



## „Das menschliche Gehirn ist im Grunde ein fauler Sack“

Wilfried Helms vermittelt Lerntechniken in Hiller Grundschule / Gedächtnis nimmt maximal sieben Informationen auf

**Hille (cko). Auch das Lernen will gelernt sein. Und jeder Mensch hat seine eigene Methode, sich Dinge einzuprägen. „Unser Ultrakurzzeitgedächtnis kann maximal sieben Begriffe aufnehmen“, sagt Wilfried Helms.**

Der Hamburger referiert in der vergangenen Woche in der Grundschule. Thema sind Gedächtnistechniken und Motivation. 24 Teilnehmer hat der Workshop, die allesamt Elternteile oder Lehrer sind. „Es gibt Wege, die Konzentration zu verbessern“, sagt Helms – und mit praktischen Übungen demonstriert er, wie das klappt.

Dass es der (Schul-) Alltag erfordert, weit mehr als maximal sieben Einzelinformationen aufzunehmen, stellt der



Referent Wilfried Helms (v.l.) stellt den Workshop-Teilnehmern Sarah Guderian und Martin Dahl zwei Aufgaben, die das Gedächtnis herausfordern. Foto: Carsten Korfesmeyer

Referent selbstverständlich auch klar. Er macht allerdings auch deutlich, dass es verschiedene Wege ins Gedäch-

tnis gibt. „Man kann das Ultrakurzzeitgedächtnis überlisten“, sagt er – und nennt mit dem Kurzzeitgedächtnis und

Langzeitgedächtnis die weiteren Stationen, um sich Dinge länger merken zu können. „Beim Lernen wird eine Struk-

tur gebraucht“, sagt er. Das zu praktizieren, empfiehlt er schon Erstklässlern. „Lassen Sie ihre Kinder den Schulranzen alleine packen“, sagt er.

Es sei entscheidend, den Lernstoff insgesamt zu verstehen. Die bildhafte Vorstellung könne das unterstützen – und das Langzeitgedächtnis könne nur funktionieren, wenn das Erlernte regelmäßig wieder abgerufen werde. Helms spricht auch Rechenaufgaben an. Dort rät er, beispielsweise das Einmaleins zu automatisieren und: „Das menschliche Gehirn ist im Grunde ein fauler Sack.“ Es merke sich nur, was dem Träger wichtig sei.

Er schlägt damit die Brücke zur Motivation – mit der unausgesprochenen Botschaft an seine Zuhörer, den Kindern Spaß am Lernen zu bereiten.