

BUH!



Eine Halloween-Party schmeißen, Geisterbahn fahren oder sich gegenseitig erschrecken: Gruseln kann auch lustig sein!



Warum macht Gruseln so viel Spaß?

Wenn du dich gruselst, fühlst du zwei Dinge gleichzeitig: Angst und Sicherheit. Klingt komisch. Aber es ist so: Wenn uns jemand erschreckt, erschauern wir. Aber eigentlich wissen wir, dass uns nichts geschieht. Unser Gehirn liefert trotzdem das volle Programm. Es aktiviert das Angstzentrum, schüttet Botenstoffe wie Adrenalin aus. Doch dann merken wir: keine Gefahr. Puh! Wie zur Belohnung schüttet unser Hirn Botenstoffe aus, die glücklich machen.



Wovor gruseln wir uns überhaupt?

Was ich besonders gruselig finde: Wenn Quatsch mir Schauer-Geschichten erzählt! Ich weiß aber, dass viele Menschen sich zum Beispiel in Geisterbahnen, bei Dunkelheit, vor Clowns, Gruselfilmen, Spinnen, Schlangen oder unerwarteten Geräuschen gruseln. Aber eigentlich gruselt sich jede und jeder vor irgendetwas anderem.





Was passiert im Körper, wenn wir uns gruseln?

Du kennst das bestimmt: In Gruselmomenten fängt dein **Herz** an zu rasen, du atmest schneller, deine **Hände** werden feucht, der Magen flau, dein **Bauch** kribbelt oder du bekommst eine Gänsehaut. Schreck lass nach!

.... Die Hände werden feucht.

Der Bauch kribbelt.



...BOAH
GRUSELIG



Was hat Halloween mit Gruseln zu tun?

Das Fest hat einen spannenden geschichtlichen Hintergrund: Vermutlich hat Halloween seinen Ursprung in dem Kelten-Fest „Samhain“. Das Fest steht für den Wechsel des Sommers in die kalte Jahreszeit. Die Kelten glaubten, dass zu dieser Zeit die Toten auf die Erde zurückkehren, um den Lebenden einen Schrecken einzujagen. Deshalb verkleideten sich die Menschen. Sie hofften, die Toten würden sie nicht als Lebende erkennen!



Was unterscheidet Gruseln vom Angst haben?

Angst ist ein viel stärkeres Gefühl als sich zu gruseln. Manche Forschende glauben, den Unterschied zu kennen: Angst spüren wir in echten Gefahren-Situationen, wie zum Beispiel bei einem Unfall. In einem solchen Moment gruseln wir uns nicht, wir spüren blanke Angst! Gruseln tun wir uns eher, wenn wir nicht sofort wissen, ob eine echte Bedrohung besteht. Etwa wenn wir im Dunkeln heimlaufen und im Gebüsch etwas raschelt. Könnte ja auch nur eine verschmuste Katze sein...

