

Workshop „Wie lernt unser Gehirn“

Wenn wir lernen, wie unser Gehirn lernt, lernen wir lernen

Kurzbeschreibung

Die Teilnehmer lernen in diesem Workshop die einmaligen Fähigkeiten und das Potenzial ihres Gehirns intensiv kennen. Auf der Basis aktueller neurowissenschaftlicher Erkenntnisse werden die Teilnehmer die „Grundgesetze der Wissensübertragung“ (aus Sicht des Gehirns) kennenlernen. Neben den theoretischen Fragen, wie das Lernen im Gehirn funktioniert, werden die Teilnehmer dies auch selbst intensiv erleben und in die Kunst des Jonglierens eingeführt. Ziel ist es, dass jeder Teilnehmer nach dem Workshop erfolgreich 3 Bälle werfen und fangen kann. Das Jonglieren-Lernen ist Lernen-lernen in Reinkultur und macht folgende Punkte erlebbar:



- Freude am Lernen
- Konzentration & Fokussierung
- Fehler (wieder) zulassen
- Lernen aus Fehlern

Außerdem fördert das Jonglieren aktuelle Schlüsselqualifikationen im Job für den Umgang mit Veränderungen:

- Was gibt mir Sicherheit?
- Wie viel Sicherheit brauche ich?
- Inwieweit kann ich loslassen, wenn die Dinge nicht nach Plan laufen?
- Wie stark bedeutet Veränderung Sicherheitsverlust?
- Wie komme ich mit Situationen und Wandel zurecht, die sich als nicht planbar erweisen?
- Was passiert, wenn ich Veränderung – die ich erforderlich finde – nicht mehr im Griff habe?
- Wie gehe ich mit dem Unsicherheitsgefühl um, das das Jonglieren-Lernen immer auslöst?
- Wie stark lasse ich Fehler zu, wenn Jonglieren-Lernen nicht auf Anhieb gelingt?

Zielgruppe

Dieser Workshop ist für alle (ab 10 Jahre) geeignet, ideal für Sitzberufler und Kopfarbeiter. Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich.

Ziel / Nutzen

Die Teilnehmer lernen die eigenen Potenziale und (unbewussten) Fähigkeiten intensiv kennen. Auch wenn am Ende des Workshops das Werfen und Fangen mit 3 Bällen nicht ganz gelingen sollte, werden alle (!) Teilnehmer mehrere AHA- und Erfolgserlebnisse bei verschiedenen 2-Ball-Übungen erleben, die das allgemeine Zutrauen in schwierigen/unangenehmen Situationen stärken werden. Weiterhin werden die Teilnehmer lernen, wie die Übertragung von Wissen und das Abspeichern von Informationen im Gehirn funktioniert, das u.U. auch Auswirkungen im eigenen Informations- und Kommunikationsverhalten (eMail, Diskussion, Gespräch, Verhandlung) haben kann.

Materialien für die Teilnehmer

- 3 Jonglierbälle
- Jonglier-Anleitung (Format DIN A6, 34 Übungen, farbig illustriert > [Leseprobe](#))
 - Lieferbar in deutsch, engl., franz., ital., russ., chin., span., ungar.,
- PDF per Mail:
 - **1 kurze Zusammenfassung** des theoretischen Teils = 2-3 DIN A4-Seiten
 - **1 ausführliche Dokumentation** des theoretischen Teils = 40 – 50 DIN A4-Seiten

Dauer

2 x 45 Min., 2x 60 Min., 3 x 45 Min. oder 3 x 60 Min. – Je nach Anlass/Zeit frei wählbar

Trainer: Stephan Ehlers oder Gabriele Ehlers, beide u.a. Mitglied der Akademie für neurowissenschaftliches Bildungsmanagement (AFNB)

Sprachen: deutsch, englisch oder französisch



Workshop „Wie lernt unser Gehirn“

Wenn wir lernen, wie unser Gehirn lernt, lernen wir lernen

Weitere Informationen zu diesem Workshop

Ob unbewusst oder bewusst, für die Entstehung kreativer Einfälle und innovativer Ideen sind unsere Sinneswahrnehmungen, unser gespeichertes Wissen, unsere Erfahrungen und unsere emotionale Bewertung von enormer Bedeutung. Der Neurowissenschaftler Dr. Ernst Pöppel sagte einmal: „Kreativität zählt zu den komplexesten neuronalen Funktionen. Hochmoderne Untersuchungsmethoden, die das Gehirn in Aktion zeigen, belegen, dass originelle Einfälle nur dann entstehen, wenn beide Gehirnhälften optimal zusammenarbeiten.“ Und genau hier „greift“ das Jonglieren-Lernen! In mehreren wissenschaftlichen Studien wurde nachgewiesen, dass das Jonglieren die Aktivierung beider Gehirnhälften unterstützt und forciert. Genauer formuliert: Die verschiedenen Wurf- und Fangübungen erfordern die gleichzeitige und auch gleichmäßige Benutzung beider Gehirnhälften.

Positive Effekte des Jonglieren-Lernens bei den Teilnehmern

- Jonglieren-Lernen ermöglicht die Wiederentdeckung von Lust auf Leistung
- Die Teilnehmer lernen beim Jonglieren, Unsicherheit Schritt für Schritt in Sicherheit zu verwandeln.
- Die Teilnehmer werden den Nutzen von natürlicher (unbewusster) Energie erkennen und wie man diese Energie erfolgreich bei sich einsetzen bzw. nutzen kann.
- Die wenigsten Menschen haben Freude an Dingen, die Mühe machen. Dabei ist der Mensch von seiner jahrmillionenlangen Vergangenheit her auf Anstrengung programmiert. Dieser Workshop erinnert (unbewusst) fundiert an die gut ausgebildeten Ressourcen und Fähigkeiten des Menschen, Ungewöhnliches erfolgreich zu meistern.

Ergebnisse wissenschaftlicher Studien:

Es wurde wissenschaftlich nachgewiesen, dass motorische Aktivität – am Beispiel von Jonglieren-Lernen – positive Auswirkungen auf die kognitive Entwicklung haben. Bei Kindern, Erwachsenen und Senioren.
> Jonglier-Studien Prof. May, Uniklinik Hamburg-Eppendorf, Universität Regensburg

Körperlich fittere Schüler weisen im Vergleich zu weniger fitteren Schülern erhöhte Aufmerksamkeit auf und können ihr Verhalten besser kontrollieren. Die Arbeitsgedächtnisleistung wird durch 30-minütige intensive sportliche Belastung verbessert.

> Studie des ZNL, Ulm - Prof. Dr. Dr. Manfred Spitzer

Wir arbeiten und lernen dann am besten, wenn wir einen guten Zugang zu beiden Gehirnhälften haben und Informationen über das **corpus callosum** sowie die Überkreuzung der motorischen Fähigkeiten in den tiefer liegenden Gehirnarealen ausgetauscht werden können.

> Nachgewiesen in diversen wissenschaftlichen Studien seit 1993 = weltweit unstrittig!

Informationen zu den Trainern - der Workshop wird i.d.R. von einem Trainer durchgeführt



[Stephan Ehlers](#) (Jahrgang 1961) ist seit 2009 Mitglied der Akademie für neurowissenschaftliches Bildungsmanagement (AFNB) und gehört seit 2010 zu den Top-100-Trainern bei Speakers Excellence. Neben verschiedenen Buchveröffentlichungen ist er Erfinder des erfolgreichen Jonglier-Lernsystems REHORULI® und Inhaber des Weltrekordes, möglichst vielen Menschen gleichzeitig in verblüffend kurzer Zeit das Jonglieren mit 3 Bällen beizubringen. Seine aktuelle Bestmarke: 445 Jonglieranfänger lernten gleichzeitig (!) bei einer Mitarbeiterveranstaltung in nur 30 Min. das Jonglieren (www.jonglier-fix.de/ingolstadt).



Nach längeren Aufenthalten in London, Paris und den USA lebt [Gabriele Ehlers](#) (Jahrgang 1966) heute mit ihrem Mann Stephan und Sohn Alexander in München. Sie war 14 Jahre in einem internationalen Verlag tätig und führt heute Workshops und Vorträge in Firmen zu den Themen Wahrnehmung, Kommunikation und „Gehirn-Wissen“ in Verbindung mit Jonglage durch. Namhafte Unternehmen buchen Gabriele Ehlers für Teamevents, Moderationen und/oder Vorträge zu internationalen Führungskräfte-Tagungen oder Kundenmeetings.

