



Carol Dweck, Psychologin an der University of Stanford, ist überzeugt: Die Einstellung zum Lernen ist das A und O des Erfolgs. In 35 Jahren Forschung stellte sie fest, dass Menschen, die Intelligenz als eine unveränderliche Größe ansehen, im Allgemeinen weniger erfolgreich sind als jene, die Intelligenz als etwas Formbares begreifen. Immer wieder bestätigte sich in ihren Studien: Menschen, die meinen, Intelligenz sei eine fixe Konstante, sind schneller frustriert, scheuen Herausforderungen und leisten weniger. „Bei Schwierigkeiten ziehen sich diese Menschen zurück, damit sie sich nicht dumm fühlen müssen“, erklärt Dweck. Ein Team der Michigan State University untersuchte, ob sich in EEG-Messungen Unterschiede zwischen Menschen mit unterschiedlichen Haltungen feststellen lassen. Sie überwachten die Gehirnaktivitäten, während sie die Testpersonen mit ihren Fehlern konfrontierten. Tatsächlich war der unterschiedliche Umgang mit dem Scheitern

## 7. Das eigene Potenzial erkennen

hen hatten, schnitten sie bei den Tests deutlich besser ab – obwohl sie angaben, das Video sei verwirrend gewesen. Wer sein physikalisches Wissen aufbessern möchte, ist mit Müllers Videos gut beraten. Aber auch in anderen Wissensbereichen schadet es nicht, die eigenen Vorstellung-  
gen kritisch zu hinterfragen.

in der Gehirnaktivität erkennbar. Bei Menschen mit einer dynamischen Vorstellung von Intelligenz zeigte sich eine rege Hirnaktivität, nicht aber bei jenen, die eine statische Vorstellung von Intelligenz hatten. Sie schienen sich nicht mit ihren Fehlern auseinanderzusetzen.

„Schüler und Studenten, die gelernt haben, dass jede Anstrengung neue Verbindungen zwischen Nervenzellen entstehen lässt, schneiden in schwierigen Kursen deutlich besser ab“, so Dweck. Zu welcher Haltung man selbst neigt, kann man leicht herausfinden: Wie reagiert man auf Herausforderungen? Mit Angst, Unzulänglichkeiten zu zeigen? Wie geht man mit Rückschlägen um? Denkt man, dass man einfach nicht gut ist?

Wer seinen Kindern eine dynamische Haltung zur Intelligenz vermitteln will, sollte bei Lob genau auf seine Wortwahl achten. Nur das Talent zu loben sei problematisch, meint Carol Dweck. „Loben Sie Ihre Kinder lieber für den Prozess, auf den sie sich beim Lernen einlassen, für ihre harte Arbeit, ihre Strategie, ihre Konzentration und ihre Ausdauer.“



bdw-Autoun-  
ISMENE  
KOLOVOS ist  
Physikerin  
und Lehrerin.  
Sie weiß, wie  
wichtig die Einstellung zur Intelligenz für den  
Lernerfolg ist. Die Illustrationen stammen vom  
Grafiker STEFAN BACHMANN.

Mehr zum Thema

LESEN

Besser Lernen mit der richtigen Einstellung:  
Carol Dweck  
Selbstbild: Wie unser Denken Erfolge oder  
Niederlagen bewirkt  
Piper Taschenbuch, 2009, € 10,99

**Selbstbild: Wie unser Denken Erfolge oder Niederlagen bewirkt**

Wie unser Gehirn lernt:

Lernen: Gehirnforschung und die Schule  
des Lebens

## INTERNET

Lernkartei-Programm Anki zum Download:  
[www.ankisrs.net](http://www.ankisrs.net)

Wissenschafts-Videos auf dem Veritasium-Kanal:  
[www.youtube.com/veritasium](http://www.youtube.com/veritasium)

Englischsprachige Fachpublikation von Katherine  
Rawson und Kollegen zum erfolgreichen Lernen:  
[www.indiana.edu/~pcl/rgoldsto/courses/  
dunkloskyimprovinglearning.pdf](http://www.indiana.edu/~pcl/rgoldsto/courses/dunkloskyimprovinglearning.pdf)