



Zum Sprachstil: Erleben und gesund leben psychologisch umschreiben

**Maximilian Rieländer
Juli 2023**

Wir Menschen erleben, und wir wollen/können gesund leben.

Wir wollen das Leben mit seinen Prozessen und Strukturen, mit faktischen Realitäten der Vergangenheit und Gegenwart sowie mit potenziellen Möglichkeiten für die Zukunft psychologisch verstehen.

Dazu will ich nachfolgend mit Hinweisen zur Grammatik einen passenden Sprachstil anregen, der menschliches Verstehen nicht nur in der linken, begrifflich-logisch arbeitenden Großhirnhälfte anspricht, sondern es auch in der rechten, phantasie- und erlebnisnahen Großhirnhälfte anregt.

1. Grammatik	2
a) Wortarten	2
b) Satzbau	2
2. Empfehlungen zum Sprachstil	2
a) Satzbau-Subjekte: Lebewesen, Menschen, Gemeinschaften als Akteure	2
b) Für Tätigkeiten und Eigenschaften die zugehörigen Wortarten nutzen	2
3. Beispiel: ‚Gesundheit‘ als ‚gesund leben‘ umschreiben	3
a) „Gesundheit“	3
b) „Menschen können gesund leben“	3
4. Über Leben und Erleben sprechen und schreiben	3

1. Grammatik

a) Wortarten

Im Sprechen und Schreiben wenden wir vor allem drei Wortarten mit vorrangigen Bedeutungen an:

- **Hauptworte/Substantive** vorrangig für reale Gegenstände, Strukturen und Zustände,
- **Tätigkeitsworte/Verben** vorrangig für Bewegungen, Prozesse und Tätigkeiten,
- **Eigenschaftsworte/Adjektive** vorrangig für Eigenschaften und Qualitäten, um sie Gegenständen, Bewegungen usw. zuzuordnen.

Aus dem Streben, Leben zu verstehen und zu ‚begreifen‘, umschreiben Fachleute ihr Verständnis vom Leben vermehrt mit substantivischen ‚Be-griffen‘: Sie formulieren Verben zu Substantiven, oft mit der Endung ‚-ung‘, und Eigenschaftsworte zu Substantiven, oft mit den Endungen ‚-heit‘ und ‚-keit‘. So unterstützen Fachleute ein begriffliches, logisches, rationales Verständnis vom Leben für das Denken in der linken, begrifflich-logisch orientierten Großhirnhälfte. Vielleicht erstreben sie dadurch auch, zum vielfältigen (unüberschaubaren) Lebensgeschehen Überblicke, Kontroll- und Machbarkeitsmöglichkeiten zu präsentieren.

b) Satzbau

Ein guter grammatikalischer Satzbau beinhaltet vor allem drei Satzteile:

- Ein **Satzgegenstand/Subjekt** besteht meist aus einem **Hauptwort/Substantiv** und bezeichnet meist einen Akteur, der etwas tut.
- Eine **Satzaussage/Prädikat** besteht meist aus einem **Tätigkeitswort/Verb** und bezeichnet meist eine Tätigkeit.
- **Satzergänzungen/Objekte** können aus verschiedenen Wortarten bestehen und ergänzen, was und wie ein Akteur etwas tut.

2. Empfehlungen zum Sprachstil

Wir Menschen leben und bewegen uns organisch, psychisch und sozial in vielfältigen Kreisläufen. Um darüber psychologisch leicht verständlich, erlebnisnah, prägnant, intuitiv verständlich zu sprechen und zu schreiben und dadurch das Verstehen in der rechten, phantasie- und erlebnisnahen Großhirnhälfte zu erleichtern, werden mit Bezug auf die Erläuterungen zur Grammatik folgende Sprachstil-Merkmale angeregt.

a) Satzbau-Subjekte: Lebewesen, Menschen, Gemeinschaften als Akteure

Als Satzbau-Subjekte lassen sich mit Hauptworten vor allem folgende Akteure bezeichnen: Lebewesen, Menschen, Gemeinschaften, im weiteren Sinne sich selbst organisierende Systeme des Lebens, sozialer Netzwerke und der ökologischen Umwelt. So lassen sich sprachlich Menschen und Gemeinschaften mit ihren Fähigkeiten zur Selbstorganisation und Selbstbestimmung achten.

Als Satzbau-Subjekte sind demgegenüber abstrakte Begriffe und zu Hauptworten gemachte Tätigkeiten und Eigenschaften ungünstig; denn dadurch werden sprachlich die menschlich-gemeinschaftlichen Fähigkeiten zur Selbstorganisation weniger geachtet.

b) Für Tätigkeiten und Eigenschaften die zugehörigen Wortarten nutzen

Um über menschliches Leben und Erleben verständlicher und erlebnisnäher zu sprechen und schreiben, können wir

- mit Tätigkeitsworten ausdrücken, dass wir innere Bewegungen erleben und uns nach bewegen und verhalten,
- mit Eigenschaftsworten ausdrücken, wie wir Bewegungen erleben und vollziehen und wie wir Gegebenheiten qualitativ verstehen
- und weniger substantivierte Begriffe für Tätigkeiten und Eigenschaften nutzen.

3. Beispiel: ‚Gesundheit‘ als ‚gesund leben‘ umschreiben

a) „Gesundheit“

"Gesundheit ist ein Zustand umfassenden körperlichen, psychischen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur die Abwesenheit von Krankheit." (Gesundheitsdefinition der Weltgesundheitsorganisation)

In dieser auch vom Autor gern zitierten Definition ist ‚Gesundheit‘ als Zustand umfassenden Wohlbefindens mit drei Hauptwörtern umschrieben. Die Hauptwörter spiegeln sprachlich etwas statisch Fixiertes, am ehesten einen beständig angestrebten Zielzustand als systemisches Ergebnis vielfältiger individueller und sozialer Lebensbewegungen und -prozesse.

b) „Menschen können gesund leben“

Wir Menschen möchten und können gesund leben; dazu möchten wir uns körperlich und psychisch im persönlichen Leben und im sozialen gemeinschaftlichen Leben ‚wohl‘ erleben.

So lässt sich ‚Gesundheit‘ mit nahezu gleichem Aussageinhalt strebens- und prozessorientiert als ‚gesundes Leben‘ und Erleben dynamischer umschreiben.

Der so umschriebene Satz beinhaltet folgende Kennzeichnungen:

- „Menschen“: Sie sind als Akteure von ‚Leben‘ verstanden, als befähigt, ihr Leben selbst zu organisieren; sie sind im Satzbau als Subjekte genannt und in der Wortart als Hauptwort betont.
- „möchten und können leben“: Phänomenologisch wird ein strebendes und bewegendes ‚leben wollen‘ benannt, es wird im Satzbau als Prädikat genutzt und als Wortart durch ein Tätigkeitswort/Verb ausgedrückt.
- „gesund“: Das Eigenschaftswort wird als Qualität von ‚leben‘ verstanden und als Wortart entsprechend ausgedrückt.

4. Über Leben und Erleben sprechen und schreiben

Lebewesen sowie sich selbst organisierende lebende und soziale Systeme sind Akteure ihres Lebens. Sie sind daher in Sätzen zum Leben bevorzugt als Satz-Subjekte und Hauptworte geeignet, was demgegenüber weniger für abstrakte Begriffe gilt.

Lebewesen bewegen sich innen und außen, sie bewegen ihre Lebensprozesse und -aktivitäten. Diese lassen sich in Sätzen zum Leben daher gut als Satz-Prädikate mit Tätigkeitsworten umschreiben und weniger als Hauptworte. **Tätigkeitsworte zu Möglichkeiten von ‚leben‘ und ‚erleben‘ können so im Schreiben zu hauptsächlichen Worten werden.**

Eigenschaftsqualitäten wie z.B. „gesund“ gehören zu Lebewesen als Akteuren und ihren Tätigkeiten und auch zu weiteren Haupt- und Tätigkeitsworten; sie lassen sich gut mit Eigenschaftsworten ausdrücken, besser als mit Hauptworten.

Als Ergebnis lassen sich Möglichkeiten dafür, wie wir Menschen leben und erleben können, lebens- und erlebensnah formulieren, nahe einem spontanen, intuitiven, phantasiemäßigen Verstehen, auch um Denkprozesse in der linken und rechten Gehirnhälfte zu verbinden.