

Fremdsprachen durch Entspannung oder per Computer

Lernwillige treffen auf eine Fülle neuer Methoden

Nie zuvor war die Beherrschung fremder Sprachen so wichtig wie heute. Je erfolgreicher im Beruf, umso größer die Wahrscheinlichkeit, früher oder später auch fremdsprachliche Informationen verarbeiten zu müssen. Wer sich in der Schule drückte, muß das Versäumte manchmal binnen weniger Wochen nachholen. Neue Methoden und Medien helfen dabei.



Acht Männer und Frauen haben sich auf den im Halbkreis stehenden Liegen ausgestreckt. Die Augen geschlossen, lauschen sie der beruhigenden Barockmusik, die leise aus dem Kassettengerät tönt. Eine junge Frau, die bis jetzt ein wenig abseits auf ihrem Stuhl gewartet hatte, gibt nun leise Anweisungen auf Französisch - Anweisungen, wie man sie aus dem autogenen Training kennt. Sie sollen den Liegenden helfen, sich Schicht um Schicht immer tiefer zu entspannen. Dann, nach einer weiteren

kurzen Pause, beginnt die Frau, in ruhigem Tonfall eine kleine französische Geschichte vorzulesen.

Wir sind in einem suggestopädischen Sprachtraining. Die Teilnehmer, Mitarbeiter einer großen deutschen Brauerei, sollen sich auf Wunsch der Geschäftsleitung französische Sprachkompetenz erwerben, um mit den Kollegen in französischen Tochterunternehmen besser kommunizieren zu können. Wer sie da so liegen sieht, wird zwangsläufig neidisch. Angenehmer

kann Lernen wirklich nicht sein. Und effizient ist es außerdem, weil sich Lernblockaden erfahrungsgemäß in der Entspannung auflösen.

Suggestopädie: Lernen in der Entspannung

Tatsächlich gehört die Suggestopädie zu den großen pädagogischen "Erfindungen" dieses Jahrhunderts. Ursprünglich von

dem Bulgaren Lozanov entwickelt, wurde der Ansatz später in den USA zum sogenannten Superlearning weiterentwickelt. Die Methode ist heute weitverbreitet, und durchaus nicht nur im Sprachunterricht. Selbst Trainer, die eigentlich anderen methodischen Konzepten folgen, machen - bewußt oder unbewußt - immer wieder Anleihen bei der Suggestopädie, deren Grundprinzip das Lernen in der Zwanglosigkeit ist. Eine Zwanglosigkeit, die nicht nur über regelmäßig eingestreute Entspannungen, sondern ebenso durch Übungen spielerischen Charakters entsteht. Mit Urlaub sollte man dieses Training dennoch nicht verwechseln.

Suggestopädisch arbeitende Lehrer versuchen bei den Lernenden verstärkt die rechte Gehirnhälfte anzusprechen. Sie ist nach Auskunft der Gehirnforschung für das Denken in Bildern zuständig, das seinerseits das Langzeitgedächtnis unterstützt. Demgegenüber werden die Leistungen der linken, rational und analytisch denkenden Gehirnhälfte seltener gefordert. Schließlich sind westlich geprägte Menschen in aller Regel ohnehin linkshirnig orientiert. Und da die linke Gehirnhälfte auch für Kritik und Selbstkritik zuständig ist, darf man hier die Quelle vieler Lernhemmungen vermuten. Denn wer sich selber bei den ersten Versuchen in der fremden Sprache "doof" findet, wird kaum Lust zum Weitermachen verspüren.

Ist die Suggestopädie also am Ende die Methode überhaupt, um Sprachen endlich "schmerzlos" zu lernen? Dazu sagen Fachleute ein deutliches "Jein". Die alleinseigmachende Methode gibt es nicht - und wird es nicht geben, schon weil Lernende ganz unterschiedliche Lernziele und Voraussetzungen haben. So eignet sich die Suggestopädie zwar erwiesenermaßen, um Ängste vor dem Sprachenlernen abzubauen, aber die Erfolge sind sehr stark von der Qualität des Lehrers abhängig. Außerdem: Nicht jeder hat Zeit (und Geld) für ein Gruppentraining. Und mancher lernt überhaupt lieber allein, was nach der suggestopädischen Methode nur beschränkt möglich ist, obgleich zum Beispiel die vom PLS- Verlag dafür angebotenen Kassetten von guter Qualität sind. Zum Erreichen des Entspannungszustands kann man auch auf sogenannte Mind Machines zurückgreifen, wie sie etwa von Brainlight in Goldbach angeboten werden.