

# Emotion

Emotionen haben einen ganz erheblichen Einfluss auf viele unbewusste und bewusste Prozesse im menschlichen Gehirn. Sie bereiten den Organismus darauf vor, auf bestimmte äußere Reize schnell und effizient mit einem bestimmten Verhalten reagieren zu können. Zwei Beispiele dafür sind die Angst, auf die mit Zurückziehen und Flucht reagiert werden kann, oder eine Erwartungshaltung, die sofort überprüft wird. Die häufigsten Emotionen neben der Angst sind Freude, Trauer, Vertrauen, Ekel und Überraschung. Von Emotionen besonders beeinflusst werden vor allem die sensorische Wahrnehmung, der Grad der Aufmerksamkeit, das Gedächtnis insgesamt, mündliche verbale Performanz und Argumentation, Problemlösungsstrategien und Lernprozesse. Sprachlernprozesse sind deswegen und aufgrund ihrer großen Komplexität besonders betroffen. Emotionen können sich dabei je nach Ausprägung kontraproduktiv oder produktiv auf Lernleistungen auswirken.

## Erkenntnis für den Unterricht:

Emotionen gehören zum (Fremd-)Sprachenlernen dazu. Sie entscheiden bei den Schülerinnen und Schülern über ihr Interesse an Inhalten und Themen, ihre Teilnahmemotivation und die Qualität ihrer sprachlichen Performanz.

## Eine kurze Neurobiologie der Emotionen

Die an emotionalen Reaktionen beteiligten neuronalen Schaltkreise im Gehirn verarbeiten alle Reizinformationen in wenigen Millisekunden im limbischen System. Dort ist vor allem die Amygdala, der sog. Mandelkern, als erster sensorischer Filter bekannt. Das System sichert eine zunächst schnelle, unbewusste Reaktion auf den Sinnesreiz, d. h. das entsprechende Verhalten (z.B. Gefahr > Flucht). Einige Millisekunden später erreichen die Informationen den Neokortex, die sog. Großhirnrinde. Dort kommt dann Bewusstsein zu den ersten Reaktionen hinzu – erst anschließend kann der Reiz bzw. das gerade Erlebte bewusst verbalisiert werden.

Auf der körperlichen Ebene kann es je nach Reizstärke zu Reaktionen des Kreislaufs (z.B. erhöhter Blutdruck, schneller Herzschlag), des Hormonsystems (z.B. Adrenalinausschüttung) sowie des zentralen Nervensystems (z.B. Extrasystolen beim Herzschlag) kommen.

Ist der Reiz unterschwellig, bleibt die Amygdala ruhig. Alle Informationen erreichen dann den präfrontalen Kortex, um dort Entscheidungen, Aufmerksamkeit, Lernen, Analysieren, Verstehen und Vorausdenken auszulösen.

## Erkenntnisse für den Unterricht:

- Starke Emotionen, insbesondere negative wie Angstzustände (z.B. Prüfungsangst), sind für jede Reizaufnahme und -speicherung schon aufgrund ihrer starken physiologischen Effekte ungeeignet. Eine restriktionsfreie, angstarme und experimentierfreudige Lernumgebung bildet die Basis für jeden erfolgreichen Lernprozess, ganz besonders den fremdsprachlichen. Nur so können Hemmungen überwunden oder erste Misserfolge z.B. bei der Aussprache aufgefangen werden.
- Im fremdsprachlichen Unterricht erwünscht bleiben die affektiven Komponenten Freude am Lernen, Überraschung und insbesondere gegenseitiges Vertrauen.
- Neben den sprachlichen Kompetenzen sind affektive Kompetenzen (Freude an ...) geeignet, bei der Zielformulierung in die Unterrichtsplanung aufgenommen zu werden. So wird nachhaltig sensibilisiert für eine gehirngerechte, weniger unterrichtstechnokratische, also methodisch starre und vorhersehbare Vermittlung von Fremdsprache.

## Positive Emotionen und Spracherwerb

Emotionen, vom Menschen als positive Erfahrung empfunden, führen dazu, dass sie wiederholt erlebt werden wollen. Negative Erfahrungen sollen dagegen möglichst vermieden werden. So entsteht Motivation. Für das Fremdsprachenlernen ist die „emotionale Rechnung“ eine einfache: *Nothing succeeds like success.* – Fremdsprachlich kommunikative Erfolge führen dazu, davon mehr haben zu wollen (Böttger 2016). So entsteht bei Vokabeln, von denen man denkt, man könne sie sich nicht merken, durch grammatikalisch und inhaltlich interessante Wendungen, die überraschen, eine starke Lernmotivation und der Zugang zu Sprache generell ist weit geöffnet.

**Erkenntnisse für den Unterricht:**

- Fremdsprachliche, kommunikative Lernerfolge lassen sich schaffen, wenn zeitlicher Druck und Fehler, z.B. bei mündlichen Äußerungen in einem Dialog, zunächst keine Rolle spielen. So wird sukzessive und mit Spaß an der Übung die Annäherung an die Zielvorstellung erreicht.
- Offene Aufgabenformate, in denen individuelle Leistungsstände berücksichtigt werden, führen zu individuellen und gemeinschaftlichen Erfolgserlebnissen, so beispielsweise bei Spielen, auch performativen Aufgaben wie *Scenic plays*, Problemlösungen im Team oder *Task-based learning* (Böttger/Sambanis <sup>2</sup>2021).

**Positive Emotionen – nicht immer hilfreich beim Lernen**

Positive Emotionen, die sprachlernförderlich wirken, lassen sich in zwei Kategorien unterteilen: aktivierende und deaktivierende.

Aktivierend und anregend wirken insbesondere Neugier, Begeisterung, Freude am Lernen von Neuem und Stolz auf bereits Erreichtes. Sie lassen sich empirisch fundiert in einen für das Erlernen fremder Sprachen förderlichen Zusammenhang von

- Interesse,
- Aufmerksamkeit,
- vertiefter Informationsverarbeitung von Lernmaterial (= Elaboration),
- selbstreguliertem, individuellem Lernen und
- messbar positiveren Schulleistungen bringen (Pekrun/Linnenbrink-Garcia 2014).

Diese Faktoren wiederum, so darf angenommen werden, bedingen die Entwicklung positiver Emotionen – eine wünschenswerte Schleife.

Deaktivierend wirkt z.B. die Emotion Erleichterung. Sie reduziert die neuronale Aktivität in der Amygdala. Das ist dann gut, wenn vorher negative Emotionen wie Angst vorherrschen.

Einschränkend für Lernprozesse sind solche positiven Emotionen aber, wenn mit ihnen nicht gleichzeitig Aufmerksamkeitsreduktion oder ein unrealistisches Hochgefühl einhergehen. Entspannung, kann – muss aber nicht – zu weniger Anstrengungsbereitschaft führen.

**Erkenntnisse für den Unterricht:**

- Es gilt gezielt positive Emotionen auszulösen, die auf die geplanten fremdsprachenunterrichtlichen Aufgaben gerichtet sind. Gute Stimmung ist dabei wünschenswert, aber eben nicht allein ausreichend. Didaktisch ebenfalls notwendig sind individuelle Passung und Anforderung, ausreichend Zeit und mögliche Teilerfolge.
- Feedback und positive Verstärkung wie Lob sind ebenfalls aufgabenbezogen, spezifisch, differenziert und individuell abzustimmen. Wenig hilfreich sind pauschale Rückmeldungen wie „*You are great.*“, die zu Fehlinterpretationen bei den Schülerinnen und Schülern führen können und deaktivierend wirken, ebenso Vergleiche oder kompetitive Äußerungen seitens der Lehrkraft („*You are quicker than all the others.*“).
- Die Lernenden müssen wissen, dass sich negative Emotionen nicht immer vermeiden lassen: Strategien zur gezielten Selbsteinschätzung helfen, sie zu regulieren und z.B. Ärger oder Verwirrung produktiv zu nützen („*Next time I will do much better, because I can.*“).

**Zum Weiterlesen**

- (1) Böttger, H. (2016). *Neurodidaktik des frühen Sprachenlernens. Wo die Sprache zuhause ist.* (utb 4654.) Julius Klinkhardt.
- (2) Böttger, H., Sambanis, M. (<sup>2</sup>2021). *Sprachen lernen in der Pubertät.* Narr.
- (3) Pekrun, R., Linnenbrink-Garcia, L. (2014). *International handbook of emotions in education.* Routledge.