

Wortblockade: Es liegt mir auf der Zunge

Das Wort liegt einem auf der Zunge, und doch kommt es nicht in den Sinn. Eine Alltagserfahrung, ähnlich quälend wie Nasenkrabbeln ohne Niesen. Auch Neurowissenschaftler interessieren sich für das Phänomen



Wie heißt das nochmal? Manche Wörter kommen partout nicht über die Lippen

Wie heißt sie noch mal? Na, diese Schauspielerin aus der Liebesschnulze mit Clark Gable? Moment, gleich ... hab ... ich's. Der Name liegt mir auf der Zunge – und ausgerechnet jetzt will er partout nicht über die Lippen kommen. Das [Gehirn](#) klemmt. Mitten im besten Gespräch, peinlich.

Das Zungenspitzen-Phänomen: Ärgerlich aber meist harmlos

Diese Art der lingualen Ladehemmung kennt jeder. Die Wissenschaftler haben dafür sogar einen Begriff: Tip-of-the-Tongue state (TOT) oder Zungenspitzen-Phänomen. Eine frustrierende Sache, aber weitgehend unbedenklich, versichern die Experten. Das TOT-Phänomen kommt in jeder Sprache der Welt vor, erwischt junge Leute ebenso wie Senioren. Die zugrunde liegenden Mechanismen sind allerdings noch nicht endgültig geklärt. Fest steht: Zwischen 20.000 und 60.000 Wörter sind im „mentalen Lexikon“ eines normalen Sprechers gespeichert, und nahezu immer gelingt es, daraus die aktuell benötigten Namen und Begriffe herauszulösen. „Wir sollten uns also in erster Linie über diese großartige Leistung des menschlichen Gehirns freuen“, betont Professor Dr. Dr. Horst M. Müller, der an der Universität Bielefeld den Bereich „Experimentelle Neurolinguistik“ leitet und unter anderem zu TOT forscht.

Manche Worte wurden nie gelernt

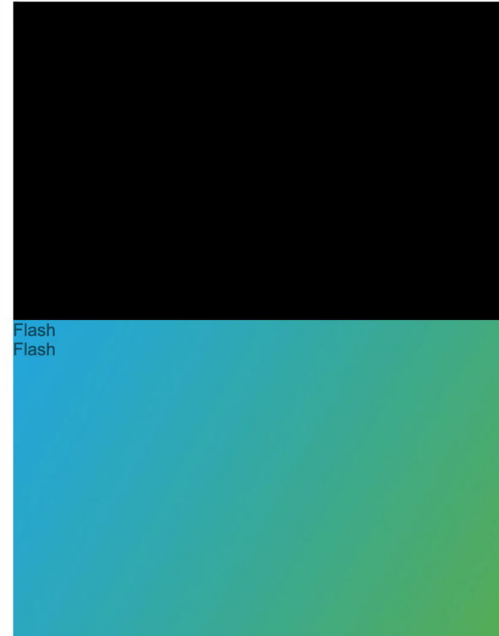
„Es kommt gelegentlich vor, dass uns ein Wort fehlt, weil in unserem Gedächtnisspeicher der entsprechende Eintrag nie angelegt worden ist“, erklärt Müller und setzt nach: „Oder wissen Sie vielleicht, wie diese kleinen Plastikdinger heißen, mit denen die Gardine an der Schiene bewegt wird?“ (= Gardinengleiter/ -rolle). Anderen fehlt womöglich die treffende Bezeichnung für jenes stabähnliche Gebilde von etwa 30 Zentimetern Länge, das auf dem Förderband der Supermarktkasse zwischen den Einkäufen der Kunden liegt (= Warentrenner). Wer sich gelegentlich in einer Fremdsprache redlich müht, macht ohnehin häufiger die beunruhigende Erfahrung, in seiner mentalen Vokabelbox ins Leere zu greifen.

Wörter sind im Gehirn mehrfach abgespeichert

Beim TOT-Phänomen liegen die Dinge anders: „Wir sind uns ja absolut sicher, das gesuchte Wort zu kennen, und können meist sogar einige

Alle aktuellen Themen aus Medizin & Gesundheit

Ich beweg' mich Community



Jetzt mitmachen!

Die "Ich beweg' mich"-Community: Individueller Trainingsplan, Fitnessstagebuch, Expertenrat und Austausch mit Gleichgesinnten. »

[Zur Anmeldung »](#)



Newsletter abonnieren
Hier können Sie unseren kostenlosen Newsletter abonnieren »

Zum Thema



Vergesslichkeit: Wie viel ist normal?

[Fit im Kopf ein Leben lang](#)

[Gedächtnis: Merkhilfen für Vergessliche](#)

Spezials zum Thema



Gedächtnis – wie die Festplatte des Menschens funktioniert
Merkfähigkeit und Erinnerungsvermögen sind wichtige Voraussetzungen

für unser Denkvermögen. Erfahren Sie, wie das Gedächtnis funktioniert, wodurch Demenz entsteht und wie Sie ihr Gehirn trainieren können »

1 Auswä

Wählen Sie Stammapot

PLZ oder

Apotheke f

2 Mitma

Nehmen Sie am Gesund

3 Gewin

Gewinnen S Wert von w Euro.

Ihre Vort Direktkon Stammap

- Öffnungs
- Service-l
- Arzneimi
- erhältlich
- Gesundhei



- App: Ap

Merkmale nennen, zum Beispiel den Anfangslaut, das grammatische Geschlecht oder den Silbenrhythmus“, erklärt Neurolinguist Müller. Denn jedes Wort ist im mentalen Lexikon des Gehirns mehrfach codiert. Das bedeutet: Neben seiner Bedeutung sind unter anderem auch klangliche und grammatische Einzelmerkmale eingetragen. Damit man den gewünschten Begriff tatsächlich parat hat, muss ein Mindestmaß dieser Merkmale aktiviert werden. Reicht die Aktivierung nicht aus, bleibt das Wort auf halbem Wege – gefühlt: auf der Zunge – stecken. Meistens drängen sich Alternativen zum Suchbegriff auf, gelegentlich führen sie sogar in die Irre. Statt des Namens der US-Filmschauspielerin spuckt das Gehirn Madonnas Songtitel „Like a Virgin“ aus, versucht dann nachzubessern mit Virginia Woolf und Vivienne Westwood. Dreimal Fehlanzeige.

Im Alter häuft sich das Zungenspitzen-Phänomen

Eigennamen von Personen oder Orten sind offenbar besonders anfällig für die gedankliche Ladehemmung. Der Grund: „Namen sind im Gehirn deutlich weniger vernetzt als ‚konzeptuelle‘ Begriffe wie Tisch, Auto oder Buch“, sagt Neurolinguist Müller. Wörter, die nur selten benutzt werden, seien ebenfalls TOT-gefährdet. Mit zunehmendem [Alter](#) tritt das Phänomen häufiger auf – und sorgt für großes Unbehagen, wie Neuropsychologin Deborah Burke vom Pomona College in Kalifornien bei ihren Studien feststellte. „Die Leute denken, dass sie verrückt werden, wenn sie feststellen, dass sie häufiger nicht auf den Namen eines Verwandten oder guten Freundes kommen.“ Tatsächlich aber sei das Zungenspitzen-Phänomen eine übliche Begleiterscheinung des Alterns.

Auch Experte Müller gibt Entwarnung: „Das Sprachgedächtnis lässt nach. Die neuronalen Verbindungen zwischen Begriffsmerkmalen werden schwächer. Wie alles im Alter wird auch die Suche nach Wörtern schwieriger.“ Von dem nur gelegentlich auftretenden TOT-Phänomen und den normalen Alterungsprozessen müsse man jedoch die echten Wortfindestörungen unterscheiden. „Diese werden durch eine neurologische Erkrankung ausgelöst und bewirken, dass in nahezu jeder Äußerung Wörter nicht gefunden, sondern umschrieben werden.“

Gehirntraining soll Wortfindungsschwierigkeiten vorbeugen

Als Gegenmittel zum Alterungsprozess empfiehlt US-Forscherin Burke: Halten Sie Ihr Gehirn auf Trab. Scrabble und Kreuzworträtsel seien gute Möglichkeiten, den Wortschatz zu aktivieren. Zeitungen und Bücher bieten viele Lern- und Speicherdaten, soziale Kontakte trainieren die Wortfindung. Für Jung und Alt könnte es Sinn machen, sich beispielsweise vor einer Familienfeier eine mentale Gästeliste anzulegen und alle Namen im Geiste aufzusagen, damit im Ernstfall auch der Erbonkel aus Übersee herzlichst und namentlich begrüßt werden kann.

Der Klang des Wortes ist entscheidend

Der Klang ist bei der Wortfindung oft von entscheidender Bedeutung. „Ein ähnlicher Silbenanlaut, ein gleicher Worhythmus, der zufällig aufgeschnappt wird, kann die Verbindung zum gesuchten Begriff liefern“, erklärt Müller. Wie auf der Familienfeier die mahnenden Worte der Schwägerin an ihren kleinen Sohn: „Winni, sei jetzt bitte lieb!“ Da macht es klick, und Vivien Leigh springt von der Zunge.

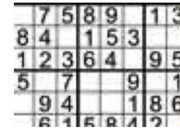
Haben Sie Frühlingsgefühle?

Na klar, das tolle Wetter, die kurzen Röcke – herrlich

Nein, meine Stimmung ist nicht abhängig von Jahreszeiten

Vielleicht ein bisschen. Gute Laune hab ich jedenfalls

[Abstimmen](#)



Sudoku

Die beliebte japanische Knobelei in unendlichen Variationen hier online spielen »



Memo-Spiele

Unsere Kartenaufdeck-Spiele, die ähnlich wie das klassische Memory® funktionieren »



Medikamentencheck

Nebenwirkungen und Wechselwirkungen von Arzneien überprüfen »



Vorsorge-Rechner

Welche Vorsorgeuntersuchung können Sie wann in Anspruch nehmen? Unser Rechner sagt es Ihnen »