

# Schlittschuhlaufen lernt man im Sommer

## Zur Entwicklung des Gedächtnisses

Rosemarie Wermbter



In einer Zeit, in der eine Unmenge von Wissen im Computer gespeichert wird, in der uns überall Informationen entgegenleuchten und selbstverständlich ein Notizblock neben dem Telefon liegen muss, wird dem Gedächtnis des Menschen immer weniger zugemutet und zugetraut. Wenig in Anspruch genommen, verliert es meist an Zuverlässigkeit.

Nun gehört aber ein intaktes Gedächtnis zu den Grundvoraussetzungen des Menschseins überhaupt. Versagt es auch nur für kurze Zeit seinen Dienst, fühlen wir uns unbehaglich, nicht mehr ganz vollwertig. Verliert ein Mensch sein Gedächtnis ganz, dann hat er auch seinen innersten Wesenskern, sein Ich verloren und damit die Möglichkeit, sich sinnvoll in das Leben hineinzustellen. Der kontinuierliche Faden der Erinnerungen ist es, der uns die Gewissheit gibt, dieses eine, unverwechselbare Ich zu sein.

Und doch gibt es Zeiten im Leben – auch die Schlafperioden gehören dazu –, an die wir uns naturgemäß nicht erinnern können. Die ersten Jahre der Kindheit, in denen wir gewiss viel erlebt und erlernt haben, bleiben unserem Gedächtnis verschlossen. Unser Ich war noch nicht so mit dem Leib verbunden, dass dieser schon die nötige Widerlage für das Ich-Bewusstsein abgeben konnte.

Erst von einem ganz bestimmten Moment an, der meist zwischen dem zweiten und dritten Lebensjahr liegt, leuchtet das Ich-Bewusstsein zum ersten Mal auf und mit ihm prägen sich die ersten Erinnerungen in das Gedächtnis ein. Von da an ist die Fähigkeit, bewusst zu erinnern, mit einem Ich-Erleben verknüpft.

Nun zeigt aber das Kleinkind in seinem Verhalten, dass es sich sehr wohl vielerlei merken kann: Es erkennt Personen wieder, es verlangt zur immer gleichen Zeit nach seiner Flasche, es muss immer der gleiche Bettzipfel sein, den es zum Einschlafen braucht usw. Zunächst ist es eigentlich der Leib, der sich »erinnert«. In zunehmendem Maße werden auch Eindrücke aus der Umgebung das Kind zum Nachahmen und zum Reagieren veranlassen. Unermüdlich und beharrlich probiert und übt es, was es einmal können will – durch keine Rückschläge entmutigt. Jeder neue Versuch baut auf den vorausgegangenen auf, sie gleichsam »erinnernd«, obwohl bewusste Vorstellungen weder von dem, was es zu erreichen gilt, noch von dem, was schon erübt wurde, dabei eine Rolle spielen können. Es gibt sie noch nicht. Allmählich erobert sich so das kleine Kind all jene Fähigkeiten, die ihm später als selbstverständliche Gewohnheiten zur Verfügung stehen. Dieses »Gewohnheitsgedächtnis« entwickelt sich vor allem durch das wiederholte Tun und wird nicht von gedanklichen Überlegungen gesteuert.

Der Erwachsene, der sich eine Gewohnheit aneignen will, muss den umgekehrten Weg gehen: Am Anfang steht ein bewusster Vorsatz, der immer wieder neu erinnert werden muss, bis die Gewohnheit sich einstellt. Sie erspart eben dadurch Kraft, dass sie nicht jedes Mal wieder erinnert und gewollt werden muss. Das »Gewohnheitsgedächtnis« ist eine Art Urform des Gedächtnisses überhaupt, und da ein großer Teil unseres Lebens durch Gewohnheiten bestimmt wird, das wohl am häufigsten betätigte.

## Vom Gewohnheits- zum Bildgedächtnis – 0-7 Jahre

Das Kind, das sich im Heranwachsen immer stärker der äußeren Eindrücke bewusst wird, erkennt nicht nur Personen, Gegenstände, sondern auch Örtlichkeiten wieder und lässt sich durch sie an etwas Vergangenes »erinnern«. – Der Kinderwagen wird herausgestellt, und das Kind greift nach seiner Mütze. Es weiß, das es nun bald nach draußen geht. – Der Blick fällt auf einen Zaun, und dem Kind kommt wieder ins Bewusstsein, dass es vor einiger Zeit da mit seinem Mantel hängengeblieben ist u.a.m. So bildet sich eine Art lokalisiertes Gedächtnis heraus,<sup>1</sup> das an sehr frühe Menschheitsepochen erinnert, in denen man Steine, Pflöcke und Ähnliches als Zeichen setzte, um an ein vergangenes Geschehen zu gemahnen. Das Denkmalwesen hat da seinen Ursprung. Auch andere Sinesseindrücke, etwa ein Klang oder ein Geruch, können unwillkürlich Erinnerungsbilder aufsteigen lassen.

Ein weiteres Element, welches das Gedächtnis bildet und stärkt, ist der Rhythmus. Damit ist nicht nur der Rhythmus gemeint, der den äußeren Lebenslauf ordnet und häufig mit den Gewohnheiten zusammenfällt, sondern der Rhythmus, der in der Sprache lebt und den menschlichen Atem durchpulst. Wie viel leichter und nachdrücklicher prägt sich etwa ein rhythmisierter Spruch oder ein Gedicht ein, als ein Prosatext. Schon das kleine Kind fängt beim Sprechenlernen an, Silben aneinanderzureihen – Mama, Wau-wau – und so den Sprachstrom zu gliedern. Wenn es dann im Spielalter der Sprache vollends mächtig geworden ist, wird es mit dem größten Vergnügen endlose Abzähl- und Kinderreime herunterleiern, bei denen alles auf den Klang und den ausgeprägten Rhythmus und nichts auf den Sinn ankommt (sofern es heute noch die Gelegenheit dazu hat). Im Schulalter werden dann Gedichte und Balladen dem Gedächtnis anvertraut, das es manchmal bis ins hohe Alter bewahrt. Während die Kinder sich erstaunlich schnell die Verse einprägen, hat der Lehrer meist größere Mühe damit.

Auch dieses »rhythmische« Gedächtnis hatte in einer vergangenen Epoche seine Blütezeit, als Rhapsoden und Barden durch die Lande zogen und lange Epen und Gesänge rezitierten, ohne sie je aufschreiben zu müssen.

Ebenso gedächtnisstützend und formend ist die anschaulich-bildhafte Erzählung, das konkrete Beispiel. Im Vorschulalter ist dem Kind ohnehin nichts anderes verständlich. Theoretische und logische Erörterungen haben keine Wirkung. Dagegen wird es z.B. dasselbe Märchen immer wieder hören wollen, es kennt es längst und genießt es doch jedes Mal wieder neu. Noch kann es keine von äußerer Anschauung und Wahrnehmung unabhängige, bleibende Vorstellungen bilden.

Alle diese Gedächtnisarten, das Gewohnheits-, das lokalisierte, das rhythmische und das Bildgedächtnis entwickeln sich in den ersten sieben Jahren, bleiben dann aber ein Leben lang verfügbar. Auch der Erwachsene lebt mit Gewohnheiten – auch bei ihm steigen, durch einen äußeren Eindruck hervorgerufen, unwillkürlich Erinnerungen auf; mit dem Knoten im Taschentuch setzt er ein Denk-Mal; der rhythmisierte Werbespruch bleibt womöglich ungewollt bei ihm hängen; und das anschauliche Beispiel prägt sich deutlicher und nachhaltiger ein, als die abstrakte Darlegung.

Damit ist zunächst auf diejenigen Möglichkeiten der Gedächtnisbildung hingewiesen, die sich bis zur Schulreife entwickeln. Man sollte sich durchaus zufrieden geben mit dem, was bis dahin ganz von allein zum Vorschein gekommen ist. Alles Trainieren, künstliches Forcieren, Abfragen usw. kann weder dem Kind noch seinem Gedächtnis gut tun, weil es auf Kosten der mit dem Aufbau des Leibes beschäftigten Lebenskräfte geht.

## Von ersten Erinnerungsvorstellungen zum verlässlichen Zeitgedächtnis – Schulzeit

Das ändert sich, wenn das Kind die Schulreife erlangt hat. Jetzt wird ein Teil der Bilde- und Lebenskräfte von dem Dienst am Leibe befreit und kann nun im seelischen Bereich tätig werden – und das heißt u.a. auch Erinnerungsvorstellungen bilden. Diese neu verfügbaren Kräfte dürfen nicht brach liegengelassen werden und wollen genützt, geübt und mit Nahrung versehen sein. In noch nicht so lange zurückliegender Zeit hat man dem Rechnung getragen dadurch, dass man die Schulkinder sehr viel auswendig lernen ließ. Heute legt man darauf weniger Wert. Man darf aber den Schülern durchaus abverlangen, dass sie z.B. die Einmaleinsreihen, wenn sie den Vorgang einmal verstanden haben, auswendig lernen. Ebenso sollten Jahreszahlen, Namen, Orte, die im Unterricht vorgekommen sind, auch kleine Aufzählungen, dem Gedächtnis zugemutet werden. Kinder haben oft Freude daran, sich solche »Gedächtnisschätze« zuzulegen und verwenden sie bei allerlei Spielen, z.B. beim Abfragen von Stadt-Land-Fluss-Namen u.ä. Nicht zu Unrecht hat man dieses Gedächtnis auch das »Materialgedächtnis« genannt.

In den ersten Schuljahren kann man damit beginnen, das Gedächtnis dadurch zu festigen, dass man Aufzählungen, die erste Zeile eines Gedichtes u.a. in der Vorstellung rückwärts laufen lässt: 10, 9, 8, 7 ... und so fort. Während das Vorwärtsdenken oft routinemäßig verläuft, muss für das Rückwärtsdenken der Wille eingesetzt werden. Die Wirkung ist oft erstaunlich.

Es schadet nicht, wenn das Kind sich manches gedächtnismäßig aneignet, was es erst später versteht. Das zukünftige »Aha-Erlebnis« kann belebend und in gewisser Weise befriedigend in der Seele wirken. Man hat also doch schon lange gewusst, was man erst jetzt versteht – und das Verständnis erschließt eine neue Sicht auf das Bekannte.

Schwierig und belastend wirkt es für das Gedächtnis, wenn es einen einzelnen Begriff, ein für sich allein stehendes Wort behalten soll. Es wird immer versuchen, ihn in einen Zusammenhang einzubetten, eine Ganzheit herzustellen. Ich höre einen Namen: Wo ist er mir begegnet, was verbinde ich mit ihm? Ein Kind bleibt mitten in einem Gedicht

stecken – es fängt am liebsten wieder ganz von vorne an, um über die kritische Stelle hinwegzukommen. Es gibt »Gedächtnismeister«, die sich antrainiert haben, in kurzer Zeit z.B. eine lange Reihe von unzusammenhängenden Zahlen zu behalten. Einer verrät: Ich unterlege den Zahlen einen fiktiven Zusammenhang, etwa einen Gang durch das Haus – an der Eingangstür taucht die erste Zahl auf usw. Auch andere Techniken nützen hinzugedachte Zusammenhänge und Bezüge aus. In der Schule wird man auf solche mechanischen Gedächtnisleistungen gewiss keinen Wert legen. Vielmehr geht es darum, die Heranwachsenden nicht nur mit dem nötigen Wissen und entsprechenden Fähigkeiten auszustatten, sondern sie so an die Welterscheinungen heranzuführen, dass sie von lebendigen Eindrücken bewegt werden, an denen sie wachsen können.

Zunächst wird entscheidend sein, dass und wie ein Unterrichtsgeschehen die Schüler überhaupt erreicht. Was ich nur halb gehört, nur flüchtig gesehen habe, kann ich nicht erinnern. Was mich langweilt, hinterlässt keinen Eindruck bei mir. Es gilt also, Interesse zu wecken und das gelingt am ehesten, wenn man – wo immer möglich – an den Menschen selber, besser noch an die eigenen Erfahrungen der Kinder anknüpfen kann. An etwas bereits Bekanntes, vielleicht schon früher einmal Besprochenes zu erinnern, wird den Übergang zu einem neuen Gebiet erleichtern. Auch eine Frage, womöglich eine Frage, an deren Lösung die Schüler selbst mitarbeiten können, wird das Interesse beleben. Ebenso kann der Hinweis darauf, was als nächstes besprochen werden soll, eine gewisse Erwartungshaltung fördern.

Die sollte dann möglichst nicht enttäuscht werden – und da ist es im zweiten Jahrsiebt besonders wichtig, dass bei allem, was im Unterricht vorgebracht wird, das Gefühl mitschwingen kann. Mitleiden und Mitfreuen, Bewundern und Verabscheuen, Hoffen und Bangen lässt die Seelen tiefer erleben und die Erlebnisse weiter wirken. Der Erwachsene kann bemerken, dass auch er die Geschehnisse am nachhaltigsten erinnert, bei denen er emotional engagiert war. Manchmal sind es überhaupt nur noch die Gefühle, die im Gedächtnis auftauchen.

Stärker als Gedanken und Gefühle kann der Mensch sich das wieder vergegenwärtigen, was er selber getan hat. Damit sind nicht nur äußerlich sichtbare Handlungen gemeint, sondern z.B. auch der Gedanke, den ich mir selber erarbeitet habe, der Diskussionsbeitrag, das Referat. So profitiert der Schüler, der dem anderen etwas erklärt, der womöglich Nachhilfeunterricht erteilt, selber am meisten davon, weil er durch das Reproduzieren den Stoff erst wirklich zu seinem Eigentum macht. Niemand vergisst den Kochlöffel und wie er ihn geschnitzt hat, den Acker, den er umgegraben hat usw. Allerdings sind die Handlungen, die vollends zur Gewohnheit geworden sind, öfter in Gefahr, dem Bewusstsein zu entschlüpfen. Dann kann es passieren, dass ich plötzlich unsicher bin: Habe ich den Herd wirklich ausgeschaltet? Wir müssen also »dabei« sein, wenn wir etwas tun, mit dem Bewusstsein unser Handeln begleiten; sonst wissen wir später nichts davon.

Was sich schließlich herausbilden und dem Erwachsenen zur Verfügung stehen muss, ist ein verlässliches Zeitgedächtnis, das ein in der Zeit zurückliegendes Geschehen als Erinnerungsbild wieder reproduzieren kann. Selbstverständlich ist vieles von unserem Erleben vollständig versunken, weiter in der Zeit zurückliegende Ereignisse tauchen nur

noch als verschwommene Bilder auf, anderen stehen wir nun objektiver gegenüber, sie haben sich von unserem damaligen Empfinden abgelöst.

## Schlittschuhlaufen lernt man im Sommer

Es wäre wohl furchtbar, wenn wir alles, was wir erlebt haben, ständig im Bewusstsein mit uns herumschleppen müssten. Dass der Fall nicht eintritt, dafür sorgt das Vergessen. Es gehört zum Erinnern wie das Schlafen zum Wachen. Was immer wir im wachen Zustand erfahren haben, muss absinken können in eine Schicht der unbewussten Lebenskräfte.

Wenn ein holländisches Sprichwort sagt: »Schlittschuhlaufen lernt man im Sommer«, so ist damit gemeint, dass eben in jener Zeit, in der das Bewusstsein nicht dabei ist, das Geübte und Gelernte sich vervollkommnet und weiterentwickelt. Der Epochenunterricht nimmt darauf Rücksicht. Aber: Nicht das Erinnerungsbild hat sich verändert – das muss mir treulich meine unvollkommenen Versuche im vorigen Winter vor Augen stellen –, sondern die Realität, die der Vorstellung zugrunde liegt, ist im Unterbewusstsein weiterentwickelt worden.

Bekannt ist, dass schon das einmalige »Überschlafen« bei der Lösung von Problemen hilft. Auch hier wird mir mein Gedächtnis den irrigen Gedanken vom Abend vorher vor Augen stellen können, während die neue, verbesserte Version in meinem Bewusstsein auftaucht, die ohne mein Zutun zustande gekommen ist.

Die Erinnerungsbilder selber aber lassen sich manipulieren: Ich kann willentlich etwas verdrängen, einseitig aussondern, vor allem beschönigen und in der Bedeutung verändern. Es gibt aber eine Instanz in uns, die man allerdings aufrufen muss, die unseren subjektiven Umgang mit den Erinnerungen den Tatsachen gegenüberstellt. Ideal wäre der freie Umgang mit der eigenen Vergangenheit: Tatsachengetreu, ohne gezwungen zu sein, immer wieder auf dasselbe Geschehnis hinzublicken, ohne Unzufriedenheit mit den Ereignissen oder dem eigenen Verhalten – Stehenlassen dessen, was gewesen ist. Es wird sich Lebenserfahrung und Lebensstimmung daraus ergeben.

**Zur Autorin:** Rosemarie Werbter, Jahrgang 1921, 3 Jahre Tätigkeit als Dipl.-Bibliothekarin an einer Stadtbücherei. Waldorflehrerseminar, ab 1950 Klassenlehrerin an der Freien Waldorfschule Uhlandshöhe in Stuttgart. Danach Betreuung der Bibliothek des Lehrerseminars, Herausgabe des Lehrerrundbriefs.

### Anmerkung:

1 Rudolf Steiner: Die Weltgeschichte in anthroposophischer Beleuchtung, 1. Vortrag vom 24.12.1923, GA 233 (1980), S. 23 f.

### Literaturangaben:

Rudolf Steiner: Die Erziehung des Kindes, GA 34, Dornach 1987, S. 309 ff.

Rudolf Steiner: Allgemeine Menschenkunde, GA 293, Dornach 1992

Rudolf Steiner: Die Weltgeschichte in anthroposophischer Beleuchtung, Vortrag vom 24.12.1923, GA 233, Dornach 1980

Stefan Leber: Die Gewohnheiten und das Gedächtnis als Erziehungsaufgaben, in: »Erziehungskunst«, Heft 3/1987