

Konrad Pfaff

Zum

Lernen

der Gefühle,

der Sensibilität,

der Formung der Gefühle

des Ausdrucks der Gefühle

der Vereinigung von

Fühlen, Denken, Wollen.

Meine Erfahrungen mit alten Menschen gehen dahin, dass alles, zu was sie früher gezwungen wurden, sie im Alter nicht tun mögen, z. B. Lernen. Das kostet ihnen die Lebendigkeit. Es besteht die Gefahr, dass dieser soziale Mechanismus auch bei den nächsten Generationen wirksam wird und der frühe Lernzwang zu einer späteren Lernablehnung führt oder zumindest alles freie, lustvolle Lernen erschwert und behindert. Die Anstrengungen des Lernens sind manchmal, wenn es frei und sinnvoll selbstbestimmt ist, lustvoll, wenn es erzwungen und gewohnheitsmäßig ablaufen muß, voller Unlust, Leid und Frust.

Was brauchen wir, wenn wir jetzt, gerade jetzt gemeinsam in einen Lernprozeß gehen.

Zuerst mal: Entspannung, Spannung

Zuerst mal: Lust und Neugier und Fragen

Dann: Wollen anzufangen

Dann: Aufmerksamkeit und Konzentration

Dann: Hören, Sehen, Aufnehmen

Dann: auf- und erarbeiten

Dann: Selbstdisziplin, sich nicht vor ein paar Anstrengungen scheuen

Dann: Dranbleiben, Üben, Wiederholen

Dann: eigene Assoziationen aufbauen, merken

Dann: genau nach dem Ergebnis fragen, aufschreiben, merken

Dann: Fragen nach dem Verstehen, Fragen und Zweifeln, Bedenken wieder prüfen

Dann: Selbstprüfung d. Lernerfolgs

Lernen ist oft Anstrengung,
ich überwinde mich dazu,
die Lernlust kommt
mit dem Lernen und Lernerfolg.

Alles,

was

Lust,

Spaß,

Freude

macht,

ist

auch anstrengend.

Was nichts kostet, ist nicht viel wert.

Was wichtig im Leben ist, das
muß getan werden, da genügt
es nicht nur daran zu denken
und sich vorzustellen.

Die
Praxis
ist
der
Prüfstein
des Lernens,
nicht die Schule,
nicht
die Prüfung.
Deine Praxis muß zeigen, was Du
gelernt hast.
In der Praxis zeigt sich, ob Du genügend
Wissen,
Methoden,
Techniken,
Einfühlsamkeit,
Handgriffe,
Vorstellungen,
Sensibilität
gelernt hast.

Eure
Alltagspraxis
nährt sich aus
eurem Lernen.

Eure
Alltagspraxis
ist aufgebaut
durch Lernen.

Eure
Alltagspraxis
ist belichtet,
reflektiert
durch das
Lernbewußtsein.

Eure
Erfolge in
der Praxis
kommen von
eurem Lernen.

Alles Lernen
Muß ermöglicht
werden,
organisiert
von Gruppen und
Institutionen
getragen.

Ein Netzwerk
der Lernenden
und Lehrenden
ist vonnöten.

Lernen ist
eine
Überlebens-
und
Anpassungsfunktion

Lernen
so viel wie nie – am Anfang des Lebens, des
Menschenwesens.

Das Kind in den ersten Lebensjahren ist ein wahrer
Lernkünstler – sowohl in der Menge als auch in der
Intensität, sowohl in der Nachahmung als
Erfindung.

Tiere wie Menschen
haben Anlagen, Erbe,
das sogenannte
"genetische Urprogramm"
mitbekommen.
Darin ist die Fähigkeit
zum Lernen enthalten.

Lernen
ist der
Realisierungsakt
fast aller Anlagen.

Ich lerne
besser
unterscheiden
und zusammenfassen.

Alles lerne ich,
den Raum,
die Zeit,
die Wahrnehmungen,
Empfindungen,
Gefühle.
Ich lerne denken,
entscheiden wollen.

Lernen ist
Neues
entdecken
erfahren,
verarbeiten,
benützen.

Lernen
und Tradition
und Befehl
widersprechen sich.

Viel
Gelerntes
wird beim
Menschen
Tradition,
Herrschaft,
Institution.

Ich lerne
Wissen,
Informationen,
Erfahrungen anderer
und lerne auch
Wege, Methoden,
Strategien, Techniken,
Taktiken.

Lernen ist nicht nur
Teil des Überlebens
und Umweltbeherrschung,
sondern auch
spezifische Ausnutzung von Wissen und Technik für
Aufgaben und Herausforderungen in der
Gesellschaft.

Der lernende Mensch
muß
offen,
aufnahmebereit,
revisionsfähig,
neugierig,
fasziniert vom neuen
Wissen, Erklären, Verstehen sein.

Lernen hat
Nutzwert
für die Gattung und Art,
für die Gesellschaft,
für das Individuum.

Lernen geschieht im Gehirn des Individuums.
Lernen ist Sache des Zentralnervensystems.
Das gilt für alles bewußte Fühlen, Wollen, Denken,
- für Wahrnehmen, Empfinden auch.

Lernen ist oft
fremdbestimmt,
erzwungen, streng gefordert und seltener
selbstbestimmt, frei,
selbsterfunden,
neugierig.

Man lernt
Selbstbestimmt
Lustvoller, leichter.
Die intrinsische Motivation ist gegenüber der
extrinsischen schöner, nützlicher.
Die Trägheit des Menschen erfordert oft den
Lernzwang. Institutionen der Gesellschaft besorgen
den.

Lernen hat einen Lohn
in sich, - wird aber auch in Wirtschaft
und
Gesellschaft
prämiiert.

In der
nicht traditionellen,
nicht autoritären,
säkularisierten Gesellschaft steigt der Wert und
Nutzen des Lernens überall.

Die moderne Gesellschaft verlangt das intensive Lernen für fast alle Tätigkeiten, insbesondere beruflicher Art. Die Professionalisierung hat in den letzten 200 Jahren einen Lernsiegesszug besiegelt. In den letzten hundert Jahren werden auch viele Mensch-Mensch-Beziehungen professionalisiert, alle Hilfs- Pflege- und Fürsorgebeziehungen.

Sehr wichtige neue und alte Lebensbereiche sind noch vom geordneten, systematischen Lernen ausgesperrt:

Freizeit,
Liebe,
Familie,
Kind aufziehen,
Konsum.

Lernen hat zum Ziel die Praxis.
Es soll Praxis besser
und fruchtbarer machen.
Berufliche Praxis soll
nützlicher, produktiver werden. Individuell-private
soll sinnvoller, menschlicher werden.

Alles Lernen mündet
ins Handeln des Menschen,
also muß es auf Umwelt,
Mitmensch, Sachen, Prozesse, Produktion
hinauslaufen.

Berufe, die den Menschen zum „Gegenstand“
haben, lernen das Wissen vom Menschen und das
Wissen von den
Beziehungen,
Behandlungen,
Helfen,
Pflegen,
Lehren,
Fürsorgen,
Organisieren.

Lernen, das nur auf das Objekt geht und ganz
objektiv sein will, ist oft in der Gefahr, den
Lernenden, als sich selbst, auszulassen und alles
Gelernte zu verabsolutieren.

Lernen ist immer relativ,
perspektivisch,
bezieht sich auf ein Ziel und stellt kalkulierend
Irrtum und Mißverständnis auch Lug und Trug mit
hinein in den Lernprozeß.

Lernen geht über
Unwissenheit,
Irrtum,
Unwahrheit,
Mißverständnis
immer und
immer weiter
und kann und darf
sie nicht auslassen.

Lernen
Erfordert
Disziplin,
am besten Selbstdisziplin,
Ausdauer,
Zähigkeit,
Mut und Kraft, Niederlagen
zu überwinden.

Lernen
verlangt nach
Gefühl und Motivation,
Neugier und Lust,
Spaß und Spiel.
Lernen hat eine
emotional-erotische
Basis.

Sie gebrauchen, bringt nicht nur Freude, sondern
auch Erfolg.

Lernen durch
Faszination,
Begeisterung,
Bewunderung
ist schönsten
Lernen

Lernen in
Gemeinschaft,
in Verbundenheit
macht Lernen
freundlicher und fruchtbarer.

Lernen in Wettbewerb, Konkurrenz ist ein zweischneidiges Schwert, solange es Spiel und Sport, Fairplay gehorchend, ist es nützlich, sonst verlieren zu viele im Wettkampf die Lust.

Lernen lebt von Lob und Anerkennung, - nicht von Tadel, Kritik, Besserwisserei und Fehlerfixiertheit.

Die Krone des Lernens ist nicht die Er-Kenntnis, sondern die Selbst-er-kenntnis

Lernen soll, darf und muß Interessant, faszinierend, aufregend, packend sein.

Manchen Lehrenden ist dies zu anstrengend und lehren sachlich objektiv, unfreundlich, lustlos.

Das Lernen

Lernen

ist die wichtigste Lernart, dann hat man einen
Königsweg des Lernens gefunden, der für jedes
Lernen wegweisend ist.

Lernen muß, darf, kann, soll rücksichtsvoll,
angepaßt, leicht
gemacht werden.

Das leichteste Lernen scheint das Beste und ist am
Weg von zwanghaft strengem Lernen.

Das

nicht

überanstrengte

Lernen

nimmt auf

Zeit, Raum, Stand, Ort,

Wissen, Erfahrung, Alter,

Bildung, Sozialisation,

Psychische Struktur usw. usw.,

Rücksicht

Lernen dürfen,
zum Lernen hochmotivieren,
Lernen in Freiheit,
in Gier –
ist eine wichtige,
wenn nicht schönste
Glücksquelle
des Menschen

Die Mächte
der Trägheit,
Tradition,
Gewohnheit,
der immerwährenden
Wiederholungen,
Abläufe,
Alltäglichkeiten,
Langweiligkeiten,
Resignation,
Gekränktsein,
Mürrischsein
sind die
Gegemächte des Lernens

Lernen ist auch Spielen,
Experimentieren,
Mögliches erforschen,
ins Unbekannte,
ins Niemandsland,
ins Märchenland gehen.

Lernen und
Lachen, Witz,
Humor, Spaß,
Selbstironie
vertragen sich gut.

Du lernst für Dich, dem Leben immer inniger nahe
zu kommen.
Dann hat das Lernen Lebenssinn.

Das Lernen braucht ein Gegenüber, das mich an-
und aufnimmt.
Zugewandt konfrontiert – ein klares Gegenüber –
mich ausdrücken dürfen und können Gefühle haben
dürfen.

Lerne
mich selber in das Geschehen des Lernens
hineinzugeben,
mich achten,
mich ehren,
mich lieben,
im Lernen.

Ich
lerne
Kränkungen,
Verletzungen,
Beleidigungen
zu vermeiden
oder sie als
persönlich wertvolle
Herausforderungen
anzusehen.

Redlichkeit,
auch sich selbst gegenüber,
ist ein wichtiger
Moment im Lernprozeß,
der in Selbsterkenntnis mündet.

In Empathie,
Zärtlichkeit,
ohne Angst und
ohne Verklemmung
lernen können
ist mein Wunsch.

Wer lernt
überholt
sich selbst
in Verwandlungen
und fortwährendem
Üben Üben Üben.
Ich gewinne
mich immer neu.

Lust an
neuen Wegen,
neuem Erkennen,
neuen Beziehungen,
neuen Erklärungen
im Lernen, das in Serpentina und auch durch
Höhlen geht.

Das Wichtigste ist,
sich in der
Liebe
kennen zu lernen
und die Liebe
in sich selber finden.

Annehmen,
Akzeptieren
heißt beim Lernen
nicht auf seine
Meinungen, Erfahrungen,
Verneinungen
sich berufen, - sondern Hören, Hören, Horchen
und sich in
Frage stellen lassen.

Lerne deine eigene
Selbstwahrnehmung,
Selbsterfahrung,
Selbstentfaltung.
Lerne dich kennen durch lieben, dich zu ehren im
Lebenselan,
Lebensengagement.

Kein Insti.....,
kein Reflex,
kein Automatismus,
keine Erfahrung,
keine Praxis,
keine Institution
hilft –
nur mein Lernen!

Lernen ist stets auch die Prüfung, Kontrolle der Lehrenden und der Lernende weiß meist so viel wie ihm die Lehrenden, das Lernen erleichtert und belustigt haben.

"Selbstlernen" auf der Basis des Sachlernens, des Methodenlernens ist nichts als die kybernetische Rückkoppelung eines jeden fruchtbaren Lernens.

Lernen ist das Instrument all unserer Verwandlungen, Entwicklungen, Masken, Arbeit und Freizeit.
Lernen ist eine Aureole der Überwindung und Lust.

Im Lernen lernt unsereiner die Bescheidenheit des Sich-immer-Überholens.
Im Lernen lernt unsereiner zu fragen und durch Fragen Welt und Mensch erfragen und sich selbst fragwürdig machen.

Lernen
ist
Göttergeschenk,
Naturgabe,
Chance
auch der
Tüchtigkeit
und
Liebe.

Lernen wirkt oft wie Dynamit,
ist Explosivstoff an allen Orten der Gesellschaft. Es
wirkt gegen den Trott, da werden alle Trottel böse.
Es wirkt gegen Gewohnheit,
da werden die Gewöhnlichen böse.
Es wirkt gegen Tradition,
da werden brave sittliche Leute böse.

Lernen ärgert jene,
die nicht lernen mögen.
Lernen ärgert jene, die schon alles besser wissen,
die schon wissen, was gut, ordentlich und
moralisch ist.
Lernen stört oft die Lethargie der Angepaßten, die
Resignation der Dummen, die stolzen Angeber und
alle, die ohne Fragen leben.

Ihr habt nur eine Chance,
nur eine Möglichkeit, Leben zu verbessern, eure
Lage zu verändern, euer vorgefertigtes
Lebensmodell zu verlassen,
nur durch Mut zum Lernen!

Emanzipieren,
selbst bestimmen,
Leben meistern,
Leben sichern,
Lieben entfalten,
Teilhabe am Guten,
auf die Dauer gelingt
das mir und dir nur
durch das Lernen.

Merksätze und Machsätze

Hab immer einen Zettel und Schreiber zur Hand.

Notiere, denn du vergißt fast alles.

Habe gute persönliche Ziele.

Plane Weg und Umwege genau.

Lerne im Team, arbeite mit anderen zusammen.

Das Wichtigste ist der Mut zum Anfangen!

Lerne die Bedeutungen unterscheiden!

Öffne dich dem Neuen!

Lerne auch nein zu sagen, dich zu entziehen

anderen und lerne Unnutzern zu entfliehen.

Gib nicht immer nach!

Vergiß nicht Pause zu machen und zu entspannen!

Lerne gegen Störungen und Lärm unempfindlich zu werden.

Lerne dich zu konzentrieren.

Lerne schnell Entscheidungen zu treffen.

Lerne eine Arbeit zu beenden!

Lerne zu helfen auf sehr verschiedene Weise.

Lerne auch mitmenschlich mit Schutzbefohlenen umgehen.

Lerne Toleranz und Freundlichkeit!
Lerne die Umwelt achten und verschönern.
Lerne systematisch zu arbeiten.
Lerne methodisch und folge nicht nur alten Mustern.
Vergiß nicht, dass du guten Schlaf brauchst.
Lerne gute Stimmung haben, werde nicht leicht mürrisch, gekränkt, beleidigt.
Stelle dir viele Fragen.
Zweifle oft und gerne.
Lerne dich zu lieben.
Lerne beim Denken, Lesen, manches laut zu sprechen.
Lerne vieles aufzuschreiben
Sei stolz auf deine Notizen, Merkblätter, werf nichts voreilig weg.
Versuche Gelesenes nochmal und nochmal zu lesen und zu verstehen.
Nimm die Menschen nicht zu ernst.
Unterscheide, wenn was Nützliches kommt.
Führe Gespräche, Diskussionen – sie können nicht genug sein.
Bezweifle unbegründete Befehle, sie sind meist Vorurteile.
Gehe an gegen vieles, was dir selbstverständlich absolut vorgesetzt wird.
Dein Glück hängt von der Lust zum Lernen, Lust zur Selbstbestimmung ab.

Nimm das Leben so,
dass es offen vor dir steht
und du es
wahrnehmen,
erleben,
lernen, lernen, lernen
ergreifen und
meistern kannst.

Der Lernende,
Sich-Aufklärende,
Wissende
ist einer Gesellschaft,
Institution, Gruppe
verdächtig, weil er auch sie
befragt und bezweifelt,
und er so als Freiheitlicher gilt.
Das ist in Familie und Gruppe so. Der Lernende ist
der, der sich selbst bejaht und sich nicht einfach
unterwirft.