

*Wilfried Teschler*

**LERNEN MIT SINN UND ZIEL**  
**Neue Ansätze für besseres Lernen**

## **Wichtiger Hinweis:**

Die Inhalte des Buchs beruhen auf sorgfältigen Recherchen und haben sich in der langjährigen Praxis des Autors, sowie von Lehrern und Therapeuten nachhaltig bewährt.

Sie als Leser entscheiden ob Sie die Anregungen aus diesem Buch ausprobieren und anwenden.

Eine wie auch immer geartete Haftung des Autors oder des Verlags für den Gebrauch des Buchs oder der Übungen ist ausgeschlossen.

---

Wenn Sie professionelle Hilfe in Anspruch nehmen wollen, finden Sie Adressen und weiterführende Literatur im Internet unter: <http://www.lernlust.eu>.

# INHALTSVERZEICHNIS

|  |           |
|--|-----------|
| <b>VORWORT</b>                         | <b>7</b>  |
| <b>WIR LERNEN</b>                      | <b>8</b>  |
| SCHWIERIGES LERNEN                     | 9         |
| KINDER LERNEN                          | 11        |
| ERWACHSENE LERNEN                      | 12        |
| TRAINIEREN SIE IHRE AUFNAHMEFÄHIGKEIT  | 14        |
| DIE PRINZIPIEN DES ERWACHSENEN LERNENS | 17        |
| <b>DER WEG INS ZENTRUM DES LERNENS</b> | <b>22</b> |
| <b>DAS TRAINING DER SINNE</b>          | <b>24</b> |
| DIE GRENZEN DER ÜBUNG                  | 52        |
| <b>DAS ZENTRUM DES LERNENS</b>         | <b>54</b> |
| <b>LERNEN, GEHIRN UND KÖRPER</b>       | <b>54</b> |
| A) Der Input                           | 54        |
| B) Die Verarbeitung                    | 55        |
| C) Der Output / die Realisierung       | 59        |
| <b>ALLGEMEINE KÖRPERÜBUNGEN</b>        | <b>61</b> |
| EMOTIONALE STABILITÄT                  | 63        |
| MUT                                    | 68        |
| ICHKONGRUENZ                           | 72        |
| KOPF- /GEHIRNAKTIVIERUNG               | 75        |
| <b>DAS GEHÖRT AUCH ZUM THEMA</b>       | <b>78</b> |
| DIE DAUER                              | 78        |
| ZUM VERHÄLTNIS VON ...                 | 79        |
| WISSENSCHAFT UND WISSENSCHAFTLICHKEIT  | 80        |
| <b>ANHANG</b>                          | <b>91</b> |
| DER AUTOR                              | 91        |
| LITERATUR                              | 92        |
| INTERNET                               | 96        |

## VORWORT

Meine Frau inspirierte mich, mich mit Lernen im Allgemeinen und mit dem spezifischen Lernverhalten von Kindern und Erwachsenen zu befassen. Sie ist Pädagogin und Heilpraktikerin und hat mit Kindern aus schwierigen sozialen Verhältnissen über viele Jahre hinweg gearbeitet. Seit rund fünfzehn Jahren ist sie als Ausbilderin und Seminarleiterin in der Erwachsenenbildung tätig.

Wir haben unsere Kräfte vereint, sie aus ihrer sozialen - pädagogisch - medizinischen Sicht und ich aus meiner sozialarbeiterischen und (körper)therapeutischen Sicht.

So entstand die Teschler Lernförderung. Wir praktizieren und unterrichten sie seit 1998.

Die Teschler Lernförderung ist für Kinder, die den größten Teil ihres Lebens noch vor sich haben.

Die Teschler Lernförderung ist für Lehrer, die nicht an ihre Unfähigkeit glauben und Werkzeuge an die Hand bekommen wollen, die sie während des Unterrichts einsetzen können.

Die Teschler Lernförderung ist für Eltern, die ihre Kinder besser verstehen und unterstützen möchten.

Die Teschler Lernförderung ist für Therapeuten unterschiedlichster Richtung und Gewichtung (Psychologen, Logopäden, Ergotherapeuten, Heilpädagogen, Lerntherapeuten) und alle, denen ein konstruktiveres Sozialverhalten, ein besseres Lernen, bessere Leistungen und damit das Wohl von Kindern beruflich oder privat am Herzen liegt.

Die Teschler Lernförderung ist für alle Menschen, gleich ob im Kindergarten, in der Berufsausbildung, in Fortbildungsseminaren oder jene, die aus eigenem Antrieb reibungsloser, direkter und ökonomischer lernen möchten.

*Düsseldorf, Januar 2009*

*Wilfried Teschler*

## WIR LERNEN

Lernen beginnt in dem ersten Moment des Lebens. Dieser Augenblick ist sofort nach der Empfängnis.

Das Lernen als Fötus geschieht über die jeweils schon entwickelten Sinne, das ist erst einmal und vornehmlich das (körperliche) Empfinden. Wir lernen zunächst als Körper, nach einer schon angelegten, aber sich immer weiter differenzierenden und spezialisierenden Blaupause.

Erst nach der Geburt lernen wir differenzierter über Hören, Schmecken, Sehen, Riechen und noch viel später lernen wir mit unserer zielgerichteten Reflektionsfähigkeit.

Der Mensch hat, wie jedes Wesen, den Willen zum Leben in sich. Das reicht jedoch nicht zum Lernen oder als fundamentale Lernmotivation aus. Der Grund jedes Lernens ist der vitale Wille zum Bewältigen des Lebens. Wer das Leben bewältigen will, muss lernen. Alles Lernen dient auf einfacher Stufe dem Erhalt und auf höherer Stufe der Verbesserung des Lebens, Überlebens und der Lebensqualität. Auf einer noch höheren Stufe dient Lernen der Persönlichkeitsentwicklung.

Lernen ist ein naturgegebenes Lebensthema für alle Menschen, vom ersten bis zum letzten Augenblick des Lebens.

Der Mensch ist eine sich selbst erhaltende und bewusste biologische Einheit, die sich durch Lernen stabilisieren und erweitern kann.

Je besser (konfliktfreier) dies, im Sinne der Lebensbewältigung, der sozialen Integration und der kulturell – persönlichen Selbstverwirklichung geschieht, als umso größer bezeichnen wir den Lernerfolg.

Je sozial integrierter und zugleich individueller, gesunder und kreativer ein Mensch ist, desto (sozial) verträglicher und zufriedener ist er.

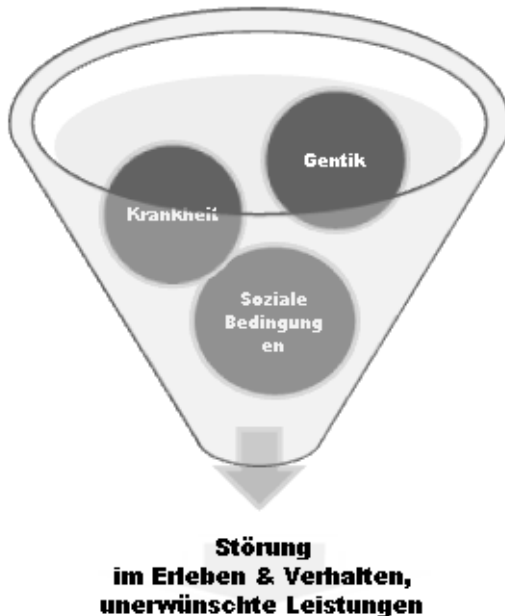
Lernen hat keinen definitiven Endpunkt. Lernen ist ein fortdauernder Prozess der Annexion von Fertigkeiten.

Meine Frau und ich haben mit unserer Methode das Ziel, Lernen für viele Menschen zu vereinfachen und sozial, sowie individuell zufriedenstellender zu machen.

Hier ist unser Beitrag.

## SCHWIERIGES LERNEN

Die Problemfelder im Hintergrund einer jeden schulischen Lernauffälligkeit sind: Die Situation innerhalb der Herkunftsfamilie, Unfälle / Krankheiten und die Genetik, die seit Mitte der Neunziger Jahre zusammen mit der modernen Hirnforschung als Ursache ins Blickfeld kam.<sup>1</sup>



Gestört ist der dem Menschen innewohnende Antrieb, das Leben zu sichern und / oder die Kulturtechniken zum eigenen und sozialen Nutzen zu adaptieren.

<sup>1</sup> Einen Überblick über den derzeitigen Stand der Forschung in: Lettre international IV / 2008

Unserer Erfahrung und unseres Wissens nach korrespondieren die drei benannten Ursachenfelder für Störungen im Lernen, mit individuell unterschiedlichen Schwerpunkten.

Krankheit, Genetik und soziale Faktoren können jedes für sich, doch meist als Gemisch, zu Störungen führen. Diese können ihrerseits ein unerwünschtes und destruktives Erleben und Verhalten mit sich bringen, was schlechte schulische Leistungen oder im Erwachsenenalter unbefriedigende Lebensleistungen zum Ergebnis hat. Spätestens mit dauerhaft unbefriedigenden und schlechten Leistungen, gilt der Schüler / die Schülerin als auffällig, der Erwachsene als schwieriger Mitmensch.

Die Korrespondenz zwischen den vorgenannten drei Faktoren: problematische Genetik, Unfälle / Krankheiten, familiäre/soziale Problematik und schlechte schulische Leistungen<sup>2</sup> ist ausgesprochen hoch.

Ob Krankheit, Genetik oder soziale Faktoren sich in allgemeiner Lernschwäche, LRS oder Dyskalkulie zeigen, ist abhängig von der individuellen Konstellation eben dieser Faktoren.

Dies lässt den Schluss zu, dass man Krankheit(en), Genetik (Hirn-/ Sinnes- / Körperfunktionen) und soziale Verhältnisse nur zu verbessern / zu ändern, auszuheilen bräuchte und man hat einen idealen Schüler. Das wäre schön, doch ist dem nicht so.

- Man sollte aus ethischen Gründen in das Leben anderer nicht ohne Auftrag eingreifen. Jeder hat ein Recht auf Unangepasstheit (dies gilt jedenfalls für mich, nach meinen europäischen - demokratischen - ethischen Anschauungen)
- Selbst wenn man einen Auftrag hat, hat man oft gar nicht die Möglichkeiten und Mittel um zielgerichtet, punktgenau und effektiv einzugreifen.
- Selbst wenn die Therapie / Lernförderung erfolgreich ist, d.h. die Hindernisse in ausreichendem Maß beseitigt

<sup>2</sup> Hierunter verstehe ich im engeren Sinne die Zeugnisnoten und im weiteren Sinne das in der Schule gezeigte Verhalten.