

Lernen - aber bitte mit Erfolg!

Von Bärbel Löcken-Blümlein, Kommunikationstrainerin und Coach

Beginnen wir doch mit einer kleinen Weisheitsgeschichte, deren Verfasser ich nicht kenne: Ein in der Meditation erfahrener Mann wurde einmal gefragt, warum er trotz seiner vielen Beschäftigungen immer so gesammelt sein könne.

Dieser sagte:

Wenn ich stehe, dann stehe ich,
wenn ich gehe, dann gehe ich,
wenn ich sitze, dann sitze ich,
wenn ich esse, dann esse ich,
wenn ich spreche, dann spreche ich ...

Da fielen ihm die Fragesteller
ins Wort und sagten:
Das tun wir auch,
aber was machst du noch darüber hinaus?

Er sagte wiederum:
Wenn ich stehe, dann stehe ich,
wenn ich gehe, dann gehe ich,
wenn ich sitze, dann sitze ich,
wenn ich esse, dann esse ich,
wenn ich spreche, dann spreche ich...

Wieder sagten die Leute:
Das tun wir doch auch.
Er aber sagte zu ihnen:
Nein,
wenn ihr sitzt, dann steht ihr schon,
wenn ihr steht, dann lauft ihr schon,
wenn ihr lauft,
dann seid ihr schon am Ziel ...

Im Grunde liegt hier bereits das Wesentliche zum Thema Lernen drin: Schüler lernen häufig genau so wie es beschrieben ist. Wenn sie anfangen zu lernen, sind sie bereits beim nächsten Tun.

Wichtig ist also ein gutes Zeitmanagement und dann die Sachen mit aller Intensität tun. Natürlich ist es ganz wichtig, Zeit auch für Freizeitaktivitäten zu haben.

Wenn die gesamte schulfreie Zeit eines Schülers mit Lernen verplant ist, wird meist der Erfolg auf sich warten lassen.

Nicht nur Schüler benötigen auch Zeit für Erholung, Hobbies und ähnliches. Wird diese Zeit aber ebenfalls für das Lernen

hergenommen, ist im Grunde der Misserfolg vorprogrammiert. Deshalb empfehle ich oftmals:

1. Macht euch einen Zeitplan. Inhalt sind alle Termine, einschließlich Schulzeiten und Freizeitaktivitäten.

2. Schreibt euch auf, was ihr wann wie lang genau gelernt habt (Das dient zur eigenen Kontrolle, wir alle haben doch unsere inneren "kleinen Schweinehunde", die uns helfen, uns selbst zu betrügen)

3. Entscheidet euch wie viele Stunden ihr pro Woche insgesamt lernen wollt. So ist es möglich, ab und zu auch mal Lernzeiten zu verschieben und auf einen anderen Tag zu legen.

Trotzdem bleibt die Wochenlernzeit erhalten. Wochenlernzeit geht von Montag bis Sonntag, 7 Tage die Woche. Ein lernfreier Tag ist sehr gut möglich wenn die Wochenlernzeit eingehalten wird. Außerdem kann am Wochenende mal eine "verlegte Stunde" von einem Wochentag nachgeholt werden.

Wenn Lernen nicht gelingt, ist es empfehlenswert mit einem Coach von außen das Lernen zu überprüfen, in aller Ehrlichkeit.

Motivation entsteht durch Erfolg! Haben Schüler eine erfolgreiche Leistung geschafft fällt das neuerliche Lernen wesentlich leichter als ohne Erfolg.