



## Freude am Lernen kann man (wieder) lernen



Kirsten Susanne Andrä, Andrä Coaching, Bonn

31.08.2012 15:08:13 - Viele Menschen haben Angst, ihren Arbeitsplatz zu verlieren oder innerhalb ihres Unternehmens "abgehängt" zu werden, wenn sie sich nicht regelmäßig weiterbilden. "Doch Angst ist ein schlechter Lehrmeister" gibt Coach Kirsten Susanne Andrä aus Bonn zu bedenken. Sie ergänzt: "Viel besser funktionieren Spaß und Neugierde als Motivationsquellen für Weiterbildung aller Art. Die Amerikaner sagen deshalb ganz treffend: "The brain runs on fun", was so viel heißt wie "der Sprit unseres Gehirns ist Spaß".

Dies lasse sich inzwischen sogar neurobiologisch begründen, so Kirsten Susanne Andrä: Bestimmte Substanzen, die unser Gehirn quasi als Dünger benötigt, sind stimmungabhängig. Negative Stimmungen wie Angst oder Depression hemmen die Produktion

dieser wichtigen Botenstoffe. Das Ergebnis: Im Gehirn können wesentlich weniger neuronale Verknüpfungen wachsen. Damit fehlt dem Gehirn quasi die Infrastruktur, um neue Informationen abzuspeichern. Leider lässt sich das auch mit der diszipliniertesten Paukerei nicht wett machen. Da hilft nur, den Spaß am Lernen wieder zu entdecken"

Wie das geht, können Interessierte, die sich noch einen Funken Begeisterungsfähigkeit erhalten haben, sehr gut von Kindern lernen. Kinder sind voller Tatendrang, wenn sie eine neue Umgebung, wie beispielsweise einen Bauernhof, entdecken" beobachtet Kirsten Susanne Andrä. Wer lieber in einem klar strukturierten Einzelcoaching oder in einer Kleingruppe gemeinsam mit Gleichaltrigen lernt, keine Kinder hat oder die am kindlichen Modell gemachten Beobachtungen anschließend gemeinsam mit einem Profi reflektieren möchte, findet bei Andrä Coaching eine kompetente Ansprechpartnerin.

Anlässlich des Deutschen Weiterbildungstages am 21.9.12 bietet Andrä Coaching zudem Sonderkonditionen für Menschen, die wieder Freude am Lernen gewinnen möchten oder Unterstützung bei der Suche nach einer geeigneten Weiterbildung wünschen. Nähere Informationen dazu finden Interessierte auf der Homepage von Andrä Coaching.

Kirsten Susanne Andrä geht selbst mit überzeugendem Beispiel voran: Ich lerne nie aus. Zuletzt habe ich mit viel Freude mein Stressmanagement-Trainer-Zertifikat (BVEP) gemacht. Davor habe ich unter anderem eine fünfjährige Ausbildung in Transaktionsanalyse und eine Ausbildung in Systemischer Organisationsentwicklung absolviert, den NLP-Practitioner und NLP-Master gemacht, ein Philosophie-Studium abgeschlossen und mich von verschiedenen Weiterbildungen inspirieren lassen. Erkenntnisinteresse ist eine meiner Kerneigenschaften. Wahrscheinlich habe ich deshalb schon als Kind vielseitige, kreative Menschen wie Albert Schweizer bewundert und mir zum Vorbild genommen" erzählt die engagierte Unternehmensberaterin.

### Kontaktinformation: **Andrä Coaching**

Plittersdorfer Str. 25  
53173 Bonn

### Kontakt-Person:

Kirsten S. Andrä  
Inhaberin  
Telefon: 0228 / 90 28 92 5  
E-mail: [e-Mail](#)

Web: <http://www.andrae-coaching.de>

---

**Autor:**

**Kirsten Susanne Andrä**

[e-mail](#)

Web: <http://www.andrae-coaching.de>

Telefon: +49 228 / 90 28 92 5

**Erklärung:** Der Autor versichert, dass die veröffentlichten Inhalte in dieser Pressemitteilung der Wahrheit entsprechen und dem gesetzlichen Urheberrechte unterliegen.