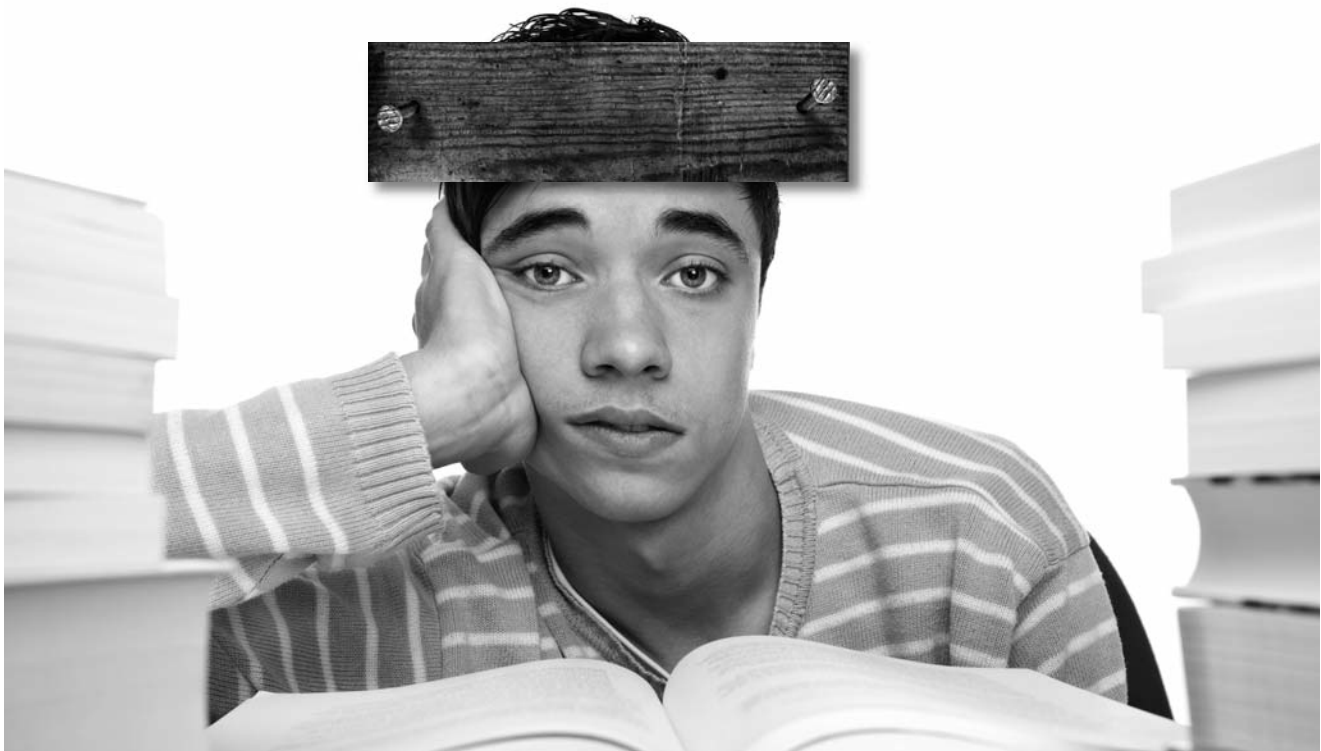


Dumme Schüler gibt es nicht!

von Andreas Winter

Erfolgreich Lernen ist ganz einfach!



Nur noch ein paar Wochen, dann geht wieder ein Schuljahr zu Ende. Aber nicht alle Schüler freuen sich uneingeschränkt auf die Sommerferien - über manchen hängt das bedrohliche Damoklesschwert „Zeugnisverteilung“! Wie viele Kinder werden sich danach als „Schulversager“ fühlen? Was haben sie falsch gemacht? Waren sie zu faul, zu nachlässig, zu unkonzentriert... oder fehlt es ihnen tatsächlich an der nötigen Intelligenz?

Wenn sich Schüler überfordert fühlen und ständig Versagensängste als Ballast auf ihren Schultern schleppen, dann sind sie nicht aufnahmefähig. Dann wird Lernen zur Qual und kann obendrein gar nicht funktionieren. Doch das berühmte „Brett vorm Kopf“ lässt sich ganz leicht in „Sägemehl“ verwandeln, wenn man berücksichtigt, wie unser Gehirn lernt und danach handelt...

Schulversager

... sind nicht dumm! Viele von ihnen haben schlichtweg verlernt, Verantwortung für ihr eigenes Tun zu übernehmen. Die ständigen Bevormundungen, Erwartungen, Bestrafungen oder Belohnungen der Lehrer, Eltern und auch der Gesellschaft sind so laut, dass die Eigenmotivation und das natürliche Interesse am Lernen verstummt. Dem könnte man leicht entgegen wirken, würde man nur beherzigen, was die Gehirnforschung längst bewiesen hat:

1. Erwartungsdruck kann das Gehirn selbst in seinen einfachsten Leistungen **blockieren**.
2. Fehlt dem Schüler der Zugang zum **erfahrbaren Sinn seines Lernstoffs**, dann wird Lernen fast unmöglich. Denn: Menschliches Lernen und Erinnern hängt sehr von der individuellen Bedeutung für den Lernenden (Relevanz) ab. Wird

diese Relevanz jedoch hergestellt, das Interesse für den Inhalt durch Bedeutung geweckt, dann ergeben sich daraus oft erstaunliche Leistungssteigerungen.

Wunderwerk Gehirn

Das menschliche Gehirn ist unser meist unterschätztes Organ: Mit 1.345 ccm Volumen und etwa 1,4 Kilo Gewicht besteht es zu 80% aus Wasser und 100 Milliarden Nervenzellen. Dieser „Hochleistungs-Großrechner aus Wasser“ kümmert sich um sämtliche Zellen und Funktionsvorgänge im Körper und schläft nie! Er ist quasi unsere Kommandozentrale und kann alles veranlassen, was wir für möglich halten - und zwar über Reize und elektromagnetische Impulse, die wir „Gedanken“ und „Gefühle“ nennen.

Für die Reizaufnahme sowie die Weitergabe und Verarbeitung von Nervenimpulsen (Erregungen) sind die Nervenzellen (Neuronen) zuständig. Ihre Gesamtanzahl sollte man sich auf der Zunge zergehen lassen - etwa eine Billion (1.000.000.000.000)! Nervenzellen in unserem Körper bauen jeweils 1.000 Verbindungen zu anderen Neuronen auf. Solche Neuronalen Verbindungen können simultan 200 Operationen pro Sekunde ausführen, was einer maximalen Rechenleistung von bis zu 10 Teraflops entspricht (also der Datenmenge von mehr als 2.100 gleichzeitig innerhalb von einer einzigen Sekunde ablaufenden DVD-Kinofilmen!). Ebenso unvorstellbar hoch wie seine Rechenleistung ist die Speicherkapazität des menschlichen Gehirns. Sie wird auf ein bis vier Petabyte (1 Petabyte sind 1.024 Terabyte und rund 1 Million Gigabyte) geschätzt. Selbst wenn wir einige hundert Jahre alt würden, könnten wir damit rein theoretisch jede Einzelne der elf Millionen Sinneswahrnehmungen, die pro Sekunde ungefiltert auf uns einprasseln, erinnern. Auf CD-ROM gebrannt und aufgestapelt würden diese vier Petabyte einen Turm von rund 6,8 Millionen CDs ergeben und damit eine Höhe von über 16 Kilometern erreichen - fast doppelt so hoch wie der Mount Everest.

Warum ich all diese Fakten hier aufzähle, hat einen einfachen Grund: Ich möchte verständlich machen, dass kein Mensch wirklich ernsthaft behaupten kann, er sei dumm oder unfähig zum Erfolg! Blockaden beim Lernen liegen nie in der „Unfähigkeit“ des Gehirns, sondern immer am falschen Umgang damit. Dazu ein kleines Fallbeispiel...

Schulstress

Mirko T., 14 Jahre alt, wurde (offenbar gegen seinen Willen) von seiner Mutter zu mir in die Beratungspraxis „geschleift“. Sein Halbjahreszeugnis in der 5. Klasse Gymnasium war katastrophal - Englisch und Mathe Nichtgenügend, Deutsch Genügend, Versetzung in die nächste Klasse massiv gefährdet! Mirko wirkte ziemlich ablehnend und genervt. Seine Miene verriet: „Lasst mich doch alle in Ruhe! Ihr könnt mich mal...!“ Die besorgte Mutter erklärte mir äußerst wortreich und emotional, dass weder gutes Zureden noch Nachhilfe geholfen hätten, um Mirkos Noten auszubessern - dabei sei er doch so ein intelligenter Junge!... Mirko selbst saß daneben und schwieg. Seine einzigen Äußerungen bestanden

aus einem gelegentlichen Stöhnen über die Aussagen der Mutter (begleitet von himmelwärts gerichteten Blicken) und einigen resignierten Schulterzuckern.

Da es mir wichtig war, Mirkos eigene Meinung und Einschätzung zu hören - immerhin ging es doch um IHN - fragte ich unverblümt: „Also Mirko, was meinst denn du, warum du so schlechten Noten hast? Liegt es vielleicht an der Prüfungsangst bei Schularbeiten, oder sind die Lehrer alle bescheuert... packst du vielleicht den Unterrichtsstoff nicht, oder wirst du durch irgendwelche Idioten im Unterricht abgelenkt... oder gibt es noch einen anderen Grund, der mir jetzt nur nicht einfällt?“... Mirko schien überrascht aus seinem „Halbschlaf“ zu erwachen: Jemand interessierte sich tatsächlich für seine Meinung! Jetzt platzte es regelrecht aus ihm heraus: „*Stress! Totaler Stress in der Schule - in Englisch, in Deutsch und Mathe!*“

Nun gut, dachte ich, und fragte mal nach, womit er sich in seiner Freizeit gerne beschäftigt (mit dem Hintergedanken, dass jemand mit derartigem Stress nach dem Unterricht erschöpft ins Koma fallen müsste und den Rest des Tages im Tiefschlaf verbringen). Doch plötzlich hellte sich Mirkos Gesicht auf, und er erklärte in überraschend lebhaftem Tonfall: „*Ich zock' viel am Rechner. Autorennen! Da führ' ich an der Schule sogar die Highscore!*“

Aha! Ein hektisches, stressiges Geschicklichkeitsspiel. Und das ist kein Stress für Mirko? Nein, er tut es völlig freiwillig, denn er weiß, wozu er es macht: z.B. um Anerkennung von Freunden zu bekommen - oder, um endlich mal zu erfahren, dass auch er etwas besonders gut kann. Das hat für ihn höchste Relevanz - das motiviert Mirko, den Stress in Kauf zu nehmen.

Wichtigkeiten

Anerkennung und Bestätigung sind (wie für uns alle) wirklich wichtig in Mirkos Leben. Wenn er dagegen im Unterricht sitzt, fragt er sich ständig: „*Wozu soll ich Englisch lernen, ich will doch gar nicht nach England? Für Mathe gibt's doch Taschenrechner... Und wofür Deutschunterricht, wenn ich mich doch ganz gut verständigen kann? Gedichte will ich eh nicht schreiben... Außerdem hab ich gar keinen Bock drauf, immer nur gute Noten zu schreiben, weil mich die Anderen dann für einen Streber halten...*“ So galt es als nächstes herauszufinden, ob ihm das Lernen tatsächlich so unwichtig ist, oder ob sich nicht doch ein Sinn in dem ganzen Schulkram finden lässt. Also bot ich Mirko eine mühelose Möglichkeit an, jene Power, die er zur Zeit nur für seine Autorennen aufbringt, auch auf die schulischen Belange zu übertragen: „Wenn's funktioniert, Mirko, dann kannst du zukünftig dem Unterricht folgen, den Lehrstoff begreifen, Klassenarbeiten erfolgreich hinter dich bringen und deine Noten erheblich verbessern...“

Erstaunlicherweise war Mirko an diesem Angebot recht interessiert und ließ sich zunächst auf einen 30-minütigen „Transezustand“ ein, in dem er ruhig, entspannt und mit geschlossenen Augen überlegen sollte, welche Vorteile ihm das in der Schule erworbene Wissen einbringen und wozu er dieses



Dumme Schüler gibt es nicht!

Wissen benötigen könnte. Anschließend ging ich mit Mirko gedanklich in eine Deutschschularbeit und bat ihn: „Stell dir vor, das ist eine Hausaufgabe deiner Freundin aus der Parallelklasse - sie hat dich gebeten, ihr dabei zu helfen. Erzähle ihr einfach ganz locker, was du zum Thema weißt, und wenn du fertig bist, gib ihr einfach ihr Heft zurück.“

Mit einem ähnlichen Bild bei einer Mathearbeit wurde ein lässiges, lockeres Gefühl in Mirkos Gehirn verankert, auf das er in zukünftigen Stresssituationen jederzeit Zugriff haben sollte.

Eigenverantwortung

Die Überzeugungsarbeit bei Mirkos Mutter war ungleich schwieriger. Erst nach zähem Ringen erklärte sie sich - auch im Namen ihres Ehemannes - einverstanden, für die Dauer von 6 Monaten folgende Vereinbarung einzuhalten:

- sich nicht in die schulischen Belange ihres Sohnes einzumischen.
- ihn nicht nach Informationen über die Schule „auszuquetschen“.
- ihn nicht an die Erledigung von Hausaufgaben zu erinnern oder zum „Üben“ zu drängen.

Dieser Schritt ist sehr wichtig, damit der Schüler sein reduziertes Verantwortungsbewusstsein regenerieren kann. Wenn er die Erfahrung macht, dass er selbst für seine Misserfolge gerade steht, fördert dies die eigenständige Motivation. Einige Wochen später erschien Mirko zum Kontrolltermin: Er hatte inzwischen ein „Gut“ in Englisch und ein „schlechtes Befriedigend“ in Mathematik geschrieben. Es stellte für ihn keinen Stress mehr dar, im Unterricht zu sitzen - weil ihm durch eine einzige Erkenntnis klar wurde, dass er nur für sich selbst, und nicht für die Lehrer und Eltern zur Schule geht. Heute steht Mirko kurz vor der Matura. Mathe liebt er immer

noch nicht, doch mit einem glatten „Befriedigend“ ist er zufrieden. Im Fach Englisch besucht er einen Leistungskurs, und in Deutsch schafft er meistens ein „Gut“.

In seiner Freizeit spielt er immer noch am Computer und führt alle Autorennen-Ranglisten an!

Überforderung

Mirkos Geschichte ist nur eines von vielen Beispielen, wie durch Erwartungsdruck Lernblockaden entstehen. Es zeigt, dass jeder Schüler wieder leistungsbereit und aufnahmefähig wird, wenn man ihm den Erwartungsdruck nimmt und gleichzeitig Verantwortungsbewusstsein gibt.

Man weiß inzwischen, dass ständige Frustration und Misserfolg, Leistungsdruck, Anstrengung und Disziplin den Erfolg aufgrund eines komplexen hirnpfysiologischen Zusammenhangs sabotieren können - und auch, dass sich Disziplin- und Selbstbeherrschung hauptsächlich im linken Großhirn angesiedelt, und zwar in Regionen, die unter anderem auch für unsere Sprache zuständig sind und die wir direkt, aktiv und im Wachbewusstsein fast permanent benutzen können. Bei Überbeanspruchung dieser Regionen kann ein so hoher Sauerstoffverbrauch entstehen, dass uns das eigene Gehirn eine Art „Abschaltsignal“ sendet. Dieses Signal empfinden wir als „Überforderung“. Es ist ein Alarmzeichen, ähnlich wie *Durst* oder *Schmerz*, und soll uns zu einer Verhaltensänderung bewegen. Wenn wir dieser körperlichen „Empfehlung“ nicht folgen (etwa aus Angst vor Zurückweisung), dann erhöht das Gehirn diesen Druck so lange, bis wir endlich abschalten - denn wenn wir das nicht tun, kann dies schlimmstenfalls zum bedrohlichen Sauerstoffmangel oder sogar zum tödlichen Hirnschlag führen.

Erwartungen

So erklären sich auch Überforderungsgefühle bei Schülern. Wenn sie schon morgens beim Aufstehen nur an die Schule denken, dann wird ihnen die subjektive Erwartung der Anforderungen des Tages bereits zu viel. Und wohlgemerkt - es ist sehr oft nur die **subjektive** Wahrnehmung von Erwartungen, die uns Stress machen und uns überfordern!

Der Zusammenhang mit der Sprach-Region des Gehirns erklärt auch, warum Menschen bei permanentem Erwartungsdruck oft sprachliche Blockaden empfinden - etwa wenn man im Unterricht ganz plötzlich und überraschend vom Lehrer aufgerufen wird und einem kein Wort über die Lippen kommt. Auch der berühmte Sprechpausenfüller „Ääh“, den wir nicht nur von Boris Becker und Edmund Stoiber kennen, ist ein Hinweis auf akuten Überforderungsdruck durch überhöht wahrgenommene Fremderwartung. Das Hirn schreit nach Entlastung, die sich ein Schüler schlichtweg durch Ablenkung (also ein Abschalten der für „Disziplin“ zuständigen Gehirnregionen) verschafft.

Und noch etwas: Das berühmte „Herumträumen“ - also wenn Kinder in der Schule mit glasigem Blick ein Loch in die Luft starren - sorgt bereits für ein kurzes „Herunterfahren“ der Aufmerksamkeit. Es ist nicht ein Zeichen von Desinteresse, sondern eine natürliche Reaktion, um die Aufnahmefähigkeit zu erhalten.

Belohnungsabhängig

Bei Erwartungsdruck denken wir automatisch an Ermahnungen. Belohnungen können ein Kind aber genauso unter Stress setzen und auch sein Verantwortungsbewusstsein unterminieren. Mehr noch, wie eine recht interessante Untersuchung gezeigt hat:

Eine Gruppe von Kindern wurde für gewisse Leistungen belohnt - diese Kinder zeigten später beim Ausbleiben von Belohnungen auch keine Leistungen mehr. Eine andere Kindergruppe bekam für die gleiche Leistung keine Belohnung, und erbrachte bei Folgeaufgaben sogar noch bessere Leistungen als vorher! Das lassen wir uns hier einmal auf der Zunge zergehen...

Jeder von uns, der zur Selbstreflexion fähig ist, wird das bestätigen: Belohnungen (z.B. Gehaltserhöhungen) können uns zwar im ersten Moment zu mehr Einsatz und höheren Leistungen anspornen - werden sie uns aber immer wieder angeboten, verlieren sie an Wert. Man gewöhnt sich an seine Belohnung, und damit stellt sie keinen Anreiz mehr dar, sondern eine Selbstverständlichkeit. Für Selbstverständlichkeiten bringen Belohnungsabhängige aber nicht mehr Einsatz... außer, es wird ihnen die nächste, „wertvollere“ Belohnung vor die Nase gehalten. Das kann abhängig machen!

Die Motivationsfalle

Belohnungsabhängige befinden sich im Teufelskreis der stetig wiederkehrenden Unzufriedenheit. Frust und Leistungsabfall sind damit vorprogrammiert. Was diesen Menschen fehlt, ist die Möglichkeit, sich selbst und eigenmotiviert für eine Steigerung ihrer Leistung (oder des Einkommens) zu

entscheiden. Das würde sie wirklich befriedigen - denn was den Menschen tatsächlich antreibt, sind nicht Belohnungen von außen, sondern Selbst-Verwirklichung, Entwicklung und Expansion. Und wenn ein Ziel erreicht ist, wird der Mensch ein höheres Ziel verwirklichen wollen usw.

Wenn Eltern ständig die guten Noten, das Bravsein und das Zimmeraufräumen mit Belohnungen verknüpfen, laufen auch deren Kinder Gefahr, in diese Abhängigkeit zu schlittern. Sehen wir uns die Belohnungsideologie des letzten Jahrhunderts an, dann stellt sich die Frage: Von wem sollen Kinder Selbständigkeit lernen, wenn dieses Gefühl den Eltern völlig fremd ist? Zu viele Eltern haben ihre Kinder bereits von Belohnung abhängig gemacht, im guten Glauben, man könnte Kinder damit motivieren.

Freiräume

Kinder, die das Glück haben, vom elterlichen Belohnen weitgehend verschont zu bleiben, zeigen sich erstaunlich selbstmotiviert, besitzen eine wesentlich höhere Leistungsbereitschaft und größeres Durchhaltevermögen. Sie können zu selbstbewussten Erwachsenen heranreifen, die sich auch später nicht in Abhängigkeiten begeben, um glücklich, gesund, vermögend und zufrieden zu sein.

Fazit: Lasst euren Kindern den nötigen Freiraum zum Lernen! Macht kein Geschrei um besonders gute oder schlechte Noten, sondern zeigt ihnen einfach euer Interesse für das, was sie in der Schule lernen - und schon entdecken die Kinder wieder einen Sinn in Schule.

Vorausgesetzt, sie glauben euch...

infos & literatur

Andreas Winter

Jg. 1966, ist Mitglied der Gesellschaft Deutscher Naturforscher und Ärzte und Gründer und Leiter des Instituts „PowerScout“ in Iserlohn. Der Diplompädagoge (Uni Dortmund) und Hypnosetherapeut praktiziert dort suggestive Gesundheits-, Erziehungs- und Konfliktberatung und Schülercoaching.

Kontakt: www.powerscout.net

www.rock-die-schule.de



Bücher zum Thema von Andreas Winter:

- **Der Psychocoach Band 7: Zielen - loslassen - erreichen.**

Wie Sie Ihr Gehirn auf Erfolg einstellen!

- **Der Psychocoach Band 8: Zu viel Erziehung schadet!**

Wie Sie Ihre Kinder stressfrei begleiten.

- **Coaching CD „Psychocoach Power-Box: Entdecke dein Selbst!“**

alle erschienen im Mankau-Verlag

(www.mankau-verlag.de)