

# SEMIOTISCHE ASPEKTE DES "INNEREN SPRECHENS"

HORST TIWALD

<[www.horst-tiwald.de](http://www.horst-tiwald.de)>  
(1977)

## I.

Das "*innere Sprechen*" ist ein in der Sportwissenschaft noch wenig bearbeitetes Phänomen, obwohl es jedem Sportler bekannt ist.

Während des Erlernens einer Bewegung oder einer Handlung, und auch später, spricht man sich leise oder lautlos Sätze selbst vor, die den Ablauf der Bewegung bzw. der Handlung betreffen.

Dieses "*innere Sprechen*" hat:

- nicht nur informierende Aufgaben, etwa daß es an die richtige Abfolge der im "*inneren Sprechen*" benannten Teile der Bewegung oder der Handlung erinnern soll;
- sondern es bewirkt auch eine gezielte Aufmerksamkeitszuwendung auf bestimmte Stellen des Ablaufes, die im "*inneren Sprechen*" als schwierige Stellen besonders markiert sind;
- auch kommt, neben diesen informierenden und die Aufmerksamkeit orientierenden Funktionen, ihm als "*Entschlußhilfe*" auch eine Mut machende Bedeutung zu; es wirkt oft als eine Angst beseitigende bzw. sie überwindende Selbstsuggestion;
- letztlich kommt aber dem "*inneren Sprechen*" noch eine ganz spezielle Aufgabe zu, nämlich die zu erlernende oder zu verbessernde Sportmotorik in der Sprechmotorik zu simulieren.

Das "*innere Sprechen*" ist als Begleitphänomen eines sportmotorischen Vollzuges genauso motorisches Ereignis, wie die Sportmotorik selbst.

Und, was ganz wesentlich ist, es ist ein Phänomen des selben lebenden Systems.

In der Sprechbewegung können wesentliche Eigenschaften der sportlichen Bewegung, wie Rhythmus, Fluß, Dynamik, Tempo und Elastizität einigermaßen abgebildet werden. Durch das simultane "*innere Sprechen*" wird daher die sportliche Bewegung insbesondere hinsichtlich dieser Merkmale im Vollzug geführt.

## **II.**

In der bisherigen sportwissenschaftlichen Diskussion wird besonders die *Außen-Funktion* der Sprache in den Vordergrund gestellt. Diese erfüllt sich vorwiegend in der Kommunikation mit dem Ziel, einerseits die Kooperation zu optimieren, andererseits in das lernende Individuum mittels der Sprache gesellschaftliche Erfahrung einzubringen.

Hier dominiert in den Theorien der *semantische Aspekt* der Sprache, und es wird vorwiegend auf die kognitive Verarbeitung der übermittelten sprachlichen Information abgezielt.

Weitere Aspekte der *pragmatischen Dimension* der Sprache sowie der sog. *nonverbalen Kommunikation*, die in jedem Sprechakt über das sprechmotorische Ereignis als Ausdrucksbewegung mitläuft, wird nur selten reflektiert.

Dies mag eine Folge der einseitigen Sprachtheorie sein, die zur Zeit, im Zusammenhang mit kommunikationstheoretischen und interaktionistischen Konzepten, relativ verkürzt in die Sportwissenschaft eingebracht wird.

In diesen Auffassungen von Sprache werden eine Reihe erkenntnistheoretischer und psychologischer Vorentscheidungen getroffen, die gerade eine Sportwissenschaft, die auf einer Bewegungsforschung basiert, nicht undiskutiert übernehmen sollte.

## **III.**

Im Folgenden sollen daher verschiedene Unterscheidungen angesprochen werden, die eine Sportwissenschaft, wenn sie sich mit Sprache befaßt, was sie tun sollte, mitreflektieren muß.

Das heißt nicht, daß man die nun vorgetragene Auffassung ungeprüft akzeptieren, sondern sich mit ihr geistig auseinandersetzen und sich gegebenenfalls mit argumentierender Sachkenntnis, aber nicht aus Unkenntnis distanzieren soll.

Dieser hier vorgelegten Auffassung liegt die Ansicht zugrunde, daß sich die Sprache beim Menschen in der praktischen und kooperativen Tätigkeit herausgebildet hat und sich in der ontogenetischen Entwicklung in ähnlicher Form entfaltet.

Das sind zwei voneinander nicht trennbare Aspekte.

Sie sind voneinander so abhängig, wie die *Innen-Funktion* der Sprache von ihrer *Außen-Funktion* abhängt und umgekehrt.

Über die *Außen-Funktion* der Sprache und ihren Zusammenhang mit der kooperativen, gesellschaftlichen Arbeit wurde in letzter Zeit in der Sportwissenschaft an mehreren Stellen referiert.

Aus dem Blick gerät dabei jedoch meist die *Innen-Funktion* der Sprache und des Sprechens im analytisch-synthetischen Sprachdenken.

Unangesprochen bleiben meist auch die die Emotion ansprechenden und sie ausdrückenden autosuggestiven, aber auch die über die Sprechmotorik *non-verbal* wirkenden Prozesse der "*Selbstpragmatik*", die in der menschlichen Entwicklung innig mit der motorischen\_Entwicklung zusammenhängen.

Zur Zeit wird dies in einigen Ansätzen von der Psychomotorik besonders angesprochen.

Die nun hier vertretene Position nimmt eine enge Wechselwirkung zwischen eigenem Sprechen und eigenem praktisch tätigem Bewegen und Handeln an.

Entwicklungspsychologisch ist hier die Frage nach dem Zeitpunkt bzw. der Phase des Entstehens der Fähigkeit des "*inneren Sprechens*" zu stellen.

Wobei hier insbesondere herauszuarbeiten ist, wie dieses bewegungsvorbereitende, simultane, aber auch observative "*innere Sprechen*" sich vorerst nur als sprechmotorische Begleitung einer Wahrnehmung oder einer eigenen Tätigkeit vollzieht, in der am Beginn kaum semantische Aspekte vorhanden sind.

Um nicht mißverstanden zu werden: ich betrachte beim jetzigen Stand der Hypothesenbildung diesen Aspekt weder als den kausal primären, noch als den wichtigsten, sondern als eine naheliegende hypothetische Möglichkeit, die es gegebenenfalls mit Sachargumenten zu falsifizieren gilt.

Es muß in diesem Zusammenhang auch die zentrale Bedeutung, die das autosuggestive unterbewußte "*innere Sprechen*" in psychoanalytischen Konzepten hat, beachtet werden.

In der psychoanalytischen Therapie geht es ganz wesentlich darum, dieses verhaltensteuernde "*innere Sprechen*" wieder ins Bewußtsein zu heben,

um es dort sowohl rational als auch emotional zu verarbeiten.

Wenn es der Fall sein sollte, daß die Entstehung des "*inneren Sprechens*" am Beginn der menschlichen Entwicklung, vorerst als eine relativ bedeutungslose sprechmotorische Simulation, für das Entstehen von Sprache und Denken von Bedeutung ist, dann wären die frühkindlichen Phasen der Bewegungsentwicklung sowohl im engen Zusammenhang mit der geistigen, als auch mit der teils über unbewußtes *inneres Sprechen* gesteuerten emotionalen Entwicklung zu sehen.

Es ist anzunehmen, daß in jedem Menschen sich "*inneres Sprechen*" vollzieht, gleichgültig ob er sich dessen bewußt ist oder nicht.

Dies sollte daher sowohl für die Leistungsoptimierung im Sport, als auch in Sportpädagogik und Sporttherapie stärker berücksichtigt werden.

Schwierigkeiten im motorischen Lernen können meiner Ansicht nach unmittelbar durch ein dem Selbstlauf überlassenes, zum Teil unbewußtes "*inneres Sprechen*" des Schülers verursacht sein.

Dies sowohl in *semantischer* Hinsicht, wenn sich der Schüler von einer falschen Bewegungsvorstellung falsche Instruktionen ableitet und sich in Selbstbefehlen innerlich vorspricht, als auch in *emotionaler* Hinsicht, wenn er sich im "*inneren Sprechen*" sowohl der Form als auch dem Inhalt nach angstinduzierende Sätze vorspricht.

In der Sportpraxis geht es aus meiner Sicht darum:

- möglichst früh, ohne den Lernenden sprachlich zu überfordern, ein klares "*inneres Sprechen*", sowohl hinsichtlich der kognitiv als auch der emotional wirksamen Aspekte zu entwickeln;
- sodann müssen Methoden entwickelt werden, die falsches "*inneres Sprechen*" erkennen, korrigieren und in der Lage sind, über die Kommunikation brauchbare gesellschaftliche Erfahrung in das "*innere Sprechen*" einzubringen.

#### **IV.**

Es wurde schon angedeutet, daß ich es als Mangel und als Einseitigkeit betrachte, wenn eine Sprachtheorie:

- sich auf *semantische* und letztlich *syntaktische* Aspekte zurückzieht;
- hier den *operativen Sinn* der Zeichen gegenüber ihren *eidetischen* überbetont;

- sodann *Morpheme* vielleicht sogar auf im Sprachsystem selbst operational herstellbare Bedeutungseinheiten reduziert;
- diese dann bestenfalls mit *Graphemen*, als schriftliche Einheiten, und mit *Phonemen*, als akustische Einheiten, in Verbindung bringt;
- aber von den ursprünglich wichtigsten *sprechmotorischen* Einheiten, den *Artikulemen* abstrahiert und dadurch deren entwicklungspsychologische Funktion nicht weiter hinterfragt.

Es geht also in einer sprachorientierten Sportwissenschaft insbesondere darum, den *sprechmotorischen* Aspekt der Sprache stärker zu reflektieren und dem Zusammenhang von *Artikulemen* mit den sie bezeichnenden Objekten bzw. Ereignissen nachzugehen.<sup>1</sup>

Dies ist für die Sportwissenschaft insbesondere deshalb von Interesse, weil gerade beim "*inneren Sprechen*", wenn es die eigenen Sportbewegungen betrifft, das Zeichen (das *Artikuleme*) und das bezeichnete Objekt (die sportliche Bewegung) dem selben lebenden System angehören und dadurch eine enge Wechselwirkung und Widerspiegelung in der "*sigmatischen Dimension*" der Zeichen (der *Artikuleme*) gegeben ist.

Durch diese starken Widerspiegelungen in der "*sigmatischen Dimension*" der Zeichen ergibt sich auch eine enge Wechselwirkung mit den anderen Dimensionen der *sprechmotorischen* Zeichen, wie mit der *semantischen*, in der der *eidetische* Sinn des Zeichens wieder gegenüber dem *operationalen* mehr Gewicht bekommt, wie in der *syntaktischen*, wo gerade hinsichtlich der Bewegungseigenschaften Strukturähnlichkeiten unmittelbar widergespiegelt werden, was die *sprechmotorischen* Zeichen nicht auf *symbolische* Zeichen reduziert, sondern sie zu *ikonischen* Zeichen werden läßt.

Letztlich erfolgt im "*inneren Sprechen*", durch die enge Wechselwirkung mit der Emotion, in einer Art "*Selbstpragmatik*", eine besondere Akzentuierung der *pragmatischen* Dimension der *Artikuleme* in ihrer *Symptomfunktion*, in ihrer *Bewertungsfunktion* und ihrer *Signalfunktion*.

---

<sup>1</sup> Zur Problematik des *Artikulems* vgl. N. J. SHINKIN' "*Zur Erforschung der Mechanismen der Sprache*" in: HANS HIEBSCH (Hrsg.) "*Ergebnisse der sowjetischen Psychologie*", Stuttgart 1969.

## **Anmerkung:**

„Ein sprachliches Zeichen kann durch vier verschiedene Aspekte charakterisiert werden:

1. es kann mit anderen Zeichen verknüpft sein,
2. es bezeichnet etwas,
3. es bedeutet etwas und
4. es wird vom Menschen hervorgebracht und benützt."

(GEORG KLAUS: *"Die Macht des Wortes"*, Berlin 1964)

Diese vier Aspekte werden benannt als:

1. *syntaktischer Aspekt* (Relation: Zeichen - Zeichen)
2. *sigmatischer Aspekt* (Relation: Zeichen - Bezeichnetes)
3. *semantischer Aspekt* (Relation: Zeichen - Bedeutung)
4. *pragmatischer Aspekt* (Relation: Mensch (Sender) - Mensch (Empfänger))

vgl. auch GEORG KLAUS *"Semiotik und Erkenntnistheorie"* Berlin 1963.  
E. ALBRECHT *"Bestimmt die Sprache unser Weltbild"* Berlin 1972.