

# Mein Kind soll lernen- aber wie?

## - Der Elternratgeber -

Durch die Corona- Krise sind viele Schülerinnen und Schüler, was das Lernen angeht, auf sich alleine gestellt. Sie als Elternteil möchten Ihr Kind natürlich so gut es geht unterstützen- doch da fängt die Problematik bereits an. Wie lernt man überhaupt richtig und wie funktioniert das Gehirn eigentlich? Gibt es Methoden und Tipps, mit denen das Lernen leichter fällt? Auf diese Fragen finden Sie in diesem Ratgeber erste Antworten.

### Wie gelangen die Informationen ins Gehirn?

Das Gehirn ist in drei verschiedene Gedächtnisbereiche unterteilt. Zum einen gibt es das

Ultrakurzzeitgedächtnis, in dem Informationen nur für wenige Sekunden gespeichert werden. Das

Kurzzeitgedächtnis jedoch, kann die Informationen

bereits wenige Minuten speichern. Und durch viele

Wiederholungen und etwas Übung, können Informationen in das Langzeitgedächtnis gelangen.

Dies ist auch ein wichtiger Punkt für gutes und effektives lernen, aber darauf wird später noch genauer eingegangen. Informationen oder Verhaltensweisen, die einmal im Langzeitgedächtnis verankert sind, können über mehrere Jahre bis hin zum ganzen Leben dort gespeichert bleiben.

Auch bei der „Speicherkapazität“ gibt es keine Grenzen. Es können so viele Informationen wie nötig im Langzeitgedächtnis verweilen. Eine kleine Besonderheit gibt es dennoch. Generalisiertes Wissen, wie Fakten oder Regeln (Infos, die sprachlich wiedergegeben werden können) werden im *deklarativen* und motorische Abläufe sowie erlernte Verhaltensweisen (keine sprachliche Wiedergabe möglich) werden im *prozeduralen* Langzeitgedächtnis gespeichert.

(Quelle: Klaus Bachmann „Wie der Stoff ins Gedächtnis gelangt“)



Bild: <https://images.app.goo.gl/i4hTBKfmbUL9jXMo6>

### Unser Gehirn in den ersten Lebensjahren und in der Pubertät- ein Umbauprojekt!

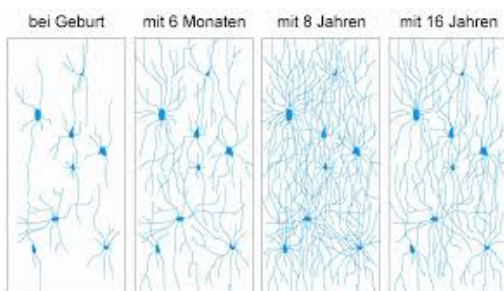


Bild: <https://docplayer.org/107693443-Die-hirnentwicklung-des-kindes.html>

Das Fundament für einen späteren Lernerfolg wird bereits in den frühen Lebensjahren „erbaut“. Emotionale Erfahrungen, sowie Sinneseindrücke und Lernprozesse haben in den jungen Lebensjahren viel massivere Konsequenzen als es im Erwachsenenalter der Fall ist. Während dieser Phase wird die Grundlage für alle weiteren, späteren Denkprozesse gebildet (s. Abb.) Negative Ereignisse, wie das Erzeugen von

Frustration und das demnach fehlende Erfolgserlebnis können die „Ausreifung der lernrelevanten Gehirnsysteme negativ beeinflussen“ („Frühes Lernen prägt die Netzwerke des Gehirns“ Z.34f). Also aufgepasst! Das Lernen beginnt nicht erst mit dem Beginn der Schule!

### *Tipps für ein erfolgreiches Lernen!*


Jedes Elternteil möchte, dass ihr Kind sorgenfrei und möglichst effektiv lernt. Doch wie Sie bereits erfahren haben, wird der Grundbaustein für ein erfolgreiches Leben bereits sehr früh gelegt, doch auch für die Schulzeit und dem eher praxisferneren Lernen gibt es viele Tipps und Tricks, die Ihrem Kind beim Lernen eine große Hilfe sein können. Diese werden in der folgenden Tabelle mit einer neurowissenschaftlichen Erklärung für das Verständnis dargestellt.

<u>Tipps</u>	<u>Neurowissenschaftliche Erklärung</u>
Grundbedürfnisse vor dem Lernen stillen (Hunger, Durst, Müdigkeit...)	Grundbedürfnisse sollten zunächst gestillt werden, damit sich das Gehirn ausschließlich auf das Lernen fokussieren kann.
Wiederholungen	Während wir versuchen, Informationen zu lernen, laufen elektrische Impulse über Verbindungen durch Nervenzellen (Synapsen). Und desto öfter dies geschieht, desto besser können die Synapsen funktionieren. Wiederholungen sind deshalb gut, da sich die Synapsen durch die den wiederholten Gebrauch nachhaltig ändern. Außerdem gelangen Informationen durch Wiederholungen in das Langzeitgedächtnis.
Pausen sind ebenso wichtig	Gut wäre es, nach ca. 20 Minuten eine Pause einzulegen, da das Kurzzeitgedächtnis eine „Kapazität“ von ca. 20 Minuten hat. Wenn man also länger lernt, können die Informationen vom Anfang quasi gelöscht werden.
Nur auf eine Sache konzentrieren	Extreme Reize, wie laute Musik, können das Gehirn von dem „ablenken“, was eigentlich gelernt werden soll.
Von Beispielen zu Regeln und Struktur	Es fällt leichter zu lernen, wenn Beispiele zu Regeln generiert werden (z.B. Grammatik). Ebenfalls von Vorteil ist es, wenn die Situation und die Bedingungen des Lernens nicht ständig verändert werden. Dies verwirrt das Gehirn und Informationen werden sehr schnell wieder vergessen.
Positive Emotionen	Der emotionale Kontext, in dem die Einspeicherung der Wörter/ Informationen geschah, hat einen deutlichen Einfluss auf die spätere Erinnerung. Negative = negativer Einfluss!


(Quellen: „Unser Gehirn als Lernorgan“ (Autor unbekannt), „Gedächtnisspuren“ (Manfred Spitzer), „Gehirngerechtes Lernen? - Neuroplastizität“, Video „So funktioniert Lernen wirklich!“ vom Simple Club, „Lernen braucht Struktur“ (Manfred Spitzer), „Emotionen beim Lernen“ (Manfred Spitzer)

### Und wie genau soll mein Kind jetzt Lernen?

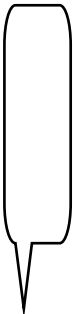
Durch die gerade angeführten Tipps haben Sie nun bereits eine kleine Vorstellung, wie Lernen gut funktionieren kann. Doch diese Tipps lassen sich auf viele verschiedene Arten und Weisen anwenden. Es gibt viele Methoden, die das Lernen spannender und anschaulicher gestalten als stumpfes Auswendiglernen, wodurch Ihr Kind eventuell sogar den Spaß am Lernen zurückerlangt. Eine Garantie, dass gerade einer dieser Methoden für Ihr Kind funktioniert, gibt es jedoch nicht. Jedes Kind lernt anders und ist unterschiedlich und es braucht manchmal etwas Zeit und Geduld, um die richtige Lernmethode zu finden. Also verzweifeln Sie nicht, wenn es etwas länger dauert!



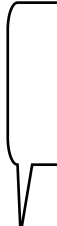
Es gibt unfassbar viele **Erklärvideos** auf Plattformen wie YouTube. Dadurch können Sachverhalte nochmals anders, vielleicht sogar verständlicher, und von anderen Personen erklärt werden.



Durch eine **Concept- Map** wird der Sachverhalt durch beschriftete Verbindungspfeile der Begriffe, die den Sachverhalt erklären, anschaulich und unkompliziert dargestellt.



Bei dem **selektiven Lesen**, werden Texte im Hinblick auf eine bestimmte Absicht/ Fragestellung gelesen, sodass nur die relevanten Informationen im Gehirn landen



Zusätzlich gibt es noch einige andere Methoden wie eine **Mind- Map**.

### Schlusswort!

Ich hoffe natürlich, dass Ihnen der Ratgeber geholfen hat und Ihr Kind nun weniger Probleme beim Lernen hat. Das Gehirn ist ein unfassbar komplizierter Bestandteil unseres Körpers, doch ohne das Gehirn ist ein Leben unvorstellbar. Informationen, wie zum Beispiel Vokabeln, gelangen erst ins Langzeitgedächtnis, wenn diese häufig wiederholt werden. Also verlangen Sie nicht direkt zu viel von Ihrem Kind, es dauert seine Zeit. Doch durch die Tipps und Methoden, die Sie soeben beim Lesen dieses Ratgebers gelernt haben, werden Ihrem Kind die Klassenarbeiten in Zukunft hoffentlich nicht allzu schwer fallen.

Viel Spaß beim Unterstützen des Lernerfolgs Ihres Kindes!

weitere verwendete Quellen:

Jansen, P. et.al. (2013): Abibox. Lernen und Erziehung. Perspektiven und Zusammenhang. Schülerarbeitsbuch. 2. Halbjahr der Einführungsphase. Hrsg. v. Brinkmann Meyhöfer GmbH & Co. KG. Hannover: Brinkmann Meyhöfer.