

Lernfähigkeit bis ins hohe Alter

Ob an der Migros-Klubschule oder an der Volkshochschule: Immer mehr Menschen über 50 wollen eine Fremdsprache lernen. Denn Sprachenlernen im Alter hat mehrere positive Effekte.

Einmal pro Woche fährt Werner Peter von Luzern nach Zürich, um an der Volkshochschule einen Romanisch-Kurs zu besuchen. Die Zugfahrt macht dem 80-Jährigen nichts aus. „Ich habe ja immer gependelt“, sagt der Nationalökonom, der während vielen Jahren auf einer Zürcher Bank tätig war. Rumantsch, genau genommen, das Idiom Vallader, welches im Unterengadin und im Münstertal gesprochen wird, lernt Peter nun seit zwei Jahren: „Am Anfang waren wir 20, jetzt sind wir noch rund 13.“ Die meisten Mitlernenden sind pensioniert, wie Peter sagt, „im mittleren bis vorgerücktem Alter.“ Und lachend fügt er hinzu: „Ich bin der Methusalem.“

Das Lernen von fremden Sprachen, war ihm schon immer ein Bedürfnis: Vor jeder Ferienreise in unbekanntes Gebiet eignete er sich die Grundlagen der Landessprache an. Sei es in Form von Sprachkursen (Portugiesisch, Arabisch, Chinesisch und Japanisch) oder im Selbststudium (Russisch, Ungarisch, Griechisch, Holländisch, Finnisch und Schwedisch). „Mich interessiert vor allem der Aufbau und die Zusammenhänge zwischen den Sprachen“, sagt Peter. In seinem Beruf übersetzte er ausserdem regelmässig ins Deutsche, hauptsächlich vom Englischen und Französischen.

In den letzten Jahren hat Werner Peter das Unterengadin entdeckt, da lag ein Romanischkurs auf der Hand. Die Kursteilnehmer können jetzt, gegen Ende des 2. Jahres, bereits mehr oder weniger anspruchsvolle Gespräche führen und literarische Texte diskutieren. Ein Gewinn sei aber auch die nette Gruppe, betont Peter. Mit ihm sind derzeit zwei Männer dabei. „Frauen sind mündlich besser. Männer kommen vielleicht weniger in Sprachkurse, weil sie keine Fehler machen möchten“, vermutet er. Das Lernen bereitet ihm keine Mühe: „Aber ja, was ich ganz früher in der Schule gelernt habe, sitzt natürlich tiefer“, sagt Peter. „Einmal pro Woche lernen, das bleibt nicht so haften.“

Was wie haften bleibt, gehört zum Forschungsgebiet von Walter Perrig, Professor für Allgemeine Psychologie und Neuropsychologie an der Universität Bern. „Die Lernfähigkeit nimmt zwar bereits nach dem jungen Erwachsenenalter kontinuierlich ab, aber sie bleibt bis ins hohe Alter erhalten“, sagt Perrig. Zu tun hat sie im Besonderen auch mit dem sogenannten Arbeitsgedächtnis, welches für vorübergehende Speicherung und Bearbeitung zuständig ist, beispielsweise, um den Anfang eines Satzes zu erinnern. Was sich beim Lernen im Alter sehr verändere, sagt Perrig, sei das Tempo, in dem Neues

aufgenommen werde: „Kurse für Senioren, eventuell sogar spezielle Lerntechniken, sind daher sinnvoll.“

In einer kürzlich veröffentlichten Studie ist eine Forschungsgruppe rund um Perrig der Frage nachgegangen, ob und wie das Arbeitsgedächtnis veränderbar ist. Entwickelt wurde dabei das Trainingsprogramm Brain Twister, welches ermöglicht, kognitive Aufgaben auf dem Computer zu üben. „Wenn man die Kapazität des Arbeitsgedächtnisses auf diese Weise erhöht, könnte dies auch Auswirkungen auf andere Bereiche haben“, meint Perrig. Sprachen lernen oder sogar das Lösen von Intelligenzaufgaben würde eventuell einfacher. „Vorläufig gibt es nur erste Hinweise für einen derartigen Transfer. Aber das Interesse von älteren Leuten an unserem Trainingsprogramm ist bereits jetzt gross.“ Der häufigen Vorstellung, ein Sprachkurs sei zugleich auch ein Gedächtnistraining, sozusagen dem Transfer in umgekehrte Richtung, begegnet Perrig hingegen mit grosser Vorsicht. Diese Annahme sei wissenschaftlich kaum erhärtet. Ist ein Sprachkurs für ältere Menschen also eigentlich nicht sinnvoll? Doch, meint Perrig: Sprachen lernen im Alter bringe verschiedene positive Effekte: „Einmal abgesehen davon, dass ältere Menschen etwas Neues lernen, ist es zusätzlich befriedigend, wenn sie die Erfahrung machen, dass sie noch immer lernfähig sind. Und dann sind auch die neuen sozialen Kontakte, die ein Sprachkurs mit sich bringt, sind nicht zu unterschätzen.“ Ein 75-Jähriger, der noch Spanisch oder Latein lernen wolle, sei natürlich aussergewöhnlich, meint Perrig, aber durchaus nicht unrealistisch: „Wie bei Kindern ist auch bei alten Menschen die Lernfähigkeit sehr verschieden. Die Unterschiede werden im Alter sogar noch akzentuierter.“ Ausschlag gebend für ein gutes Lernen sei das Interesse und die individuelle Motivation, erklärt der Neuropsychologe. Begabungen und Vorlieben hätten viel miteinander zu tun. Perrigs These lautet: „Alte Menschen, die hochmotiviert eine Fremdsprache erlernen, haben möglicherweise grundlegende Gehirnstrukturen, die dafür speziell gut funktionieren. Stärken wie Schwächen können sich über die Jahre immer stärker entwickeln.“ Wenn Werner Peter sich im Laden in Schuls nun auf Vallader verständigen kann, ist dies nicht nur praktisch. Gemäss Perrig kann gerade diese Anwendung der Sprache zusammen mit dem Sprachkurs in eine Lernspirale führen, „die sich Runde um Runde hochschaukelt“.

Die meisten sind Frauen, blutige Anfänger sind selten

An Fremdsprachen interessierte Senioren gehören seit Jahren zum Kundenkreis von Sprachschulen. Manche Institutionen bieten eigens Sprachkurse für Senioren an, deren Tempo langsamer und ohne Prüfungsdruck konzipiert ist. Rund 60 der jährlich 1000 Sprachkurse an der Klubschule Migros sind Seniorenklassen. Laut Tanja Knobel, Leiterin Sprachen Klubschule Migros, sind die meisten Teilnehmer der Sprachkurse 30 bis 50-

jährig, viele auch darüber, während der Anteil der über 70-Jährigen eher klein ist. Ältere Menschen bleiben oft lange im selben Kurs. „Es gibt Kurse, die regelrecht zusammen mit ihrer Kursleiterin alt werden“, sagt Knobel. Auch die Volkshochschule des Kantons Zürich bietet Seniorenkurse für Englisch, Französisch und Italienisch an. Die meisten Teilnehmer dieser Kurse sind über 55: „Es gibt aber sicher auch 90-Jährige“, meint Martin Schaub, Leiter Sprachen an der Volkshochschule. Am beliebtesten bei den vorwiegend weiblichen Senioren sind Englisch- und Italienischkurse. Doch auch in exotischen Feldern wie „Altgriechische Lektüre“ oder „Russische Lektüre“ sind ältere Semester oft anzutreffen. Ältere Menschen bleiben auch an der Volkshochschule über Jahre hinweg in derselben Klasse. Für Schaub hat die Treue der älteren Teilnehmer auch mit sozialen Aspekten zu tun: Die Gruppenmitglieder kennen sich oft über Jahre hinweg; nach dem Kurs geht man miteinander Kaffee trinken. Und dies nicht selten zusammen mit dem Kursleiter. „Der Kontakt zur Lehrperson ist zentral“, sagt Schaub: „Sie muss stark sein im Schaffen der Beziehung. Es ist aber auch ein angenehmes Unterrichten mit motivierten Leuten, bei dem auch Lachen dazu gehört.“

© Daniela Kuhn, Publikation in: NZZ am Sonntag, 12. 4. 2009