

# Steno gegen das Vergessen

Im Zeitalter von Computern, die gesprochene Wörter erkennen, und winzig kleinen digitalen Aufnahmegeräten gerät die Stenografie mehr und mehr in Vergessenheit. Nun wird sie aus wissenschaftlicher Sicht wieder interessant – ausgerechnet als Mittel gegen das Vergessen.

VON ALDA MARIA GRÜTER

Deutsche Landtage und der Bundestag gehören wohl zu den letzten Bastionen, wo jede Sitzung stenografisch protokolliert wird. Denn in der Arbeitswelt haben Diktiergeräte, PCs und Programme zur Spracherkennung den Bleistift und den Stenoblock längst abgelöst. Nur wenige beherrschen heutzutage noch die Kunst, Worte mittels einfachster Schriftzeichen, zweckmäßigen Kürzeln und Kürzungen so schnell zu schreiben, wie sie gesprochen werden – Kurzschrift gehört zu den aussterbenden Fertigkeiten. Nun soll ausgerechnet die fast vergessene Schrift dem Vergessen entgegenwirken.

Ein deutschlandweit einmaliges Forschungsprojekt unter dem Titel „Steno kontra Demenz – kognitives Training und gesundes Altern“ will es jedenfalls beweisen: dass „das Ausmaß des Erlernens der Stenografie mit dem Erhalt der geistigen Leistungsfähigkeit gemessen mit neuropsychologischen Testmethoden korreliert.“ Die Hypothese, die Dr. Manfred Gogol, Chefarzt für Geriatrie am Krankenhaus Lindenbrunn in Coppenbrügge, Leiter der Studie, Präsident der Deutschen Gesellschaft für Gerontologie und Geriatrie sowie Vorstandsmitglied der Alzheimer-Gesellschaft Niedersachsen fachsprachlich formuliert, bedeutet anders ausgedrückt: Das Erlernen der Stenografie im Alter kann die Gehirnzellen wieder stärker aktivieren. Die Frage des Forschungsprojektes ist bisher nicht untersucht, für die Stenografie gibt es dazu zurzeit keine Daten, wie eine Recherche in der medizinischen Datenbank Pubmed ergeben hat. „Doch ergibt die empirische Lern- und Altersforschung profunde Gründe dafür, dass mit dem durchgeführten Programm ein Lernprozess einerseits und eine Verlangsamung altersbedingten geistigen Abbaus verbunden sein kann“, sagt Gogol. 17 Frauen zwischen 55 und 75 Jahren haben sich für das von der Mindener Stenografenschaft initiierte Pilotprojekt zur Verfügung gestellt.

Nachdem Gogol im Herbst 2010 einen Vortrag zur Plastizität – also der Anpassungsfähigkeit – des Gehirns in Minden gehalten hatte, bildete sich dort eine Gruppe, die in einem einjährigen Kursus Stenografie erlernen und parallel dazu ihre geistige Leistungsfähigkeit messen will, erläutert der Mediziner die Entstehung der Idee. Weitere Unterstützer: die Praxisgemeinschaft Dres. Kühne und Partner im Gesundheitszentrum Minden-Kutenhausen, das Ulmer Max-Planck-Institut, die Universitäten Düsseldorf und Jena und ein Labor im belgischen Gent.

Die Studie wird nicht kommerziell gefördert, finanziert sich aus Forschungsmitteln der Klinik für Geriatrie im Krankenhaus Lindenbrunn. Der Aufwand für Personal- und Sachmittel liegt bei rund

10 000 Euro. Die externen beteiligten Forschungseinrichtungen finanzieren die Bestimmungen aus ihren eigenen Forschungsmitteln. Die Projektarbeit hat bereits begonnen, erforderliche Untersuchungen sind durchgeführt und der erste Unterricht durch Steno-Lehrerin Gunda Steinmetz hat stattgefunden. „Das einjährige Trainingsprogramm wird begleitet von einem medizinischen und testpsychologischen Untersuchungsprogramm zu Beginn und nach 12 Monaten – also am Ende des Kurses – sowie nach 24 Monaten – also ein Jahr nach Kursende. So können Effekte hinsichtlich ihrer Art und Persistenz gemessen werden“, sagt Dr. Gogol.

Die Untersuchungen teilen sich auf in eine allgemeine medizinische Befragung und Untersuchung, die Erfassung der aktuellen Medikation und bekannter Risikofaktoren oder Erkrankungen sowie der Schul- und Berufsausbildung. Zu den verschiedenen Untersuchungsteilen zählen beispielsweise neuropsychologische Untersuchungen, Gedächtnistests, Patientenfragebögen sowie medizinisch-technische und Labor-Untersuchungen. Laut Gogol werden in der Regel der Studie ausschließlich in anderen Untersuchungen erprobte Testinstrumente eingesetzt, die die Hirnfunktionen und wichtige Einflussfaktoren erfassen. „Kognitive Störungen bis hin zur Manifestation eines demenziellen Prozesses treten im höheren Lebensalter mit zunehmender Häufigkeit auf“, sagt Dr. Gogol... Deutschlandweit sind rund 1,2 Millionen Menschen von Demenz betroffen; im Jahre 2050 sollen es schon doppelt so viele sein, die an einem Verfall der geistigen Leistungsfähigkeit, der Gedächtnisleistung, des Denkvermögens, und einer damit einhergehenden Persönlichkeitsveränderung leiden. Die häufigste Form der Demenz ist die Alzheimer-Krankheit.

Im hohen Alter nimmt das Risiko, an einer Demenz zu erkranken, stark zu: „Sind nur etwa ein Prozent aller Menschen unter 65 Jahren davon betroffen, steigt die Anzahl der Demenzen bei den 80-Jährigen auf 17 Prozent an. Bei den über 90-Jährigen sind es sogar 35 Prozent“, sagt Dr.



Die Steno-Kürzel gehen immer weniger Menschen so leicht von der Hand wie Dr. Hannelore Krüger aus Hameln. Fotos: amg

Gogol. Regelmäßiges Gehirn-Jogging hält den Geist fit und senkt das Risiko für Demenz: „Es ist bekannt, dass Lernen in allen Altersstufen stattfindet und objektivierbar ist“, sagt Dr. Gogol. Ob Bewegung auf der Tanzfläche oder auf dem Golfplatz oder Sprachen lernen – es gibt eine Fülle an wissenschaftlichen Untersuchungen, die belegen, dass derartige Aktivitäten bei Senioren die Wahrscheinlichkeit einer Hirnleistungsstörung stark vermindern. „Das Besondere an einem Stenografie-Programm ist, dass es motorisches Lernen mit intellektuellen, abstrakten (Sprachen-)Lernen verbindet und die Anforderungen kontinuierlich ansteigen“, erläutert Dr. Gogol. Zwischenberichte über das Steno-kontra-Demenz-Pilotprojekt werden in der Deutschen Stenografenzeitung zu lesen sein ([www.stenografenbund.de](http://www.stenografenbund.de)).

Wenn die Studie positive Ergebnisse hervorbringt, belegt, dass Stenografie einen Einfluss auf die geistigen Fähigkeiten hat, werde man das Projekt „eine Nummer größer aufziehen“, sagt Dr. Gogol. Die Uni Bonn habe Interesse an einer weiteren Probanden-Gruppe signalisiert, ergänzt Norbert Haacke. Von dem Erfolg des laufenden Forschungsprojektes ist der

Vorsitzende der Mindener Stenografenschaft überzeugt: „Stenografie bringt etwas für das Gehirn – darauf können sie Gift nehmen. Wie viele Regionen im Gehirn angesprochen werden!“ Wer Steno kann und regelmäßig anwendet, der hat es also gut. In gesundheitlicher wie in praktischer Hinsicht. Für Letzteres steht allen Vorteilen voran, dass wortwörtlich jede noch so lange Rede in kürzester Zeit, raumsparend und mühelos zu Papier gebracht werden kann, Mimik und Gestik der Sprecher und sonstige Vorfälle können mitprotokolliert werden.

„Die meisten Leute glauben, Steno sei überholt, es gebe ja technische Möglichkeiten, aber das stimmt nicht. In fast jedem Beruf sind Telefon- und Gesprächsprotokolle sowie Protokolle anzufertigen. Mit Steno hat man klare Vorsprünge“, sagt der 65-Jährige Schnellschrift-Freund, der bei der Deutschen Bahn im kaufmännischen Bereich tätig war und seit 1961 dem Mindener Stenografenverein angehört. Gleichwohl muss Haacke einräumen, dass Stenografie heutzutage wenig anziehend ist für junge Leute. „In Ostwestfalen beispielsweise sind von ursprünglich gut einem Dutzend Vereinen nur noch drei übrig geblieben.“ 60 Mit-

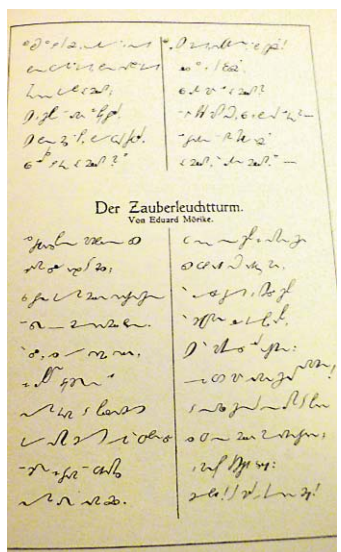
glieder – „alle 50 plus“ – seien im Mindener Verein organisiert. „Zu Spitzenzeiten zählten wir um die 200 Mitglieder.“ Der Deutsche Stenografenbund schreibt sich auf die Fahnen: die Durchführung von „Aktivitäten zur Verbreitung der Kurzschrift, der Textverarbeitung und des Maschinenschreibens als allgemeine Bildungsgüter und rationale Arbeitsformen sowie der Bürokommunikation zur Förderung der persönlichen und beruflichen Entwicklung, ergänzt durch die Vermittlung von Kenntnissen wirtschaftlicher und gesellschaftlicher Zusammenhänge“. Unter anderem werden Meisterschaften und Wettbewerbe, auch international, durchgeführt. Doch es fehlt der Nachwuchs. Als Karl Wilhelm Henke, 63, Autor von Lehrbüchern für Stenografie, Tastschreiben sowie Text- und Datenverarbeitung, im Jahre 2000 für fünf Jahre den Vorsitz des Deutschen Stenografenbundes übernahm, zählte der Verband 13 000 Mitglieder: „Heute sind es nur noch 8000“, sagt der Ehrenvorsitzende des Verbandes für Informationsverarbeitung NRW.

Auch an anderen Bildungseinrichtungen wie der Volkshochschule kommen mangels Nachfrage keine Kurse zustande: Steno-Unterricht hat es beispielsweise an der Volkshochschule Hameln-Pyrmont zum letzten Mal vor gut 15 Jahren gegeben, sagt Birgit Schweinebart. Auch die VHS Schaumburg hat die Kurzschrift heute nicht im Programm. Das könnte daran liegen, dass Steno seinen Ursprung in der beruflichen Nutzung habe und durch den technischen Wandel heutzutage keine Anwendung mehr finde. „Steno – das war einmal“, sagt auch Wilfried Schnase, tätig im Service beim Hamelner Gericht. Im Strafbereich schreibe ein Protokollführer das Gesprochene langschriftlich mit, ansonsten haben Diktiergeräte die Kurzschrift schon vor mindestens zehn Jahren abgelöst. „Steno-

grafie ist auch längst nicht mehr Voraussetzung für eine Einstellung.“

Dennoch: Die 8000 im Stenografenbund organisierten Beherrscher der Schnellschrift verfechten vehement deren Existenzberechtigung und Nutzen. Eine Anhängerin der Kurzschrift, die selbst Einkaufszettel, Briefe und Ansichtskarten aus dem Urlaub in Steno verfasst, ist Dr. Hannelore Krüger, langjährige Vorsitzende des Stenografenvereins Hameln: „Kurzschrift und Maschinenschreiben sind unentbehrlich, sind Lebenselixier, haben mich begleitet von Kindesbeinen an.“ Hannelore Krüger ist 81 Jahre alt, diplomierte Volkswirtschaftlerin, sie hat promoviert, außerdem sich zur staatlich geprüften Lehrerin für Kurzschrift und Maschinenschreiben ausbilden lassen. Schon mit 15 Jahren lernte sie Stenografie. Eine Leidenschaft, die ihr Vater geweckt hatte: Alwin Krüger war Handelsfachlehrer, Lehrer für Stenografie und Maschinenschreiben, Lehrbuchautor, Dozent – und wie sie auch Vorsitzender des Hamelner Stenografenvereins. In der Wohnung von Dr. Hannelore Krüger türmen sich Bücher und Akten zum Thema Stenografie und Kurzschrift.

Die Seniorin greift zu einem alten grünen Heftchen: Was der Unkundige vielleicht als interessante „Kritzereien“ bezeichnet, ist Poesie in Kurzschrift. Frühe habe das Dichtungs-Heft, das ihr Vater in Einheitskurschrift übertragen hat, einen festen Platz in Schülerbüchereien gehabt, erzählt Hannelore Krüger. Steno und Maschinenschreiben zu beherrschen, das sei einst etwas für die Gebildeten gewesen. Noch in den 60er Jahren seien Stenografiekurse sehr gefragt gewesen. Den Hamelner Stenografenverein habe sie vor 15 Jahren offiziell abgemeldet. Als nicht eingetragener Verein bestehe er allerdings fort: „Weil ich immer noch die Illusion habe, dass es mit der Stenografie irgendwann wieder aufwärts gehen wird.“



Sogar Lyrik – links abgebildet ein Gedicht von Eduard Mörike – wurde einst in Steno veröffentlicht. Hannelore Krüger hängt leidenschaftlich an der Kurzschrift.

