

Edelmann, Walter

## Suggestopädie - ganzheitliches Lernen?

Unterrichtswissenschaft 19 (1991) 1, S. 6-22



Quellenangabe/ Reference:

Edelmann, Walter: Suggestopädie - ganzheitliches Lernen? - In: Unterrichtswissenschaft 19 (1991) 1, S. 6-22 - URN: urn:nbn:de:0111-pedocs-296903 - DOI: 10.25656/01:29690

<https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0111-pedocs-296903>

<https://doi.org/10.25656/01:29690>

in Kooperation mit / in cooperation with:

# BELTZ JUVENTA

<http://www.juventa.de>

### Nutzungsbedingungen

Gewährt wird ein nicht exklusives, nicht übertragbares, persönliches und beschränktes Recht auf Nutzung dieses Dokuments. Dieses Dokument ist ausschließlich für den persönlichen, nicht-kommerziellen Gebrauch bestimmt. Die Nutzung stellt keine Übertragung des Eigentumsrechts an diesem Dokument dar und gilt vorbehaltlich der folgenden Einschränkungen: Auf sämtlichen Kopien dieses Dokuments müssen alle Urheberrechtshinweise und sonstigen Hinweise auf gesetzlichen Schutz beibehalten werden. Sie dürfen dieses Dokument nicht in irgendeiner Weise abändern, noch dürfen Sie dieses Dokument für öffentliche oder kommerzielle Zwecke vervielfältigen, öffentlich ausstellen, aufführen, vertreiben oder anderweitig nutzen.

Mit der Verwendung dieses Dokuments erkennen Sie die Nutzungsbedingungen an.

### Terms of use

We grant a non-exclusive, non-transferable, individual and limited right to using this document.

This document is solely intended for your personal, non-commercial use. Use of this document does not include any transfer of property rights and it is conditional to the following limitations: All of the copies of this documents must retain all copyright information and other information regarding legal protection. You are not allowed to alter this document in any way, to copy it for public or commercial purposes, to exhibit the document in public, to perform, distribute or otherwise use the document in public.

By using this particular document, you accept the above-stated conditions of use.

### Kontakt / Contact:

peDOCS  
DIPF | Leibniz-Institut für Bildungsforschung und Bildungsinformation  
Informationszentrum (IZ) Bildung  
E-Mail: [pedocs@dipf.de](mailto:pedocs@dipf.de)  
Internet: [www.pedocs.de](http://www.pedocs.de)

Digitalisiert

Mitglied der

  
Leibniz-Gemeinschaft

---

# Unterrichtswissenschaft

Zeitschrift für Lernforschung  
19. Jahrgang / Heft 1 / 1991

---

## Thema:

### **Suggestopädie — eine neue Form des Fremdsprachenunterrichts?**

Verantwortlicher Herausgeber:  
Prof. Dr. Hans-Jürgen Krumm

Hans-Jürgen Krumm:

„Alternative Methoden“ für den Fremdsprachenunterricht:  
Einführung 2

Walter Edelmann:

Suggestopädie — ganzheitliches Lernen? 6

Uschi Felix:

Die Effektivität der suggestopädischen Methode  
im Licht empirischer Untersuchungen 23

Herbert Holtwisch:

Alternatives Fremdsprachenlernen in der Regelschule 48

Ludger Schiffler:

Suggestopädie in einer „Versager“-Klasse 67

Rainer Dieterich:

Studien zur Psychologie und Physiologie  
entspannter Lernprozesse 76

**Buchbesprechungen 93**

---

Walter Edelmann

## Suggestopädie — ganzheitliches Lernen?

### Suggestopedia — a Holistic Learning Theory?

---

*In den letzten Jahren werden von zahlreichen Instituten Sprachkurse und Cassetten-Programme unter der Bezeichnung „Suggestopädie“ oder „Superlearning“ angeboten. Dabei wird das Verfahren als „revolutionäre Lernmethode“ angepriesen. Während wir mit „traditionellen Lernmethoden“ angeblich nur 10% unserer geistigen Kapazität ausschöpfen, sollen sich durch „Sanftes Lernen“, Lernen ohne Streß“, „Lernen in der halben Zeit“ die Leistungen ganz erheblich verbessern lassen.*

*Das suggestopädische Lehrverfahren wurde von dem bulgarischen Therapeuten und Pädagogen Georgi Lozanov entwickelt. Pädagogik ist nach allgemeinem Verständnis weitgehend eine Bewußtseins-Pädagogik und Didaktik zielt vorrangig auf rationale Steuerung des Lehr-Lern-Prozesses. Im Gegensatz hierzu betont die Suggestopädie eine parabewußte (= suggestive) Beeinflussung des Lernalters. In diesem Aufsatz wird besonderer Wert auf die empirische Überprüfung der behaupteten Ergebnisse gelegt. Zum Abschluß wird der Beitrag der suggestopädischen Lehr-Lern-Prinzipien zu einer veränderten Auffassung von menschlicher Informationsverarbeitung kurz diskutiert.*

*During the last few years numerous institutions have offered language courses and programmes on cassette which are described by the terms „suggestopedia“ and „superlearning“. They extol the method as a „revolutionary way of learning“. Whereas with „traditional methods of learning“ we allegedly make use of only 10% of our mental capacity, it is claimed that we can improve our performance considerably by means of „gentle learning“, „learning without stress“ and „learning in half the time“.*

*Suggestopedia as a teaching method was evolved by the Bulgarian therapist and educationalist Georgi Lozanov. In general, educational theory is conceived as a discipline which concerns itself with conscious processes, the aim of didactics being primarily to control and direct the methods of teaching and learning along rational lines. In contrast to this, suggestopedia chooses to emphasize the para-conscious (= suggestive) influence on the learner. This essay attaches particular importance to a comparison of the empirical findings with the results that suggestopedia claims to produce. Finally there is a short discussion on how the teaching and learning methods espoused by suggestopedia can contribute to changing ideas of the way in which human beings process information.*

## 1. Die Methode

Seit Anfang der 60er Jahre studierten sowjetische Pädagogen die Anwendung der *Relaxopädie* (= Lernen im Zustand von körperlicher und psychischer Entspannung) und der *Hypnopädie* (= Lernen unter Hypnose oder während des Schlafes). Der bulgarische Therapeut und Pädagoge Georgi Lozanov, der diese Studien kannte, untersuchte die *suggestive Hypermnésie* (= sehr gesteigerte Gedächtnisleistung durch suggestive Einflüsse). Er bezeichnet sein Arbeitsgebiet als *Suggestologie*

(= Lehre von der Suggestion) und spricht im Falle des Einsatzes von Suggestion zur Verbesserung des Lernens von *Suggestopädie* (= Suggestionpädagogik).

Lozanov (1982) arbeitete vorzugsweise im Bereich des Fremdsprachenlernens. Meist handelte es sich dabei um Intensivkurse für Studenten bzw. Berufstätige. Die Teilnehmerzahl war auf 12 Schüler begrenzt. Im Unterrichtsraum waren spezielle Sessel in einem offenen Kreis aufgestellt.

Lozanov spricht davon, daß in jedem suggestiven Prozeß ein *Ritual* im Mittelpunkt steht. In der Suggestopädie ist dies die *Sitzung*. Sie besteht aus zwei „Lernkonzerten“.

Beim ersten Konzert (aktiver Teil) wird der Lehrtext vom Lehrer in verschiedener Intonation (normal, flüsternd, laut) gesprochen. Die Schüler lesen den Text mit. Dazu erklingen langsame Sätze aus Werken von Mozart, Haydn, Beethoven. Beim zweiten Konzert (passiver Teil) herrscht eine normale Sprechweise vor, wobei sich die Stimme des Lehrers der Musik unterordnet. Nur der Lehrer liest und die Lernenden hören zu. Die Musik (langsame Sätze von Barock-Musik mit etwa 60 Schlägen pro Minute) ist nicht nur Hintergrund. Lozanov betont, daß sie eine ähnliche Funktion wie im Konzertsaal aufweist.

Das Material eines Kurses umfaßt in der Regel 2000 lexikalische Einheiten (LE). Dies sind Wörter oder Wortgruppen als sprachliche Einheiten (z.B. „to speak“ — sprechen; „to make a speech“ — eine Rede halten). Bei berufstätigen Teilnehmern handelte es sich um Monatskurse von 24 Tagen mit jeweils 4 Unterrichtsstunden. Bei Studenten wurde der Lehrstoff in Ganztagskursen in 10 Tagen vermittelt. Im ersten Fall wurden demnach täglich etwa 84 und im zweiten Fall täglich etwa 200 neue LE eingeführt.

Daß es sich um ein außerordentlich umfangreiches Lernmaterial handelt, wird anschaulich, wenn man folgende Tatsache bedenkt: Nach den niedersächsischen Rahmenrichtlinien für Englisch soll der Umfang des *aktiv verfügbaren Wortschatzes* in der Hauptschule bis zum Ende des 9. Schuljahres 1500 Wörter, in der Realschule bis zum Ende des 10. Schuljahres 2000 Wörter und im Gymnasium bis zum Ende des Sekundarbereichs I 2500 Wörter betragen.

## 2. Lozanovs Auffassung von Suggestion

Lozanov versucht eine allgemeine Theorie der Suggestion aufzubauen. Er diskutiert ausführlich ihre zentrale Stellung in der Hypnose und ihre Bedeutung für die Therapie. Dieser Ansatz wird erweitert auf die Darstellung suggestiver Einflüsse auf den Menschen in seiner normalen materiellen und sozialen Umwelt. Seine Auffassung läßt sich unter folgenden drei Stichworten darstellen: Parabewußte Beeinflussung, Antisuggestive Barrieren, Aktivierung der Reserve-Kapazitäten.

### *Parabewußte Beeinflussung*

Wahrnehmungen im normalen Wachzustand können entweder relativ klar bewußt oder nur unvollständig bewußt (= parabewußt) sein. Letztere bezeichnet Lozanov als Suggestion. Dies ist ein sehr weiter Begriff von Suggestion.

Von besonderer Bedeutung sind hierbei die Einflüsse der sozialen Umwelt. Neben den Auswirkungen sozialer Normen ist besonders die Kommunikation zwischen Individuen zu nennen.

### *Antisuggestive Barrieren*

Bei der Kommunikation zwischen Personen kann die meist relativ komplexe Botschaft, etwas vereinfacht gesagt, auf einer bewußten und auf einer parabewußten (nicht klarbewußten) Ebene empfangen werden. Bei einer solchen Interaktion kann es unter Umständen notwendig sein, daß im Sinne einer Selbstschutzmaßnahme die suggestive Botschaft abgewehrt wird.

Nach Lozanov gibt es zu diesem Zweck drei *anti-suggestive Barrieren*:

- die kritisch-logische Barriere, die alles abwehrt, was den Eindruck mangelnder logischer Fundierung und Zielgerichtetheit aufweist;
- die intuitiv-affektive Barriere, die alles abwehrt, das nicht Vertrauen und ein Gefühl der Sicherheit vermittelt;
- die ethische Barriere, die alles abwehrt, das nicht in Übereinstimmung mit den ethischen Prinzipien und kulturellen Normen des Adressaten steht.

Um die Wirksamkeit der Suggestion zu gewährleisten, ist es erforderlich, den Inhalt der suggestiven Botschaft mit den Persönlichkeitsstrukturen des Empfängers in Übereinstimmung zu bringen. Beispielsweise ist es bei der Überwindung der intuitiv-affektiven Barriere zunächst nötig, den Lerner von negativen Vorstellungen und Emotionen zu befreien. Es ist erforderlich, die in der Kindheit und Jugend aufgebauten Vorstellungen von der Mühseligkeit des Lernens, von der geringen intellektuellen Leistungsfähigkeit und von der Begrenztheit des Gedächtnisses durch Desuggestion abzubauen. Erst dann kann durch positive Suggestion der Lernvorgang mit angenehmen Emotionen und Erfolgsoversicht verknüpft werden.

### *Aktivierung der Reserve-Kapazitäten*

Der Mensch verfügt über Leistungsmöglichkeiten, von denen er nichts weiß. Diese intellektuellen Reserve-Kapazitäten werden besonders unter desuggestiv-suggestiven Bedingungen, d.h. in einem befreienden und ermutigenden Kommunikationsprozeß aktiviert. Das Zusammenwirken kognitiver und emotional-motivationaler Prozesse soll beim suggestopädischen Lernprozeß zu einer deutlich verbesserten Aufnahmefähigkeit und zu einer gleichermaßen verbesserten Gedächtnisleistung führen. Die Optimierung des Lernens wird hirnbiosologisch erklärt. Es findet eine

doppelte Integration statt: Das Zusammenwirken der linken und rechten Hemisphäre mit ihren komplementären Funktionen und die Interaktion von kortikalen und subkortikalen Strukturen.

### **3. Anwendung der Suggestopädie in der Praxis**

Unter diesem Gesichtspunkt spielen Autorität und Infantilisierung, Lernen auf zwei Ebenen und Pseudopassivität eine wichtige Rolle. Lozanov spricht in diesem Zusammenhang von Mitteln der Suggestion.

#### *Autorität und Infantilisierung*

Ein wesentliches pädagogisches Prinzip der Suggestopädie sind Autorität auf der Seite des Lehrers und Infantilisierung auf der Seite des Schülers. Autorität und Prestige des Lehrers schaffen beim Schüler eine Atmosphäre des Respekts und des Vertrauens. Diese quasi kindliche Lernhaltung gibt dem Lerner innere Ruhe und steigert seine Aufnahmefähigkeit.

#### *Lernen auf zwei Ebenen*

Die allgemeine Funktion der Kommunikation ist eine Übermittlung von Informationen. Neben der rationalen, relativ klar bewußten Beeinflussung durch verbal übermittelte Botschaften bilden parabewußte Wahrnehmungen im Rahmen der nonverbalen Kommunikation eine wichtige „zweite Ebene“. Lozanov ist der Meinung, daß ein solches nonverbales Eindrucksmanagement für Ärzte, Therapeuten und suggestopädische Lehrer von geradezu ausschlaggebender Bedeutung sei. Solch nonverbale Zeichen haben darüber hinaus eine wichtige Funktion bei der Bedeutungserfassung sprachlicher Äußerungen und deren Speicherung („Input-reiche“ Gestaltung der Lernsituation). Als Beispiel für (nonverbale) vokale Phänomene werden Intonation und Rhythmus hervorgehoben.

#### *Pseudopassivität*

Diese nur scheinbare Passivität bedeutet zunächst körperliche Entspannung. Bedeutsamer ist jedoch eine geistige Entspannung, die durch eine heitere, vertrauensvolle Einstellung zum Unterricht und durch die Darbietung von Musik (besonders im 2. Konzert) erreicht wird. Es wird unterstellt, daß in diesem Zustand der Pseudopassivität sich in Wirklichkeit vielfältige psychische Prozesse abspielen, die die eigentliche Ursache der verstärkten Informationsverarbeitung und Verbesserung der Gedächtnisleistung darstellen.

### **4. Die suggestopädische Lehr-Lern-Sequenz**

Das Hauptwerk von Lozanov wurde durch die englische Übersetzung ab 1978 im Westen bekannt. In der Folgezeit entwickelte sich eine Reihe von

Varianten der ursprünglichen Methode, die unter den Bezeichnungen *Superlearning* (Ostrander & Schroeder 1986), *SALT* = System of Accelerative Learning Techniques (Schuster & Gritton 1986), *Suggestopädie* (Philipov 1981), *Psychopädie* (Baur 1984), *ACT* = Acquisition through creative teaching (Dhority 1986) propagiert wurden.

*Die suggestopädische Lehr-Lern-Sequenz weist folgende Grundstruktur auf:*

*(1) Vorbereitungsphase*

*Diese Phase kann sehr unterschiedlich organisiert sein. Sie kann beispielsweise enthalten:*

- *Positive Suggestion*
- *Imaginationsübungen*
- *Vergabe fiktiver Identitäten.*

*(2) Kognitive Phase*

*Hauptinhalte sind:*

- *Globale Sinnvermittlung und aktive Bearbeitung des Materials im Detail*
- *ggf. Visualisierung des Lernmaterials*
- *besonders beim Sprachenlernen auch dramatische Präsentation, Dialog, Pantomime u.ä.*

*(3) Rezeptive Phase*

*Allmählicher Übergang zu „Pseudopassivität“ und „innerer Aktivität“.*

*Innerhalb der Rezeptiven Phase lassen sich (wie beispielsweise bei Philipov 1981) vier Stufen unterscheiden:*

- *Einführungsinstruktion*  
*Informationen über den Ablauf der Rezeptiven Phase und Fortsetzung der positiven Suggestion aus der Vorbereitungsphase*
- *Erste Konzert-Sitzung*  
*Lehrer liest Material ausdrucksvoll vor, Lerner lesen mit. Langsame Sätze aus Orchesterwerken der Klassik*
- *Entspannungsübung*  
*(Meist) verbalinduzierte Entspannung mit Musik*
- *Zweite Konzert-Sitzung*  
*Entscheidender Abschnitt der Sequenz*  
*Nur noch akustische Darbietung des Stoffes*  
*Langsame Sätze aus Orchesterwerken des Barock*  
*„Pseudopassivität“.*

*(4) Aktivierungsphase*

*Auch als Übungsphase(n) bezeichnet. Meist in zwei Abschnitte gegliedert:*

- *Aktivierung passiven Wissens*
- *Transfer und Anwendung in spielerischer und kommunikativer Form.*

## **5. Merkmale suggestopädischer Lehrverfahren**

Als wesentliche Merkmale des suggestopädischen Ansatzes sind anzusehen:

- (1) Betonung der parabewußten Beeinflussung des Lerners, besonders durch Elemente der nonverbalen Kommunikation und durch spezifische Gestaltung der Lernumwelt (Klassenraum).
- (2) Überwindung von Lernhemmungen durch desuggestiv-suggestive Beeinflussung, Schaffung einer von positiven Emotionen geprägten Lernatmosphäre und Herstellung von Erfolgsszuversicht.

- (3) Betonung des Beziehungsaspektes zwischen Lehrer und Schüler. Bewußter Einsatz von Autorität und Erzeugung von Vertrauen.
- (4) Lernen findet weitgehend in einem Zustand der Entspannung statt. Zu diesem Zweck werden meditative und (seltener) auch körperliche Entspannungsübungen durchgeführt.
- (5) Darbietung des Lehrstoffes mit Musik. Die Musik ist, mindestens im zweiten Konzert, nicht nur Hintergrundmusik, sondern soll ein ästhetisches Erlebnis sein.
- (6) Eher analytische Phasen, die durch Aktivität des Lernalters ausgezeichnet sind, wechseln sich ab mit solchen, in denen der Lerner eher passiv und rezeptiv zu sein scheint (Pseudopassivität besonders während des zweiten Konzerts).
- (7) Lernen auf zwei Ebenen. Bei der Präsentation des Lehrstoffes spielen neben den i.e.S. sprachlich übermittelten Informationen auch dramatische Gestaltung (Dialoge, Intonation, Rhythmus) und Imagination eine große Rolle.
- (8) Großer zeitlicher Anteil der Übungen. Die Übungsphasen dauern mindestens ebensolange wie die Präsentationsphasen. Dabei bedeutet Übung nicht nur Wiederholung des Lehrstoffes, sondern Anbahnung von Transfer (Lernübertragung) und Herstellung von Anwendungsbezügen. Die suggestiven Elemente des Verfahrens, wobei der Begriff der Suggestion in einem sehr weiten Sinn gebraucht wird, werden eigentlich in allen genannten Punkten sichtbar. Suggestive Beeinflussung zielt einerseits auf den emotional-motivationalen Bereich (Abbau von Lernhemmungen, angenehme Lernatmosphäre, ästhetische Erlebnisse, Motivation und Erfolgsoptimismus) und andererseits auf den kognitiven Bereich (Ergänzung und Verbesserung des verbalen Lernens durch periphere Reize und durch Imagination). Diese Einflußnahme wird nicht so sehr durch verbale Appelle, sondern durch die nur parabewußte Wahrnehmung des Lehrers und des suggestopädischen Rituals realisiert.

## 6. Suggestopädisches Lernen — ganzheitliches Lernen?

Es gibt in der Philosophie-, Pädagogik- und Psychologie-Geschichte eine Reihe von Ganzheitsbegriffen. Ganzheit soll hier durch den Begriff der *Komplementarität* näher bestimmt werden. „Komplementär“ bedeutet „sich in bestimmter Weise gegenseitig ergänzend“.

Die Suggestopädie unterstellt solche Komplementaritäten auf der hirnbioologischen und psychischen Seite.

### 6.1 Hirnbioologische Sichtweise

In einer *horizontalen Integration* wirken die linke und die rechte Hemisphäre zusammen und in einer *vertikalen Integration kortikale und subkortikale Strukturen* (Abb. 1).

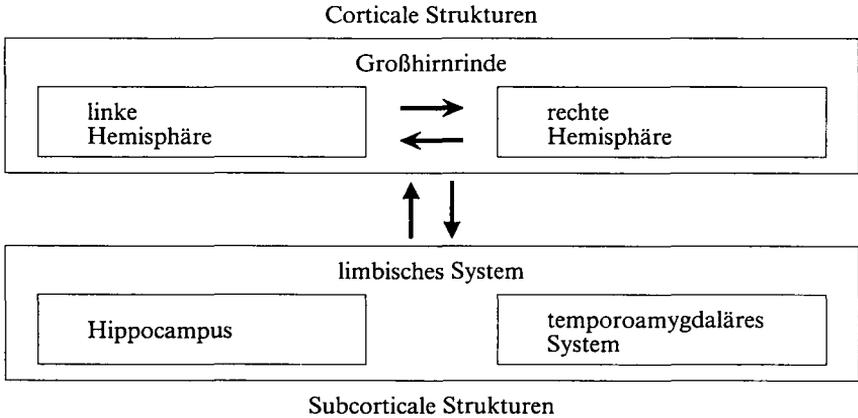


Abbildung 1:  
Schematische Darstellung der horizontalen und vertikalen Integration

Bei der Untersuchung sog. Split-Brain-Patienten (mit durchtrenntem Corpus callosum) fand Sperry (1964, 1968, 1974, 1977) folgende spezifische Funktionen der beiden Hemisphären der Großhirnrinde (Abb. 2):

linke Hemisphäre	rechte Hemisphäre
Verbindung zum Bewußtsein sprachlich begrifflich arithmetisch analytisch und abstrakt	keine derartige Verbindung musikalisch Bild- und Mustererkennung geometrisch und räumlich einheitlich und konkret

Abbildung 2: Verschiedene spezifische Leistungen der linken und der rechten Hemisphäre (verändert nach Eccles 1979, 276)

Etwas vereinfacht gesagt, setzt sich das Großhirn aus Kortex und limbischem System zusammen. Dabei bilden bestimmte Teile des limbischen Systems (besonders das temporoamygdaläre System) das neuronale Substrat für Emotionen und Motivation, während andere Teile (die Hippocampi) für Gedächtnisprozesse eine herausragende Bedeutung aufweisen.

## 6.2 Psychologische Sichtweise

Die spezifischen Leistungen der beiden Hemisphären lassen sich als zwei Bewußtseinszustände beschreiben, die als „rational-analytisch“ und „intuitiv-imaginativ“ bezeichnet werden können (Edelmann 1988, 64f.).

Informationsverarbeitung in Form des analytischen (oder rational-analytischen) Denkens erfaßt *logische Strukturen* und bildet diese unter weitgehender Abstraktion der Besonderheiten des Phänomens vorrangig in sprachlicher oder mathematischer Form ab.

Beispiel:

„Aggression“ ist nicht die anschauliche Vorstellung eines konkreten feindseligen Aktes, sondern ein Begriff mit den folgenden beiden kritischen Attributen: Einer Person (oder Sache) einen Schaden zuzufügen *und* dieses absichtlich tun.

Informationsverarbeitung in Form intuitiven (oder intuitiv-imaginativen) Denkens ist nicht auf eine kognitive Repräsentation in sprachlich-begrifflicher Form beschränkt. Intuition führt zu einer spontanen, kognitiven Organisation, die mit ihren sprachlichen *und* bildhaften, tonalen, bewegungsmäßigen und emotionalen Aspekten ein Phänomen reichhaltiger abbildet als das analytische Denken.

Beispiel:

Die Rezeption eines Musikstückes kann entweder vorrangig durch intuitives Hören der *Melodie* oder durch analytisches Erfassen des *Themas* erfolgen.

Der vertikalen Integration auf biologischer Seite entspricht in der Psychologie die Auffassung, daß es sich bei menschlicher Informationsverarbeitung *immer* um ein Zusammenwirken von kognitiven und emotional-motivationalen Faktoren handelt (Mandl & Huber 1983).

### 6.3 Zusammenfassung

In der Wissenspsychologie (z.B. Ausubel 1974; Mandl & Spada 1988) steht eine sprachlich-begriffliche Kodierung ganz im Vordergrund und emotional-motivationale Faktoren spielen eine völlig untergeordnete Rolle.

Es scheint eine sinnvolle Forderung zu sein, Lernprozesse dadurch zu optimieren, daß durch eine gezielte Lernorganisation nicht nur (klar bewußte) analytische Denkprozesse, sondern *zusätzlich* auch (mehr oder minder parabewußte) intuitive Vorgänge angeregt werden.

Eine weitere sinnvolle Forderung ist, Lernen und Gedächtnis zukünftig wieder in verstärktem Maße als spezifisch menschliche Leistungsfähigkeit (mit emotional-motivationalen Aspekten) zu beschreiben und diese deutlicher von der Informationsverarbeitung von Computern abzuheben.

## 7. Empirische Befunde

Als wichtigste Ergebnisse der suggestopädischen Methode werden von Philipov (1981, 26) unter einem *quantitativen Aspekt* eine „Erhöhung der

Lernleistung“ und eine „Erweiterung der Speicherkapazität des Langzeitgedächtnisses“ und unter *qualitativem Aspekt* die „ganzheitliche Entfaltung . . . der Person des Lernenden“ hervorgehoben.

Ein Bericht über empirische Untersuchungen zum suggestopädischen Unterricht ist ein ganz düsteres Kapitel. Der methodische Standard der großen Mehrzahl der Untersuchungen ist beklagenswert. Alle Fehlerquellen der Versuchsplanung werden reichlich ausgeschöpft.

Der anschließende Text gliedert sich in folgende Abschnitte:

- (1) Die Ergebnisse von Lozanov
- (2) Die Untersuchung von Schiffler
- (3) die Untersuchung von Dieterich
- (4) Die Untersuchung von Krag
- (5) Die Braunschweiger Untersuchung
- (6) Einige grundlegende Anmerkungen.

### 7.1 Die Ergebnisse von Lozanov

Eine Zusammenfassung der Befunde von Lozanov (1982) gibt Tabelle 1:

Tabelle 1: Von Lozanov mitgeteilte Behaltensleistungen nach 1 Tag (S.166)

Anzahl der Wörter pro Sitzung	Anzahl der Gruppensitzungen	Prozentsatz der memorierten Wörter pro Sitzung
bis 100	324	92,2
100 - 200	398	96,8
201 - 400	93	93,1
401 - 600	53	90,4
1000 - 1200	28	96,1

Bei der Tabelle handelt es sich um Übersetzungen der fremdsprachlichen Wörter ins Bulgarische.

Bezüglich der Langzeiteffekte werden folgende Ergebnisse mitgeteilt (Tab. 2):

Tabelle 2:

Von Lozanov mitgeteilte Behaltensleistungen nach langen Zeiträumen (S.215)

Vpn	Prozentsatz des memorierten Materials		Zeitraum zwischen den Tests in Monaten	Vpn ohne Beschäftigung mit dem Material in der Zwischenzeit
	1. Test	2. Test		
24	92,6	82,4	bis 5	20
20	95,6	87,4	8 - 16	13
3	97,7	50,4	22	3

Die Versuchspersonen (Vpn) absolvierten den 1. Test gleich nach Abschluß des Lernvorgangs und den 2. Test nach dem angegebenen Zeitraum.

Dies sind für Lernexperimente außergewöhnliche Ergebnisse. Ein sehr umfangreiches Lernmaterial wird von fast allen Teilnehmern kurzzeitig fast vollständig behalten und die Gedächtnisleistung ist auch nach einem längeren Zeitraum noch beachtlich. Zahlreiche Kritiker betonen, daß die von Lozanov mitgeteilten Befunde kaum nachvollziehbar seien.

## *7.2 Die Untersuchung von Schiffler*

In einer spezifischen Lehr-Lern-Sequenz (Schiffler 1989, 75f.) wurden in dreiwöchigen suggestopädischen Intensivkursen in Französisch bei (meist) erwachsenen Lernern (Studenten) folgende Ergebnisse gefunden:

(1) Wirksamkeit der Musik bei Lernern ohne Vorkenntnisse (Vier Gruppen mit je 17-19 Versuchspersonen)

Bei den leistungsschwächeren Lernern waren die mit Musik unterrichteten denjenigen ohne Musik unterrichteten in der Mehrzahl der Leistungen (z.B. Leseverständnis, Orthographie, Grammatik) eindeutig überlegen. Bei den leistungsstärkeren Lernern waren die Effekte wesentlich schwächer.

(2) Wirksamkeit der Musik bei Lernern mit Vorkenntnissen (Vier Gruppen mit je 8-13 Versuchspersonen)

Es war praktisch kein positiver Effekt der Musik nachweisbar.

(3) Wirksamkeit des Lehrerverhaltens

Der positive Einfluß der Musik (?) zeigt sich besonders, wenn der Intensivkurs von nur einem Lehrer durchgeführt wird und nicht von wechselnden Lehrern.

(4) Wirksamkeit von Entspannungsübungen und Atemrhythmus

Körperliche Entspannungsübungen erhöhen die Wirkung der Musik nicht.

(5) Relativ große Streubreite der Leistungen

Die suggestopädisch unterrichteten Lerner unterscheiden sich beträchtlich in ihren Leistungen.

(6) Umfang des Lernmaterials

Gesamturteil über einen Kurs an einem Gymnasium: „Ein großer Teil der Schüler (?) erreicht das im 1. Lernjahr gesetzte Lernziel bereits nach einem zweiwöchigen Intensivunterricht.“

## *7.3 Die Untersuchung von Dieterich*

Dieterich (1987) untersuchte mit einem sehr sorgfältigen experimentellen Design, in welchem Ausmaß Lernen in einem Zustand herabgesetzter Vigilanz noch möglich ist.

Unter Vigilanz versteht man den Grad an Aktivität, Wachheit und Aufmerksamkeit eines Organismus. Häufig geht man davon aus, daß Lernprozesse nur in einem Zustand hoher Vigilanz (Daueraufmerksamkeit) stattfinden. Gerade die Suggestopädie verweist jedoch auf eine „entspannte Wachheit“.

Biofeedback bedeutet die Rückmeldung autonomer Vorgänge mit Hilfe von Geräten, die die physiologischen Prozesse in bewußt wahrnehmbare Signale umsetzen. Dieterich verwendet ein Atem-Biofeedback-Gerät, das aus einer Gesichtsmaske mit Kopfhörer besteht. Der Benutzer versetzt sich über die Regulation seines Atems in einen Entspannungszustand. Anschließend wird die Lerninformation über den Kopfhörer eingespielt.

Ergebnisse:

- (1) 72 Begriffe aus Bereichen wie Sportarten, Nahrungsmittel usw. wurden mit und ohne Verwendung des Biofeedback-Gerätes dargeboten. Die Leistungen der Kontrollgruppe (ohne Geräte) waren zwar auf dem 1%-Niveau signifikant besser, die Experimentalgruppe (Entspannungszustand mit Gerät) erreicht aber immerhin noch 80 % der Leistung.
- (2) In einem Französisch-Sprachkurs mit 7 Lektionen und insgesamt 1708 Vokabeln erzielten 10 Teilnehmer unter Verwendung des Biofeedback-Gerätes in einem Test Leistungen, die besser waren als die von 81 % aller Französisch-Lernenden nach einem Jahr Unterricht.
- (3) Bei geschichtlichen Lehrstoffen, bei denen auf Verstehen und Transfer besonderer Wert gelegt wurde, wiesen die verschiedenen Gruppen (Lernen mit Atem-Biofeedback, Lerninformation erst nach Abbrechen des Entspannungszustandes, Lernen ohne Entspannung) nur geringfügige Unterschiede auf.
- (4) Insgesamt ergibt sich, daß in drei Experimenten in biofeedback-induziertem Entspannungszustand Lernprozesse in einem beachtlichen Ausmaß möglich sind. Es wird allerdings eine geringere Effizienz (nur etwa 80%) im Vergleich zu einer maximalen, konzentrierten Lernleistung erreicht.

#### *7.4 Die Untersuchung von Krag*

Krag (1989) hat an einer Volkshochschule in Anfängerkursen für Japanisch verschiedene Lehrmethoden unter experimentellen Bedingungen erprobt. Eine Experimentalgruppe (24 Versuchspersonen) erhielt suggestopädischen Unterricht und eine Kontrollgruppe (26 Versuchspersonen) herkömmlichen Unterricht. Die Aufteilung der Teilnehmer zu einer der beiden Gruppen erfolgte nach einem Losverfahren. Der Unterricht erfolgte nach dem gleichen Lehrbuch, dauerte insgesamt 10 Wochen und die Lehrkräfte waren nach Alter und Ausbildung vergleichbar.

Ergebnisse:

- (1) 8 Abbrecher in der Experimentalgruppe (33%) und 13 Abbrecher in der Kontrollgruppe (50%). Das Ergebnis wird als Beweis für die höhere Motivation im suggestopädischen Unterricht gewertet.
- (2) In einem sprachlichen Leistungstest erzielte die Experimentalgruppe signifikant bessere Ergebnisse (5%-Niveau).
- (3) In Interviews wird die emotionale Befindlichkeit in der Experimentalgruppe im Vergleich zur Kontrollgruppe als besser eingestuft.

### 7.5 Die Braunschweiger Untersuchung

Um die Effizienz der Methode außerhalb des Bereichs des Fremdsprachenlernens zu überprüfen, habe ich in fünf Kompakt-Seminaren von drei bzw. vier Tagen Dauer die Themen „Die beiden Hemisphären der Großhirnrinde“ und „Suggestopädie“ in Form der oben beschriebenen Sequenz behandelt. Folgendes Zeitschema gelangte zur Anwendung: Am Nachmittag oder Abend Vorbereitungsphase, Kognitive Phase, Rezeptive Phase (4 Zeitstunden) und jeweils am nächsten Vormittag die Aktivierungsphase (2-3 Zeitstunden). Sofort nach Beendigung einer Lehr-Lern-Sequenz füllten die Teilnehmer Lückentexte aus.

Ergebnisse:

- (1) In einem Lückentext mit 24 Items ( $n = 38$ ) zu hirnbioologischen Fachbegriffen (Stufen „Wissen und Verstehen“ der Bloomschen Taxonomie) ergab sich durchschnittlich eine kurzzeitige Behaltensleistung von 74% (Lozanov 92-99%), wobei im Gegensatz zu den bulgarischen Ergebnissen eine relativ große Streubreite und (nach 1,5 Monaten) ein deutlich größerer Leistungsabfall festzustellen waren.
- (2) In einer Vergleichsuntersuchung konnten Lehrer in zwei Gruppen eingeteilt werden. Im Wechsel wurden die beiden o.g. Themen der einen Gruppe mit der suggestopädischen Methode und der anderen in einem gleichlangen konventionellen Verfahren (Vorlesung und Seminar) dargeboten (Tab. 3).

Tabelle 3:

Vergleich der Ergebnisse von Suggestopädie-Gruppe und Seminar-Gruppe in zwei Tests.

Test Hirnbiologie 24 Aufgaben, Test Suggestopädie 30 Aufgaben.

$\bar{x}$  = Durchschnitt der richtig gelösten Aufgaben,

$n$  = Anzahl der Versuchspersonen,

$\alpha$  = Signifikanzprüfung mit dem U-Test nach *Mann* und *Whitney*, zweiseitige Fragestellung.

Test	Suggestopädisches Verfahren	Herkömmliches Verfahren	$\alpha$
Hirnbiologie	$\bar{x} = 15,8$ $n = 11$	$\bar{x} = 19,7$ $n = 9$	0,07 n.s.
Suggestopädie	$\bar{x} = 20,1$ $n = 9$	$\bar{x} = 26,1$ $n = 9$	0,2 n.s.

Es ergab sich bei beiden Tests kein signifikanter Unterschied zwischen den beiden Instruktionsformen. Bei den relativ kleinen Stichprobengrößen ist allerdings eine gewisse *Tendenz* zu besseren Leistungen bei den Seminar-Gruppen hervorzuheben.

(3) Fragebogen. Die 16 Punkte des Fragebogens ( $n = 39$ ) setzen sich zusammen aus fünfstufigen Ratingskalen und aus offenen Fragen.

Die wichtigsten Befunde:

— Entspanntes und müheloses Lernen

Besonders hervorgehoben wird von den Teilnehmern die insgesamt angenehme Lernatmosphäre und der Eindruck, daß relativ mühelos gelernt wird. Häufig ist die Rede von einer befreienden und motivierenden Lernsituation.

— Wirkung der Musik

Die Lerner äußern sich in vielfältiger Weise positiv über die Wirkung der Musik. Ein Vergleich mit der verkaufsfördernden Hintergrundmusik in Supermärkten wird als unangemessen zurückgewiesen. Neben dem ästhetischen Erlebnis wird von den Lernern (ansatzweise) auf innere Aktivitäten, wie beispielsweise imaginative Vorgänge, hingewiesen.

— Akzeptanz des suggestopädischen Lehrverfahrens

Die Akzeptanz der Methode in der hier gewählten Form ist fast uneingeschränkt. Das Problem der unkritischen Lernhaltung des Lerner im Rahmen des suggestopädischen Rituals wird kaum gesehen.

## 7.6 Einige grundlegende Anmerkungen

Aus einer großen Anzahl häufig methodisch unzulänglicher und unpräzise beschriebener Studien (Literaturübersicht bei Krag 1989) ergibt sich folgendes Gesamtbild:

(1) Bezüglich der zuweilen nicht näher gekennzeichneten Leistungen („Sprachbeherrschung“) erzielen bei gleichem Zeitaufwand die suggestopädischen Gruppen (relativ kurzzeitig) bessere Leistungen bzw. die suggestopädischen Gruppen absolvieren ein Programm schneller, teilweise wird von einem Drittel oder der Hälfte der Lernzeit berichtet („Lernbeschleunigung“).

Das Bild bleibt allerdings uneinheitlich. Absolut erforderlich sind differenziertere Aussagen: Effekte vorwiegend bei sprachlichen Intensivkursen, Neuheitseffekt (fast immer handelt es sich um die erste Begegnung der Lerner mit dem suggestopädischen Verfahren!) usw.

(2) Befunde über Langzeiteffekte fehlen fast vollständig.

(3) Unklar ist weiterhin, welche suggestopädischen Unterrichtselemente (Musik, Entspannung, Rolle des Lehrers usw.) als Bedingung für eventuell beobachtete Effekte in Frage kommen. Nach den unterschiedlichen empirischen Befunden wird besser gelernt mit Musik, mit Musik und Entspannung oder auch nur mit Entspannung.

(4) Im Gegensatz zum Leistungsaspekt sind die Ergebnisse im motivationalen Bereich ziemlich eindeutig. Fast alle Autoren sprechen von erhöhter Lernmotivation und Zufriedenheit. Diese Befunde stammen praktisch immer aus Befragungen.

## 8. Zusammenfassende Bewertung

### 8.1 *Superlearning oder Superfeeling?*

Einer der bei Lozanov am häufigsten verwendeten Begriffe ist *memorizing* (= Auswendig-Lernen, im Gedächtnis behalten). Gelernt wird vorrangig durch häufige Wiederholungen. Anders als bei *Ebbinghaus* spielen allerdings Kontextbedingungen (z.B. Alltagssituationen, Dialoge) und nonverbale Zeichen (besonders Intonation und Rhythmus) eine große Rolle. Sieht man einmal von der sog. Kognitiven Phase ab, so kann diese Art des Lernens als *assoziatives Lernen* aufgefaßt werden. Es kann die Hypothese formuliert werden, daß das suggestopädische Verfahren dann besonders angezeigt ist, wenn mehr oder minder wortwörtlich gelernt werden soll. Die Braunschweiger Ergebnisse deuten darauf hin, daß beim Aufbau komplexer *Wissensstrukturen* keine Überlegenheit der suggestopädischen Lehrmethode zu erwarten ist.

Alle Autoren, die sich mit Suggestopädie befassen, berichten von der insgesamt angenehmen und entspannten Lernatmosphäre („positive Kraft mentaler Bilder“, „Erzeugung einer positiven Lerneinstellung“, „Musik als Quelle ästhetischen Vergnügens“). Einerseits ist die Suggestopädie kein „revolutionäres Lehrverfahren“, schon gar nicht *das* „Super-Lernen“, andererseits muß die Betonung von Emotionen und Motivation beim Lernen sehr hoch eingeschätzt werden. Angesichts der Tatsache, daß nur ein Teil der behaupteten Effekte empirisch bestätigt werden konnte, sollte man vielleicht statt von *Superlearning* besser von *Superfeeling* sprechen.

Als zusammenfassende Beurteilung über die Suggestopädie ist deshalb eine Aussage erlaubt, wie sie Philipov (1981, 21) bezüglich der suggerierten Entspannung macht, daß sie nämlich sowohl „eine gewisse Steigerung der Lernleistung bewirkt, als auch eine *wesentliche* Verbesserung des Wohlbefindens beim Lerner zur Folge hat“.

### 8.2 *Die suggestopädischen Lehr-Lern-Prinzipien*

Der Beitrag der Suggestopädie zu einer neuen Auffassung von Lernen besteht meiner Meinung nach nicht so sehr in der Ausbildung einer speziellen Methode, sondern in der Propagierung bestimmter *Lehr-Lern-*

*Prinzipien.* Eine ganze Reihe dieser Gesichtspunkte wird in der Kognitionspsychologie (und besonders in der „Kognitionswissenschaft“, vgl. Mandl & Spada 1988) nicht ausreichend beachtet.

Diese Prinzipien sind beispielsweise:

(1) Lehrer-Schüler-Interaktion

Betonung des Beziehungsaspekts; Bedeutung der parabewußten Beeinflussung u.a. durch nonverbale Kommunikation; durch positive Suggestion erzeugte erfolgsorientierte Vorstellungsbilder können für die Lernmotivation kaum überschätzt werden; entspannte und angenehme Lernatmosphäre.

(2) Verbesserung der Informationsverarbeitung

Kognitives Lernen ist nicht nur sprachliches Lernen; duale Kodierung (Paivio 1979) und zusätzlich handlungsgemäße Repräsentation (Brunner, Olver & Greenfield 1956); mehrkanalige Wahrnehmung; das spätere Wiedererkennen oder die Reproduktion des Lehrstoffs müssen in vielfältiger und kommunikativer Weise geübt werden.

Zusammenfassend läßt sich festhalten, daß die Suggestopädie eine Reihe von Komplementaritäten betont, die trotz der wenig überzeugenden empirischen Befunde *im Bereich des suggestopädischen Unterrichts* für eine neue Instruktions-Theorie von großer Bedeutung sind.

Einige Beispiele solcher polarer Dimensionen:

verbal — bildhaft (oder sprachlich — nicht sprachlich),

rational/analytisch — intuitiv/imaginativ

kognitiv — emotional/motivational

individuell — sozial

Anstrengung — Entspannung.

## Literatur

- AUSUBEL, D.P. (1974): *Psychologie des Unterrichts*. 2 Bde. Weinheim, Basel: Beltz. 2. Aufl.: Ausubel, D.P., Novak, J.D. & Hanesian, H. (1980): *Psychologie des Unterrichts*. 2 Bde. Weinheim, Basel: Beltz.
- BALEVSKI, P. & GANOVSKI, L. (1975): The Effect of Some of the Means of Suggestion on the Short-term and Long-term Memory of Students from 11-17 Years. *Suggestology and Suggestopedia*, 3, 47-52.
- BANCROFT, W.J. (1973): Education for the future: Or the Lozanov method revisited. *Educational Courier*, 43, 10-14.
- BANCROFT, W.J. (1976): Suggestology and Suggestopedia: The Theory of the Lozanov Method. *Journal of Suggestive-Accelerative Learning and Teaching*, 1, 3, 187-216.
- BAUR, R.S. (1984): Die psychopädische Variante der Suggestopädie. In: Bauer, H.L. (Hg.): *Untersuchungspraxis und theoretische Fundierung*. München: Goethe-Institut, 291-336.
- BAUR, R.S. (1986): (Interview) Lozanov — Wissenschaftler oder Idealist? *Neues Lernen Journal*, 1 (4), 42-50.
- BELANGER, B. (1978): *La Suggestologie*. Paris: Retz.

- BOCHOW, P. & WAGNER, H. (1988): Suggestopädie (Superlearning). Speyer: Gabal.
- BRUNER, J.S.; OLVER, R.R.; GREENFIELD, P.M. u.a. (1971): Studien zur kognitiven Entwicklung. Stuttgart: Klett.
- DHORITY, L. (1986): Moderne Suggestopädie. Der ACT-Ansatz ganzheitlichen Lehrens und Lernens. Bremen: PLS.
- DHORITY, L. (1987): Die Überwindung von Lernbarrieren und die Kunst der Suggestion. In: *Neues Lernen Journal*, 1 (6), 5-22.
- DIETERICH, R. (1987): Lernen im biofeedback-induzierten Entspannungszustand. *Zeitschrift für Pädagogische Psychologie*, 1 (2), 99-111.
- ECCLES, J.C. (1979): Das Gehirn des Menschen. München: Piper.
- EDELMANN, W. (1988): Suggestopädie/Superlearning. Ganzheitliches Lernen — das Lernen der Zukunft? Heidelberg: Asanger.
- EDELMANN, W. (1986): Lernpsychologie. München, Weinheim: Psychologie Verlags Union.
- EGGERS, P. (1984): Suggestopedia, an innovation in language learning. *Media and Methods*, 12, 78-85.
- HINKELMANN, G. & HINKELMANN, K.G. (1987): Einige Überlegungen zur Anwendung der Suggestopädie im nicht-fremdsprachlichen Bereich. *Neues Lernen Journal*, 1 (6), 31-56.
- HUGHES, M. (1986): Anwendung von Suggestion zur Harmonisierung der Lernbarrieren. *Neues Lernen Journal*, 1 (4), 60-72.
- KRAG, W. (1989): Zur Wirkung der suggestopädischen Lehrmethode. Allgemeine theoretische Begründung und empirische Überprüfung. Frankfurt a.M.: Lang.
- LEREDE, J. (1983): La Suggestopédie. Paris: Press Universitaires de France.
- LOZANOV, G. (1982): Suggestology and Outlines of Suggestopedia. New York: Gordon and Breach.
- MANDL, H. & HUBER, G.L. (Hg.) (1983): Emotion und Kognition. München, Wien, Baltimore: Psychologie Verlags Union.
- MANDL, H. & SPADA, H. (Hg.) (1988): Wissenspsychologie. München, Weinheim: Psychologie Verlags Union.
- MÜLLER, R. (1987): Suggestopädie — Lernen im entspannten Feld. *Grundschule* 19 (5), 68.
- OSTRANDER, S. & SCHROEDER, L. (1986): Superlearning. München: Goldmann.
- PAIVIO, A. (1979): Imagery and Verbal Processes. Hillsdale, N.J.: Erlbaum.
- PHILIPPOV, E. (1981): Suggestopädie — ein Modell ganzheitlichen Lernens. Pädagogische Arbeitsstelle für Erwachsenenbildung in Baden-Württemberg, Ausgabe M für Mitarbeiter, 11, 13-28.
- SAFERIS, F. (1978): Une Révolution dans l'art d'apprendre. Paris: Laffont.
- SCHIFFLER, L. (1989): Suggestopädie und Superlearning — empirisch geprüft. Einführung und Weiterentwicklung für Schule und Erwachsenenbildung. Frankfurt a.M.: Diesterweg.
- SCHUSTER, D.H. & GRITTON, Ch.E. (1986): Suggestopädie in Theorie und Praxis. Bremen: PLS
- SCOVEL, T. (1979): Review of G. Lozanov: Suggestology and Outlines of Suggestopeddy. *Tesol Quarterly*, 2 (13), 255-266.
- SENSCHMIDT, B. (1987): Befreiung oder größere Abhängigkeit der Lernenden? *Neues Lernen Journal*, 1 (6), 23-30.
- SPERRY, R.W. (1964): The Great Cerebral Commissure. *Scientific American*, 210, 42-52.
- SPERRY, R.W. (1968): Hemisphere disconnection and unity in consciousness. *American Psychologist*, 23 (10), 344-346.

- SPERRY, R.W. (1974): Lateral Specialization in the Surgically Separated Hemispheres. *Neurosciences, Third Study Programme*, 5-19.
- SPERRY, R.W. (1977): Forebrain Commissurotomy and Conscious Awareness. *Journal of Medicine and Philosophy*, 2, 101-126.
- VÖRKELE, W. (1983): Psychophysiologische Untersuchungen in der Suggestopädie. *Wissenschaftliche Berichte der Karl-Marx-Universität* 3, 37-84.

Anschrift des Autors:

Univ.-Prof. Dr. Walter Edelmann, Seminar für Psychologie,  
Technische Universität Braunschweig, Bültenweg 74/75, 3300 Braunschweig.