

Trainingaktuell

Die Zeitschrift für Trainer, Berater und Coachs

28. Jahrgang Nr. 7/2017, 3. Juli 2017

www.trainingaktuell.de

Fire Point



COACHINGVERSTÄNDNIS

Mehr Selbsthilfe
wagen!

HONORARE FÜR TRAINER

Wie Verhandlungen spielerisch gelingen



MYTHOS LERNTYPEN

Nicht nur Humbug, sondern schädlich:
die Theorie von den Lerntypen

RECHT IN DEN SOCIAL MEDIA

Wie Trainer ihren Auftritt bei
Facebook & Co. rechtssicher gestalten

ERGEBNISSE SICHERN

9 Alternativen zu Fotoprotokollen
– und wie sie funktionieren

TRAININGSSPITZEN

Der Mumpitz von den Lerntypen

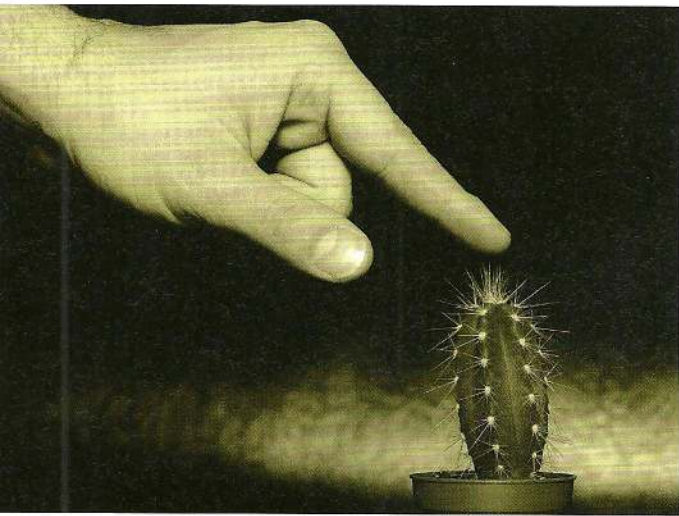


Foto: chriskuddl, Zweisam/photocase.com

Vorsicht: spitz! In Training aktuell betrachten Marktteilnehmer ihre Branche – und nehmen dabei kein Blatt vor den Mund.

Wenige Mythen halten sich so hartnäckig wie der von den Lerntypen: Angeblich hat jeder Mensch einen präferierten Sinneskanal, über den er neue Informationen besser aufnimmt. Wenn das auch plausibel klingen mag, so ist es doch blanker Unsinn. Tatsächlich verstärkt die Konzentration auf nur einen Sinneskanal den Lernerfolg nicht – sondern sabotiert ihn sogar.

Teilnehmer, die mühelos große Lernmengen bewältigen, Trainings mit Nachhaltigkeitseffekt – wie Lernen und persönliche Weiterentwicklung optimiert werden können, ist von höchster Brisanz für Trainer, Berater und Coaches. Die Hirnforschung liefert dazu durchaus wertvolle Erkenntnisse. Leider berufen sich aber viele Menschen – darunter auch aus der Weiterbildungsbranche – auf die Neurowissenschaft, ohne auch nur die Bohne

vom menschlichen Gehirn und seinen Abläufen zu verstehen.

Was plausibel klingt, wird zur Wahrheit hochstilisiert

Herauskommt dabei dann im besten Fall: Stuss. Im schlimmsten Fall werden Irrtümer, Halbwahrheiten oder stark vereinfachte Ideen verbreitet, die sogar schädlich sind. Gerade in der Trainingsbranche werden leider oftmals Inhalte

ungeprüft abgeschrieben, kopiert und weitergegeben. Was plausibel klingt, wird zur Wahrheit hochstilisiert.

Besonders vehement wird etwa der Mythos von den Lerntypen verteidigt. Die Idee dahinter ist simpel: Jeder Mensch hat angeblich einen bevorzugten Sinneskanal und profitiert entsprechend davon, wenn er Informationen über eben diesen aufnimmt. Der visuelle Typ lernt also am besten übers Sehen, der auditive Typ übers Hören und der kinästhetische Typ, indem er das Lernen durch körperliche Bewegung und physisches Begreifen unterstützt. Die passgenaue Darbietung des Stoffs optimiert das Lernen, so die Annahme dahinter.

Einige werden jetzt nicken: Ja klar, weiß doch jeder, dass das so ist. Denn der Mythos von den Lerntypen hält sich zäh wie Kaugummi, selbst unter denen, die es eigentlich besser wissen müssten – den Trainern. Nur leider ist diese Theorie, so plausibel sie auch klingen mag, einzig und allein: Mumpitz.

Das Gehirn setzt verschiedene Eindrücke zu einem Ganzen zusammen

Wer sich ein wenig damit beschäftigt, wie unser Hirn tickt, sollte von sich aus Zweifel an dieser Theorie hegen. Denn das Gehirn arbeitet immer als Einheit, setzt verschiedene Sinneseindrücke zu einem Ganzen zusammen. Die Annahme, dass eine Information von einem Sinnesorgan nahtlos ins Gedächtnis übergeht, ist daher naiv – und schlicht falsch.

Das hat mittlerweile auch die Wissenschaft zweifelsfrei bestätigt. Die US-Lernforscher Hal Pashler, Mark McDaniel, Doug Rohrer und Robert Bjork haben sämtliche vorhandene Studien zu Lerntypen analysiert. Ihr Ergebnis ist eindeutig und dürfte selbst

die eifrigsten Jünger der Lerntypen-Theorie ernüchtern: Nahezu alle Untersuchungen, die angeblich den Nachweis der Effizienz typengerechten Lernens erbracht haben, sind wissenschaftlich wertlos.

Viele dieser Studien enthalten handwerkliche Mängel, dass sich einem die Nackenhaare sträuben. So wurde bei manchen etwa versäumt, die Teilnehmer streng nach dem Zufallsprinzip auf die Gruppen aufzuteilen, in denen dann entweder mit visuellen oder auditiven Lernmethoden unterrichtet wurde. Bei anderen wurde es unterlassen, alle Teilnehmer am Ende den gleichen Test absolvieren zu lassen, um die Lernfortschritte miteinander zu vergleichen. Die wenigen fundierten Studien zu diesem Thema hingegen widersprechen klar der Annahme, dass es solche Lerntypen überhaupt gibt.

Der Mythos wird zur selbsterfüllenden Prophezeiung

Warum hält sich dieser Mythos aber dann so hartnäckig? Warum klammern sich immer noch so viele Menschen daran? Nicht wenige schwören etwa Stein auf Bein, dass sie wirklich viel besser lernen, wenn sie Inhalte hören, als wenn sie diese visuell erfassen. Viele Menschen haben ein regelrechtes Dogma darüber, wie sie „richtig“ lernen.

Die Erklärung dafür ist einfach: Diese Präferenzen wirken wie eine selbsterfüllende Prophezeiung. Sie werden durch die eigenen Lerngewohnheiten gleichsam antrainiert. Wer beispielsweise viele Hörbücher hört, bekommt leicht den Eindruck, dies fiele ihm leichter, als zu lesen. Werden ihm Informationen hingegen auf einem anderen Kanal dargeboten, geht derjenige automatisch davon aus, dass er sie sich sowieso nicht merken kann.

Der Lernerfolg wird nicht gestärkt, sondern sabotiert

So what, könnte man meinen. Soll doch jeder auf die Art und Weise lernen, die ihm die liebste ist – selbst wenn die Annahme dahinter auf einem Irrtum beruht. Das Fatale an der Konzentration auf nur einen Sinneskanal ist aber, dass dadurch der Lernerfolg nicht verstärkt wird. Im Gegenteil – er wird regelrecht sabotiert. So kommt der US-Psychologe John Dunlosky nach der Analyse von rund 700 Studien über das Lernen zu dem Schluss: Wir brauchen einen Methodenmix, der alle unsere Sinne anspricht, und müssen das Gehirn beim Lernen möglichst vielfältig beschäftigen. Abwechslung und Vielfalt – gerade in der Methodik – sind also entscheidende Faktoren für den Lernerfolg.

An Lerntypen festzuhalten, schränkt also Lernmöglichkeiten gehörig ein. Mehr noch: Man bringt unnötig Öde ins Gehirn – und die killt die Konzentration. Denn der Hippocampus, über den Wissen und Erfahrungen gespeichert werden, wird durch alles stimuliert, was Neuigkeitswert hat. Langweilt sich der Hippocampus aber, leidet die Lernintensität. Die Teilnehmer im Seminar

Foto: Foto Weinwurim



Foto: Jürgen Hammerschmid



LITERATUR

- » Pamela Obermaier, Marcus Täuber: *Gewinner grübeln nicht – Richtiges Denken als Schlüssel zum Erfolg.* Goldegg, Berlin 2016, 19,95 Euro.

In der Weiterbildungswelt kursieren viele Tipps und Strategien für die Nutzung der mentalen Kraft. Die Autoren haben diese auf den Prüfstand der Wissenschaft gestellt: Welche gehören ins Reich der Mythen, und welche halten, was sie versprechen?

etwa werden dann leicht ablenkbar und daddeln lieber mit ihren Handys, als dem Lernstoff zu folgen.

Genau an dieser Stelle sind Trainer gefordert. Statt immer wieder den gleichen Einheitsbrei aufzuwärmen, sollten sie einen bunten, aktivierenden Mix aus verschiedenen Lernmethoden bieten. Denn: Es gibt nicht die eine richtige Lernmethode – die Mischung macht's!

Marcus Täuber,
Pamela Obermaier ■

Die Autoren: Der Neurobiologe Dr. Marcus Täuber ist Leiter des Instituts für mentale Erfolgsstrategien in Wien. Der diplomierte Mentaltrainer führt Einzeltrainings und Seminare im Themenfeld Gesundheitsförderung, Performance-Steigerung und Entwicklung mentaler Stärke durch. Kontakt: www.ifmes.at

Pamela Obermaier hat nach ihrem Universitätsabschluss in Germanistik, Psychologie und Philosophie zunächst Karriere in der Medienbranche gemacht. Heute unterstützt die Kommunikationsexpertin mit ihrer Firma textsicher Unternehmen bei der Entwicklung ihrer Marketingstrategie und der Gestaltung jeglicher Textform. Kontakt: www.textsicher.at