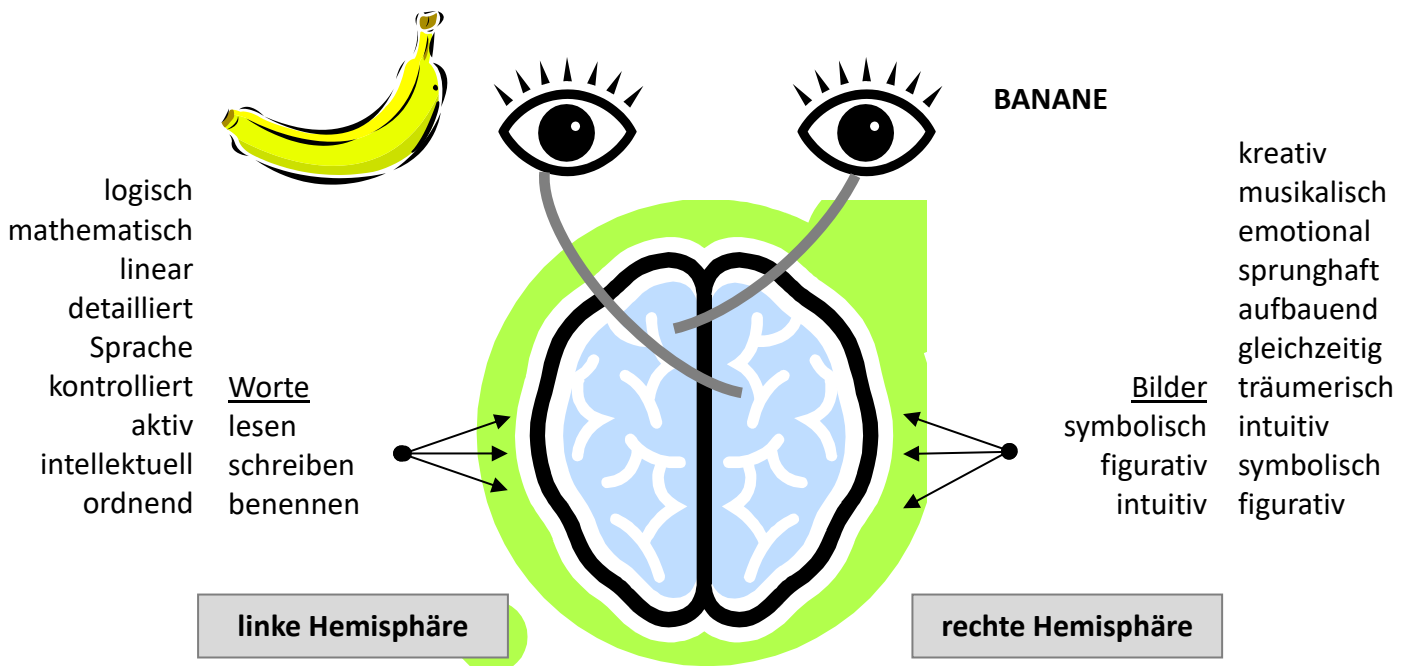


Wofür ist unsere linke und wofür unsere rechte Gehirnhälfte zuständig?



Erwachsenenalter

*monochronische Menschen
konvergente Denker*



- befassen sich nur mit einem Thema
- konzentrieren sich stark beim Lernen
- nehmen Termine zum Lernen ernst
- halten sich gewissenhaft an Lernpläne
- möchten andere Lerner nicht stören
- sind berechenbar und verlässlich



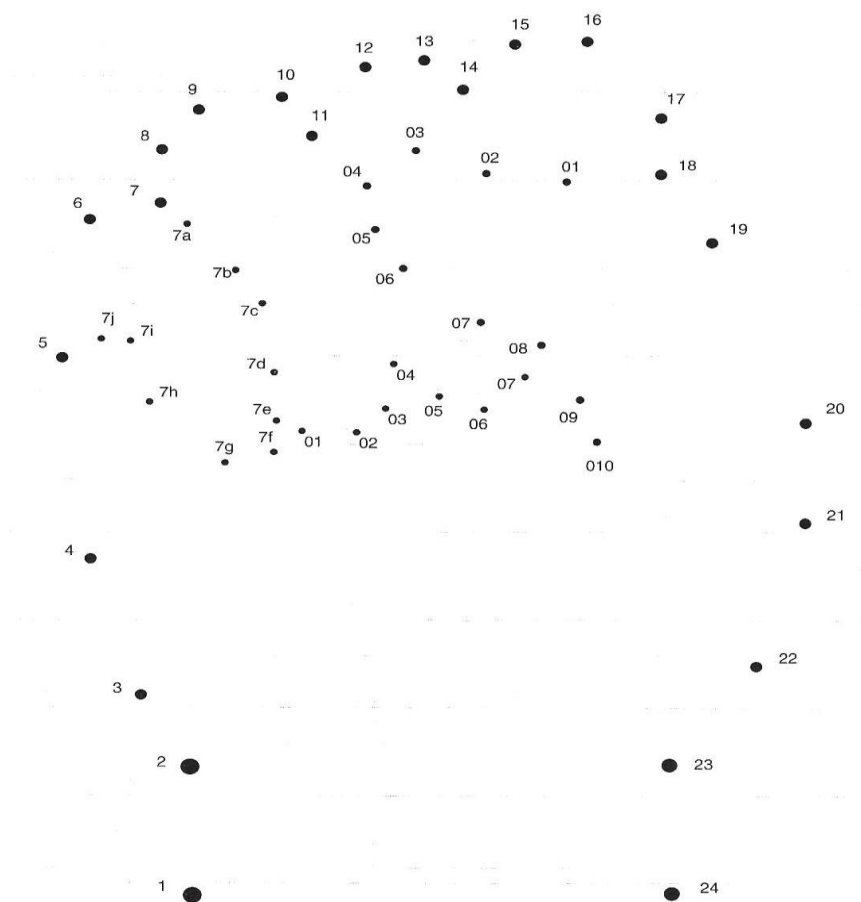
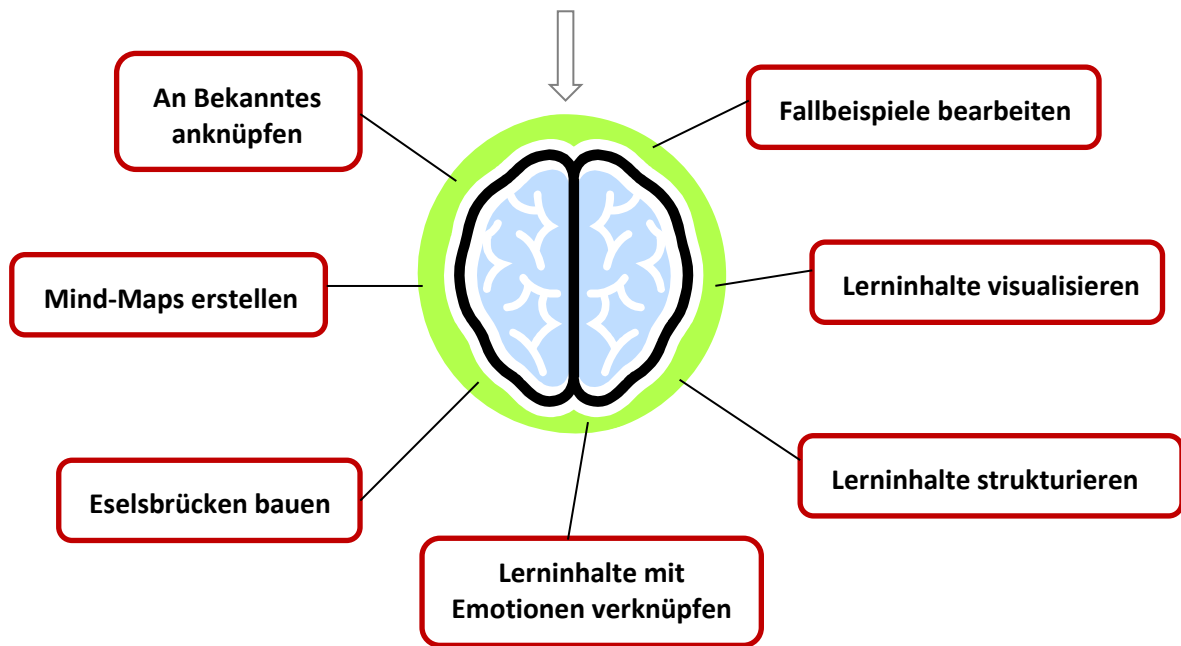
bis 6. Lebensjahr

*polychronische Menschen
divergente Denker*



- lernen viele Dinge gleichzeitig
- sind schnell abzulenken durch andere
- Termine zum Lernen sind Möglichkeiten
- ändern Lernpläne häufig
- haben viele Informationen
- unrealistisch was Zeitvorhaben angeht

Was bedeutet gehirngerechtes bzw. ganzheitliches Lernen?

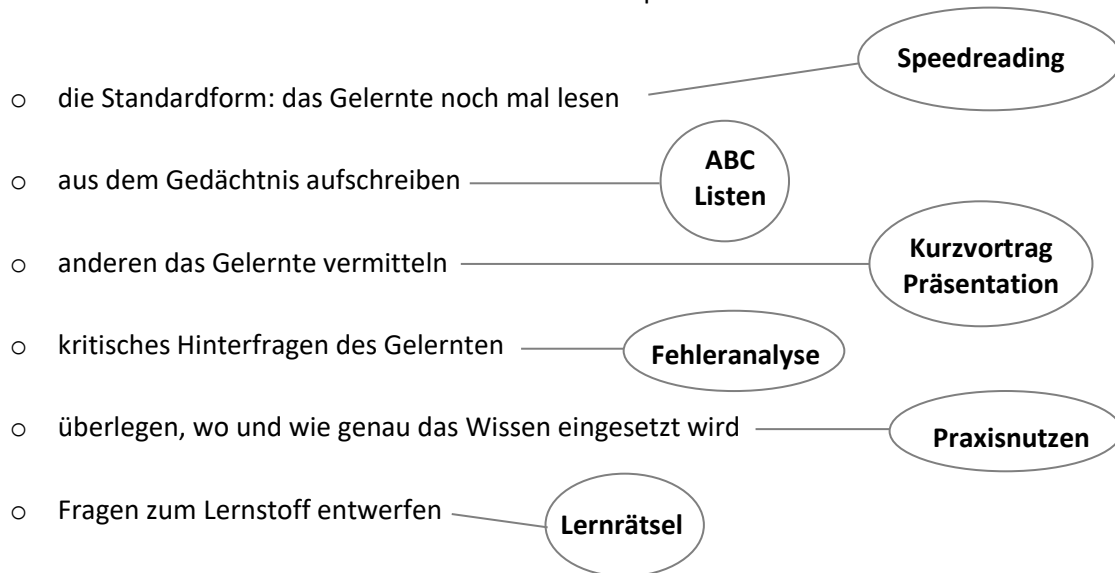


Lernen durch Einsicht
Verbinde die Punkte und
lach dir ins Fäustchen!

Wiederholen schützt vor dem Vergessen. Aber wie, wo und wann?

Das Vergessen ist unmittelbar nach der Informationsaufnahme besonders stark.

Wir brauchen **Abwechslung bei den Wiederholungen**, um die Motivation aufrechterhalten zu können. Zum Beispiel:



Intervall der Wiederholung

- ✓ nach einer Stunde Rückblick auf das Gelernte
- ✓ kurz vor dem Schlafen erneut alles wiederholen, sodass das Gehirn die Möglichkeit hat, das Gelernte in der Nacht zu verarbeiten
- ✓ am nächsten Morgen überprüfen, was von dem Gelernten noch sitzt
- ✓ unter der Woche noch mal wiederholen
- ✓ je nachdem, wie langfristig das Wissen sitzen soll, nochmals in 1-2 Wochen wiederholen

Umgebung für die Wiederholungen

Die Umgebung, in der wiederholt wird, ist entscheidend. So fällt einem das Gelernte viel besser ein, wenn man es genau an dem Ort wiederholt, wo der Lernstoff aufgenommen wurde. Falls später die Situation eintritt, dass das Gelernte vergessen wurde, so hilft es, sich gedanklich auf den Lernort zu konzentrieren bzw. sich vorzustellen, wie man da sitzt.

