

Erfolgreich lernen in der Volkshochschule

Impressum

**Landesverband der Volkshochschulen
Niedersachsens e.V.**

Postanschrift:

Postfach 37 20
30037 Hannover

Hausanschrift:

Bödekerstr. 16
30161 Hannover

Telefon 0511/300 330-50

Telefax 0511/300 330-81

E-Mail: info@vhs-nds.de

www.vhs-nds.de

Endredaktion:

Annette Engler, Monika von der Haar,
Magdalena Zerrath, Bernd Runge

Gesamtherstellung:

ReimannDruck, Hannover

Hannover, November 2006

Bestell-Nummer: 03-01-09

Inhaltsverzeichnis

Zur Einführung

1. Lernen können alle
2. Lernen ist ein Prozess
3. Lernanlässe - Lernmotive - Lernkompetenzen
4. Lernen in Gruppen
5. Lernen in der Volkshochschule

Beim Landesverband erschienen

Zur Einführung

Liebe Leserin,
lieber Leser,

seit beinahe 100 Jahren sind die Volkshochschulen, heute mit bundesweit rund 1.000 Häusern die größte Anbietergruppe organisierter Erwachsenenbildung, die Spezialistinnen für Lernen und Bildung in all ihren Ausprägungen. Sie haben eine Fülle von Erfahrungen gesammelt, an denen Sie teilhaben können. Die Volkshochschulen sind selbst lernende Einrichtungen, die den individuellen und gesellschaftlichen Lernbedarf aufmerksam ermitteln, die auch für Ihre Lernwünsche offen sind und die ihre Programme und Methoden deshalb ständig erneuern und erweitern.

Zu den Aufgaben des hauptberuflichen Personals und zu den Kompetenzen und Leistungen der zahlreich in den Volkshochschulen Lehrenden – allein in Niedersachsen sind dies rund 22.000 – hat der Pädagogische Ausschuss des Landesverbandes seine Überlegungen und Empfehlungen bereits in zwei Broschüren niedergelegt (2001 und 2004).

Hier nähert er sich nun dem hoch komplexen Thema „Erfolgreich lernen“ im Erwachsenenalter. Angesichts

- einer Flut von Veröffentlichungen zur modernen Gehirnforschung, die das Lernen als mechanistischen Vorgang missverstehen lassen könnten,
- einer Trivialisierung von Bildung in unzähligen TV-Quiz- und Test-Shows, die Lernen zum unterhaltsamen Spiel verkleinern,
- des von vielen so empfundenen beschäftigungspolitischen Erwartungsdrucks an eigene Lernanstrengungen (Lebenslanges Lernen, Erwerb von Fach- und Schlüsselqualifikationen nach Leistungspunkten zum Überleben in einer neuen „Wissensgesellschaft“) oder
- einer gelegentlich überbetonten Propagierung des individuellen Lernens (eLearning, informelles Lernen jederzeit und überall) das den Lernenden nicht selten mit einem flott vermarkteten Lernprodukt einsam zurücklässt,

ist es an der Zeit, das Lernen als vielfältig bedingten und bestimmten Prozess zu beschreiben, in dem Sie, die Lernenden, die wichtigste Rolle spielen. *„Bildung ist das Werk meiner selbst“* – so lautet ein dem Philosophen Johann Gottfried Fichte (1762 – 1814), einem Vertreter des deutschen Idealismus, zugeschriebenes Zitat. Ihr Lernen ist Ihre Leistung und steht in Ihrer Verantwortung. Aber auch das Lernen will gelernt sein.

Die Volkshochschulen bieten Ihnen dafür Beratung, Orientierung, Ermutigung, Anleitung und förderliche Unterstützung an. Sie laden Sie zum Lernen ein und geben Ihnen dazu auf den folgenden Seiten Informationen, Anregungen und Tipps.

1. Lernen können alle

Kindern wird eine natürliche Lernfähigkeit, geradezu eine Neugier zugeschrieben, sich die Welt anzueignen. Heute weiß man, dass auch Erwachsene ein Leben lang in einem hohen Maße lernfähig bleiben. Sie lernen dann am besten, wenn sie sich selbst vertrauen, inhaltliche Interessen pflegen, sich immer wieder anregen und neu motivieren lassen. Erwachsene können im Laufe ihres Lebens sogar immer besser lernen, da sie Lernerfahrungen sammeln, geeignete Lerntechniken beherrschen und ihr Lernen immer erfolgreicher selbst zu organisieren wissen.

Die heutige Gehirnforschung hat die Entwicklungsfähigkeit des Gehirns als **dem** Zentrum aller Lerntätigkeiten bestätigt. Dies gilt umso mehr, wenn

- viele Wahrnehmungsreize vorhanden sind, alle Sinne angesprochen werden,
- es vielfältige Anknüpfungspunkte an vorhandenes Wissen und eigene Vorstellungen gibt,
- die Inhalte für die einzelnen Lernenden eine Bedeutung haben und unmittelbare Verknüpfungen mit der eigenen Lebens- und Erfahrungswelt möglich sind.

Lernen ist immer anregend, aber zuweilen auch anstrengend. Von allein und nur mit Spaß lernt es sich nicht. Die eigene Lernleistung lässt sich durch ausgefeilte pädagogische Methoden fördern, aber nicht ersetzen. Lernen ist immer die Begegnung mit und die Verarbeitung von etwas Neuem, Nicht-Vertrautem und Ungewohntem. Das Lernen verlangt Sich-Öffnen, Sich-Auseinander-Setzen, etwas In-Beziehung-Setzen. Lernen ist aktives Selber-Tun und erfordert Veränderungsbereitschaft.

Lernen muss nicht immer sofort zum Erfolg führen. Es kann vorkommen, dass das Lernen zunächst nicht als gelungen empfunden wird, weil das Gelernte nicht unverzüglich und reibungslos in den Berufs- und Arbeitsalltag übertragen werden kann.

Scheu oder Angst vorm Lernen sind nachvollziehbar und ernst zu nehmen. Zum Lernen gehört es, Widerstände zu überwinden und Spannungen auszuhalten. Dafür stehen Strategien und Techniken zur Verfügung, mit denen das Lernen entlastend und wirksam gesteuert und gestaltet werden kann.

Sich all dessen bewusst zu werden, lässt die Chancen für ein erfolgreiches Lernen steigen. Dann macht Lernen Freude, entweder schon mitten im Lernprozess oder, vielleicht im zeitlichen Abstand, als dessen Ergebnis.

2. Lernen ist ein Prozess

Was eigentlich spielt sich beim Lernen ab?

Über die Sinnesorgane nehmen wir Signale und Impulse aus der Umwelt auf. Was wir aufnehmen hängt davon ab, wie sensibel unsere Sinnesorgane und wie aufnahmebereit wir sind, welches Interesse wir an den Inhalten haben und welche Bedeutung wir ihnen zumessen. Je mehr wir wahrnehmen, Augen und Ohren offen halten, je mehr wir Interesse an Neuem haben und je mehr Wissen und Erfahrungen vorhanden sind, desto mehr und besser können wir lernen. Lernen ist dabei nie nur eine Reaktion und ein mechanistischer Vorgang, sondern heißt immer Verarbeitung: Die Signale von außen, die Eindrücke, Informationen und Erlebnisse werden durch Integrieren und Vergleichen mit bereits vorhandenen Wissensstrukturen, Gedächtnisinhalten, Erfahrungen, Vorstellungen und Orientierungen gewichtet und bewertet. Durch Auswahl und Verknüpfung entwickeln wir neue Zusammenhänge, Einsichten und Bewertungen, neue oder andere Sinngelhalte und Bedeutungen, aus denen wiederum neue, veränderte Handlungen und Verhaltensweisen folgen. Lernen endet nie!

Der Prozess des Lernens erschöpft sich nicht in den inneren neurophysiologischen Vorgängen. Lernen ist also kein isolierter Prozess. Jeweils spezifische kognitive, psychische, emotionale, soziale und biografische Faktoren beeinflussen das Lernen. Menschen lernen unterschiedlich.

Unsere innere Einstellung zum Lernen ist ebenso einflussreich wie unsere Motivation und unser Interesse. Es gibt einen engen Zusammenhang zu unserer sozialen Herkunft und Lebenslage, zu individuellen Bildungs- und Lerngeschichten, zu kulturellen und ethnischen Prägungen, zu unserem Geschlecht und zu unserem Lebensalter. Unser Lernverhalten und unsere Lernchancen hängen mit eigenen spezifischen Zugängen zum Lernen zusammen.

Gerade für die Bildungsarbeit mit Frauen ist eine Vielzahl solcher Einflussfaktoren belegt und beschrieben. Diese Erkenntnisse sind inzwischen generell zur Grundlage für die Gestaltung von Lernprozessen geworden.

Zu den Bestimmungsfaktoren des Lernens gehören schließlich materielle Bedingungen und Voraussetzungen, mit denen über Lernmöglichkeiten und Lernchancen entschieden wird, wie z.B. Zugänge zu Lerngelegenheiten und zu den Institutionen des Lernens, Offenheit, finanzielle Ausstattung und Qualität des Bildungssystems und seiner Institutionen.

Die öffentliche Bedeutung und ein hoher gesellschaftlicher Stellenwert von Lernen und Bildung tragen entscheidend zu einem fördernden Lernklima bei.

3. Lernanlässe – Lernmotive - Lernkompetenzen

Für ein erfolgreiches Lernen ist es hilfreich, sich die Motive, die Anlässe und die Interessen, die sich mit dem Lernen verknüpfen, vor Augen zu führen: „Wo stehe ich? Was möchte ich erreichen?“

Das Nachdenken über diese Fragen schafft einen Rahmen und kann den Umgang mit Lernen erleichtern. Wir können dann besser mit „Durststrecken“ und möglichen Blockaden umgehen. Die eigene Interessenlage zu klären trägt auch dazu bei, die Ziele und Inhalte des Lernens präziser zu fassen. Wir erhalten damit zugleich Anhaltspunkte für die Bewertung unseres Lernerfolges und können einschätzen, ob und wie weit sich Verlauf und Ergebnisse des Lernens schon während des Lernprozesses mit den eigenen Erwartungen und Interessen decken. So lässt sich der Lernweg rechtzeitig korrigieren und umsteuern.

Lernkompetenz, das „Lernen Lernen“, besser: das „Lernen Können“ wird in der Diskussion um das Lebenslange Lernen als eine der Schlüsselkompetenzen beschrieben. Dazu gehören Kenntnisse, Fertigkeiten und Einstellungen, die ihrerseits erlernbar sind.

„Lernen Können“ ist die Fähigkeit, einen Lernprozess zu beginnen und weiterzuführen. Lernkompetenz beinhaltet, die eigenen Lernbedürfnisse zu erkennen, das vorhandene Lernangebot festzustellen, um daraus auszuwählen, und Hindernisse zu überwinden, um erfolgreich lernen zu können. Zur Lernkompetenz gehört auch ausdrücklich die Bereitschaft, Beratung, ja anfangs sogar Anleitung zu suchen und in Anspruch zu nehmen, wie sie insbesondere von den Volkshochschulen vorgehalten werden.

(Die folgende Passage in Kasten setzen, farbig unterlegen.)

Tipps für Lernende

- Fragen Sie sich, in welchen Situationen und zu welchen Inhalten Sie in der Vergangenheit am leichtesten gelernt haben!
- Überlegen Sie, wodurch Sie sich einen Lernstoff am wirksamsten einprägen konnten: durch Lesen, Zuhören, Sehen, durch Gliedern und Aufschreiben, durch eigenes Tun und Erklären, in der Diskussion mit anderen – oder in welcher Kombination?
- Welcher Rhythmus kommt Ihnen entgegen, das Lernen in kleinen Zeiteinheiten oder an einem Stück, am Tage, am Abend, am Wochenende oder in einer Bildungswoche (Bildungsurlaub)?
- Wie lässt sich Ihr Lernvorhaben in Ihre privaten und beruflichen Lebensumstände am besten einpassen? Erhalten Sie Unterstützung durch Personen in Ihrer Umgebung?
- Überlegen Sie sich eine Planung Ihrer Lernschritte, die Bedeutsamkeit der Lerngegenstände, die Reihenfolge der Stoffverarbeitung!
- Sorgen Sie dafür, dass unterstützende Literatur, Nachschlagewerke und elektronische Informationsmedien zur Hand sind! Fragen Sie sich selbstkritisch, ob Sie die zur effektiven Nutzung solcher Quellen erforderlichen Arbeitstechniken beherrschen!
- Findet eine Einführung in solche Arbeitstechniken statt, so nutzen Sie dieses Angebot!
- Überprüfen Sie während des Lernprozesses, ob Sie den Lernstoff verstanden haben! Wiederholen Sie zur eigenen Vergewisserung einzelne Lernschritte oder stellen Sie sich zusätzliche Aufgaben! Das hilft, etwaige Lernschwierigkeiten zu erkennen, zu überwinden und dadurch Lernfrust zu vermeiden.
- Scheuen Sie sich nicht, bei Verständnisproblemen nachzufragen!
- Nehmen Sie jede Gelegenheit wahr, Ihre Lernergebnisse im Dialog mit anderen zu überprüfen und zu festigen!

4. Lernen in Gruppen

Lernen kann sich zufällig und beiläufig ereignen, z.B. bei der Zeitungslektüre, in einem Gespräch im Freundeskreis, auf Reisen oder bei der Arbeit. Lernen kann allein im stillen Kämmerlein erfolgen, über das Internet oder im Fernstudium. Den meisten Menschen gelingt ein erfolgreiches Lernen am besten in den dafür vorgesehenen Institutionen, nämlich als organisiertes Lernen in der Lerngruppe, der Klasse, dem Seminar oder dem Kurs.

Das organisierte Lernen in Gruppen ist die in der Volkshochschule übliche Form des Lernens. Die Teilnehmenden in einer Lerngruppe bringen unterschiedliche Lebensgeschichten und -lebenswelten, Erfahrungen, Kenntnisse und Ansichten mit. Dies kann für das Lernen anregend und bereichernd sein:

- Wer sich aktiv am Gruppengeschehen beteiligt, kann lernen zu argumentieren, zu diskutieren und sein Wissen verständlich und strukturiert vorzutragen. Dabei werden oft Wissenslücken oder Verständnisprobleme aufgedeckt, man lernt andere Interpretationen und Einschätzungen kennen. Das eigene Wissen wird also überprüft, ergänzt oder verändert und dabei gefestigt.
- Gruppen bieten die Möglichkeit zum sozialen Lernen: In Gruppendiskussionen lernt man zu erkennen, dass es nicht nur eine "richtige", sondern mehrere mögliche Sichtweisen gibt. Dies führt zu einer toleranten Haltung gegenüber den Standpunkten anderer und zur Klärung von Missverständnissen und Konflikten.
- Eine Gruppe kann die Lernmotivation und das manchmal doch erforderliche Durchhaltevermögen steigern. Die von einer Lerngruppe ausgehende soziale Unterstützung und die Erfahrung von Zusammenarbeit tragen dazu bei, dass man "bei der Stange bleibt".

Es kann ein Interesse geben, sich für homogene Lerngruppen zu entscheiden, gewissermaßen „unter sich zu bleiben“, wenn z.B.

- für die Bearbeitung eines Themas ähnliche Berufs- und Lebenserfahrungen vorausgesetzt werden,
- zur Erreichung der Lernziele vergleichbare Ausgangskenntnisse und spezifische Lernfähigkeiten erforderlich sind,
- die Themen spezifisch auf bestimmte soziale Gruppen und deren Lerninteressen ausgerichtet sind,
- persönlichkeitsorientierte Erfahrungen und Reflexionen im Zentrum stehen.
- aus persönlichen Gründen das Lernen in einer gleichen Altersgruppe oder in gleicher Geschlechterzusammensetzung vorgezogen wird.

Für das Lernen in Gruppen gibt es Rahmenbedingungen und Spielregeln. Alle am Lernprozess Beteiligten müssen Gesprächsbereitschaft und Dialogfähigkeit mitbringen oder einüben. Die Kommunikationsforschung hat beschrieben, dass es für das Lernen in Gruppen z.B. geschlechtsspezifische Unterschiede gibt. Diese sind **nicht** von vornherein geschlechterbedingt, sondern angeeignet und beruhen auf unterschiedlichen sozialen Erfahrungen. Beispiele lassen sich auch aus anderen sozialen Lebenswelten ergänzen und machen deutlich, dass es beim Lernen in der

Gruppe darauf ankommt, die Vielfalt von Biografien, sozialen Milieus, Lerninteressen und Lernstilen zu akzeptieren und auszubalancieren. Dies ist eine Aufgabe aller Beteiligten: der Lernenden und der Lehrenden.

5. Lernen in der Volkshochschule

Die Volkshochschulen wissen um die Grenzen und Chancen des Lernens. In der Volkshochschule sind die Lernenden deshalb nicht auf sich allein gestellt.

Volkshochschulen und ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter stehen in der Verantwortung, die Lernenden zu unterstützen, zu begleiten, zu beraten, lerngünstige und –fördernde äußere Rahmenbedingungen zu schaffen und die fachliche und erwachsenenpädagogische Kompetenz der Lehrenden sicherzustellen. Es ist die Aufgabe der Lehrenden, die Lerninhalte so aufzubereiten und zu vermitteln, ihr Lehrverhalten, ihre Arbeitsweisen, ihren Umgang mit den Teilnehmenden so zu gestalten, dass der Lernprozess motivierend, unterstützend und vielseitig ist und die Lernenden gefördert werden.

In den Leitbildern, die die Volkshochschulen im Rahmen ihrer Qualitätssicherungsverfahren vereinbart haben und die sie veröffentlichen, sind diese Berufsverantwortung und die daraus abgeleiteten Leistungen und Verpflichtungen dokumentiert. Dort ist auch festgehalten, was eine Volkshochschule unter erfolgreichem Lernen versteht. Sie zeigt damit an, was die Lernenden erwarten können und woran sich die Volkshochschule messen lassen will.

Für die Nutzung von Leistungen einer Volkshochschule und die Teilnahme an Lernveranstaltungen gelten formale Regelungen, die in den jeweiligen Geschäftsbedingungen festgelegt sind. Für den Umgang miteinander sind die allgemeinen Spielregeln eines bürger- und kundenfreundlichen Verhaltens verpflichtend.

Die Lernenden in der Volkshochschule haben die Möglichkeit und sind dazu aufgefordert, im Rahmen der ausgeschriebenen Programme und in Abstimmung mit der Lerngruppe ihre Lerninteressen – inhaltlich und methodisch - geltend zu machen. Kritische Anregungen werden ernst genommen. Reflexion und gemeinsame Auswertung der Lernveranstaltungen sind Bestandteile des Programms.

Beim Landesverband erschienen

Die Volkshochschule und der Beruf Erwachsenenbildung.
Funktionsbereiche und Aufgabenprofile des hauptberuflichen Personals.
Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e.V.
Hannover 2001
Bestell-Nummer: 03-01-04

Mit dieser Veröffentlichung hat der Pädagogische Ausschuss des Landesverbandes die Reihe seiner Grundsatzüberlegungen zur Profession Erwachsenenbildung eröffnet.

Lehrende in der Volkshochschule
Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e.V.
Hannover 2004
Bestell-Nummer: 03-01-08

Hier werden die Kompetenzen, Aufgaben und Leistungen der Lehrenden und ihre Mitwirkung in der Volkshochschule dargestellt und gewürdigt.

Die Broschüren können beim Landesverband bestellt werden.

(Redaktioneller Hinweis:

Einige in der Volkshochschule häufig anzutreffende Interessen und Lernanlässe sollen Fotomotiven zugeordnet und diese in den laufenden Text eingeordnet werden.

Vorgeschlagen werden:)

- *„Mich reizt es, mich in der VHS systematisch mit einem Thema auseinanderzusetzen.“*
- *„Ich möchte in der VHS neue berufliche Kompetenzen erwerben.“*
- *„Ich möchte andere Menschen kennen lernen und den Austausch suchen.“*
- *„Mich für ehrenamtliche Tätigkeiten zu qualifizieren, ist mein Ziel “*
- *„Ich hatte schlicht den Wunsch, etwas für mich selbst zu tun.“*
- *„Meine Freundinnen und ich wollen auf dem Laufenden bleiben, deshalb lernen wir gemeinsam.“*
- *„Ich habe angefangen, mich auf den Wiedereinstieg in den Beruf vorzubereiten.“*
- *„Ich mache in einem Kurs mit, weil ich Anregungen und Orientierungen bekommen will.“*
- *„Einige aus dem Kurs und auch ich wollen eine Prüfung ablegen und ein Zertifikat erwerben.“*
- *„Wir wollen mit einer Gruppe etwas gemeinsam erarbeiten und praktisch umsetzen.“*