Deutsch lernen und unterrichten – Arbeitsmaterialien

Stichwort

Spannung

Was täten wir ohne "Spannung" in unserem Leben? Uns langweilen, keinen Muskel mehr bewegen, im Dunkeln sitzen? Auf manche "Spannungen" könnten wir jedoch gerne verzichten.

Sie ist nahezu allgegenwärtig. Begleitet uns täglich in irgendeiner Form. Sie steckt in uns, befindet sich aber auch außerhalb unseres Körpers und ist für ganz bestimmte Vorgänge sogar unerlässlich. Sie kann ab- und zunehmen, sich steigern bis zur Unerträglichkeit und dann wieder nachlassen.

Mehrere Gesichter

Es gibt sie im physikalisch-naturwissenschaftlichen, physiologisch-medizinischen, politisch-gesellschaftlichen und im psychischen Bereich. Durch sie wird das Leben schwungvoll und energiegeladen. Und dennoch: Manchmal möchten wir ganz gerne auf sie verzichten. Wie fast alles hat sie mehrere Gesichter, gibt es positive und negative Seiten. Unser Stichwort heißt diese Woche Spannung. Das Wort lässt sich am besten erklären, wenn man seiner Herkunft nachspürt:

Spannung ist ein so genanntes Verbalsubstantiv zum Zeitwort "spannen". Dieses stammt von zwei sehr alten Formen ab, die ursprünglich das bedeuteten, was wir heute unter "festklemmen", "befestigen" und "anheften" verstehen. "Spannen" ist zunächst das in physikalischem Sinne Einwirken von Kraft: ein starkes Anziehen, zum Beispiel das Spannen der Bogensehne. Dieses Urbild von Spannung wurde später auf Feuerwaffen übertragen, man sprach vom "Spannen des Hahns" an den Gewehrschlössern.

Symbolische Bedeutung

Straff gezogene Seile sind "gespannte" Seile, Saiten auf Musikinstrumenten werden gespannt und wie überspannte Bogen reißen auch sie, wenn die Spannung zu groß ist. Mit der Zeit wurde der Gebrauch des Verbums "spannen" und auch des Substantivs "Spannung" immer freier, was unter anderem viele übertragene Bedeutungen entstehen ließ.

Wenn sich Brücken von einem Ufer zum anderen spannen, sind damit nicht nur die Brücken als Bauwerke gemeint, sondern auch der symbolische Brückenschlag – das Bild des gespannten Brückenbogens als Symbol für Verständigung. Der Ingenieur hingegen mag bei Brücken durchaus an die Spannbetonbauweise denken, ohne die die erstaunliche "Spannweite" vieler Brücken nicht möglich wäre.

© Deutsche Welle

Deutsch lernen und unterrichten – Arbeitsmaterialien

Stichwort

Gesunde Spannkraft

Müsste man das Wort Fitnessstudio ins Deutsche übersetzen, es käme der holprige Begriff "Spannkrafterreichungsraum" oder etwas Ähnliches heraus. Denn die körperliche und geistige Fitness ist nichts anderes als die gesunde Spannkraft des Menschen. Diese ist neben der organischen Gesundheit die stets verfügbare Spannkraft der Muskeln und Sehnen und die psychische, man kann auch sagen nervliche Spannung, die sich im Ausgleich und Gleichgewicht mit dem gesamten Organismus befinden sollte.

Wie wichtig dies ist, können alle beurteilen, deren Nerven mitunter zum Zerreißen gespannt sind, oder die in ständiger Anspannung leben. Seit der Klassik wird "Spannung", "spannen" und "anspannen" bildhaft auf körperliche und geistige Kräfte übertragen. Die sprichwörtliche "Anspannung aller Kräfte" stammt aus jener Zeit. "Gespannt" sind wir auch, wie der "spannende" Krimi weitergeht. "Gespannt" sitzen wir vor dem Fernseher, wenn die Lottozahlen ausgespielt werden.

Hoch- und Entspannung

Apropos Fernseher: Der funktioniert nur, wenn der Netzstecker in der Steckdose steckt und die Leitung unter "Spannung" steht. Normalerweise beträgt diese bei uns 220 Volt. Eine "Stromspannung" von über 250 Volt gilt in der Elektrotechnik als "Hochspannung".

Nach soviel "Spannung" kann es jetzt aber nur eines geben: "Entspannung". "Entspannen". Zurücklehnen. An den Urlaub denken. Sich vorstellen, wie es dort auf der Insel sein wird. Das kann schon wieder "spannend" sein.

© Deutsche Welle

Deutsch lernen und unterrichten – Arbeitsmaterialien

Stichwort

Fragen zum Text

Wenn Nerven zum Zerreißen gespannt sind, ...
1. ist man geistiger Belastung ausgeliefert.
2. spannt man gerade einen Bogen.
3. ist eine Brücke instabil.

Eine Stromspannung von mehr als 250 Volt gilt in der Elektrotechnik …
1. als Tiefspannung.
2. als Anspannung.
3. als Hochspannung.

Wenn man sich entspannt, …
1. dann lehnt man sich zurück und ruht sich aus.
2. spannt man seine Muskeln an.
3. geht man in den Spannkrafterreichungsraum.

Arbeitsauftrag
Was machen Sie nach einer körperlichen oder geistigen Belastung, um wieder zu Kräften zu kommen? Beschreiben Sie Ihre persönliche Entspannungs-Methode in einem kurzen Aufsatz und stellen Sie die Methode Ihrer Klasse vor.

Autor: Michael Utz
Redaktion: Beatrice Warken

© Deutsche Welle