

Learning How to Learn – Wie Lernen?

Wie geschieht Lernen?

Dank den Neurowissenschaften wissen wir so viel über die Vorgänge im Gehirn beim Lernen wie nie zuvor – und doch bleibt die Frage offen, wie die verkörperte Seele lernt, wie sie sich verändern und reifen kann.

Wir möchten einen Kontext anbieten, um mit den TeilnehmerInnen gemeinsam zu erforschen, wie die Seele auf natürliche Weise lernt – und wie sie Hinderliches verlernt. Wir werden erkunden, wie früher Gelerntes unser gegenwärtiges Lernen behindert und wie gegenwärtiges Lernen die Wirkungen der Vergangenheit verändern kann. Wie können wir unsere ursprüngliche Frische und Begeisterung am Lernen – und Leben – wieder freilegen? Und wie können wir unsere Bereitschaft üben, uns durch das Neue berühren und erweitern zu lassen?

Ein wichtiger Aspekt dieser Forschung wird die Begegnung mit unseren persönlichen Lernschwierigkeiten sein. Wer wirklich Neues lernen will, bewegt sich unausweichlich an der Grenze zwischen Wissen und Nichtwissen, Können und Nichtkönnen und diese Grenze kann Angst machen: Angst inkompetent oder impotent zu sein, Angst zu scheitern. An dieser Grenze, wo Lernen stattfindet, reiben wir uns mit unserem Über-Ich und geraten in Konflikt mit unserer Mitwelt. Themen um Zugehörigkeit und Verlassenheit, um Scham und Schuld, um Aggression und Versöhnung tauchen auf. Es kann sein, dass mit Tabu oder Trauma belegte Stellen angerührt werden. Doch paradoxerweise kann das Spielen an und mit dieser Grenze auch Lachen, Leichtigkeit und Lebensfreude hervorbringen.

Fundamentaler noch als unsere Lernbehinderungen sind unsere Schwierigkeiten Neues anzunehmen. Jedes tiefe Lernen geht mit einer Erschütterung unserer Konzepte von uns selbst, unserem Körper und der Welt einher. Wie können wir zulassen, dass unsere alten Prägungen sich lockern und Seele und Körper für neue Erfahrungen empfänglich werden? Wo finden wir Halt, damit der Übergang vom Alten zum Neuen gelingen kann?

Unsere Arbeit bringt verschiedene Elemente zusammen und verbindet unterschiedliche Wege des Lernens: Vorträge von Hunter Beaumont über relevante psychotherapeutische Themen, Neurophysiologie und Spiritualität; das geleitete Ergründen persönlicher Erfahrung und Meditation; erfahrungsorientierte Übungen und die von Esther Diethelm angeleitete rhythmische Körper- und Bewegungsarbeit TaKeTiNa. Und, wie immer beim Lernen, gibt es viel Gelegenheit zu üben und zu lachen.

Um einen Eindruck zu gewinnen, ob diese Vorgehensweise für den eigenen Prozess brauchbar ist, bieten wir allen Interessierten einen unverbindlichen Einführungskurs an.

Der Einführungskurs findet im Tagungshotel Jonathan in Hart bei Chieming statt. Er beginnt mit dem Abendessen um 18:30 am Sonntag 21. Juni 2009 und endet nach dem Mittagessen um ca. 13:00 am Freitag 26. Juni 2009. Der Schnupperkurs kostet € 500,00. Unterkunft und Verpflegung zusätzlich.

(<http://www.jonathan-seminarhotel.de/rahmen.html>)

Die gesamte Kursreihe läuft über zwei Jahren und umfasst 6 fünftägige Workshops. Sie findet in ZIST bei Penzberg statt. Die Termine sind:

LTL/1 24. November 2009 to 29. November 2009

LTL/2 22. Januar 2010 to 27. Januar 2010

LTL/3 11. März 2010 to 16. März 2010

LTL/4 12. Juni 2010 to 17. Juni 2010

LTL/5 16. September 2010 to 21. September 2010

LTL/6 7. Januar 2011 to 12. Januar 2011

Die Kursreihe "Learning How to Learn – Wie Lernen?" kostet € 500.00 pro Woche. Unterkunft und Verpflegung sind zusätzlich (http://www.zist.de/haus/frameset_haus_preise.html).

Zielgruppe:

Die Gruppe ist offen für min. 25 – max. 40 Menschen.

Der Kurs steht allen offen, die sich ernsthaft für das Thema interessieren.

Die TeilnehmerInnen sollten bereit und in der Lage sein, sich auch dann auf ihre persönliche Erfahrung einzulassen, wenn sie „negativ“ erscheint. Aus diesem Grunde ist die Gruppe nicht für Menschen mit schwerwiegenden psychologischen Problemen geeignet.

Anmeldung zum Einführungskurs:

Es reicht eine formlose schriftliche Anmeldung mit Ihren Kontaktinformationen per Post oder eMail an: **Esther Diethelm, Wohlers Allee 30, 22767 Hamburg, EstherDiethelm@gmx.net**. Bitte schreiben Sie uns kurz, welche Vorerfahrungen Sie im Bereich Therapie / Selbsterforschung mitbringen. Sie erhalten anschließend eine Anmeldebestätigung mit den Informationen zum Kurs, ein Anmeldeformular für das Tagungshotel Jonathan und die Wegbeschreibung nach Chieming.