



Willkommen zum zweiten Teil. Wir wollen Ihnen 10 Möglichkeiten zeigen, wie Sie gehirngerecht lernen können. Dabei stützen wir uns auf die aktuellen Erkenntnisse der Neurowissenschaften. Viel Spass beim Ausprobieren!

Alle Möglichkeiten zielen darauf ab, Neues nachhaltiger zu lernen. Es mag zeitaufwendiger aussehen, ist aber im Endeffekt der schnellere Weg um Erfolg in Schule und Beruf zu haben. Dies ist wissenschaftlich durch viele Studien bewiesen.

Ihr Gehirn lernt besser, wenn...

1. ...man assoziieren und vermuten kann.

z.B. Welche Länder grenzen an Österreich?

Stürzen Sie sich nicht gleich auf die Lösung, sondern stellen sie zuerst Vermutungen an und versuchen Sie zu raten. Dadurch werden bekannte Vernetzungen aktiviert, auch wenn sie schon länger nicht mehr gebraucht wurden.

2. ...man Muster erkennen kann.

z.B. Welches Muster steckt hinter Tischplatte, Tennisplatz, Blatt Papier, Parkschild

Wir orientieren uns in der Welt anhand von Mustern, die wir wiedererkennen. Mit der Zeit genügt nur ein Teil des Musters und wir erkennen das Ganze. Das spart viel Energie!

3. ...wir Chunks bilden können.

z.B. 44198720159913

Wir können uns diese Zahl nicht merken, wenn wir jede Ziffer versuchen auswendig zu lernen. Unser Gehirn kann ca. 5 Chunks (Informationseinheiten) gleichzeitig

aufnehmen und speichern. Wir müssen also diese Zahl in 5 Teile zusammenfassen, dann können wir sie uns merken.

4. ...wir an Vorwissen anknüpfen können.

z.B. Gammaglutamyltransferase

Sie werden sich diesen Begriff schwerlich merken können, wenn Sie ihn nicht an bekanntes Wissen anknüpfen können. Üben und festigen Sie bestehendes Wissen immer wieder, damit es als Vorwissen jederzeit leicht abrufbar ist.

5. ...wir vermutlich Erfolg haben.

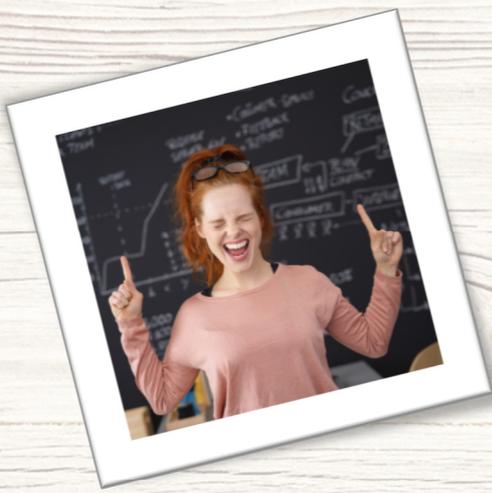
z.B. Wie viele Quadrate können wir zählen?



Lernfreude und Lust entstehen, wenn Endorphine ausgeschüttet werden. Dies geschieht bei Erfolg. Negative Emotionen wie Angst und Widerstand kosten Energie, die nicht zum Lernen zur Verfügung steht.

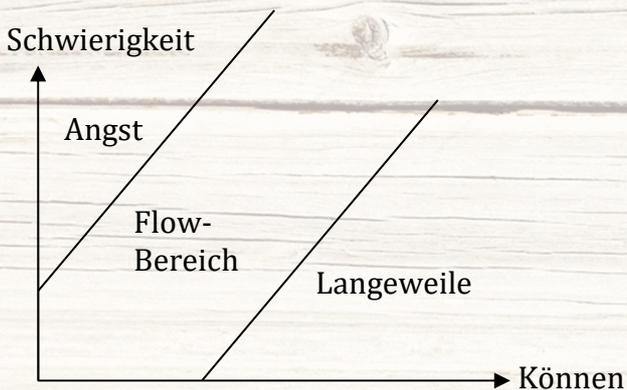
6. ...wir etwas verstehen.

Der Aha-Effekt schafft einerseits Erfolg und andererseits lässt er Denkprozesse wiederholen. Somit wird der Lerninhalt wiederholbar und ist breit im Gehirn vernetzt, da Verstehen ein komplexer Vorgang im Gehirn ist.



7. ...wir mit Bildern arbeiten.

z.B.



Bilder werden leicht aufgenommen und schaffen ein rasches Verständnis. Den Lernstoff mit inneren Bildern metaphorisch versehen, hilft enorm zur nachhaltigen Speicherung.

8. ...etwas neu ist und neugierig macht.

z.B. *Wie bekommt man einen Elefanten durch ein Nadelöhr?*

Unser Gehirn reagiert auf Neues mit Interesse und Offenheit (solange es nicht als gefährlich eingestuft wird). Und Neugier ist uns angeboren (siehe Kinder). Machen Sie sich neugierig und lernen Sie immer wieder auf eine andere Art, z.B. Videos, Diskurs, Bücher, Prüfungsaufgaben.

9. ...etwas Spass und Lernfreude macht

Mit Spass kann ein «Flow-Gefühl» einsetzen. Sie gehen im Lernen selbst auf, vergessen Raum und Zeit. Ein tolles Gefühl – und sehr lernwirksam!

10. ...man zwischendurch abschalten kann.

Unser Gehirn verarbeitet viel in Ruhepausen. Gestatten Sie ihm diese Zeit. Nur Neues

aufnehmen hält kein Gehirn aus. Es beginnt dann schnell zu vergessen.

So, jetzt wissen Sie Bescheid, wie Sie gehirngerecht lernen können. Beginnen Sie jetzt! Weitere konkrete Tipps folgen dann im dritten Teil.

Viel Erfolg, Ihre Andrea



Lösungen:

1. Schweiz, Deutschland, Liechtenstein, Italien, Slowakei, Tschechien, Ungarn
2. Es sind alles Rechtecke
3. Z.B. 44 (mit 44 war ich in Kanada) 1987 (ist meine Tochter geboren) 2015 (fängt immer das TV-Abendprogramm an) 99 (so alt wurde meine Oma) 13 (Freitag der 13te)
4. Gamma-glutamyl-transferase: wichtiges Enzym des Eiweißstoffwechsels, befindet sich in vielen Organen und Geweben.
5. 31
8. keine Ahnung :-)) Velleicht muss nur das Nadelöhr gross genug sein? Oder der Elefant klein genug? Es steht ja nix davon da, dass es kein Mini-Jade-Elefant sein darf, oder?