

## Gruppe 5

### Thema: Warum ist Gähnen ansteckend?

Schon beim Anblick einer gähnenden Person müssen die meisten Menschen sofort mitgähnen. Dabei gähnt man eher unfreiwillig. Es handelt sich beim Gähnen nämlich um einen Reflex. Der österreichische Verhaltensforscher Irenäus Eibl-Eibesfeldt fand heraus, dass Gähnen dazu diene, die Schlafgewohnheiten einer Gruppe aufeinander abzustimmen. Das gegenseitige Anstecken bewirkte, dass alle Personen etwa gleichzeitig müde würden und schlafen gingen. Ein solches Verhalten sei im Alltag durchaus wichtig: Würden nur einzelne schläfrig werden und Pause machen, andere dagegen zum Beispiel weiterziehen, wäre der Zusammenhalt der Gruppe gefährdet. Zu Zeiten, als die Menschen noch nicht in der Lage waren, miteinander zu sprechen, diene das Gähnen wahrscheinlich als ein sprachloses Kommunikationssignal, das uns wohl bis heute geblieben ist. Doch warum ist das Gähnen so anstecken? Einen entscheidenden Faktor bei einer solchen Ansteckung stellen sogenannte Spiegelneurone dar. Spiegelneurone sind Nervenzellen, die dazu dienen, das Verhalten des Gegenübers zu verstehen und nachzuahmen. Sie sind zum Beispiel auch dafür verantwortlich, dass wir mit anderen Mitleid empfinden, zurücklächeln, wenn sie lächeln, und weinen, wenn sie weinen.

Noch immer forschen Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler nach der genauen Ursache für dieses Phänomen. Schließlich ist bisher nicht bekannt, welchem Zweck das Gähnen wirklich dient.

Quelle: Guttenberger, Sophia: Warum ist Gähnen ansteckend?, Spektrum der Wissenschaft, 27. Mai 2014, online unter <https://www.spektrum.de/frage/warum-ist-gaehnen-ansteckend/1287858>; zuletzt abgerufen am 5.10.2025