Foto: iStock.com/LeManna

Lernen darf Kinder nicht langweilen, sondern muss ihnen Spaß machen. Mit Tricks und den richtigen Methoden kann die Freude am Lernen gefördert werden.

„Witzig und verrückt ist nachhaltig fürs Gehirn“

GEDÄCHTNISEXPERTE Markus Hofmann kennt alle Tricks und Methoden, um spielend leicht das ganze Wissen im Kopf zusammenzuhalten.

Herr Hofmann, kürzlich haben die vierten Klassen der Carl-Platz-Schule ihr Webinar „Jedes Kind lernt gerne“ besucht: Warum ist die Vermittlung von Lern- und Gedächtnistipps an Kinder besonders wichtig?
Das hat sehr viel Spaß gemacht. Wichtig ist mir das, weil das unsere Zukunft ist: Dass Kinder wieder selbstverantwortlich lernen, dass sie die Fähigkeit besitzen, sich neues Wissen anzueignen und dieses wieder abrufen können. Dass kein Lern- oder Prüfungsstress herrscht, die Hausaufgaben locker gemacht werden, dass sie mit Spaß in die Schule gehen und - wenn sie mit der Schule fertig sind - immer noch Bock haben, etwas Neues zu lernen.

Sie versprechen „Spaß am Lernen“ - wie geht das?
Ich verspreche es nicht nur, ich zeige es Ihnen auch. Selbstwirksamkeit ist hier der Schlüssel: Dass die Kinder selbst am eigenen Leib erleben, dass sie ein gutes Gedächtnis haben und merken, ich darf dabei auch die ganze Zeit lachen. Wenn Sie Wissen gehirngerecht aufbereiten, ist das meistens extrem witzig und man merkt nicht, dass man lernt.

Wie gelingt das auf witzige Art und Weise?
Es gibt spezielle Techniken. Diese sind so ausgelegt, dass viel mit Fantasie und Kreativität gearbeitet wird. Ich generiere Bilder in meinem Kopf, die merkwürdig, übertrieben, grotesk, witzig, schmerzhaft, erotisch sind. Je witziger und verrückter, desto nachhaltiger ist es für das Gehirn. Ein Beispiel ist die Körperliste: Dabei lege ich Wissen in „mentalen Briefkästen“ an verschiedenen Stellen an meinem Körper ab und verknüpfe die auf witzige, übertriebene Art und Weise.

Haben Sie hierfür ein Beispiel?
Wenn ich mir die Landeshauptstädte merken muss, fange ich mit München an und verknüpfe sie mit meinen Zehen. Ich stelle mir vor, ich spiele gegen den FC Bayern München Fußball - mit meinen Füßen, ich knie mich auf einen Stuhl für Stuttgart, auf meinem Oberschenkel ist eine Brücke nach Saarbrücken, die Mainzelmännchen für Mainz verstecken sich in meinem Po und meinen Bauch male ich ganz grün an, wie eine grüne Wiese - für Wiesbaden. Und wenn ich das einmal erfahren habe und „richtig denke“, dann ist es gut abgelegt und der Spaß kommt automatisch.

Welche Lernprobleme kommen bei Kindern besonders häufig vor?
Meistens ist es die Konzentration. Dass sich die Kinder nicht darauf konzentrieren können, was als Nächstes kommt oder es ihnen schwerfällt, an einem Thema dranzubleiben. Hier greift meine Lerncoach-Ausbildung, die noch vor den Lerntechniken ansetzt und man ihnen Motivation und Ziele vermittelt - sodass sie selbst „aus dem Quark“ kommen. Die Lerntechniken sind ein Schlüsselbereich neben Lernmotivation, Arbeitsorganisation - wann, wie und wo lerne ich – und den Lernbesonderheiten, also Legasthenie, Dyskalkulie, ADS, ADHS oder Hochbegabung. Und das darf und muss alles beachtet werden. Wichtig ist, den Kindern zu zeigen: Du kannst es!

ZUR PERSON

Foto: Timor Bozi

Markus Hofmann beschäftigt sich mit dem Gedächtnis und dem Gehirn. Als Gedächtnisexperte und -trainer hält er Vorträge, verfasst Bücher und gibt Webinare und Seminare - unter anderem für Schülerinnen und Schüler. Dort zeigt er die Tricks der Gedächtnisweltmeister, etwa wie man einen „Spickzettel im Kopf verankert“.

Welche Tipps haben Sie für Eltern und Kinder? Was wird beim Lernen am häufigsten falsch gemacht?
Eltern sind häufig zu schnell genervt und lassen sich nicht auf das Kind ein. Häufig hört man: „Du musst jetzt Hausaufgaben machen“, „Du musst jetzt lernen“. Da verbinden die Kinder immer was Negatives mit dem Thema.
Sie sollten zum Beispiel auch nicht erst dann mit dem Lernen aufhören, wenn das Kind müde ist. Sondern bereits bevor es müde wird, in einem positiven Moment. Und das darf am Anfang auch schon einmal nach fünf Minuten der Fall sein. Im Kopf des Kindes muss verankert werden, dass Lernen nicht ermüdend ist.

Wie helfe ich meinem Kind, wenn es ständig Dinge vergisst und verliert?
Das Kind braucht eine Struktur im Kopf. Da bedarf es einfach, dass es - zum Beispiel, bevor es das Haus verlässt - einen Prozess durchläuft. Dazu kann ich zum Beispiel die Körperliste nutzen und mit drei To-dos verbinden, die es vorher checkt: Hast du dein Pausenbrot eingepackt, den Schulranzen mitgenommen und Wechselklamotten eingepackt? Dann ist es wichtig, dass dieser Prozess internalisiert wird: Dass das Kind gar nicht anders kann, als vor dem Rausgehen diese drei Punkte durchzugehen. Dabei helfen diese Techniken massiv.

Widersprechen Sie Menschen, die sagen: Das werde ich mir nie merken können?
Letztendlich können Sie sich alles merken - Sie finden es nur in diesem Moment nicht. Die Frage ist bloß, wie Sie es gehirngerecht ablegen. Von Lerntechniken kann jeder profitieren, ob Kind oder Erwachsener - man muss sich aber darauf einlassen.

Können wir uns heute weniger gut Dinge merken im Vergleich zu früher? Welche Rolle spielen das Smartphone & Co.?
Wenn ich mir kein Gedicht mehr merken muss, ist es schwierig, irgendwann später auch mal andere Texte abzuspeichern. Wenn ich mir alles im Handy oder Tablet abspeichere, verlerne ich das Lernen. Wenn ich kein Wissen im Kopf habe, dann kann ich auch kein Transferwissen herstellen und das eigenverantwortliche Denken wird nicht mehr gefördert. Die Merk-Würdigkeit geht verloren - es ist nicht mehr würdig, gemerkt zu werden.

Das heißt, Lernen ist Übungssache?
Definitiv. Jeden Tag dürfen Sie sich was Neues suchen, mit dem Sie sich auseinandersetzen. Da bleibt man geistig aktiv. Sie können der intelligenteste Physiker auf dem Planeten sein. Wenn Sie nur Physik machen, werden Sie niemals Transferwissen herstellen können - weil Sie nur in Ihrem Silo-Denken zu Hause sind.

INTERVIEW: KATJA KIESEL

Lernen will gelernt sein

ERINNERUNGSTECHNIKEN Die Viertklässler der Carl-Platz-Grundschule erfahren Strategien und Methoden zum effektiven Gedächtnistraining.

HERZOGENAURACH – Lernen kann Spaß machen! Davon ist Simone Jander-Gutjahr fest überzeugt. Sie unterrichtet im zweiten Jahr an der Carl-Platz-Schule und hat in diesem Jahr die Aktion „Lernen lernen“ für die vierten Klassen initiiert und durchgeführt.

Die Frage danach, wie Lernen Spaß machen und erleichtert werden kann, beschäftigt Jander-Gutjahr bereits seit rund sechs Jahren. Sie hat Aus- und Fortbildungen in dem Bereich absolviert und gibt mittlerweile selbst Kurse: „Wenn man die Lerntechniken kann, wenn man weiß, wie man sich Stoff einprägt oder sich Informationen beschafft, kann man alles lernen. Dann fällt einem das auch viel leichter und man kann einiges erreichen.“

Die Aktion hatte zum Ziel, dass die Kinder mit den Techniken in Berührung kommen: Oftmals lernen sie einfach irgendwie und im normalen Unterricht fehlt die Zeit, um sich mit Lernmethoden auseinanderzusetzen. Und im Rahmen der Aktion konnten wir uns damit jetzt gezielt beschäftigen“, sagt Jander-Gutjahr.

Insgesamt sechs Schulstunden lang widmete sie jeder vierten Klasse an der Schule zum Thema „Superlearning“ und „Lernen lernen“. Gemeinsam mit den Schülerinnen und Schülern übte sie Lern-Techniken und -Strategien ein, die das Lernen erleichtern.

Dazu gehörten Methoden wie Visualisierungen zur Rechtschreibung, die ABC-Liste oder die Körper-Liste: „Bei der ABC-Liste geht es zum Beispiel darum, sein Wissen zu aktivieren und anschließend damit weiterzuarbeiten. Die Kinder nehmen zum Beispiel das Thema Müll durch und man händigt ihnen eine Liste von A bis Z aus. Dann kriegen sie drei Minuten Zeit, um sich zu überlegen, was ihnen dazu einfällt. Eine solche Liste will ausgefüllt werden und es ist einfacher, als einfach auf ein weißes Blatt Papier zu schreiben, was man schon weiß. Solche Listen kann man dann auch nutzen, um für Proben zu lernen.“

Tipps vom Profi

Den Auftakt der Aktion machte zuvor ein rund einstündiges, kostenfreies Webinar des Gedächtnistrainers Markus Hofmann, zu dem sich Kinder und Eltern freiwillig anmelden konnten und einen ersten Einblick in die Welt des Gedächtnistrainings erhielten.

Das Feedback der Kinder sei sehr positiv ausgefallen, freut sich die Grundschullehrerin. „Ich habe Feedback-Bögen ausgeteilt und die Kinder haben da auch mehrfach zurückgemeldet ‚Lernen macht Spaß‘. Und man sieht ja auch die Kinderaugen strahlen, wenn sie dahingehend etwas Neues ausprobieren.“

Jander-Gutjahrs Wunsch wäre ein eigenes Unterrichtsfach zum Thema „Lernen lernen“. „Wenn es vom Stundenplan geht, könnte ich mir vorstellen, dass wir so etwas in der Art nächstes Jahr wieder für die vierten Klassen anbieten, im besten Fall gleich zu Beginn des Schuljahres oder im Rahmen einer AG.“

KATJA KIESEL