



Gehirn-gerecht lernen

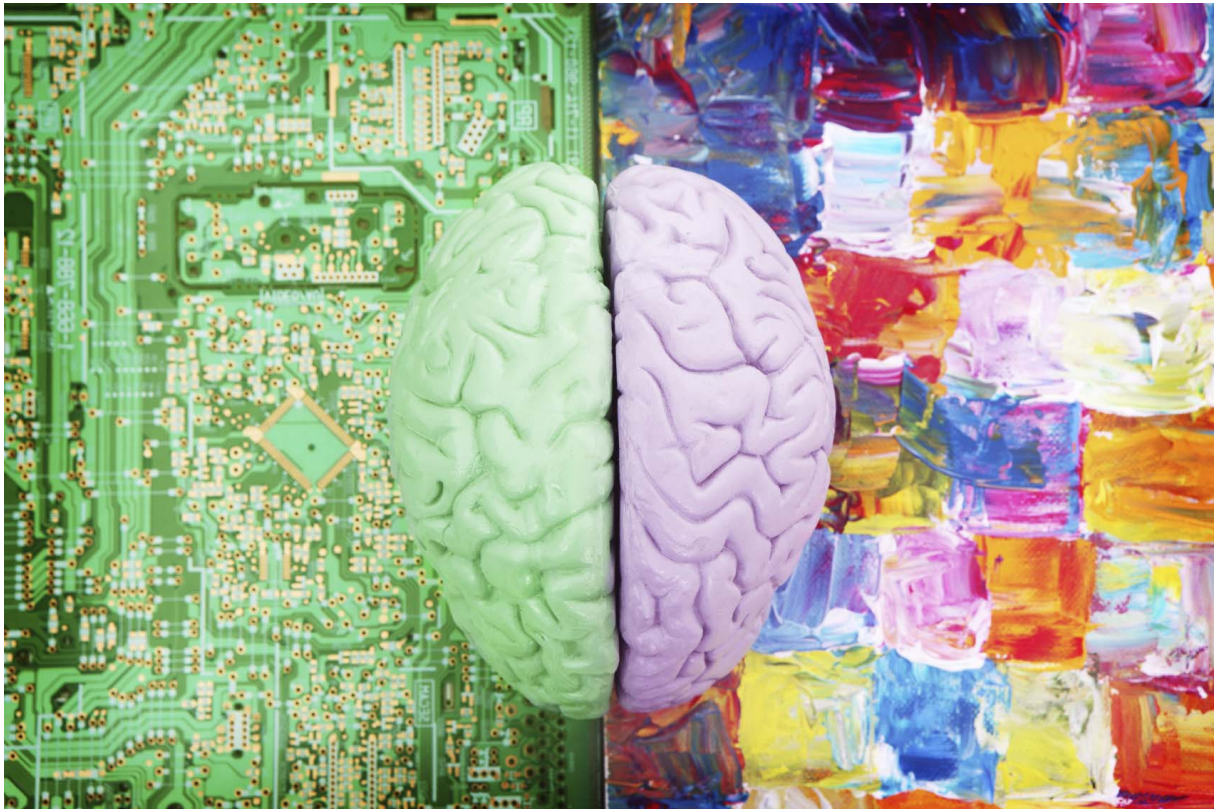


Eine Infobroschüre von


SCHULE SORGLOS
Das Coaching-Netzwerk für Schüler



Gehirn-gerechtes Lernen kann alles verändern



Den Begriff *gehirn-gerecht* prägte die Trainerin und Autorin Vera F. Birkenbihl.

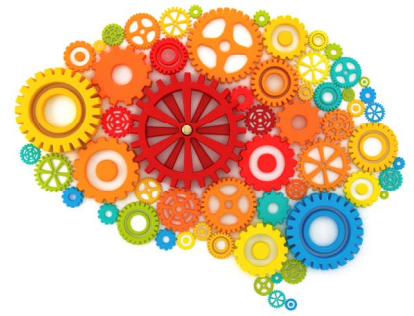
Das ist Lernen, das die Funktion erfüllt, die es eigentlich hat: nämlich uns weiter zu bringen und glücklich zu machen. Das kann nur gehirn-gerecht sein!

Natürlich: Viele Schüler lernen in der Schule eine Menge. Nur leider haben sie meistens wenig Bezug dazu und empfinden wenig Freude dabei – das führt dann dazu, dass sie das meiste wieder vergessen.

Dazu Hirnforscher Prof. Dr. Hübner:

„Heute wissen junge Menschen schon zwei Jahre nach dem Abi nur noch zehn Prozent von dem, was sie in der Schule gelernt haben.“

Überlegen Sie einmal, was für ein Wahnsinn das ist: Die Kinder gehen 12-13 Jahre zur Schule – für fast nichts. Das Schlimme: Die Jugendlichen bemerken natürlich auch, dass sie kaum Wissen und Kompetenzen fürs Leben erwerben, aber das schieben sie meist nicht auf unser Schulsystem, sondern sie glauben, dass sie zu dumm oder zu untalentierte seien.



Das wirkt sich bei manchen Jugendlichen auf ihr ganzes Leben aus: Sie brechen die Ausbildung ab, trauen sich nichts zu, nehmen keine Herausforderungen an.

Dies bedeutet:

Der größte Teil dieser jungen Menschen wird nie sein volles Potenzial entfalten, wird nie etwas Außergewöhnliches leisten oder sich etwas Besonderes trauen.

Es geht nicht nur darum, viel Geld mit seinen Fähigkeiten zu verdienen – es geht darum, seine Fähigkeiten in den Dienst der Menschheit zu stellen und damit auch selbst glücklich und zufrieden zu werden.

Jeder Mensch, der nicht sein volles Potenzial entfaltet, ist wie eine Blume, die nie blüht. Und jeder dieser Menschen ist ein Verlust, denn gleichgültig ob er später ein überdurchschnittlich guter Arzt würde, als Garten- und Landschaftsarchitekt Parks anlegte, in denen sich andere Menschen erholen, oder ob er oder sie einen Impfstoff gegen Krebs fände – das, was er hätte tun können, wird fehlen.

"In jedem Kind steckt ein Genie."

Hirnforscher Prof. Dr. Hüther



Fazit:

Wenn wir Kindern und Jugendlichen vermitteln, wie sie gehirn-gerecht lernen können, verändern wir sofort die Welt:

- Die Welt der Schüler, weil sie mit Freude lernen, stärker werden, weil sie an sich glauben und feststellen, wie viel Freude das Lernen macht und wie viel sie können.
- Das Familienleben verändert sich, denn ein großer Teil des Stresses in der Familie hat mit Schule zu tun.
- Unsere Gesellschaft ändert sich, denn es wird weniger Schulabbrecher geben (vielleicht gar keine mehr).

Jugendliche, die begeistert davon sind, sich zu entfalten, also Leistung zu bringen, haben weder Zeit noch Interesse, sich mit Vandalismus oder Kriminalität zu befassen. Sie haben einen anderen Weg, der ihnen Anerkennung gibt, der sie stolz und zufrieden macht.

Gehirn-gerechtes Lernen ist also ein kleines Rädchen, das eine mächtige Wirkung entfaltet, wenn wir daran drehen.



Wie lernen wir nun gehirn-gerecht?

Unser Gehirn ist unglaublich fähig. Es kann so viel und kann immer mehr, je mehr wir es fordern.

Schauen wir uns einmal an, was möglich ist:

- Wir können **logisch** denken.
- Wir **analysieren**.
- Unser Gehirn findet **Muster** und vergleicht sie mit anderen (zum Beispiel lernen kleine Kinder automatisch die richtige Grammatik, ohne dass sie jemand erklärt).
- Es kann **Humor** verstehen und produzieren.
- Es kann **kreativ** sein.
- Es ist ein **Künstler** (Malen, Schreiben, Gestalten, Bauen).
- Unser Gehirn sieht das **große Ganze**
- und genauso das **Detail**.
- Es kann mit **Zahlen** umgehen.
- Und es versteht **ohne Worte** (Beispiel: In der Kneipe zeige ich nur auf mein leeres Bierglas und zeige 3 Finger. Der Kellner versteht sofort, was ich meine. Oder denken Sie an Zeichen wie das Victory-Zeichen. Unser Gehirn versteht sofort, dass es bedeutet „Wir werden siegen!“)
- Es kann geniale **Sätze** formulieren.
- Unser Gehirn kann **Bilder** selbst produzieren (**Imagination**) und verstehen.
- Es liebt **Farben** und merkt sich besser, was durch sie unterstützt wird (Warum werden dann Fehler in Klassenarbeiten immer noch mit Rot korrigiert?).
- Unser Gehirn **liebt Töne/Musik/Rhythmus/Singen**.
- Wir können in unserer **Phantasie** alles erschaffen.
- Wir produzieren **Emotionen**.
- Unser Gehirn kann **Ordnung** schaffen.
- Wir können Dinge **erfinden**, die bisher nicht existiert haben.
- Aber es nutzt auch das **Chaos** als Kreativitätsmöglichkeit.
- Wir können **strategisch** vorgehen
- oder uns **spontan** einem Impuls überlassen.
- Wir können Dinge **durchdenken**
- und wir haben **Intuition** (Bauchhirn).
- Wir können die **Probleme** an einer Sache herausfinden und Fehler **verhindern**.
- Wir können **diszipliniert** sein.
- Wir können **planvoll** handeln.
- Unser Gehirn liebt es, **ausprobieren** zu dürfen, ohne Angst vor einer Kritik haben zu müssen.
- Unser Gehirn mag es, anderen etwas zu **erklären** – dabei lernt es **selbst** am besten (*Lernen durch Lehren*).





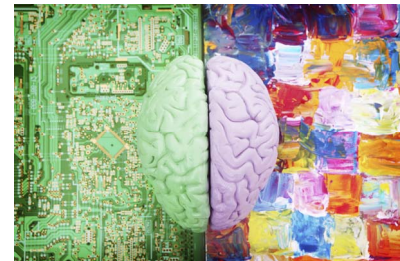
Sie sehen: Wir können so viel – *wir **alle*** können das. Natürlich hat nicht jeder das gleiche Talent zum logischen Denken oder zum Erzählen von Witzen oder Klavierspielen – aber wir alle haben all diese Anlagen in uns. Und wie gut wir dann in etwas werden, hängt zu einem großen Teil davon ab, wie wir es trainieren, also wie wir unser Gehirn benutzen.

Unser Gehirn können wir nur richtig benutzen, wenn wir es so benutzen, wie es unser Gehirn mag.

Was mag unser Gehirn?

Die Antwort ist eigentlich ganz banal:

Unser Gehirn möchte, dass wir es in seiner Ganzheit nutzen! Dass wir alles verwenden, was wir zur Verfügung haben und nicht nur einen kleinen Teil.



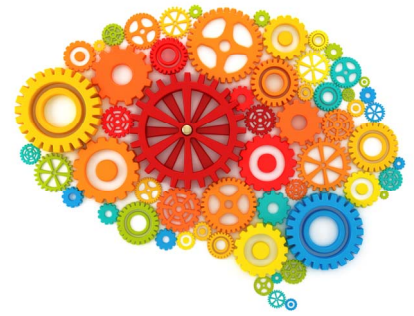
Sehen Sie sich die Liste oben einmal an: Da sind viele Punkte sehr widersprüchlich und scheinen ein Gegensatz zu sein.

- Mal ist unser Gehirn ein Buchhalter, der ganz genau arbeitet und perfekt mit Zahlen (Geld/Zeit) umgehen kann.
- Mal ist unser Gehirn ein chaotischer Künstler, der einfach nach Lust und Laune Farben auf die Leinwand spritzt und dabei völlig die Zeit vergisst.
- Mal ist unser Gehirn ein kühler Wissenschaftler, der analysiert, warum das Virus X nicht auf den Impfstoff Y reagiert.
- Und mal ist unser Gehirn wie ein kleines Kind, das ausgelassen tanzt und die Musik genießt.

Das Geheimnis des gehirn-gerechten Lernens:

Nutze alles, was dein Gehirn zu bieten hat, und tue es mit
Gefühl und Begeisterung.

Und: Halte dich am Anfang von Menschen fern, die dich nur
kritisieren und entmutigen.



Warum ist Kritik so schädlich? (für Gehirn *und* Seele)

Mit 10 Jahren durfte ich zu einem Klavier-Lehrer gehen. Ich war Feuer und Flamme, wollte lernen und vor allem auch Spaß haben. Mein Lehrer war ein Mensch, der toll Klavier spielen konnte, leider von Spaß und gehirn-gerechtem Lernen aber wenig Ahnung hatte.

Jeder kleinste Fehler wurde sofort moniert, es wurde genörgelt, mir vorgeführt, was ich alles nicht konnte – Lob bekam ich im Gegenzug nicht. Ich durfte nichts ausprobieren und vor allem durfte ich keinen Spaß haben.

Nach einem halben Jahr gab ich das Klavierspielen auf, weil es nur noch Frust für mich bedeutete. Nun ist es natürlich wichtig, zu wissen, was falsch ist und wie man sich verbessern kann, gleichgültig, was man lernt.

Aber: **Kritik braucht der, der lernt, erst später!** Was er als Erstes braucht, ist Ermutigung, um dieses manchmal schlimme Gefühl zu überwinden, das die Lern-Psychologen „*Bewusste Inkompetenz*“ nennen.

Das bedeutet: Mir wird plötzlich klar, dass ich keine Noten lesen kann, es mir schwer fällt, beide Hände gleichzeitig zu bewegen, im Takt zu bleiben. Mir wird klar, dass ich in Sachen Klavierspielen ein absoluter Dilettant bin. Dieses Gefühl überwinden viele Menschen nicht – das ist der Grund, warum wir so vieles abbrechen: das Fitnesstraining, den Sprachkurs etc.

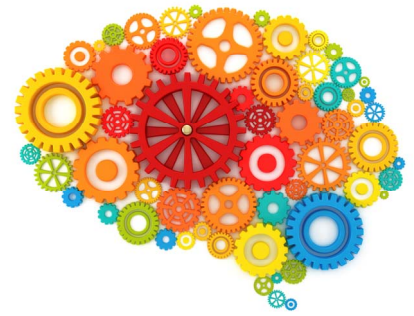
Und in dieser Phase brauchen wir Menschen, die auch mal einen Fehler übersehen (nur am Anfang!), die uns ermutigen und uns begeistern.

Und wir brauchen Menschen, die uns dazu herausfordern etwas auszuprobieren!

Mit 46 Jahren habe ich wieder angefangen, Klavier zu spielen. Und ich habe den besten aller Lehrer gefunden: Einen, der mir hilft, mich nicht selbst runterzumachen, wenn ich mich verspiele. Einen, der mich ermuntert, einfach mal drauf los zu spielen. Einen, der auch mal in einem Stück schnell etwas ändert, weil ich finde, das hört sich besser an.

Das ist Freude pur und das Lernen bekommt plötzlich eine andere Qualität – man ist motiviert, strengt sich an und lernt schneller, als man es vermutet hätte.

Kritik ist erst angebracht, wenn jemand schon etwas kann – für
Anfänger ist Kritik Gift!



Unser Schulsystem ist gehirn-feindlich

Stellen Sie sich vor: Ein Kind im Kindergarten malt ein Bild. Ein blaues Reh. Das Kind ist ganz begeistert, weil es phantasiert, das sei eine verwunschene Prinzessin, die nun zum Reh verwandelt durch die Wälder streift.

Darauf die Erzieherin: „Also mal das mal braun, es gibt doch keine blauen Rehe!“ Und schon wird dem Kind seine Phantasie verleidet.

Gehen Sie davon aus, dass so etwas in unserer Gesellschaft ein Leben lang passiert. „Rede nicht so einen Unsinn“, „Was für ein Quatsch“, „Das funktioniert doch eh nicht“, „Blöde Idee“, „Sowas gab's noch nie“ usw. – solche Kommentare hören Kinder oft, wenn sie ihre Phantasie ausleben.

Paradox: Wenn diese Kinder später im Beruf sind, verlangen wir von ihnen, dass sie mit Kreativität Probleme lösen.

Welchen Sinn macht das?

Unser Schulsystem fördert leider nur die Dinge, die in unserer Gesellschaft anerkannt sind: Logisches Denken, Ordnung, Genauigkeit. Aber das Chaos gehört zu unserem Gehirn ebenso wie das Unlogische, das Gefühl, die Intuition.

Und nur der Mensch, der all das zur richtigen Zeit nutzt, wird aus seinem Leben ein Meisterwerk machen können.



Was bedeutet das jetzt fürs Lernen?

Für alle, die lernen wollen (Kleine und Große)

- Begeistern Sie sich für das, was Sie lernen. Sie denken, Ihr Lernstoff wäre trocken und sinnlos? Irgendwo gibt es jemanden, der sich genau dafür begeistert. Fragen Sie diesen Menschen „Warum?“ und öffnen Sie Ihren Geist für seine Ideen. Letztlich gilt: Wer alles langweilig findet, der hat nur nicht genau hingeschaut.
- Überlegen Sie bei allem, was Sie lernen, wie Sie mehr Dinge einbeziehen können, die Ihr Gehirn liebt. Nutzen Sie Bilder, Musik, zeichnen Sie, rappen/singen Sie einen Lernstoff, überlegen Sie, was Sie schon darüber wissen.
- Nutzen Sie Techniken für gehirn-gerechtes Lernen.
- Lassen Sie Ihrer Phantasie freien Lauf.
- Stellen Sie sich Ihren Lernstoff bildlich vor.
- Spielen Sie mit Ihrem Lernstoff.
- Seien Sie neugierig!
- Bereiten Sie den Lernstoff auf ungewöhnliche Weise auf.



Für Eltern

- Lassen Sie Ihr Kind Dinge ausprobieren und „helfen“/kommentieren und kritisieren Sie nicht. Das bedeutet nicht, dass Sie Ihrem Kind suggerieren sollen, alles sei toll, was es macht. Ihr Kind merkt selbst, wenn etwas noch nicht so läuft – es braucht keinen Kritiker, der es entmutigt. Helfen Sie dann, wenn Ihr Kind um Hilfe bittet – mit dieser Haltung kann Ihr Kind zu Höchstleistungen auflaufen.
- Sprechen Sie mit Ihrem Kind in Bildern. Nutzen Sie Metaphern und kleine Geschichten, um etwas zu veranschaulichen (Storytelling – siehe auch Empfehlungen unten).
- Wenn Sie möchten, dass Ihr Kind sein volles Potenzial nutzt, lassen Sie es in gehirn-gerechten Techniken coachen – die Wirkung wird Ihr Kind für sein ganzes Leben bereichern.
- Finden Sie heraus, was Ihr Kind besonders mag, worin es besonders gut ist. Bestärken Sie Ihr Kind, und ermutigen Sie es herauszufinden, wie es Neues mit diesen Dingen verknüpfen kann. So hat das Kind beim Lernen sofort ein positives Gefühl. Beispiel: Ihr Sohn interessiert sich für Flugzeuge. Englisch ist die Sprache der Piloten – wäre es nicht toll, auf Englisch eine Situation im Flugzeug zu spielen? Dabei wird Ihr Kind mehr lernen als beim Pauken, weil es mit Interesse und Begeisterung arbeitet – und nichts kurbelt unsere Gehirnzellen mehr an.
- Lassen Sie Ihrem Kind seine Tagträume, „Spinnereien“, Phantasien – sie bringen uns weiter! Jeder Mensch, der etwas Großes schafft, ist einer, der genau das beherrscht – nur durch Logik und Vernunft ist noch keinem Menschen etwas Geniales gelungen.



Links

- Storytelling und Metaphern: <http://www.respektspezialistin.de/storytelling-eltern/>
- Leseprobe Buch „Storytelling“: <http://books.google.de/books?id=tjlaGD-5VwcC>
- Engl: *Storytelling with the children*: <http://books.google.de/books?id=luQOKN63TCwC>
- Noch ein Buch zum Storytelling: <http://books.google.de/books?id=Gu31KJCAFrUC>
- Story-Power Vera F. Birkenbihl: <http://books.google.de/books?id=Gu31KJCAFrUC>
- Intelligente Partyspiele: <http://books.google.de/books?id=R-fkWBQZKY8C>

Was nicht gehirn-gerecht ist	Was unser Gehirn liebt
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Druck aufbauen ▪ Fehler-orientiert sein ▪ ein starrer Lehrplan ▪ Unterricht in 45-Minuten-Häppchen ▪ Vokabeln und Grammatik pauken ▪ Pauken überhaupt ▪ Lernen mit Frust ▪ Der Lehrer redet viel, die Schüler konsumieren. ▪ isolierte Fakten lernen, zu denen wir keinen Bezug haben ▪ Themen, die überhaupt nichts mit unserem Leben zu tun haben, wochenlang thematisieren (Beispiel: 2 Wochen lang werden in der 9. Klasse Gymnasium die Funktionsgleichungen von Brücken berechnet) ▪ Bleiwüsten in Büchern ▪ Schüler, die mit Wissen vollgestopft werden, ohne es anzuwenden ▪ nur auf Fehler achten, kritisieren ▪ Lernstoff, der nie wieder gebraucht wird 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Stories ▪ Zeichnungen, Bebilderungen, Beschriftungen, Grafiken ▪ Farben ▪ Musik ▪ Singen ▪ Pläne machen ▪ sich austoben dürfen ohne Angst ▪ Mind-Mapping ▪ die Birkenbihl-Methode für Fremdsprachen ▪ Lernmethoden, die die rechte und die linke Gehirnhälfte einbeziehen ▪ Lachen und Humor ▪ gute Gefühle ▪ Begeisterung ▪ inspirierende Menschen ▪ Ermutigung ▪ Lernstoff an bestehendes Wissen anhängen ▪ Spaß! ▪ verstehen, warum man etwas lernt



Bildnachweise:

Gehirn mit Zahnrädern: © iStockphoto.com | adventtr

Zwei Gehirnhälften: © iStockphoto.com | hidesy

Frau mit V-Zeichen: © Andrey Turchaninov, Depositphotos.com

Mädchen am Tisch: © Hannes-Ei, Fotolia.com