

Hilfe zur Selbsthilfe bei Lernproblemen

Lerncoach Bianca Brieke aus Lichtenau setzt auf Vorhilfe statt Nachhilfe. Deshalb vermittelt sie Lernmethoden.

VON UWE WOLF

LICHTENAU/MITTWEIDA – Lernen ist nicht gleich Lernen. Auf das Wie kommt es an. Dann werden auch Klausuren, dem Rechnen an der Tafel, dem lauten Vorlesen oder dem Arbeiten unter Zeitdruck der Schrecken genommen. Lernen lernen kann man bei Bianca Brieke, NLP-Master („Neurolinguistisches Programmieren“) und NLP-Lerncoach im Netzwerk „NL-Päd“ aus Lichtenau. Vor drei Jahren begann die Dip-

lom-Kauffrau mit ihrer speziellen Ausbildung und konnte seitdem schon bei der Lösung einiger Lernprobleme helfen. „Ich bin dazu unter anderem viel nach Hannover zur Ausbildung gefahren und habe mir viele Wochenenden um die Ohren geschlagen“, sagte Bianca Brieke. „Lerncoaching ist eine noch relativ junge Disziplin.“

Zum Angebot von Bianca Brieke gehören neben dem eigentlichen Lerncoaching, das sich an Lernende jeden Alters richtet, auch Workshops für Lehrer und Weiterbildungsinstitute. Aktiv ist sie in ganz Mittelsachsen und in Chemnitz, wo sie unter anderem mit der Freien Elterninitiative Chemnitz zusammenarbeitet.

Beim Lerncoaching geht es um die gezielte Arbeit an Lernproblemen, also Vorhilfe statt Nachhilfe.



Bianca Brieke (stehend) gemeinsam mit Teilnehmern des Kurses am „Müllerhof“ bei der Vorstellung des Grundwissens zum Lerncoaching. FOTO: UWE WOLF

Pro Thema sind rund fünf Termine meist ausreichend. Es geht zum Beispiel um Lernstrategien, Motivation, Prüfungssicherheit oder Lernorganisation. Wer seinen Lerntyp

kennt und weiß, was ihn motiviert, der weiß auch, wie er lernen kann.

„Kinder lernen mit einer natürlichen Neugier. Wenn wir diese in die Schule übertragen können, dann

wäre schon viel geholfen“, sagt Bianca Brieke. Wichtig ist ihrer Meinung nach auch, Fehler als Chance und Hilfe zu sehen, aus denen man etwas lernen kann.

Bei diesem Vortrag im Mittweidaer „Müllerhof“ zeigte Brieke einen kleinen Ausschnitt von Dingen, die für erfolgreiches Lernen wichtig sind. So braucht unser Gehirn beispielsweise ausreichend Sauerstoff und Flüssigkeit, und auch Kohlenhydrate und Eiweiße sind wichtig, für eine optimale Hirnleistung. „Wichtig beim Lernen ist gute Laune, denn die produziert Botenstoffe, die Nachrichtenkuriere im Hirn. Außerdem sind Pausen zum Entspannen wichtig“, so der Lerncoach. „Nur ein entspanntes Gehirn kann lernen. Unser Gehirn lernt im Schlaf nach, indem es die tagsüber aufgenommenen Infos verarbeitet.“