



ERFOLG IN DER SCHULE

Mentale Strategien für Jugendliche und Familien

Mag.Mag. Heidi Haberl-Glantschnig





*“Der Mensch ist zum Lernen
geboren,*

*so wie der Gepard zum Rennen und
der Albatros zum Fliegen.” M. Spitzer*

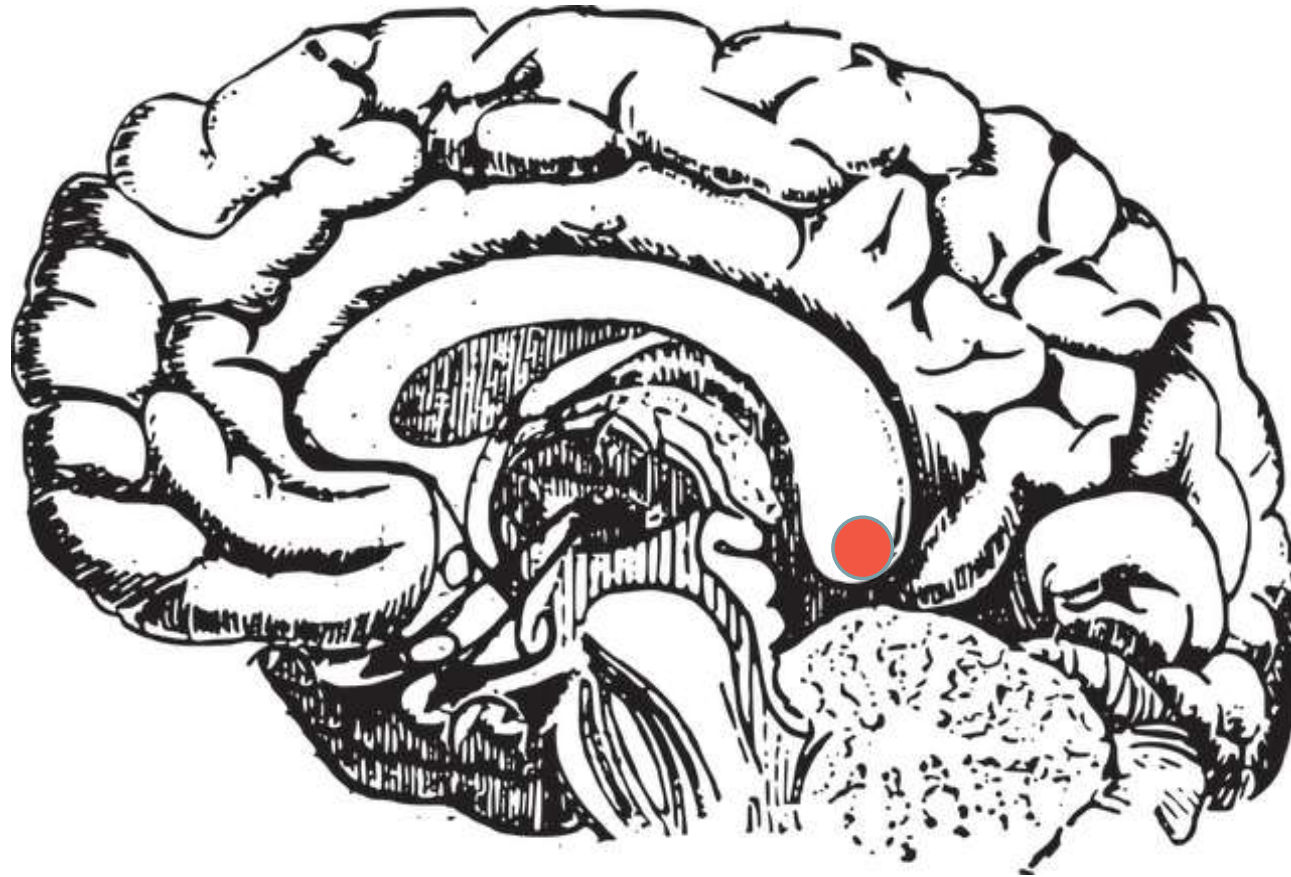


Inhalte



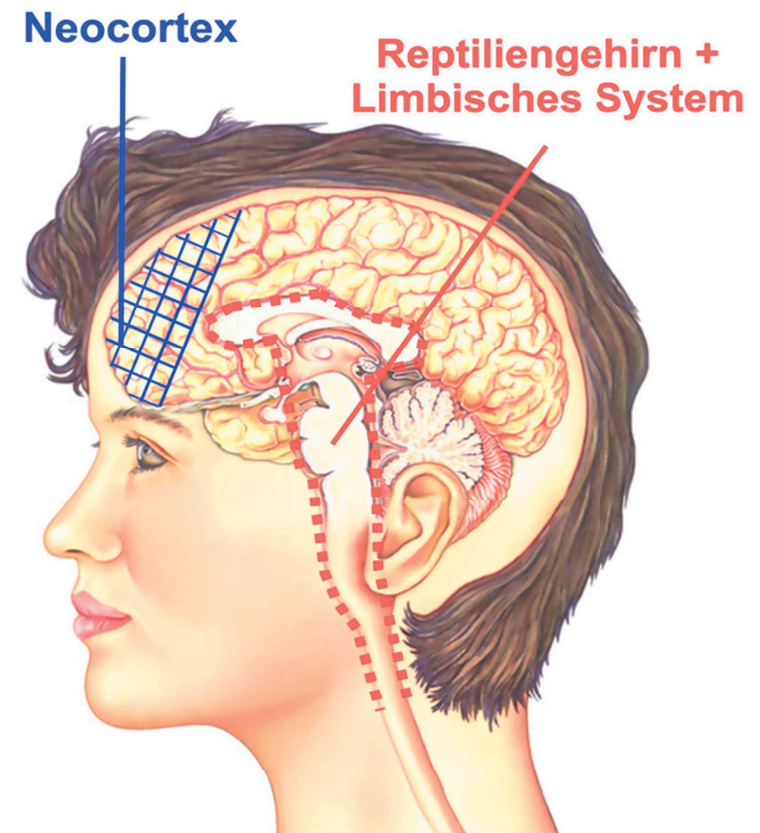
- . Wie lernt unser Gehirn?
- . Konzentration und Ablenkung
- . Lernen mit allen Sinnen
- . Der Weg zur Selbstständigkeit
- . Der Motivationskreislauf

Nucleus Accumbens





- Limbisches System und Reptiliengehirn: Gefühle, teilen wir mit Reptilien
- Neocortex, Großhirn: analytisches Denken
- Wenn wir in Gefahr sind (Angst erleben), schaltet sich Großhirn aus!

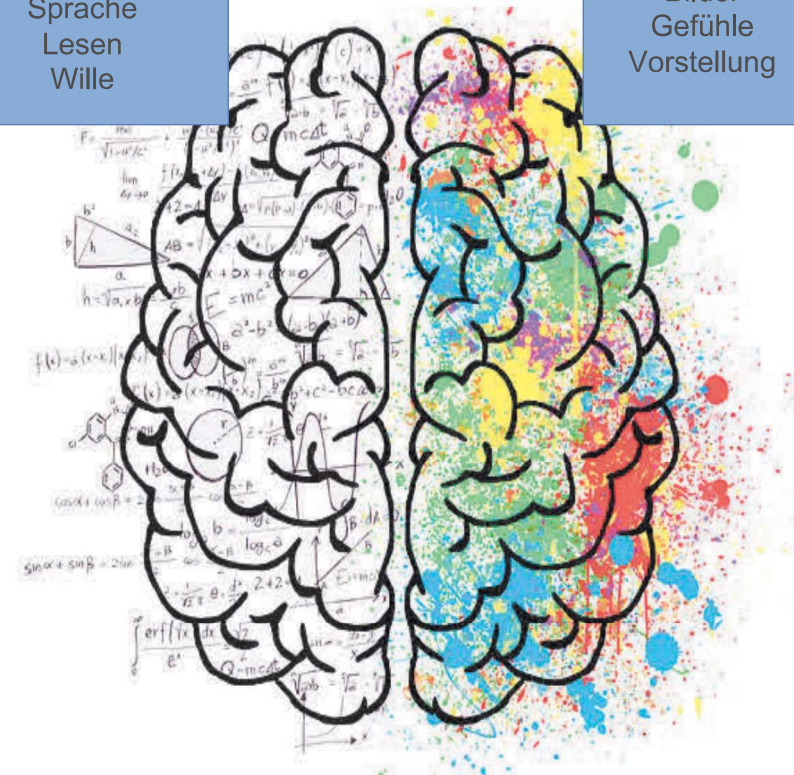





- “Denke nicht an einen rosa Elefanten!”
- “Ich bin schlecht in Mathematik”
- “Denke 10 Sek. an dein Rhombencephalon.”

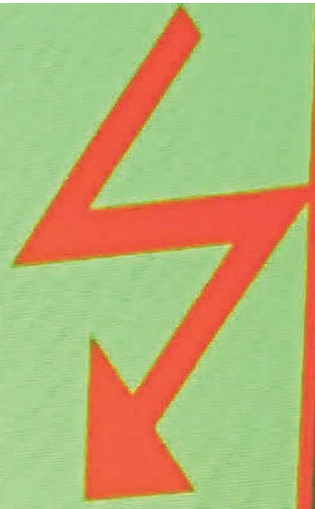
Log.Denken
Sprache
Lesen
Wille

Bilder
Gefühle
Vorstellung





ACHTUNG!! GEHIRNBAUSTELLE



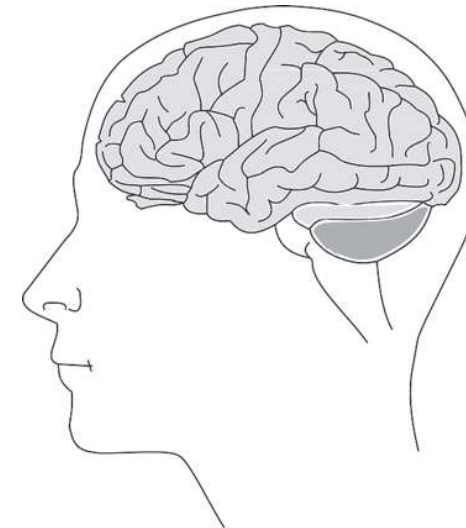
Mit kurzzeitigen Ausfällen,
unvermittelten vulkanartigen Ausbrüchen,
Erinnerungslücken und
fragwürdigem Experimentieren

muss **jederzeit** (rund um die Uhr!)
gerechnet werden.

Wegen Umbau geschlossen



- Hormone sind nur Nebensache
- Neuere Hirnforschung: Systematischer Umbau der Gehirnstruktur
- Graue Substanz ↘
- Weisse Substanz ↗



Melatonin

