



Merkblatt 'Gedächtnis'

Wie das Gedächtnis funktioniert

Ihr Kind vergisst vieles zu schnell wieder? Zu Hause konnte es die Wörter noch, in der Schule weiss es sie aber nicht mehr? Solche Erfahrungen machen viele Eltern mit ihren Kindern. In diesem Zusammenhang ist es wichtig zu wissen, wie das Gedächtnis funktioniert.

Grundsätzlich wird beim Lernen alles gespeichert. Meist ist es aber schwierig, das Gespeicherte abzurufen. Man muss wissen wo suchen, deshalb muss man bereits beim Speichern bewusst Ordnung herstellen. Es ist Ihnen sicher auch schon passiert, dass Ihnen etwas auf der Zunge lag, z.B. ein Name, er kam Ihnen aber einfach nicht in den Sinn. So was kommt vor. Die folgenden lernpsychologischen Ergebnisse verdeutlichen, dass es eine grosse Rolle spielt, wie man etwas lernt, damit man es auch behalten und wieder abrufen kann.

Wir behalten

- 10% von dem, was wir lesen
- 20% von dem, was wir hören
- 30% von dem, was wir sehen
- 50% von dem, was wir hören und sehen
- 70% von dem, worüber wir selber sprechen
- 90% von dem, was wir selber ausprobieren und ausführen.

Ein Kind lernt und behält folglich etwas am besten, wenn es selbst Erfahrungen macht. Es muss aktiv etwas dafür tun, nicht nur passiv aufnehmen, wie z.B. beim Fernsehen. Lassen Sie ihr Kind über das Gelernte sprechen oder eine Zusammenfassung machen.

Gedächtnistraining

Die Gedächtnisspanne umschreibt die Menge, die ein Kind auf einmal aufnehmen, speichern und sofort wieder abrufen kann, z.B. eine bestimmte Anzahl voneinander unabhängiger Zahlen. Bei Erwachsenen beträgt diese Menge im Durchschnitt 5-9 Zahlen. Bei Kindern ist die Gedächtnisspanne noch kleiner.

Mit ein paar einfachen Übungen kann die Gedächtnisspanne trainiert werden. Bestimmt kennen Sie Spiele wie Memory oder "Ich packe in meinen Rucksack..." Im Anhang finden Sie noch weitere Übungen, um das Gedächtnis zu trainieren.

Gedächtnisstrategien

Nebst Gedächtnistraining ist es genauso wichtig, gute Gedächtnisstrategien zu erlernen. Vielleicht können Sie sich gewisse Dinge auch nicht gut merken, z.B. Namen oder Telefonnummern. Also schreiben Sie es auf oder Sie sagen es immer wieder für sich auf. Sie verwenden somit eine Gedächtnisstrategie und kompensieren Ihre Gedächtnisschwäche in diesem Bereich. Kinder verwenden solche Gedächtnisstrategien noch nicht spontan. Es ist deshalb wichtig, dass man mit ihnen zusammen herausfindet, wie sie am besten speichern und welche Strategien für sie funktionieren. Das können z.B. sein:

- sich etwas bildlich vorstellen
- es aufzeichnen
- eine Eselsbrücke bilden
- es aufschreiben
- es innerlich verbalisieren
- ein Mind-Map dazu erstellen
- etc.

Anhang

Übungen zur auditiven Differenzierungs- und Merkfähigkeit (5x wöchentlich)

1. Einen Satz deutlich vorsprechen (3-4 Mal) oder laut lesen lassen
2. Kind spricht Satz auswendig nach (6-7 Mal)
3. Wenn der Satz korrekt gesprochen werden kann, diesen denken und tonlos artikulieren lassen
4. Satz denken mit geschlossenen Lippen
5. Satz nochmals laut sagen
6. Satz schreiben und dabei jeden Buchstaben laut mitsprechen. Laute, die nicht im Schreibrhythmus ausgehalten werden können (mmmm..), so oft wiederholen, bis sie fertig geschrieben sind (p-p-p-p, k-k-k).
7. Geschriebenen Satz mit Vorlage vergleichen.
8. Fehler von Kind ausformulieren lassen, z.B. "das Wort Lohn schreibe ich mit h"
9. Falsch geschriebene Wörter in Fehlerkartei einordnen (siehe Merkblatt Lernkartei) Wort einige Tage später wieder in einen Satz einbauen. Wird es richtig geschrieben, darf auf Karteikarte ein x angebracht werden. Nachkontrolle nach ca. einem Monat.
10. Übungen datieren und aufbewahren.

Variation zu oben stehendem Training:

Punkte 1 bis 5 wie oben

6. Leg pro Wort des Satzes einen Knopf (ohne Vorlage)
 - z.B. Mein Onkel wohnt in Amerika
7. Übungsbeispiele:
 - Dreh den Knopf "in" um
 - Für welches Wort steht der zweite Knopf?

- Zeig den Knopf "wohnt". Nenn mir den zweiten und dritten Buchstaben des Wortes.
- Satz mit Hinlegen von einzelnen Knöpfen aufbauen oder durch Wegnehmen abbauen.

weiter wie ab Punkt 6 oben (Satz schreiben...)

Anfangs mit möglichst lauttreuen Texten arbeiten (keine Schärfungen wie tt, ss etc., keine Dehnungen wie ie, ah, eh etc.)

Übungen zur visuellen Differenzierungs- und Merkfähigkeit

1. Satz auf Papierstreifen schreiben und mehrmals lesen lassen (evt. 1x vorlesen)
2. Satz auswendig sprechen lassen
3. Satz in Einzelwörter zerschneiden, mischen und wieder zusammensetzen lassen
4. Schwierige Wörter sprechend mit Farbstift überschreiben lassen
5. Überscribenes Wort zudecken und Schwierigkeit vom Kind ausformulieren lassen (z.B. das Wort "Kasse" schreibe ich mit zwei s)
6. Wörter mit Schärfungen (z.B. Ham-mer) oder mit schwer hörbaren Lautkombinationen (z.B. Ei-nig-keit) klatschen lassen
7. Satz auswendig schreiben lassen
8. Mit Vorlage vergleichen. Falsch geschriebene Wörter auf Kärtchen schreiben und zum Speichern vor die Augen des Kindes halten
9. Wortkarte umdrehen. Kind buchstabiert das Wort auswendig
10. Wort schreiben lassen und wieder mit Vorlage vergleichen
11. Nach wie vor falsch geschriebene Wörter als Kartei aufbewahren und später wieder in einen Satz einbauen