

SPRACHE IN BEWEGUNG / LANGUAGE ON THE MOVE

A word from your editors...

 Nikola Mayer & Laura Loder
Büchel | PH Zürich


Prof. Dr. Nikola Mayer and Dr. Laura Loder Büchel are teacher trainers at the Zurich University of Teacher Education.



Sie haben es sicherlich auch schon irgendwo gelesen «Sitzen ist das neue Rauchen.» Was wie eine reisserische Schlagzeile aus einem Boulevard Magazin klingt, stammt von Dr. James Levine, dem Leiter des Obesity-Solutions-Projekts an der Mayo Clinic der Arizona State University, der zu Lösungen bei Übergewicht forscht. Bewegung ist (über-)lebensnotwendig und das Bewusstsein dafür wächst. Viele von uns besitzen einen Bewegungstracker, der unsere Schritte aufzeichnet und uns anspornt, in Bewegung zu kommen. Auch aus Sicht der Hirnforschung lässt sich belegen, dass Bewegung nicht nur für einen straffen Körper relevant ist, sondern auch für ein aktives und gesundes Gehirn. Aerobe Bewegung fördert die Produktion der Aminosäure NAA (Natrium-Acetylaspartat) und diese wiederum «unterstützt die Gesundheit der Neuronen und verlangsamt dadurch die altersbedingte Schrumpfung der Gehirnrinde.» (Macedonia 2018: 65)

Während ich das in den Computer tippe, sitze ich wieder einmal am Schreibtisch und versuche meine Gedanken zum The-

ma «Sprache in Bewegung» / «Language on the move» zu ordnen. Dabei weiss ich, dass mir das oft besser gelingt, wenn ich durch die Wohnung laufe oder draussen im Park spazieren gehe. Dann fliessen die Gedanken im Rhythmus meiner Schritte und nach und nach kann ich die Gedankenstränge sortieren, formen sich die Ideen. Wenn ich das mache, komme ich automatisch in einen inneren Dialog, setze Gestik und Gesten ein, vor allem die Arme und Hände, um mir selbst zu veranschaulichen oder zu bestärken, um was es geht.

Ein Blick in die Schulzimmer zeigt ein ähnliches Bild. Den grössten Teil der Stunde verbringen die Schülerinnen und Schüler sitzend an ihren Tischen. Das gilt auch für den Fremdsprachenunterricht. Sprache in Bewegung / Language on the move – ist deshalb ein wichtiges Desiderat, denn auch unsere Schülerinnen und Schüler sitzen viel zu viel und erleben viel zu wenig die natürliche und belebende Verbindung zwischen Sprache und Bewegung.

How do we bring the body back into language teaching? What is happening in our brains when we are visualizing, moving, acting? Can I really learn a language like this?

So what inspired this issue on language and movement?

- > a leg operation with a three-month stint on crutches where life slowed down and every word read or heard and every observation made was etched into my inner psyche because I wasn't fast enough for anything to pass me by...
- > reading Bergen's "Louder than Words" (2012) and asking myself how this can be applied to foreign language teaching because it DOES.....
- > Pilates - at the end of every session there is a small quiet visualization exercise. Pilates is in German, I'm an English speaker - As I lie exhausted on the mat, I picture myself in a meadow - but wait, is it "die oder der oder das Wiese"? And there's an eagle - oops - hedgehog or eagle? Wait, why is the sky "azurblau" and why can't I even picture that color?? Wait..... where am I now? And am I the eagle or the hedgehog?...
- > a huge focus on IT in schools - kids hunched over their screens learning to program and sitting for hours at a time.....

All these things have been running through my head over the past few years - how do we embody language? How do we bring the body back into language teaching? What is happening in our brains when we are visualizing, moving, acting? Can I really learn a language like this?

Vom ganzheitlichen Lernen zum Embodiment Learning

Die Auffassung, dass Lernen nur im Kopf stattfindet und Konzentration am besten im Sitzen, hält sich über Generationen. Laut Descartes wird sich der durch seine Ratio bestimmte Mensch erst indem er sich als Denkender wahrnimmt auch seiner körperlichen Existenz bewusst: «cogito ergo sum». Körper/Materie und Geist sind für Descartes zwei getrennte Prinzipien. Das dualistische Prinzip, das die westliche Denkkultur geprägt hat, spaltet somit den Menschen in einem «Akt der Entfremdung» von sich selbst. Dies blieb nicht ohne Folgen für das schulische Lernen. Besonders prägnant hat dies Carl Rogers, einer der Vertreter der Humanistischen Psychologie, die auf einem explizit ganzheitlichen Bild des Menschen als Einheit aus Körper, Seele und Geist beruht, mit Blick auf Erziehung und Schule ausgedrückt:

"Each year I become more pessimistic about what is going on in educational institutions. They have focused so intently on the cognitive and have limited themselves so completely to 'education from the neck up' [...] As a consequence of this overstress on the cognitive, and of the avoidance of any feeling connected with it, most of the excitement has gone out of education." (Rogers 1972: 40f)

Dabei ist es kein neues Anliegen, den

Fokus auf die Verbindung von Körper und Geist zu legen. Reformpädagogische Ansätze wie z.B. von Freinet, Kerschensteiner und Montessori vertraten bereits zu Beginn des 20. Jahrhunderts die Auffassung, dass in der klassischen «Kopfschule», die die Leiblichkeit der Schülerinnen und Schüler ignoriert, kein wirkliches Lernen und keine Entfaltung der Persönlichkeit möglich sei. In diesem Jahr feiert die Waldorf-Schule ihr 100jähriges Bestehen und von Anfang an war die Einbindung des Körpers und der Emotionen über Theaterspiel, Tanz und Rhythmus («Eurhythmie») in den Lernprozess fester Bestandteil dieses reformpädagogischen Konzepts, auch für das Lernen einer Fremdsprache. Vor allem im frühen Fremdsprachenlernen wurden einige dieser Ansätze aufgegriffen und haben sich dort als wirksam etabliert. Überhaupt ist das frühe Fremdsprachenlernen in der Primarstufe zumeist bewegter und emotionaler als der Unterricht auf der Sekundarstufe.

Das humanistische Menschenbild (die Einheit aus Körper, Seele und Geist) hat nach wie vor Bestand, aber der durchaus ideologiefähige Begriff des «ganzheitlichen Lernens» wird heute zunehmend durch aus den Neuro- und Kognitionswissenschaften stammenden Begriffen wie «embodiment» / «embodied cognition» / «embodiment learning» abgelöst. Die sogenannte «Body-Mind-Interacti-

on» unterstreicht, dass Körper und Geist funktional zusammenhängen und ohne den Körper auch unsere Gedanken bzw. unser Bewusstsein nicht möglich wären. Manuela Macedonia bezeichnet den Körper sogar als «learning tool», der uns dabei unterstützt, Neues aufzunehmen und nachhaltig abzuspeichern. Besonders das bewegte Lernen ist gut erforscht – unser Körper ist für Bewegungen gemacht und somit ist auch unser Gehirn darauf programmiert, Bewegungen zu initiieren und auszuführen. Arndt und Sambanis kommentieren dies folgendermassen: «Etwa ein Drittel des Gehirns ist mit der Planung, Koordination und Ausführung von Bewegungen befasst. Warum sollte man das im Unterricht nicht bewusst adressieren?» (Arndt / Sambanis 2017: 146) Die Bewegungen können verschiedener Art sein – so kann beim Vokabellernen eine Geste parallel zum Wort gelernt und gespeichert werden. Oder, wenn die Schülerinnen und Schüler im Kreis laufen und jeder ein bestimmtes Wort murmelt, dann kann die Bewegung den zugrundeliegenden Rhythmus von Wörtern unterstreichen. Bewegungen können aber auch mit Instruktionen begleitet werden, wie dies beim Yoga der Fall ist, und so Sprache und Bewegung miteinander verbinden. Auch Mimik und Gestik begleiten die Sprache und hinterlassen einen oftmals kulturell geprägten Eindruck. Beim Theaterspiel fließen verschiedene dieser

Fokus auf die Verbindung von Körper und Geist zu legen. Reformpädagogische Ansätze wie z.B. von Freinet, Kerschensteiner und Montessori vertraten bereits zu Beginn des 20. Jahrhunderts die Auffassung, dass in der klassischen «Kopfschule», die die Leiblichkeit der Schülerinnen und Schüler ignoriert, kein wirkliches Lernen und keine Entfaltung der Persönlichkeit möglich sei. In diesem Jahr feiert die Waldorf-Schule ihr 100jähriges Bestehen und von Anfang an war die Einbindung des Körpers und der Emotionen über Theaterspiel, Tanz und Rhythmus («Eurhythmie») in den Lernprozess fester Bestandteil dieses reformpädagogischen Konzepts, auch für das Lernen einer Fremdsprache. Vor allem im frühen Fremdsprachenlernen wurden einige dieser Ansätze aufgegriffen und haben sich dort als wirksam etabliert. Überhaupt ist das frühe Fremdsprachenlernen in der Primarstufe zumeist bewegter und emotionaler als der Unterricht auf der Sekundarstufe.

Das humanistische Menschenbild (die Einheit aus Körper, Seele und Geist) hat nach wie vor Bestand, aber der durchaus ideologiefähige Begriff des «ganzheitlichen Lernens» wird heute zunehmend durch aus den Neuro- und Kognitionswissenschaften stammenden Begriffen wie «embodiment» / «embodied cognition» / «embodiment learning» abgelöst. Die sogenannte «Body-Mind-Interacti-

on» unterstreicht, dass Körper und Geist funktional zusammenhängen und ohne den Körper auch unsere Gedanken bzw. unser Bewusstsein nicht möglich wären. Manuela Macedonia bezeichnet den Körper sogar als «learning tool», der uns dabei unterstützt, Neues aufzunehmen und nachhaltig abzuspeichern. Besonders das bewegte Lernen ist gut erforscht – unser Körper ist für Bewegungen gemacht und somit ist auch unser Gehirn darauf programmiert, Bewegungen zu initiieren und auszuführen. Arndt und Sambanis kommentieren dies folgendermassen: «Etwa ein Drittel des Gehirns ist mit der Planung, Koordination und Ausführung von Bewegungen befasst. Warum sollte man das im Unterricht nicht bewusst adressieren?» (Arndt / Sambanis 2017: 146) Die Bewegungen können verschiedener Art sein – so kann beim Vokabellernen eine Geste parallel zum Wort gelernt und gespeichert werden. Oder, wenn die Schülerinnen und Schüler im Kreis laufen und jeder ein bestimmtes Wort murmelt, dann kann die Bewegung den zugrundeliegenden Rhythmus von Wörtern unterstreichen. Bewegungen können aber auch mit Instruktionen begleitet werden, wie dies beim Yoga der Fall ist, und so Sprache und Bewegung miteinander verbinden. Auch Mimik und Gestik begleiten die Sprache und hinterlassen einen oftmals kulturell geprägten Eindruck. Beim Theaterspiel fließen verschiedene dieser

Vielmehr geht es uns darum, Denken und Tun in Bewegung zu bringen und weitere Möglichkeiten des Fremdsprachenlernens zu eröffnen.

Bewegungsaspekte im Medium der Sprache zusammen und führen dazu, dass wir diese Situationen häufig als besonders authentisch und bewegend erleben und nachhaltig abspeichern.

At the moment, schools are on an IT kick – and on an LP21 kick – but what happened to “back to the basics”? What is the role of “experiencing” with one’s mind and one’s body? As I sit on this computer, I want to be out and about, smelling the roses, chatting with a friend in any language and making sense in a world of nonsense and trying to figure out if a rose with another name would smell the same. But how can teachers set up such settings for learners who may not be interested in taking advantage of the opportunities or see the sense in such moments? How can we convince teachers that part of teaching is getting away from worksheets and really embracing “learning by doing”?

Unser Anliegen für diese Babylonía Ausgabe

Unser Anliegen ist es nicht, alle diese Fragen zu lösen und wir haben auch nicht die Antworten darauf parat. Vielmehr geht es uns darum, Denken und Tun in Bewegung zu bringen und weitere Möglichkeiten des Fremdsprachenlernens zu eröffnen. Die hier vorgestellten Beiträge sind ein Anfang. We can look at this issue of Babylonía from many angles –

we know the combination of excellent articles that we have put together for you is slightly eclectic, but what they all do is move and they all offer a way in which movement can be part of learning a language. We offer you alternative ways of teaching (thinking outside of the box) and alternative ways of seeing, as we all need new glasses occasionally. We invite you to escape into a world of mind and body within this issue of Babylonía.

Bibliografie

- Arndt, P. A. / Sambanis, M. (2017). *Didaktik und Neurowissenschaften: Dialog zwischen Wissenschaft und Praxis*. Narr Studienbücher. Bergen, B. (2012). *Louder Than Words: The New Science of How the Mind Makes Meaning*. New York: Basic Books.
- Macedonia, M. (2018). *Beweg Dich! Und Dein Gehirn Sagt Danke*. Christian Brandstätter Verlag Wien.
- Rogers, C. (1972). «Bringing together ideas and feelings in learning.» In: *Learning Today* 5 / 1972: 32-43.