

Lernen im Erwachsenenalter

Früher glaubte man, dass Erwachsene mit zunehmendem Alter immer weniger fähig sind, Neues zu lernen. Heute zeigt die Hirnforschung, dass die Fähigkeit, Neues zu lernen bis ins hohe Alter erhalten bleibt. Allerdings lernen ältere Menschen anders als Kinder.

Erwachsene lernen in der Regel nicht schlechter sondern anders. Ältere Menschen haben bereits ein umfangreiches Wissen erworben und lernen Neues dann besonders gut, wenn sie an Bekanntem anknüpfen können. Etwas Neues lernen, bedeutet für Ältere aber auch oft umlernen. Das ist oft schwieriger als etwas neu zu lernen.

Erwachsene lernen nicht schlechter, aber anders - was bedeutet nun „anders“?

- Ältere lernen bei sinnlosem, bzw. ihnen sinnlos erscheinendem Lehrmaterial schlechter. Bei sinnvollem Material - bei Einsicht in die Zusammenhänge – sind ihre Leistungen mit denen Jüngerer durchaus vergleichbar.
- Ältere brauchen teilweise mehr Zeit beim Lösen einer Aufgabe, aber sie lösen Aufgaben nicht schlechter.
- Meist verfügen sie über weniger Lerntechniken als Jüngere.
- Wenn das Lernmaterial übersichtlich und gut strukturiert ist, lernen sie besser.
- Besonders wichtig ist, dass sich Erwachsene selbst etwas aktiv erarbeiten und nicht einfach vorgesetzt bekommen.
- Schlechtere „Lernleistungen“ sind oft weniger ein Zeichen nachlassender Lernfähigkeit, als ein Zeichen von Unsicherheit, von mangelndem Zutrauen zu sich selbst.

Welche Fähigkeiten werden vom Alter beeinflusst ?

Fähigkeiten die sich im Erwachsenenalter verringern sind z.B.:

Wahrnehmungsgeschwindigkeit, Geschwindigkeit der Informationsverarbeitung und Sinnesleistungen (Sehen, Hören).

Andere Fähigkeiten werden vom Alter kaum beeinflusst z.B.

Wissensumfang, Aufmerksamkeit und Konzentrationsfähigkeit, Lernfähigkeit und geistige Beweglichkeit

Und es gibt natürlich auch Fähigkeiten, die mit dem Alter wachsen - das sind:

Erfassen von Sinnzusammenhängen, Selbständigkeit, Urteilsfähigkeit, Fähigkeit, mit Menschen umzugehen und Kontakt- und Konfliktlösungsfähigkeit.