders das Lächeln wurde untersucht. Anfänglich ging man davon aus, dass es sich dabei um eine Unterwerfungsgeste handele, und forderte die Frauen zum Lächelboykott auf, dem Unterdrücker sollte das Lächeln verweigert werden. Heute lachen die Frauen auch nicht mehr zu sexistischen Witzen, setzen ihr Lachen und Lächeln gezielter ein. „Undoing gender“ heißt die neue Strategie, nach der Geschlechtsrollen auch durch Lachen an „falschen Stellen“, durch „zu frühes“ oder „zu lautes“ Lachen abgebaut werden.

## 2. Lachen – was ist das?

Lachen ist im Wesentlichen das hörbare Ausatmen von Lachsilben mit einem

begleitenden mimisch-gestischen Körperverhalten. Ausnahme ist das lautlose

Lachen, das man nicht hört, aber sieht. Es gibt Lachsilben (ha, he) und

Lachreihen (hahaha), die bis zu 16 oder mehr Silben ohne Atempause enthalten

können. Lachen ist verbal und nonverbal, visuell und auditiv. Mundstellung und

-öffnung sind beim Lachen entscheidend. Je nach Außenorientierung wird ein

Vokal gewählt und sich geöffnet. Alle Vokale sind benutzbar, mehrheitlich aber

sind das ha und das he. Es existieren auch vokallose Lacher (hmhm hnhn oder

cheche). Die Lautstärke ist abnehmend, eine Lachsilbe dauert zwischen einer

Zehntel- und einer Fünfzehntelsekunde im Abstand von zwei Zehntelsekunden.

Jede Person hat einen individuellen Lachstil, der natürlich im Laufe des Lebens

Änderungen erfährt. Je nach Situation und Rolle lachen wir unterschiedlich. Die

Tonhöhe kann beim Lachen gleichmäßig bleiben, die Tonleiter kann aber auch

hoch- oder heruntergelacht werden.  
Dieses „melodiöse oder perlende  
Lachen“

wird an Frauen besonders geschätzt, wie  
aktuelle Studien immer noch

bestätigen.

Die Tonlage des Lachens ist immer höher als die der Rede. Es existiert aber auch ein vereinzelt, besonderes dunkles Lachen aus dem Bauch heraus, das an herausragenden Stellen im Gespräch platziert ist. Frauen lachen mit höherer Stimme und höherer Schwingungszahl als Männer (die Lachfrequenz der Frauen liegt zwischen 160 und 1000Hz und damit zum Teil in Bereichen, die von der Sprechstimme nicht erreicht werden – deren Frequenz liegt bei Frauen bei 214, bei Männern bei 124Hz und im Vergleich dazu Sprechlaute 214Hz. Die Klangfarbe hängt vom individuellen Stimmorgan und dessen Größe ab. Unterschieden werden Lachsprechen, bei dem in das Sprechen hineingelacht, und Sprechlachen, bei dem in das Lachen gesprochen wird, was allerdings nicht mehr zu verstehen ist. Beide Formen sind aufmerksamkeitserregend. Lachhöhepunkte bezeichnen das Ausbrechen aus der gewöhnlichen Körperlachhaltung.

Jedes Lachverhalten ist verschieden, es hängt von der individuellen Lachbiografie und der Lachsozialisation ab.

Wie wurde im Elternhaus gelacht, in welchen Peerlachgruppen bewegt man sich, in welchen „Community of Practices“ wird heute abgelacht? Und natürlich ist das Lachen auch intraindividuell verschieden, je nach Situation und Rolle, ob als Zuhörende oder Sprechende.

### **3. Lachen von Frauen im Gespräch**

Warum lachen Frauen also wie die Hexen oder Hyänen, so schrill und hoch, an nicht nachvollziehbaren Stellen, zu früh, zu laut oder gar nicht?

Eine Erklärung, warum Frauen so viel lachen, findet sich in der Unterdrückungshypothese. Demnach lachen unterdrückte gesellschaftliche Gruppen besonders viel und lachen damit die Ungerechtigkeiten weg. Lachen erfüllt hier eine therapeutische Funktion, die Gruppen entwickeln einen ganz besonderen Humor, der ihre Lebensweise als eine „richtige“ und „normale“ hinstellt. Man denke an den berühmten jüdischen oder den Humor der schwarzen Kultur.

Diese Erklärung allein reicht natürlich nicht aus, denn keine Person ist rund um die Uhr nur Frau, Jüdin oder Mitglied einer schwarzen Kultur. Sie befindet sich in verschiedenen Gruppen und Situationen, und das Lachen übernimmt die unterschiedlichsten Funktionen. Und wie

bereits gesagt, erfolgen 90 Prozent des Lachens ohne Humor oder Komik.

Damit kommen wir zu den wichtigsten Funktionen des Lachens im Gespräch: der Strukturierung und der Hervorhebung. In meiner Studie zum Lachen der Frauen im Gespräch über Shopping und Sexualität zeigt sich dies ganz deutlich.

34 Frauen unterschiedlichen Alters und verschiedener Hintergründe wurden von mir interviewt und mit der Kamera aufgezeichnet. Sie wussten dabei nicht, dass es um das Thema Lachen ging. Die Gespräche dauerten 20 bis 90 Minuten und waren seriöser Art, sie waren nicht auf Lachen oder Humor angelegt. Das Thema Sex habe ich gewählt, weil ich mich als Sexologin damit beschäftige, aber vor allem, weil bei diesem immer noch tabuisierten Thema häufiges und ausgiebiges Lachen zu erwarten war. Die systematische Organisation und die Funktionen des Lachens würden also besonders deutlich hervortreten und analysierbar sein. Es zeigte sich, dass bis auf eine alle Frauen beim Thema Sex häufiger lachten, junge Frauen bis 30 überdurchschnittlich viel und ältere ab 60 weniger, was sich mit anderen Studien deckte. Frauen zwischen 40 und 50 lachten am offenmundigsten. Frauenbewegte Frauen lachten weniger als nicht frauenbewegte, setzten ihr Lachen aber gezielter ein.

Eine wesentliche Funktion des Lachens ist die Strukturierung. Ein Gespräch wird durch Lachen gegliedert. Zur Eröffnung und Beendigung wird freundlich gelacht, aber auch zur Markierung der Gesprächsmitte oder der -ränder. Auf solchen Gesprächsinseln kann dann abgelacht werden, die Schwere und Anstrengung der Begegnung oder des Gesprächsstoffes abgelassen werden.

Durch Lachen wird auch inhaltlich getrennt, werden wichtige Themen von weniger relevanten unterschieden, schwierige durch Lachen eingeführt, eine Akzeptanz wird geprüft, Themen werden durch Lachen beendet. Auch der Redebeitragwechsel kann durch Lachen organisiert werden. Am Schluss des Beitrags lacht die sprechende Person (hahaha), die zuhörende übernimmt das Lachen, beginnt also ihren Beitrag ebenfalls mit oftmals dem gleichen Lachen (hahaha), der Wechsel ist vollzogen. Und jeder einzelne Redebeitrag wird durch Lachen erneut gegliedert, es markiert Anfang und Ende und setzt Höhepunkte. Lachen dient also der inhaltlichen Gliederung und der formalen, auch Haupt- und Nebensätze können lachend unterschieden werden.

Die zweite wichtigste Funktion des Lachens ist die der Hervorhebung. Durch Lachen wird ein Akzent gesetzt, es wird genau das betont, was durch Lachen unterstrichen wird. Und das geht bis in die einzelne Silbe hinein. Offensichtlich und hörbar wird die Stelle, an der besonders laut oder ausgiebig gelacht wird, hervorgehoben. Zur Verständnissicherung wird aber zusätzlich das differenzierende Lachen eingesetzt, in das zu betonende Wort wird hineingelacht, und es wird mit Lachsilben umrahmt, aufmerksamkeiterregend lacht man im Vorfeld in das Wort hinein und verstärkt es noch einmal lachend im Nachhinein. „Hahaha das ist eine haha *luhustige* haha Person hahaha“ setzt einen anderen Schwerpunkt als „haha das ist eine lustige haha *Persohohon* haha hahaha. In seriösen Gesprächen erhellt so das Lachen die Gesprächsabsichten. Unverständliches Lachen kommt in diesen nicht vor, es wird von der lachenden Person sofort und wenn nötig wiederholt erklärt. In humorvollen

Gesprächen dagegen wird bewusst mit Mehrdeutigkeiten und der Verschleierung der Redeabsicht gearbeitet. Lachen kann auch einen selbstständigen Redebeitrag darstellen und während des Redebeitrags anderer erfolgen. Als Rückmeldung der Zuhörenden kann es Zustimmung bedeuten, aber auch Meinungsverschiedenheit, auf alle Fälle bedeutet es einen mehr oder weniger aktiven Hinweis, der später noch ausgearbeitet werden kann. Schließlich kann Lachen strategisch zur Erreichung eines Gesprächsziels eingesetzt werden. Mittlerweile ist bekannt, dass Frauen sehr erfolgreiche Interviewerinnen sind, weil sie durch eine gute und lachende freundliche Atmosphäre Informationen gewinnen, die andere nicht erhalten. Durch Lachen kann Kritik geäußert und Zeit gewonnen werden, können Konflikte reguliert oder heikle Themen unkenntlich gemacht werden. Lachen dient dem Aufbau und der Steuerung einer Gesprächsbeziehung und führt zu Solidarisierung. Lachen ist das soziale Gleitmittel, ohne das ein funktionierendes Gespräch nicht vorstellbar ist.

Eine Besonderheit sind die gemeinsamen Lachhöhepunkte, „soziale Orgasmen“ kommen unter Frauen besonders häufig vor. Ausgiebiges gemeinsames Lachen dient der gegenseitigen Bestätigung und Aufrechterhaltung, bedeutet aber nicht unbedingt inhaltliche Übereinstimmung. Oftmals kommen vollkommen synchrone Lachfolgen mit gleichem Vokal, gleicher Länge, gleicher Atmung, gleichem Einsatz und Abschluss vor und zeigen damit eine besondere Gesprächsbeziehung an. Dieses gemeinsame Lachen beim gemeinsamen Entwickeln von Geschichten inklusive des Aufgreifens von Wörtern oder Sätzen nennt sich „Duetting“ und



kommt auch in anderen Gesprächskulturen wie zum Beispiel der schwarzen vor. In meiner Studie geschah es vor allem auf Initiative der frauenbewegten Frauen, sie regten das gemeinsame solidarische Lachen deutlich stärker an als nicht frauenbewegte. Umgekehrt lachten sie aber weniger, als ich aufgrund ihres Bewusstseins für die gesellschaftlichen Widersprüche erwartet hatte. Häufiger als die gemeinsamen kommen aber die eigenen Lachhöhepunkte vor, Lachen allgemein erfolgt mehrheitlich in der eigenen Rede und auch hier nicht am Ende, wie man vermuten könnte, sondern mittendrin. An diesen Lachhöhepunkten wird deutlich, dass Lachen kein Herausplatzen ist, sondern systematisch organisiert ist. Die Merkmale eines Lachhöhepunktes sind vorbereitende integrierte Lachpartikel, ein- bis mehrsilbige Lacher, schnelleres Sprechtempo und erhöhte Sprechlage, Sprechlachen und Lachsprechen, Ablachen mit mehreren Lachreihen und Nachlachen. Eigenschaften, die bei sexueller Erregung wohl bekannt sind.

#### 4. Fazit

Lachen ist also zusammenfassend eine äußerst effektive biologische Einrichtung, die darüber hinaus bewusst herbeigeführt, trainiert, sozialisiert und kultiviert werden kann. Lachen kann außerdem ansteckend wirken. Lachen kann sowohl manuell als auch mental, sowohl symbolisch als auch imaginativ stimuliert werden. Frauen nutzen all die aufgeführten Funktionen und setzen sie sozialisationsbedingt gekonnt und differenziert in der Kommunikation ein. Während Männer andere gliedernde Kommunikationsmittel wie Husten, Räuspern oder „Ähhs“ verstärkt nutzen, lachen Frauen, Entspannung bringend und Stress reduzierend, in die männlich normierte

„Ernsthaftigkeit“ und „Objektivität“ hinein. Die Frauenbewegung hat das offenmundige Lachen und damit die Vielfalt wiederbelebt. „Good girls and bad girls can laugh out loud“

Barbara Merziger, Das Lachen von Frauen. Erscheinungsformen und Funktionen anhand einer Interviewanalyse. Saarbrücken 2007.  
Das Lachen der Frauen im Gespräch über Shopping und Sexualität, Dissertation im Internet veröffentlicht:  
<http://www.diss.fu-berlin.de/2005/274>