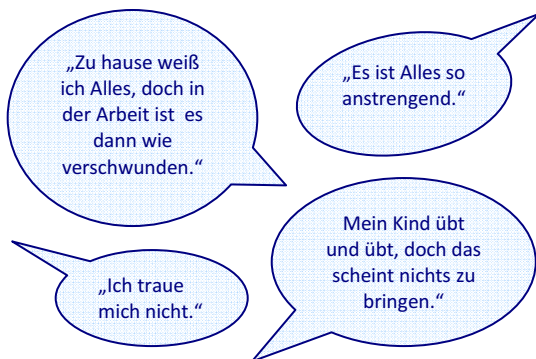


Lernblockaden



So oder ähnlich sind oft die Aussagen von ratlosen Schülern oder Eltern, die ihren Kindern gerne helfen möchten, in der Schule gut zurechtzukommen. Doch manchmal sind schlechte Zensuren mit Üben alleine nicht in den Griff zu bekommen, sehr zum Verdruss der betroffenen Schüler und Eltern.

Es gibt verschiedene Gründe für Lernschwierigkeiten. Klar, der Eine braucht ein bisschen mehr Übung als der Andere, doch manchmal sind es auch Blockaden auf ganz anderer Ebene, die das Lernen erschweren. Ein paar davon möchte ich Ihnen im Folgenden aufzählen:

❶ Es kann z.B. eine mangelnde Zusammenarbeit von rechter und linker Gehirnhälfte vorliegen. Die linke Gehirnhälfte löst ihre Aufgaben logisch, analytisch, nacheinander abfolgend: sie *ermittelt*, dass die Buchstaben l, e, s, e, n hintereinander gereiht das Wort „lesen“ ergeben.

Die rechte Gehirnhälfte arbeitet hingegen bildhaft, ganzheitlich: sie nimmt das Wort „lesen“ als *gesamtes Bild* wahr, sie weiß, dass die Kurven und Striche in dieser Anordnung das Wort „lesen“ bedeuten.

Beide Herangehensweisen haben ihren Sinn: liest man z.B. einen neuen Text, so erkennt die rechte Hirnhälfte die schon gelernten Silben- und Wortbilder, die linke „bastelt“ aus diesen bekannten Bildern die neuen Wörter und Sätze.

Bereits Bekanntes muss dadurch nicht immer wieder von neuem erarbeitet werden und das Lesen wird folglich schneller und automatischer.

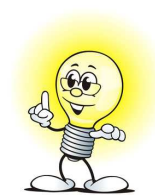
Bei manchen Kindern ist die Verbindung von rechter und linker Hirnhemisphäre nicht ausreichend entwickelt (u.a. öfter zu finden bei Kindern, die als Baby nicht gekrabbelt haben, aber auch Stress kann hierfür eine Ursache sein). Sie lösen ihre Aufgaben dann entweder nur logisch oder nur bildhaft. Wenn dagegen beide Hemisphären mühelos miteinander kommunizieren, sich also aufeinander abstimmen, dann kann das Lernen leichter, zügiger ablaufen und somit zu mehr Erfolg und Freude führen.

Natürlich ist das Lernen ein viel komplexerer Prozess als ich es hier in der Kürze aufführen kann. Genauso wichtig wie die Zusammenarbeit von rechter und linker Hemisphäre ist, dass das Vorderhirn mit dem Hinterhirn bzw. die oberen mit den unteren Hirnregionen kommunizieren (das hat beispielsweise Einfluss auf die Konzentrationsfähigkeit).

Dr. Paul Dennison, ein amerikanischer Pädagoge, entwickelte die *Edu-Kinestetik**. Sie hilft Lernenden, durch bestimmte Bewegungen und Berührungen, die im Körper schlummernden Fähigkeiten zu aktivieren und jederzeit verfügbar zu machen.

Als Teil dieser Edu-Kinestetik ist vor allem das Brain-Gym mittlerweile sehr bekannt. Es bedeutet übersetzt „Gehirn-Training“. Durch einfache Bewegungsübungen wird z.B. die neuronale Vernetzung von linker und rechter Hirnhälfte nachgeholt.

Alle Hirnbereiche können mit verschiedenen Übungen aktiviert und integriert werden. Das fördert und erleichtert das Lernen, denn es findet dann mit dem ganzen vorhandenen Potential statt.



* *Edu* steht für Education, lat. educare = „herausholen, heranziehen“ und *Kinestetik* aus dem griechischen für „Bewegung“

② Als weitere mögliche Ursache für Lernschwierigkeiten kommt manchmal auch psychischer Stress in Frage, z.B. Mobbing, Stress zuhause, das Kaninchen ist krank etc. Das kann den Schüler derart einnehmen, dass er im Unterricht nicht mehr in der Lage ist, sich voll und ganz auf den Lernstoff zu konzentrieren. Negative Emotionen lösen Stress aus und können ebenfalls dazu führen, dass nicht mit dem ganzen, vorhandenen Potential gelernt wird.

Wenn so eine Stressphase sehr lange andauert, können die Defizite manchmal so groß werden, dass Hilfe von außen nötig ist.

Nicht immer ist es den Betroffenen sowie den Begleitenden klar, dass eine solche Situation zu dem Lernstanddefizit beigetragen hat. Dies zu erkennen und v. a. zu klären ist von besonderer Bedeutung, um weiteren Versäumnissen vorzubeugen. Auch die Stärkung des Selbstbewusstseins und des Selbstwertes spielt dabei eine wichtige Rolle. Das gilt auch für Kinder, die sich aus Angst, sich zu blamieren, nicht am Unterricht beteiligen und dafür schlechtere Noten hinnehmen müssen.

③ Manche Kinder leiden unter ihrem starken Ehrgeiz und sind „zu sehr bemüht“ alles richtig zu machen. „Überfokussiert“ nennen wir diesen Zustand.

Gute Leistungen strebt jeder Mensch an, denn dafür gibt es schließlich Anerkennung, die wir alle brauchen. Doch für manche hängt der ganze Selbstwert daran und eine schlechte Zensur ist für sie gleichbedeutend mit einer großen Katastrophe. Vor lauter Sorge um das Ergebnis der Arbeit, können einige Kinder sich gar nicht mehr auf die eigentlichen Aufgaben konzentrieren und machen viele Flüchtigkeitsfehler oder haben das berühmte Brett vor dem Kopf. Hier haben sich Stressablösetechniken und Bewusstseinsarbeit bewährt, um zu einer förderlicheren und effektiveren Arbeitshaltung zu gelangen.

④ Es gibt noch viele andere Störfaktoren für ein entspanntes Lernen wie z.B. eine belastende Ernährung, die dem Körper wertvolle Energie raubt, um sich konzentrieren zu können usw.

Für mehr Erfolg oder den Abbau von Leistungsdruck können wir in einer Balance-Sitzung ein Selbsthilfeprogramm erarbeiten, das individuell auf die Bedürfnisse des Schülers (bzw. Azubis, Studierenden, berufstätigen Erwachsenen) zugeschnitten ist.



Nicht immer liegt klar auf der Hand, wo „der Hase im Pfeffer sitzt“. Der kinesiologische Muskeltest ist eine Art Biofeedbacksystem des Körpers und hilft uns herauszufindern, wie wir die getestete Person unterstützen können. Denn: was für den Einen die Lösung ist, hilft dem Anderen nicht unbedingt.

Jeder Körper weiß selbst am Besten, was ihm fehlt und natürlich auch, wo seine Ressourcen sind. Die Kunst ist nur, dieses Wissen ins Bewusstsein zu holen und es zu nutzen.

Mein Fokus liegt auf dem Abbau von Lernblockaden. Ich verstehe mich als sinnvolle Ergänzung zur Nachhilfe (falls nötig) und arbeite - bei Bedarf und Wunsch - auch gerne mit den entsprechenden Lehrern zusammen.

Nähere Erläuterungen zum Muskeltest, zur Begleitenden Kinesiologie und meiner Arbeitsweise finden Sie auch im Internet unter www.kinesio-logisch.net oder in meiner Klienteninformation, die ich Ihnen auf Anfrage gerne aushändige.

Heike Gerdes
Begleitende Kinesiologin & Coach AK

Am Poller 30 * 26670 Uplengen
Tel. 04956 – 407 887
heike@kinesio-logisch.net
www.kinesio-logisch.net