



---

## **„GEH WEITER...“ Wissen schafft einen Vorsprung**

### ***Wie wir am besten lernen und warum lebenslanges Lernen ein Muss ist***

Warum ist der Himmel blau? Warum klettern Affen auf einen Baum? Warum fressen die Kühe Gras? Warum ist es in der Wüste so heiß? Warum sieht man Strom nicht? Wie entsteht ein Gewitter? Warum können Fische so lange unter Wasser bleiben?

Fragen über Fragen die häufig von Kindern gestellt werden. Denn Kinder hinterfragen alle, denken kreuz und quer, wollen alles wissen und nehmen nur ganz wenig als selbstverständlich hin. Sie wollen alles wissen und wie ein trockener Schwamm das Wasser aufsaugt, so saugen Kinder diese Informationen förmlich auf.

Und auch wir Erwachsene erkennen immer mehr, dass unser Lernen nicht mit dem Schul-, Ausbildungs- oder Studiumabschluß aufhört. Wenn wir auch zukünftig die auf uns wartenden Herausforderungen sowohl im beruflichen Leben wie auch im Alltag erfolgreich meistern, dann müssen wir ständig offen sein und uns neues Wissen aneignen, denn sonst werden wir in der sich schnell verändernden Welt nach und nach immer mehr abgehängt. Und das betrifft heutzutage fast alle Lebens- und Arbeitsbereiche. Denn wer selbst sich nicht weiterentwickelt wird nur allzu bald vom Wissen anderer Menschen abhängig sein.

Der amerikanische Präsident Benjamin Franklin sagte schon vor 200 Jahren: „Eine Investition in Wissen bringt immer noch die meisten Zinsen!“ Ein anderes Sprichwort sagt: „Ein Tag, an dem du nichts gelernt hast, ist ein verlorener Tag!“ Und heute wird uns das alles nur allzu bewusst: Lebenslanges Lernen ist nicht nur eine Möglichkeit, sondern eine Notwendigkeit.

Wissenschaftlicher haben herausgefunden, dass sich das Wissen auf unserer Welt ca. alle drei Jahre verdoppelt. Verdoppelungsgeschwindigkeit steigend! Das heißt dann auch nichts anderes, als das, was heute noch gilt, morgen schon längst nicht mehr interessant und schon wieder überholt ist. Das Wissen, das wir in der Ausbildung oder im Studium erworben haben, wird jeden Tag wieder neu überprüft. Es muss ständig erweitert, vertieft, überarbeitet und mit neuen Informationen versorgt werden. Die Herausforderungen der Zukunft sollten wir demnach, so auch die Meinung vieler Trendforscher, als „lernende Gesellschaft“ angehen.

Doch was sagen Studien bezüglich dem Lernverhalten von uns Deutschen aus?

Abgesehen von Schülern und Studenten investieren die meisten einfach zu wenig Zeit in das Lernen, in die eigene Fort- und Weiterbildung.

Vor einigen Jahren hat das Statistische Bundesamt eine Studie veröffentlicht, die die Verwendung der Lebenszeit der Bundesbürger dokumentierte. Dabei wurde schnell klar, dass Lernen vor allen Dingen eine Sache der jungen Menschen ist. 10 – 18 jährige wenden einschließlich Hausaufgaben und Selbststudium durchschnittlich ca. 3,5 Stunden täglich für das Lernen auf. Bei den 18- bis 25 jährigen sind es immerhin noch 1,5 Stunden, doch im Alter von 25 bis 45 ist es lediglich noch eine Viertelstunde täglich. Wer dann über 45 Jahre ist, beschäftigt sich im Durchschnitt nur noch wenige Minuten am Tag mit Lernen und Weiterbildung. Ein Ergebnis, das grundsätzlich nachdenklich stimmen sollte.

Ist man dann zum Lernen zu alt? Wenn jemand eine solche Entschuldigung bringen sollte, dann gilt diese schon lange nicht mehr. Man kann mit 50 Jahren noch Trompete oder auch ein anderes Instrument lernen. Sicher nicht so schnell und leicht wie ein Achtjähriger, aber mit Übung und Training kann man so manches erreichen. Das wesentliche Merkmal unseres Gehirns ist nämlich auch, dass es plastisch, also veränderbar, aufgebaut ist. Das heißt, ich kann es auch bis ins hohe Alter noch verändern. Und der Mensch ist das lernfähigste Lebewesen auf dieser Welt. Denn unser Gehirn besteht aus ungefähr 100 Milliarden Nervenzellen. Es lassen zwar mit zunehmenden Alter die Geschwindigkeit der Wahrnehmung und das Gedächtnis nach, doch mit entsprechendem Training kann man auch das gut erhalten sowie die Lernfähigkeit aufrecht erhalten. Im Alter hängt die Lernfähigkeit auch davon mit ab, wie man in den vorhergehenden Lebensjahren sein Gehirn genutzt, ausgebildet und trainiert hat.

### **Wenn wir die Erfahrung machen, das Lernen sinnvoll ist, entsteht auch die Motivation**

Motivation für ein ständiges Weiterlernen und sich weiter zu entwickeln entsteht aus Erfahrung, dass Lernen sinnvoll ist. Dazu ist eine gute Erstausbildung in Schulen sicherlich eine gute Voraussetzung dafür. Doch auch wir Erwachsene können noch viel Spaß und Freude am täglichen Lernen entwickeln. Denn unser Gehirn verfügt noch über eine Besonderheit – den internen Mechanismus der Belohnung. Wenn wir etwas neues gelernt haben, eine Herausforderung bestanden haben oder auch ein Problem gelöst haben, dann werden bei jedem Menschen im Gehirn bestimmte Stoffe und Substanzen ausgeschüttet, die für ein sehr gutes Gefühl sorgen. Das ist dann gleichzeitig auch der Antrieb für Lernabläufe. Wichtig dabei ist: fordern jedoch nicht überfordern. Wenn uns etwas zu leicht fällt und wir uns dafür nicht anstrengen müssen, dann wird dieses Belohnungssystem nicht aktiviert. Dann fehlt auch notwendige Anreiz, weiter Aktivität zu zeigen und persönliche Spitzenleistungen zu zeigen. Doch auch andersherum ist es nicht optimal. Denn andauernde Frusterlebnisse und Frustration aus Überforderung bewirken keine Motivation.

Die Gehirnforschung hat darüber hinaus noch etwas Interessantes herausgefunden. Unser Gedächtnis hat nur eine begrenzte Aufnahmekapazität am Tag. Wenn zu viele Informationen in Konkurrenz stehen, die einfach so wahllos aufgenommen werden, dann verdrängen sich diese gegenseitig im Gedächtnis. Das heißt für uns dann, dass wir uns am Tag nicht zu viel Lernstoff vor- und aufnehmen sollten und zum anderen, dass wir nach dem Lernen uns nicht noch intensiv dem Fernsehen oder dem Internetsurfen aussetzen sollten, denn sonst werden die Lerninhalte eben nicht so klar im Langzeitspeicher aufgenommen.

Wir sehen also, dass eine gute aufgebaute Lernfähigkeit und die Motivation, immer mehr wissen zu wollen, eine ganz wichtige Qualifikation für eine erfolgreiche Zukunft ist. Doch wenn wir erfolgreich sein wollen und persönliche Spitzenergebnisse in unserem Handeln erzielen wollen, dann benötigen wir zuerst unser eigenes Potenzial dafür. Und unser Potenzial entfalten und entwickeln wir nur dann erfolgsversprechend, wenn wir unsere Talente und ureigensten Stärken einbringen. Und je mehr wir wissen, dazulernen und je mehr wir uns Neues aneignen, umso mehr fördern, entfalten und entwickeln wir auch unsere persönlichen Fähigkeiten. Wir entwickeln Talente zu wirklichen Stärken. Und noch eines ist wichtig. Je mehr wir wissen und persönlich Wachsen, desto mehr entwickelt sich auch unser Selbstvertrauen. Und Selbstvertrauen ist eine ganz wichtige Basis für ein erfolgreiches Handeln.



**„GEH WEITER...“**

***Jürgen Zwickel – Experte für starkes MotivationsManagement und persönliches Wachstum***

**Bogenstr. 23                      91180 Heideck**

**Tel.: 09177 / 484976      Fax: 09177 / 484977**

**e-Mail: [info@juergen-zwickel.de](mailto:info@juergen-zwickel.de)    [www.juergen-zwickel.de](http://www.juergen-zwickel.de)**