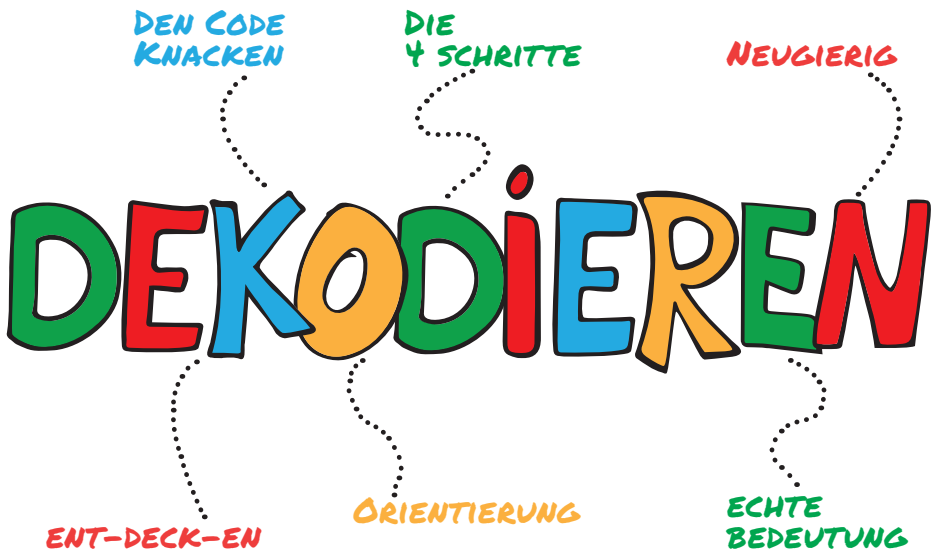


VERA F. BIRKENBIHL

# FREMDSPRACHEN LERNEN FÜR SCHÜLER

Mit der erfolgreichen **Birkenbihl-Methode**



**Nie wieder Frust mit Fremdsprachen!**

# Alle Original Birkenbihl-Seminare auf einen Blick!

Wir haben uns auf eine abenteuerliche Schatzsuche begeben, um dir die ultimative Sammlung aller Seminare von Vera F. Birkenbihl zu präsentieren – sorgfältig zusammengestellt und bereit, dein Leben zu bereichern.

**+++ Alle Videos & Hörbücher an einem Ort vereint +++ Jederzeit online abrufbar +++ Thematisch sortiert & einfach zugänglich +++ In verbesserter technischer Qualität +++**



*Erlebe die faszinierende Welt des Wissens mit der unnachahmlichen Erfolgstrainerin Vera F. Birkenbihl.*

**Jetzt gleich loslegen!**

Die Seminarbibliothek wird kontinuierlich erweitert.



**Umfangreiche Auswahl  
an spannenden  
Themenbereichen**



**Lizenzierte  
Seminaufnahmen  
in höchster Qualität**



**Expertenwissen  
aus über 40 Jahren**

**[www.birkenbihl.tv](http://www.birkenbihl.tv)**

**VERA F. BIRKENBIHL**

**FREMDSPRACHEN  
LERNEN  
FÜR SCHÜLER**

Nie wieder Frust mit  
Fremdsprachen!

**Vera F. Birkenbihl**

**»Fremdsprachen lernen für Schüler«**

Dieses Buch wurde auf FSC®-zertifiziertem Papier gedruckt. FSC® (Forest Stewardship Council®) ist eine nicht staatliche, gemeinnützige Organisation, die sich für eine ökologische und sozialverantwortliche Nutzung der Wälder unserer Erde einsetzt.

### **Wichtiger Hinweis**

Die im Buch veröffentlichten Ratschläge wurden mit größter Sorgfalt von Verfasserin und Verlag erarbeitet und geprüft. Eine Garantie kann jedoch nicht übernommen werden. Ebenso ist eine Haftung der Verfasserin bzw. des Verlages und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- oder Vermögensschäden ausgeschlossen.

Copyright dieser Ausgabe

© 2024, 2025 Klarsicht Verlag

Alle Rechte vorbehalten.

Dieses Werk einschließlich seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung des Klarsicht Verlags unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen in andere Sprachen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme.

Redaktion: Andreas Ehrlich

Lektorat: Anke Schenker

Covergestaltung und Satz: Beate B. Köhler

Herstellung: Robert B. Osten

Printed in Germany

4. vollständig überarbeitete Auflage 2025

ISBN 978-3-98584-220-9

Mehr Infos finden Sie im Internet unter

**[www.klarsicht-verlag.de](http://www.klarsicht-verlag.de) - [www.birkenbihl-sprachen.de](http://www.birkenbihl-sprachen.de) - [www.birkenbihl.tv](http://www.birkenbihl.tv)**

Klarsicht Verlag, Bramfelder Straße 102A, 22305 Hamburg, Germany, [info@klarsicht-verlag.de](mailto:info@klarsicht-verlag.de)

# Inhalt

<b>Einleitung</b> . . . . .	7
Hier geht's beinahe los . . . . .	9
Hier geht's wirklich los. . . . .	9
<b>Ein wenig Hintergrundwissen</b> . . . . .	11
Warum kommt man sich manchmal so blöd vor? . . . . .	12
Was Fremdsprachen-Lehrkräfte unterschlagen . . . . .	18
Birkenbihl-Methode – Überblick. . . . .	24
<b>Basis-Erklärung Sprachenlernen</b> . . . . .	31
Clip 1 – Vokabelnpauken verboten . . . . .	32
Clip 2 – Die vier Schritte. . . . .	36
Clip 3 – HÖREN/PASSIV . . . . .	40
Clip 4 – DEKODIEREN, noch mal und in der Gruppe . . . . .	43
Clip-4-ER-GÄNZ-UNG . . . . .	48
CLIP-ERWEITERUNG vor Clip 5 . . . . .	49
Clip 5 – HÖREN/PASSIV (= lernen lassen). . . . .	52
ERWEITERUNG: Mit Musik oder ohne? . . . . .	53
Clips 6 bis 8 – Fallbeispiel »Dekodieren in der Gruppe« . . . . .	55
<b>Für Eltern und Lehrer</b> . . . . .	57
Liebe Eltern, liebe Lehrkräfte, . . . . .	58
2 Fehler, die das Schul-Lernen unnötig erschweren . . . . .	58
10 Gründe, warum Vokabelnpauken nicht gehirn-gerecht sein kann . . . . .	61
Dekodierungs-Beispiel TÜRKISCH . . . . .	68
FAQs . . . . .	72
<b>Anhang</b> . . . . .	77
Literaturverzeichnis. . . . .	78



# Einleitung



**Alle Videoclips zu diesem Buch gibt es unter  
[www.birkenbihl.tv/schueler/](http://www.birkenbihl.tv/schueler/)**



... oder einfach diesen QR-Code scannen

## Hier geht's beinahe los

**Liebe Eltern, liebe Lehrkräfte,**

da dieses Büchlein in erster Linie für Ihre Kinder und für Schüler und Schüler gedacht ist, möchte ich einige Bemerkungen an Sie **ans Ende stellen** – bitte lesen Sie auf Seite 58 weiter. Danke.

## Hier geht's wirklich los

**Liebe Schüler, liebe Schülerinnen,**

ich möchte euch einige wichtige Infos über **die üblichen Probleme beim Lernen** geben und diese dann konkret **fürs Sprachenlernen auflösen**. Jetzt gilt es, eine Entscheidung zu treffen: Wer gern liest, lese hier weiter. Wer nicht so gern liest, hat **zwei** Möglichkeiten:

**Erst schauen, dann lesen:** Ihr könnt dieses **Hintergrundwissen** (vorläufig) **auslassen** und euch **zuerst 8 Video-Clips anschauen**. Ihr findet sie auf der Website **www.birkenbihl.tv**. Jetzt braucht ihr ca. 40 Minuten Zeit für das kostenlose Mini-Seminar. Danach entscheidet ihr, ob ihr Hintergrund-Infos wollt (wenn ja, dann hier weiterlesen) oder nicht.

**Erst schauen, dann WENIGER LESEN: Alle Kapitel-Überschriften, die das Wort »CLIP« enthalten**, beschreiben Dinge, die ich in den **Video-Clips** erkläre, und können **gesehen statt gelesen** werden. Dann bleiben nur die **HINTERGRUND-INFOS** vor den Clip-Abschnitten.

So, jetzt verlassen uns jene, die lieber GUCKEN wollen, wir treffen uns dann später wieder.

Vera F. 

Vera F. Birkenbihl,  
Februar 2008





# Ein wenig Hintergrundwissen



## Warum kommt man sich manchmal so blöd vor?

Beginnen wir mit einer kleinen Frage: Wer sind wohl die besten Lehrer?

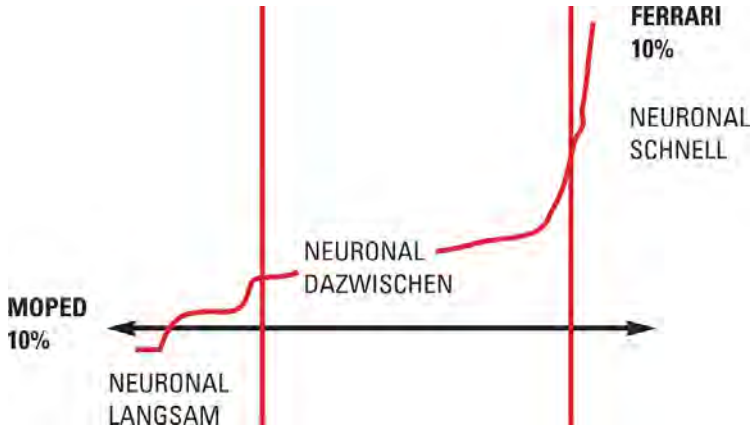
- Jene, die **früher** als Schüler **besonders gute Noten** hatten.
- Jene, die **früher** als Schüler **selbst Probleme** hatten.

Was meint ihr? Fragt ein paar Freunde und vergleicht eure Antworten (wir kommen darauf zurück).

Zuerst eine wichtige Tatsache, die selbst vielen Eltern und Lehrkräften nicht klar ist: Die Gehirne der Menschen arbeiten **nicht alle im selben Tempo**. Es gibt regelrechte **Turbo-Hirne**, die sehr schnell »schalten«, und solche, die anfangs länger brauchen. Diese bieten jedoch später **andere Vorteile**, wenn es gilt, TIEF-er in ein Thema einzudringen. Es ist also **nur bei neuen Infos** von **Nachteil, neuronal langsam** zu sein. Natürlich wirken die Schnellen zunächst »flotter« (intelligenter), weshalb sich die neuronal Langsamen in der Schule (und später im Leben) manchmal etwas »doof« vorkommen (solange sie nichts davon wissen).

Wenn wir die Geschwindigkeit, mit der unsere Nervenzellen »feuern«, mit der von Fahrzeugen vergleichen, können wir sagen: Am einen Ende saust ein **Ferrari** mit 200 km/h dahin, am anderen fährt ein **kleines Motorrad** mit 80, und dazwischen sehen wir eine **Familienkutsche** mit 130 km/h. Nun fahren ungefähr **10%** der Leute **Ferrari**, weitere **10%** fahren **Motorrad** und **die anderen 80%** verteilen sich über den Rest.

Allerdings nicht wie bei der berühmten »Gaußschen (Glocken-)Kurve«<sup>2</sup>, sondern anders:



*Die meisten Menschen sind neuronal nicht besonders schnell angelegt.*

Wir sehen: **Der größte Teil der Menschheit** ist NEURONAL LANGSAM bis NEURONAL »DAZWISCHEN«. Die Zahl jener, die Neues blitzschnell verarbeiten können, ist sehr klein! So bin ich z. B. **neuronal langsam**, was ich allerdings erst im Alter von über 50 Jahren erfuhr.

Mein Leben lang litt ich unter der schizophrenen Erfahrung, mir einerseits oft »doof« vorzukommen, andererseits gab es Beweise meiner Intelligenz, was nicht zusammenpasste!

2 Diese großartige Idee entnahm ich dem hervorragenden (leider nie ins Deutsche übersetzten) **Hauptwerk** des US-Harvard-Proessors Dave PERKINS: *Outsmarting I.Q.* Hier stellt er sein Konzept der »lernbaren Intelligenz« vor.

Vier Jahrzehnte nach dem schlimmsten Schulstress fand ich des Rätsels Lösung in dem Buch von Dave PERKINS (s. Fußnote, Seite 13) und ich begriff endlich: **Ich bin nicht doof**, sondern mein Gehirn schaltet bei **Neuem** lediglich nicht so schnell. Ich bin also **langsamer** als jene Menschen, die immer alles sofort begreifen (und in der Schule dann ungeduldig mit den Fingern schnippen etc.). Diese Leute können uns neuronal Langsameren das Gefühl vermitteln: Wer es noch nicht weiß, ist »doof«.

Solche Typen gab es in der Schule und es gibt sie auch jetzt noch. Aber nachdem ich den **Grund für meine Langsamkeit** begriffen hatte, konnte ich auch den **Vorteil** erkennen: Ich steige im Laufe der Zeit tiefer in die Dinge ein als die meisten neuronal Schnellen, die ich kenne. Ich kann mehr und interessantere kreative Verbindungen zwischen Gedanken ziehen als die meisten schnell denkenden Menschen. Und ich kann früher erlerntes Wissen besser »anzapfen« und (aus-)nutzen als die meisten Schnellen. **Auf Dauer gesehen gleicht es sich aus!** Aber wenn man jung ist und von diesen Unterschieden nichts weiß, kann einen das sehr verunsichern. Es handelt sich um Anlagen, mit denen wir **geboren** werden. Deshalb kann es sein, dass jemand, der/die nichts davon weiß, sich zu wenig (oder nichts) zutraut und dass er/sie später wenig schafft, **weil er/sie sich zu wenig zugetraut hat.**

Das nennt man eine »selbsterfüllende Prophezeiung«. Sie ist der **Grund für das Versagen** vieler Schüler.

Wer sich zu wenig (nichts) in einem Fach zutraut, erlebt **Stress**. Stress aber stört Denkprozesse, das heißt, **man wird LANGSAMER, als man normalerweise ist**. Gehört man zu jenen, die sowieso schon langsamer »funktionieren«, wird man so langsam, dass man selbst (und vielleicht auch die

Lehrkraft) meint, man würde »es« nie begreifen. Ab dann geht es oft nur noch bergab: Je mehr Ängste (Stress), desto langsamer werden wir, und je langsamer wir werden, desto mehr Stress erleben wir!

Aber **wenn wir das wissen**, können wir **gegensteuern**. In diesem Büchlein zeige ich konkret am Beispiel **SPRACHEN-LERNEN** (dem größten Frust-Produzenten in der Schule), **dass** und vor allem **wie** es **anders** geht. Aber kehren wir vorher kurz zu der Frage zurück, ob die besseren Lehrkräfte in ihrer eigenen Schulzeit eher gute oder schlechte Noten hatten (s. Seite 12). Antwort: **Die besten Lehrer sind jene, die früher selbst Probleme in der Schule hatten**. Und zwar aus zwei Gründen:

**Grund Nr. 1: Nur jemand, der selbst länger braucht** (= neuronal LANGSAM ist), **hat Verständnis für Schüler, die ebenso gelagert sind**. Deshalb finden wir gerade unter den besten Lehrkräften relativ viele, die neuronal langsam »schalten«.

Es geschieht übrigens oft, dass Erwachsene jungen Leuten ihr eigenes Tempo aufzwingen wollen: **Schnelle Eltern** drängen langsame Kinder ständig zur Eile, **langsamere Eltern** versuchen schnelle Kinder zu mehr »Ruhe« zu zwingen. Auch **Lehrkräfte** gehorchen diesen Gesetzen: Schnelle Lehrkräfte bedrängen langsame Schüler, geben ihnen zu wenig Zeit, nachzudenken, zu schreiben etc., während **langsame Lehrkräfte** viel besser für die »normalen« Schüler sind. Allerdings besteht die Gefahr, dass auch sie genervt auf das flotte Tempo der neuronal Schnellen reagieren (wie die Eltern). Deshalb ist es notwendig, dass **alle endlich von diesen Dingen erfahren!**

**Grund Nr. 2: Neuronal langsame Menschen** werden oft die besseren Lehrer, weil sie **aus eigener Erfahrung wissen**, wie NEURONAL LANGSAME damit klarkommen, langsamer als andere zu sein. Die meisten neuronal Langsamen

**vergleichen sich** nämlich ununterbrochen (unbewusst) mit den **wenigen Schnellen**, die im Klassenzimmer (später im Meeting in der Firma) dazu neigen, ihre Antworten sofort zu verkünden, um allen klarzumachen, dass sie es schon lange wissen. Durch den **Vergleich mit den WENIGEN** kommen sich die VIELEN unverdienterweise »doof« vor. **So erwerben sie die Angst**, sie könnten gewisse Dinge nicht schaffen, und erzeugen so selbst **genau den Stress, der das Denken blockiert** (wie auf Seite 14 erwähnt). Aber manche (vor allem die besten Lehrkräfte) gehen anders vor:

Sie fragen sich, ob die Methoden, mit denen sie unterrichten, optimal zum Lernen taugen.

Ihr ahnt es: Auch ich hatte Probleme in der Schule, und zwar vor allem in **Latein** und **Englisch**. Zwar ging auch in **Mathe** nicht alles glatt, aber Probleme in **einem** Fach hätte ich meistern können, Probleme **in drei Fächern nicht**. Und so **blieb ich in der Schule sitzen** (wiewohl ich in den meisten anderen Fächern gute bis sehr gute Noten hatte) – wegen **zweier Fremdsprachen**, die man als **Lernfächer** bezeichnet. Man wollte uns weismachen, **Vokabelnpauken** sei der **einzige** Weg. Und das erzählt man den Schüler heute, **50 Jahre später**, immer noch. Aber:

Es war damals falsch und es ist heute falsch!

Nun hatte ich immer schon gewisse Zweifel an jenen Methoden, mit denen viele Schüler nicht klarkamen bzw. auch heute nicht klarkommen. Allein die Tatsache, dass **mehr als die Hälfte aller Schüler mit Fremdsprachen gravierende Probleme** haben, war für mich ein Hinweis darauf, dass

hier etwas nicht stimmen kann. Damals konnte ich meine Zweifel noch nicht genau beschreiben, vor allem konnte ich noch nicht argumentieren. Heute kann ich klar zeigen, worum es geht, wenn wir den Schul-**BETRIEB** (man beachte die Wort-Bildung) mit anderen **Betrieben** im Geschäftsleben vergleichen. Dabei stellen wir fest:

Kein Betrieb, der so viel »Ausschuss produziert« (wie die meisten staatlichen Regelschulen), könnte in der freien Wirtschaft überleben.

Wir schicken bis zu 12% der Kinder in Sonderschulen (heute zunehmend als »Förderschulen« bezeichnet, haha). Insgesamt werden über 60% unserer Schüler entweder keinen Abschluss schaffen oder ihn nur auf dem Papier erreichen, aber in Wirklichkeit **kaum lesen, schreiben, rechnen oder selbstständig denken** können. Früher begann man mit 14 (nach der Grundschule) eine Lehre, heute haben selbst Hauptschulabsolventen mit guten Noten schlechte Karten, weil die meisten von ihnen die Lehre nicht schaffen würden. Außerdem werden diese Plätze zunehmend von Jugendlichen besetzt, die die mittlere Reife oder das Abi geschafft haben, was die Chancen für Hauptschüler weiter verringert. **Bei uns schaffen es die wenigsten** (im Vergleich zu Asien und dem Rest Europas) **zu studieren**, das heißt, unser Schulsystem **VERSAGT**, weil der **Unterricht** in vielen Fällen **nicht wirklich auf die Lernenden eingeht, sondern an ihnen vorbeunterrichtet wird** nach dem Motto: Friss oder stirb.

So schaffen es vor allem Kids aus »besserem Hause« (mit bildungs-NAHEN Eltern), während Kinder aus normalen Familien in diesem Schulsystem **allein gelassen werden**. In diesem Büchlein möchte ich anhand des **Fremdsprachen-**

**Unterrichts** zeigen, worum es geht. Parallelen zu anderen Fächern können und dürfen gern gezogen werden.<sup>3</sup>

Man könnte auch **ganz anders** Sprachen lernen, nämlich...

## Was Fremdsprachen-Lehrkräfte unterschlagen

Mich bewegte mein eigener **Leidensdruck** dazu, mich zeitweilig mit dem Thema LERNEN zu beschäftigen. Hätte ich damals gewusst, was ich heute weiß, wäre mir das Sitzenbleiben erspart geblieben. Auch euch muss das nicht passieren, wenn ihr die Tricks aus diesem Büchlein anwendet.

Inzwischen kommen Tausende von Schülern **ohne Vokabelnpauken** aus. Sie erzielen **mit halbem Aufwand bessere Noten** als früher. Man muss nur wissen wie.

Leider wissen es die meisten Eltern aber nicht. Daher sind ihre gut gemeinten »Hilfestellungen« nicht wirklich hilfreich. Aber wie steht es um jene, die es besser wissen sollten, die Fachleute (**Fremdsprachen-Lehrkräfte**)? Nun, sie lassen sich in zwei Gruppen einteilen:

**1. Gruppe: Sie kennen die Birkenbihl-Methode noch immer nicht.** Dabei habe ich meine »Geheimnisse« bereits **1984** in meinem Buch *Sprachenlernen leichtgemacht*<sup>4</sup> preisgegeben. Das war **vor über einer Genera-**

---

3 Was das Lernen von Daten, Fakten und Informationen angeht, vgl. mein Büchlein *Wie lernen gelingt*.

4 Genau genommen hieß das Buch jahrelang *Die Birkenbihl-Methode, Fremdsprachen zu lernen*, es wurde erst vor einigen Jahren in *Sprachenlernen leichtgemacht* umbenannt.

**tion** und gilt noch immer als **Geheimtipp**. Vor einem Jahr erschien die **31. Auflage** und noch immer kennen die meisten Sprachen-Lehrer mein Konzept entweder nicht oder sie gehören zur **2. Gruppe**.

- 2. Gruppe:** Diese Lehrkräfte kennen meine Methode, aber **sie lehnen sie ab**. Manche bekämpfen sie sogar mit großem Kraftaufwand! (Über den **Grund**, den sie vorschreiben, werden wir noch sprechen.) Deshalb ist es wichtig, meine Methode im Zweifelsfall **heimlich** anzuwenden, das heißt, es den Lehrkräften nicht auf die Nase zu binden.

Mein »altes« Sprachlernbuch (s. Fußnote 4 Seite 18) wendet sich an Erwachsene, aber im Laufe der Jahre entwickelte sich die **Variante »Schüler lernen Fremdsprachen – ebenfalls ohne Vokabelnpauken«** nicht wegen, sondern TROTZ Schule. Langsam kristallisierten sich nämlich **neue Spielregeln** heraus, weil sich die Situation von Schülern von derjenigen freiwilliger Lerner unterscheidet. Die neue Entwicklung kann man jetzt erstmals in diesem Büchlein nachlesen.

## **Arbeit ans Unbewusste delegieren?**

Man weiß seit 1850, dass wir weit mehr Informationen unbewusst als bewusst verarbeiten. Es gibt Forscher, die das so ausdrücken: **Die Natur hat das Bewusstsein nur erfunden, um die Abertausenden von Infos, die wir unbewusst aufnehmen, verarbeiten, berechnen etc., von uns fernzuhalten**. Man denke zum Beispiel an die unendlich vielen Details, die wir beim Radfahren beachten müssen: Als wir es lernten, waren uns einige von ihnen noch bewusst (Balance halten, treten, lenken, schauen, Spur halten etc.). Heute überlegen wir nur noch, **wohin** wir wollen, klemmen uns (verbotenerweise) »Ohrstöpsel« rein und denken über alles Mögliche nach, weil inzwischen 95% des Radfah-

rens unbewusst ablaufen. Dabei sollte man den Straßenverkehr eigentlich **hören** können. Denn wenn man nichts hört, können gewisse Warngeräusche nicht rechtzeitig den Weg aus dem Unbewussten ins Bewusste finden, sodass man in manchen Situationen nicht mehr schnell genug reagieren kann.

Angenommen, wir hätten eine Weile unbewusst wahrgenommen, dass ein PKW-Fahrer neben uns sehr unregelmäßig Gas gibt, bremst, Gas gibt etc., dann wären uns diese Geräusche **langsam ins Bewusstsein »gestiegen«** und wir hätten an der nächsten Kreuzung sein Verhalten **bewusst einkalkulieren** können und eine Chance gehabt. Wenn wir aber laute Musik hören, bekommen wir nichts von der drohenden Gefahr mit und erhöhen somit die Gefahr, an der Kreuzung von dem PKW erwischt zu werden, wenn dieser rechts abbiegt. So nehmen wir immer sehr viel mehr wahr, als wir merken, und erst wenn die Infos wichtig werden, weil wir eine Entscheidung treffen müssen, drängen sich solche Wahrnehmungen ins Bewusstsein. Fachleute schätzen, dass das Unbewusste einer Strecke von 11 Kilometern entspricht, die des Bewusstseins einer von 15 Millimetern<sup>5</sup>, das heißt, die Menge der unbewussten »Denkprozesse« (was ist mit dem PKW? Könnte er gleich rechts abbiegen? Wo befindet er sich gerade? Muss ich aufpassen?) ist riesig; die Menge der bewussten Denkprozesse sehr gering. Diese Tatsache können wir bewusst ausnutzen. Zwei Beispiele:

1. Erfolgs- und Glücks-Coachs raten uns, uns **abzulenken**, wenn uns etwas **ärgert**, denn wir können **nur einen Gedanken »gleichzeitig« bewusst denken**, nicht zwei. Wer also einige SMS oder E-Mails tippt, kann nicht gleichzeitig weiter über den Ärger-Anlass nachgrübeln. Darüber könnten all jene einmal nachdenken, die glauben, sie

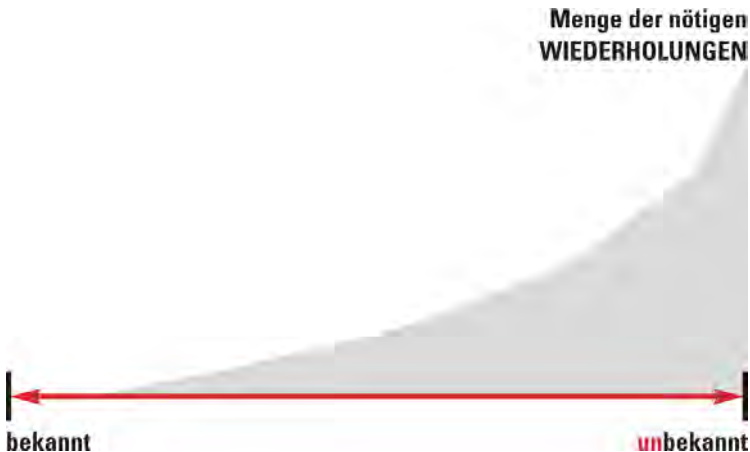
---

5 Mehr dazu findet ihr in dem faszinierenden Buch *Spüre die Welt* von Tor NØRRETRANDERS.

könnten stundenlang telefonieren und gleichzeitig sicher Auto fahren. PKWs, die an einer Kreuzung **unvermittelt rechts abbiegen** und dabei Radfahrer, Fußgänger, Hunde etc. übersehen, werden häufig von telefonierenden Fahrern gelenkt. Ihre unbewussten Fahrkünste reichen fürs Geradeausfahren, aber wenn man ein wenig mehr Konzentration auf das Fahren verwenden muss, dann zieht das Handy zu viel der bewussten Aufmerksamkeit ab und man »vergisst« wichtige Dinge, wie zum Beispiel erst zu schauen, ehe man abbiegt.

2. Wir können einen Teil unserer **Lernaufgaben an das Unbewusste »delegieren«** (wie ein Chef einen Teil seiner Arbeit an seine Mitarbeiter delegiert), sodass wir **bewusst weniger lernen** müssen. Darum soll es im Folgenden gehen.

Wenn wir neue Wörter lernen (dies gilt auch für unsere Muttersprache), dann brauchen wir eine Reihe von **WIEDERHOLUNGEN**, um das Neue in unser vorhandenes Wissen zu integrieren. Die Anzahl der Wiederholungen ist abhängig vom **Fremdheitsgrad**.



Der Grund besteht darin: Wir können uns absolut nichts merken, wofür wir keine NERVENBAHN im GEHIRN besitzen. Wenn etwas zu **100 % neu** ist, muss eine ganz neue Bahn angelegt werden. Das geschieht aber nur durch **permanente Wiederholung**, die dem Gehirn zeigt, dass uns das WICHTIG ist. Ist etwas nur zu 50 % neu, kann eine vorhandene Bahn (die ersten 50%) benutzt und AUSGEBAUT werden, daher sind nur halb so viele Wiederholungen nötig. Ist etwas nur »ein wenig anders«, reichen oft das bewusste Wahrnehmen oder wenige (intelligente) Wiederholungen, bis eine vorhandene Nervenbahn »adjustiert« ist, um das »etwas andere« zu integrieren. Beispiel:

Wer das lateinische Wort »tabula« (= Tisch) kennt, wird sowohl die Redewendung (im Deutschen) »tabula rasa«, das heißt (frei-)geräumter (wörtlich: »rasierter«) **Tisch**, schnell verstehen als auch, dass **tabula rasa** zum Beispiel einen Neuanfang bedeuten kann. Also muss er nur **vorhandene Nervenbahnen** (Tisch, räumen, rasieren, Anfang) **neu VERDRAHTEN**. Er lernt eigentlich nur **eine neue VERBINDUNG** bekannter Elemente. Ähnlich leicht fällt ihm das englische Wort »table«, weil »tabula« nur ein wenig abgeändert werden muss. Dies gilt auch für das französische (»table«) wie auch das italienische, spanische, rumänische etc. Im Gegensatz dazu müsste man **eine völlig neue Bahn** bauen, wollte man das chinesische oder arabische Wort für »Tisch« lernen, weil jedes von ihnen total von den uns bekannten indoeuropäischen Begriffen abweicht.

Deshalb lernt man die zweite indoeuropäische Sprache leichter als die erste (somit ist die erste Fremdsprache an deutschen Schulen für Deutsche leicht, während uns Türkisch oder Arabisch sehr schwerfallen würde). Umgekehrt ist es für die Kinder, deren Muttersprache Türkisch oder Arabisch ist, umso schwieriger, eine **zweite indoeuropäische Sprache** zu lernen, **je weniger gut sie die erste** (also Deutsch) **beherrschen**.

Man kann sich den Schulstress dieser Schüler vorstellen. Hätten sie als erste Fremdsprache Mongolisch, dann würde ihnen dies viel leichter fallen als Deutsch oder Englisch. **Auch das wissen die meisten Erwachsenen nicht**, die ihnen ständig »gut zureden«, sie sollten sich doch gefälligst mehr anstrengen. Dass diese Kinder wesentlich mehr Nervenbahnen für so viel Neues anlegen müssen als deutsche und dass sie daher in derselben Zeit nicht dasselbe Pensum schaffen können, **wissen meist weder ihre Eltern noch ihre Lehrkräfte** – insbesondere wenn diese sich noch nie mit der türkischen Sprache befasst haben.<sup>6</sup>

Nun kann man diese **Wiederholungen bewusst** oder **unbewusst** durchführen. Da Eltern und Lehrkräfte von diesen Dingen in der Regel nichts wissen, bestehen sie auf **bewussten Wiederholungen**. Zu meinen Denk- und Lern-Tools gehört aber auch das bewusste Nutzen unbewusster Prozesse. Wer die Birkenbihl-Methode, Fremdsprachen zu lernen, anwendet, kann als Chef seines Gehirns einen **Großteil der Wiederholungen ans Unbewusste delegieren** nach dem Motto:



---

6 Deshalb erschien Anfang 2008 von mir eine DVD (gefolgt vom gleichnamigen Buch) mit dem Titel: *Von Null Ahnung zu etwas Türkisch*. Ähnliche Einführungen (*Von Null Ahnung zu etwas...*) sind auch für Chinesisch, Japanisch und Arabisch erschienen

## Birkenbihl-Methode – Überblick

Es sind vier Lernschritte (oder Lernphasen), die wir durchlaufen. Der Hauptvorteil besteht darin, dass wir **bei jedem Schritt immer nur eine einzige Sache lernen**, nicht (wie in der Schule) zu viel Neues auf einmal verarbeiten sollen. Wenn ich Vokabeln pauken soll, muss ich eine Vokabel aussprechen (oder zumindest murmeln), von der ich das Klangbild noch nicht kenne (es wird ja erst später, im Unterricht, vorgestellt). Das ist einer von 10 Gründen, die gegen das Vokabelnpauken sprechen (vgl. Seite 61 ff.).

**Bei meiner Methode lernen wir erstens immer nur eine Sache »gleichzeitig« und zweitens immer nur, was wir derzeit am leichtesten kapiere können.**

Besonders wichtig ist das letzte Wort: Zu viel angebliches Lernen (genauer PAUKEN<sup>7</sup>) bedeutet ja, dass wir Dinge stur wiederholen, die wir genau genommen **nicht** kapiert haben. Etwas zu begreifen – das ist die größte Abkürzung, die wir uns vorstellen können, deshalb setzt meine Methode hier an!

Zur Vorbereitung müssen die entsprechenden Texte **fotokopiert** werden, da wir nicht ins Buch schreiben wollen. Unsere Notizen sind Hilfen, die wir später nicht mehr benötigen, also sollen sie nicht im Buch stehen (selbst wenn uns dieses gehört und wir hineinschreiben dürften). Da die meisten Texte **zu klein** sind, rate ich dazu, **sie beim Fotokopieren stark zu vergrößern**, damit wir später **zwischen die Zeilen schreiben können**. Wer gut mit dem Computer umgehen kann, scannt vielleicht lieber ein ... Jedenfalls gehen wir in der folgenden Beschreibung davon aus, dass

---

7 Wir befassen uns mit dem Unterschied zwischen PAUKEN und Lernen im Erwachsenen-Teil (ab Seite 58).

- a) die Texte **als Kopie** (bzw. **Ausdruck**) vorliegen sowie
- b) **dass wir in die Abstände zwischen den Zeilen hineinschreiben können.**

Übrigens sind Ausdrücke von Tintenstrahldruckern ungünstig, wenn man mit **Leuchttiften** markieren will, was man schon weiß (s. nächster Absatz), deshalb sind Laser-Ausdrücke besser (normale Fotokopien sind heutzutage auch Laser-Ausdrücke). Hier kann man nach Herzenslust »anmalen«, ohne dass die Tinte verschmiert.

### **Schritt/Phase 1: Begreifen durch DEKODIEREN**

Betrachten wir den neuen Text als FREMD, als **geheimnisvoll**, als **Botschaft**, die es zu **entschlüsseln** gilt, deren **CODE** wir **KNACKEN** wollen! Bei einer für uns unbekanntem Sprache können 100% neu sein (z. B. Chinesisch), bei vertrauten Sprachen erkennen wir sogar schon bei Lektion 1 das eine oder andere Wort.

Nun gehen wir wie folgt vor: Jedes Wort, das wir sofort und ohne Zögern (er-)kennen, markieren wir (mit Leuchttiften), damit wir einen **ersten Überblick** haben, wie viel uns neu ist. Wenn wir sofort mit dem Dekodieren beginnen wollen, schreiben wir mit EINER Farbe die Entsprechungen in Deutsch (bzw. unserer Muttersprache) unter alle Wörter, deren Bedeutung wir bereits (er-)kennen, und nehmen eine zweite Farbe für alle Wörter, die uns HEUTE NOCH NEU sind.<sup>8</sup> Nun gilt es, jedes Wort wort-wörtlich zu »übersetzen«, was viele Lehrer aufregt (wir kommen in den **Clip-Erklärungen**,

---

8 Es gibt Leute, die gern schreiben. Sie können vom ersten Wort an eintragen, was sie wissen (also sofort DEKODIEREN). Andere schreiben nur, was sie müssen (wobei beim DEKODIEREN RECHTSCHREIBEN UNINTERESSANT IST). Sie markieren erst alle Stellen, die sie auf Anhieb verstehen, um sich diese Worte zu sparen. Jeder entscheide nach Lust und Laune (manchmal auch eine Frage der Tagesform).

Seite 34, darauf zurück). **Indem wir in Ruhe markieren, was wir schon können**, legen wir **langsam und ohne Stress** fest, wo wir dekodieren werden.

## **Schritt/Phase 2: HÖREN/Aktiv**

Wir hören den Lektionstext an, dabei **lesen** wir:

- ▶ **alle Stellen, die wir sofort erkannt haben**, weil sie uns bekannt und vertraut sind (im schlimmsten Fall: gar nichts), und
- ▶ **alle Stellen, an denen wir die Dekodierung** (in der zweiten Farbe) **eingetragen haben**. Im Klartext: Bei allen **neuen Wörtern** versuchen wir **noch nicht, das neue Wort selbst zu lesen** (wie der Unterricht es normalerweise erzwingen will), sondern wir **registrieren nur, was es BEDEUTET** (wir kommen darauf zurück).

**Die meisten Schulbuchverlage bieten inzwischen Tonmaterial zu den Schulbüchern, aber viele Lehrer verraten das nicht.** Also: selbst nachschauen! In diesen Büchern befindet sich ganz vorn (manchmal auch ganz hinten) eine Seite mit **kleingedruckten Infos** (z. B. die **ISBN-Nummer**, mit der jeder Buchhändler weltweit das Buch finden kann). Hier steht auch, ob es **Hörmaterial** gibt, wie es heißt (Titel) und seine spezielle Nummer, mit der man es im Handel bestellen kann. Also unbedingt nachschauen und besorgen, wenn euch der Ton noch fehlt.

Falls es zu einem bestimmten Schulbuch tatsächlich nichts geben sollte, kann es nötig sein, sich die Texte **von einem »native speaker«** (also einem **Menschen, dessen Muttersprache die zu lernende Sprache ist**) **vorlesen zu lassen**. Es ist weit besser, einige Euro für so eine Lesung und deren Mitschnitt (auf Band oder digital) zu investieren als für jahrelange Nachhilfe, die mit Pauken etc. arbeitet! **Es ist weit billiger und auch weit effizienter!** Übrigens

kann man sich auch zu Gruppen zusammenschließen und zusammenlegen. Bei einer Zehnergruppe zahlt jeder Schüler beispielsweise nur 10% dessen, was so eine Aufzeichnung kostet (und das muss nicht viel sein)!

**Bei TOTEN Sprachen** (Latein, Altgriechisch, Sanskrit) kann man den Text selbst aufzeichnen oder Schüler darum bitten, die ein, zwei Jahre weiter sind. Denn es geht darum, **dem Gehirn eine notwendige HÖR-ERFAHRUNG zu bieten**, nicht darum, eine akzentfreie Vorlage zu haben. Bei **Latein** plädiere ich übrigens (im Gegensatz zu den meisten Latein-Lehrern) für »C« wie »z«, also [**Zäsar**] nicht [Käsar] und [**Zifero**] statt [Kikero]. Der Grund ist einfach: Wir sind bei fast allen Begriffen sehr nahe am **Englischen** UND an **allen romanischen Sprachen** und werden diese später weit leichter lernen, als wenn wir erst von [K] zu [Z] wechseln müssen. Im Englischen sagt man [Biisar] für Cäsar, im Italienischen [tschesaré] etc. Das alles klingt eher wie [**Zäsar**] als [Käsar], der nur bei nordischen Sprachen (inklusive deutsch »Kaiser«) von Vorteil wäre.

**Ist der TON (endlich) vorhanden**, können wir ihn, falls nötig (mithilfe kleiner Progrämmchen, die man sich teilweise kostenlos aus dem Internet herunterladen kann), am Computer digitalisieren. Das erlaubt es uns, **das Tempo zu variieren**. So können wir den Text – bis wir ihn schließlich ohne das Dekodierte verstehen – erst einmal langsam hören.

Jetzt steht dem **AKTIVEN HÖREN** nichts mehr im Weg. Regie-Anweisung:

**Was wir in der fremden Sprache von Anfang an bereits gut verstehen**, das **lesen** wir beim **AKTIVEN HÖREN** in der Zielsprache (z. B. auf Englisch) mit. **Bei allen anderen Textstellen hingegen LESEN wir die dekodierte Zeile**, das heißt, wir **HÖREN** »table« und **LESEN GLEICHZEITIG** »Tisch«.

Während man beim **klassischen Vokabelnpauken** zwei Begriffe **hintereinander** verbindet (»Tisch – table«), erlebt ihr **beide Begriffe** hier **simultan**. Ihr **hört den einen** und **lest die Dekodierung des anderen**. Nach mehrmaligem **aktiven Lesen** wisst ihr genau, was diese Begriffe **bedeuten**. Dieses wachsende Verständnis ist für viele Lerner NEU. Wer in seiner ganzen Schulzeit noch nie erlebt hat, wie das Gehirn eine Info Schritt für Schritt akzeptiert (erst klingt es **fremd**, dann ein wenig **vertraut**, dann noch **vertrauter**, dann **vertraut-fast-bekannt** und auf einmal **kennen wir es!**), kann das nicht nachvollziehen. Bei meiner Methode kann man diesen Prozess sehr bewusst miterleben. Das allein ist schon spannend!

**Das machen wir nun mit dem gesamten Lektionstext.** Allerdings gilt: **Bei sehr langen Lektionen** unterteilen wir diese in 2 oder 3 Teile, um mit jedem Teil der Reihe nach die Schritte 1 bis 3 zu durchlaufen (Schritt 4 fällt ja **mit dem Unterricht zusammen**). Der Grund ist leicht einzusehen: **Wenn wir mit dem Text vertraut sind, den Inhalt verstehen** (beim HÖREN und bald auch beim LESEN), **dann kann die Lehrkraft uns nicht mehr verwirren, egal was sie macht**. Ihr Unterricht soll ja für jene Schüler sein, die noch nichts wissen, also müssten wir auf alle Fälle gut mitkommen.

Wichtig: Am Anfang jeder neuen Lektion im Unterricht sollten wir nur »brav mitmachen«, nicht aber »vorpreschen« (dazwischenrufen, mit den Fingern schnippen etc.). Das dürfen wir frühestens ab der Mitte der Lektion. Wenn Lehrkräfte dann fragen, was sich geändert hat, weil es sie nervös macht, wenn schlechte Schüler (in diesem Fach) plötzlich um ein bis zwei Noten besser sind (und bald um zwei bis drei Noten!), antwortet ihr ehrlich, dass ihr **jetzt MEHR lernt**. (Dass ihr in weniger Zeit mehr schafft, müsst ihr ja nicht erläutern; die Lehrer glauben, ihr würdet mehr Zeit auf stupides Vokabelnpauken etc. verwenden, und sind

zufrieden.) Lehrkräfte mögen es nämlich nicht, wenn man **vorauslernt** (das gilt auch für andere Fächer).

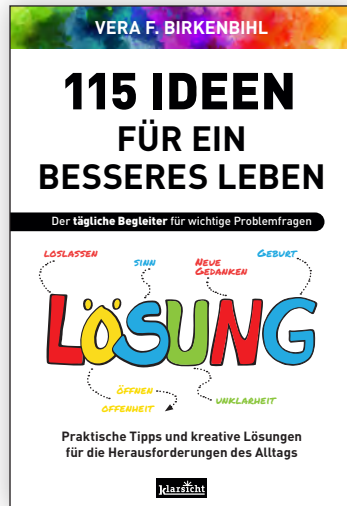
### **Schritt/Phase 3: HÖREN/Passiv**

Darüber sprechen wir in den **Clip-Informationen zu CLIP 3** (Seite 40); hier nur so viel: Es handelt sich um **eine Art unbewusstes Hören**, bei dem man nicht wirklich wahrnimmt, was das Ohr NEBENBEI hört. Dementsprechend brauchen wir für diesen Lernschritt keine Minute unserer wertvollen Zeit zu opfern.

### **Schritt/Phase 4: AKTIVITÄTEN**

Ab jetzt kann man alles tun, was man tun möchte (oder muss), also selbst **sprechen** (z.B. die Texte laut **vorlesen**), **lesen** (jetzt alle Wörter in der Zielsprache ansehen, während wir in Schritt 2 nur diejenigen »lasen«, die wir schon kannten). Inzwischen **kennen** wir **Bedeutung und Klang-BILD** aller Wörter und können uns JETZT als **letzten Lese-Schritt** auch ans **Schrift-BILD** gewöhnen.

*Mit diesem Buch halten Sie den Schlüssel zu einem  
besseren Leben in Ihren Händen!*



Vera F. Birkenbihl, die Meisterin der lebensnahen Ratschläge, hat 115 Ideen gesammelt, die Ihr Leben sofort verbessern können. Sie finden Antworten auf Fragen, die Sie schon immer beschäftigt haben: Wie überwinde ich meinen Ärger? Wie mache ich ein unwiderstehliches Angebot? Wie gewinne ich mehr Gelassenheit im Alltag?

Jede Seite bietet eine neue, praxiserprobte Technik, um Herausforderungen zu meistern und Ihren Alltag effizienter und erfüllender zu gestalten. Diese Strategien sind nicht nur einfach umzusetzen, sondern auch nachhaltig wirksam. Seien Sie gespannt auf Tipps, die Ihren Horizont erweitern und Ihre Lebensqualität steigern werden.

Nutzen Sie die Gelegenheit, Ihr Potenzial voll auszuschöpfen und entdecken Sie, wie Sie mit kleinen Veränderungen große Erfolge erzielen. Vera F. Birkenbihl zeigt Ihnen, wie Sie das Beste aus jedem Tag herausholen und Hindernisse in Chancen verwandeln. Dieses Buch ist Ihr persönlicher Begleiter auf dem Weg zu einem glücklicheren, erfolgreicherem und stressfreieren Leben.

*Sie wollen Ihre persönlichen Ziele erreichen und  
haben Schwierigkeiten dies umzusetzen?*



In diesem Buch-Seminar lädt die Bestsellerautorin und Trainerin ihre Leser posthum zu einer spannenden Selbst-Inventur ein: Was wollen wir in unserem Leben erreichen? Welche Ziele haben wir? Und was sind die persönlichen Fixsterne, die alle anderen Ziele überstrahlen und dem Leben Tiefe verleihen?

Vera F. Birkenbihl erklärt anschaulich und leicht verständlich, wie man seine eigenen Lebensziele erkennt, welche Hürden auf dem Weg dorthin möglicherweise überwunden werden müssen und wie man die dafür nötige Kraft findet.

Ein Buch voller wertvoller Denkanstöße über das, was man im Leben wirklich erreichen möchte!

*Stellen Sie sich ein Leben ohne Ärger vor!  
So kommen Sie diesem Ziel näher.*



Das Anti-Ärger-Buch ist ein konkurrenzloses Feuerwerk kluger Ideen, aber auch ein Leitfaden auf der Entdeckungsreise zu sich selbst und für ein ausgeglicheneres, entspannteres Leben.

Ärger schadet uns und unserem Immunsystem. Deshalb ist es wichtig – auch um unserer Gesundheit willen – zu lernen, bewusst mit ihm umzugehen.

In den vier Jahrzehnten ihrer Arbeit hat Vera F. Birkenbihl eine Fülle von alltagstauglichen Anti-Ärger-Strategien entwickelt, von denen sie hier die 59 besten präsentiert. Statt sich jeweils nur auf Theorie oder Praxis zu beschränken, liefert das vorliegende Buch sowohl eine interessante Einführung in die wissenschaftlichen Grundlagen als auch einen umfangreichen Praxisteil.

Das herausnehmbare »Gefühlsrad« zeigt Ihnen zudem, in welcher Stimmungslage Sie sich gerade befinden – ein spielerischer und zugleich ernsthafter Weg, sich mit seinen Emotionen auseinanderzusetzen.

*Plötzliche Leere im Kopf, als hätten Sie  
alles Wissen ausgelöscht?*



Bestsellerautorin Vera F. Birkenbihl hat ein revolutionäres Modell entwickelt, das Ihre Kreativität als Schlüssel zur Problemlösung aktiviert. In »Denkwerkzeuge für den Alltag« entdecken Sie Birkenbihls geistigen Werkzeugkasten: Ein Arsenal an kreativen Techniken, die Sie befähigen, jede Herausforderung zu meistern.

Dieses Buch ist Ihr ultimatives geistiges Multitool – kompakt, multifunktional und immer griffbereit. Erfahren Sie, wie Sie mit über 60 verschiedenen Methoden Ihre Denkprozesse revolutionieren und aus eingefahrenen Denkmustern ausbrechen.

Setzen Sie praktische Beispiele und direkte Anleitungen sofort um. Von schneller Problemanalyse bis hin zu komplexen kreativen Strategien – dieses Buch rüstet Sie mit den nötigen Werkzeugen aus, um stets die optimale Lösung zu finden. Entfesseln Sie Ihr volles Potenzial und beugen Sie zukünftigen geistigen Blockaden vor.

Mit »Denkwerkzeuge für den Alltag« sind Sie bestens gerüstet, jede Herausforderung spielend zu meistern und kreative Lösungen zu entdecken.

*Fühlen Sie sich manchmal überfordert, wenn es darum geht, Ihrem Kind bei den Hausaufgaben zu helfen?*



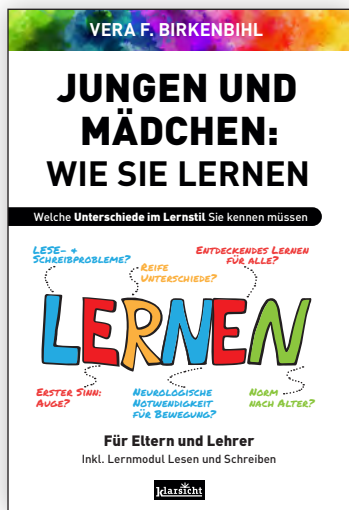
Mit Vera F. Birkenbihls »Eltern-Nachhilfe« bekommen Sie das entscheidende Werkzeug an die Hand, um Ihr Kind effektiv und nachhaltig zu fördern. Dieses Buch ist Ihr unverzichtbarer Begleiter durch den Schulalltag.

Die Expertin für gehirn-gerechtes Lernen, Vera F. Birkenbihl, liefert Ihnen erprobte Methoden und praxisnahe Tipps, um das Lernen mit Spaß und effektiv zu gestalten. Entdecken Sie, wie Sie die Motivation Ihres Kindes steigern und ihm helfen können, komplexe Inhalte leichter zu verstehen und zu behalten.

»Eltern-Nachhilfe« ist vollgepackt mit nützlichen Anleitungen und verständlichen Erklärungen, die Lernen zu einem positiven Erlebnis für die ganze Familie machen. Vera F. Birkenbihl zeigt Ihnen, wie Sie die natürlichen Lernprozesse Ihres Kindes ankurbeln und mit einfachen, aber wirkungsvollen Veränderungen große Erfolge erzielen – von der optimalen Lernumgebung bis hin zu motivierenden und spaßigen Übungen.

Werden Sie zum besten Lerncoach, den Ihr Kind sich wünschen kann – und erleben Sie gemeinsam die Freude am Lernen.

*Stellen Sie sich vor, Sie könnten in die Köpfe Ihrer Kinder blicken und verstehen, warum sie auf ganz bestimmte Weise lernen und agieren.*

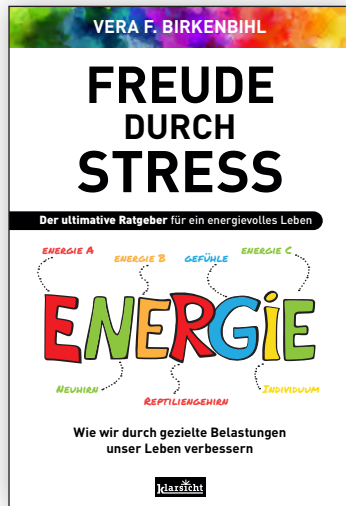


Vera F. Birkenbihl nimmt Sie mit auf eine spannende Reise durch die unterschiedlichen Lernwelten von Jungen und Mädchen. Mit ihrer einzigartigen Mischung aus Humor, wissenschaftlicher Tiefe und praktischen Tipps eröffnet sie Ihnen neue Perspektiven auf das Lernen.

In diesem aufschlussreichen Buch enthüllt Birkenbihl, warum Jungen scheinbar unaufhörlich aktiv sind, während Mädchen oft ruhig und konzentriert verharren können. Sie entwirrt, wie sich diese Unterschiede schon im Kleinkindalter manifestieren und welche weitreichenden Konsequenzen sie für das Lernen haben. Durch lebendige Studien und praxisnahe Beispiele vermittelt sie, wie Sie die Lernpotenziale Ihrer Kinder voll ausschöpfen und individuell fördern können.

Dieses Buch bietet nicht nur tiefgreifendes Wissen, sondern auch einen praktischen Ratgeber mit zahlreichen Übungen und Techniken, die das Lernen erleichtern. Die innovativen Methoden von Birkenbihl bringen Spaß und Erfolg ins Lernen – egal ob im Klassenzimmer oder zuhause.

*Sie glauben, Stress sei der Feind?  
Denken Sie noch einmal nach!*



Dieses Buch zeigt Ihnen, wie Sie Stress als Ihren größten Verbündeten gewinnen können.

Vera F. Birkenbihl, Bestsellerautorin und Expertin für Gehirntraining, offenbart revolutionäre Techniken, mit denen Sie Stress in pure Lebensfreude und Erfolg umwandeln.

Verstehen Sie die Funktionsweise Ihres Reptiliengehirns und die enge Verbindung zwischen Angst und Freude. Nutzen Sie gezielte Herausforderungen, um Ihr Denkhirn zu aktivieren und Ihre Energiereserven optimal zu nutzen. In praktischen Kapiteln erfahren Sie, wie Sie Stress gezielt dosieren und anwenden können, um Ihre Ziele zu erreichen und Ihr Leben in vollen Zügen zu genießen.

Dieses Buch ist Ihr Schlüssel zu mehr Motivation, Energie und Lebensqualität. Mit wissenschaftlich fundierten Methoden und praxiserprobten Tipps wird Stress zu Ihrem besten Freund – für ein erfülltes und leistungsstarkes Leben. Treten Sie aus Ihrer Komfortzone heraus und entfalten Sie das volle Potenzial Ihres Geistes!

*Fühlen Sie sich erschöpft vom endlosen Büffeln,  
das nie zu haften scheint?*



Entdecken Sie mit Vera F. Birkenbihl bahnbrechende Techniken, die das Lernen nicht nur vereinfachen, sondern auch zur Freude machen! In »Prüfungen bestehen« deckt Birkenbihl die Mängel traditioneller Lernansätze auf und zeigt Ihnen, wie Sie Lernhürden spielend überwinden.

Stellen Sie sich Ihr Gehirn als lebendiges Kloster vor, in dem Wissen harmonisch gesammelt und abgerufen wird. Birkenbihls gehirn-gerechtes Lernen verankert Wissen nachhaltig und macht es jederzeit zugänglich. Erleben Sie, wie ABC-Listen, KaWas oder der Tapeten-Effekt das Lernen verwandeln und Ihnen ermöglichen, Prüfungen zu meistern.

Ihr Gewinn? Schnelleres, effektiveres Lernen und das Gefühl des Erfolgs, wenn alles »klickt«. »Prüfungen bestehen« ist Ihr Ticket zu einer inspirierenden Lernerfahrung, die Schüler, Studenten und Erwachsene gleichermaßen begeistert.

Tauchen Sie ein in ein Lernen, das nicht nur effektiv, sondern auch erfüllend ist.

*Möchten Sie bei Ihrer nächsten Präsentation begeistern, in Verhandlungen dominieren und in Diskussionen blitzschnell kontern?*



»Rhetorik: Redetraining für jede Gelegenheit « von Vera F. Birkenbihl macht aus Ihnen einen Meister der Kommunikation. Dieses Buch ist Ihr ultimativer Guide, um rhetorische Skills spielerisch zu entwickeln und schrittweise zu perfektionieren.

- ✓ **Kommunikation, die fesselt:** Lernen Sie, wie Sie Ihr Publikum in den Bann ziehen und Ihre Argumente gezielt platzieren.
- ✓ **Interaktive Übungen:** Steigern Sie Ihre Schlagfertigkeit und rhetorische Fitness – von Atemtechniken bis hin zu überzeugender Argumentation.
- ✓ **Feedback, das weiterbringt:** Optimieren Sie Ihre rhetorische Wirkung durch konstruktives Feedback.

Vera F. Birkenbihl, renommiert für ihren witzigen und gehirngerechten Ansatz, führt Sie durch einen Prozess, der nicht nur Ihre Rhetorik, sondern auch Ihr Selbstvertrauen stärkt. Egal, ob im Beruf oder im Privaten – dieses Buch ist Ihr Schlüssel, um in jeder kommunikativen Situation zu glänzen.

*Möchten Sie Ihre rhetorischen Skills in Rekordzeit  
auf ein neues Level bringen?*

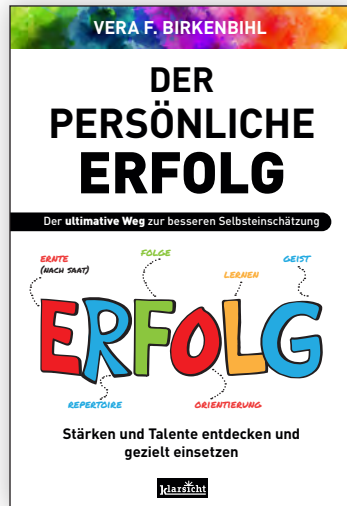


»Rhetorik-Training kompakt« von Vera F. Birkenbihl ist das perfekte Tool, um Ihre Kommunikationsfähigkeiten effizient zu schärfen. Ob für ein unerwartetes Meeting oder eine spontane Präsentation, hier finden Sie präzise Techniken für sofortige Erfolge. Knackiges Fachwissen, zielführende Übungen und prägnante Tipps – komprimiert und ohne Umwege.

Dieses Buch garantiert schnelle Erfolge und ist ideal für alle, die kurzfristig ihre rhetorische Überzeugungskraft stärken möchten – sei es für geschäftliche Meetings oder überraschende Redeanlässe. Erzielen Sie unmittelbare Verbesserungen, die Ihr Selbstvertrauen und Ihre Ausstrahlung merklich steigern. Dieses Buch ist Ihre rhetorische Erste-Hilfe-Box: praktisch, handlich und immer einsatzbereit.

Mit »Rhetorik-Training kompakt« sind Sie immer bestens gerüstet, um rhetorisch zu glänzen – schnell, wirkungsvoll und mit minimalem Aufwand. Ein Muss für jeden, der eine sofort spürbare Verbesserung seiner Kommunikationsfähigkeiten anstrebt.

*Was sind Ihre persönlich angelegten Talente und wie können Sie sie fördern?*

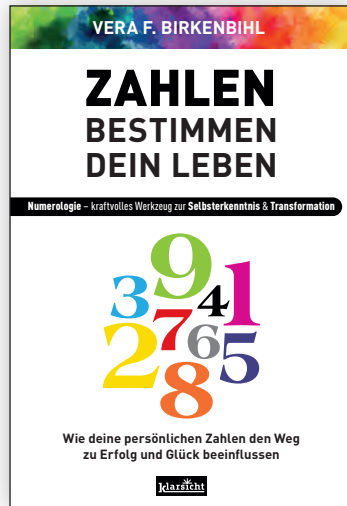


In »Der persönliche Erfolg« zeigt Ihnen Vera F. Birkenbihl, wie Sie Ihre verborgenen Talente und Stärken identifizieren und gezielt einsetzen können. Es wird Ihnen nicht nur theoretisches Wissen geboten, sondern praxiserprobte Methoden und Checklisten, die Ihre persönliche und berufliche Entwicklung revolutionieren werden.

Mit einzigartigen Übungen finden Sie heraus, was in Ihnen steckt, und Ver F. Birkenbihl zeigt Ihnen, wie Sie diese Fähigkeiten gewinnbringend einsetzen. Spüren Sie den Nervenkitzel, wenn Sie erkennen, warum bestimmte Situationen Ihnen Unbehagen bereiten und wie Sie dies ändern können. Lassen Sie sich nicht länger von ungenutztem Potenzial bremsen – entfesseln Sie Ihre innere Stärke und gehen Sie den Weg zu mehr Lebensfreude und Erfolg. Dieses Buch ist Ihr Schlüssel zu einer neuen Ära der Selbsterkenntnis und des Triumphs.

Bestens geeignet für: Berufstätige und Fachkräfte, Studenten und junge Erwachsene, Eltern und Erzieher, Coaches und Trainer, Selbsthilfe- und Persönlichkeitsentwicklungs-Enthusiasten.

*Bist du bereit, die verborgenen Kräfte der Zahlen zu nutzen, um dein Leben bewusst zu gestalten?*

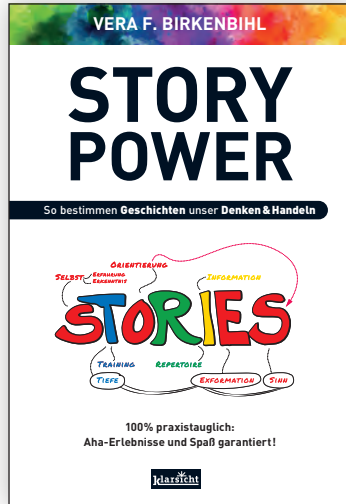


Stell dir vor, du hältst den Schlüssel zu einem tieferen Verständnis deiner selbst und deiner Mitmenschen in der Hand – genau das bietet dir dieses Buch. Vera F. Birkenbihl nimmt dich mit auf eine faszinierende Reise in die Welt der Numerologie, nicht als starrer Lehransatz, sondern als ein kraftvolles Werkzeug zur Selbsterkenntnis und Transformation.

Durch das Entschlüsseln deiner Schicksals- und Namensnummern öffnet sich ein Weg zu einem bewussteren Leben. Du erkennst verborgene Stärken, überwindest innere Blockaden und lenkst deine Energie gezielt in die Richtung, die dich persönlich und beruflich wachsen lässt. Die uralte Weisheit der Zahlen wird in deiner Hand zu einem Kompass, der dir zeigt, wie du deine Lebensaufgaben meistern und deine wahre Kraft entfalten kannst.

Mit praktischen Anleitungen und tiefen Einsichten bietet Birkenbihl dir einen Zugang, der leicht verständlich und zugleich tiefgreifend ist. Es ist mehr als ein Buch – es ist ein Vehikel, das dir hilft, dein wahres Potenzial zu entdecken, bewusster auf deine Umgebung zuzugehen und dein Leben auf ein neues Level zu heben.

*Können Storys uns verändern? Und was sind starke oder schwache Storys?*



Überarbeitete Neuauflage! Im ersten Teil dieses Buches zeigt die Bestseller-Autorin anhand zahlreicher Fallbeispiele, wie wichtig Sprachbilder und emotional ansprechende Geschichten – also Storys – für jeden von uns sind. Dies gilt auch für Menschen, die das nicht glauben wollen, denn Storys beeinflussen unser Denken und Handeln ganz unmittelbar. Sie prägen unser Weltbild und die Art, wie wir uns selbst sehen. Im zweiten Teil gibt uns Vera F. Birkenbihl einige Storys mit auf unseren Lebensweg.

Dieses Buch ist ein Buch-Seminar: Es enthält alles, womit wir unser Privatseminar gestalten können, inklusive kleiner Trainingsaufgaben. So stellen sich sofort prägende Aha-Erlebnisse ein und wir haben Spaß an den Veränderungen, die dieses Buch bewirkt.

»Die Macht der Geschichten sollte jedem, der mit Menschen zu tun hat und sich selbst besser verstehen will, bewusst sein. Absolut empfehlenswert!«

*Das umfassende Birkenbihl-Standardwerk:  
So werden Sie vom Gehirn-Besitzer zum  
Gehirn-Benutzer!*



Die Birkenbihl-Methoden unterstützen seit Jahrzehnten Kinder und Erwachsene in ihrem Denken und Lernen. Sie helfen das Wissen aus Alltag, Arbeit und Schule effizient zu verarbeiten und zu festigen. Die gehirngerechten Arbeitstechniken erleichtern das Erlernen von Fremdsprachen und helfen dabei die Grundregeln der Kommunikation zu vertiefen und sich bestens auf Präsentationen und Tests vorzubereiten.

In »Best Of Birkenbihl« sind die wichtigsten und erfolgreichsten Lernmodelle von der Expertin Vera F. Birkenbihl zusammengeführt, um die eigenen Potenziale zu nutzen und voll zu entfalten:

- ✓ Übungen, Tipps und KaWas zu Kommunikation, Fragetechnik und Rhetorik
- ✓ Denkwerkzeuge für den Alltag
- ✓ Assoziative Lernspiele
- ✓ Gehirngerechtes Lernen
- ✓ Fremdsprachen lernen mit der Birkenbihl-Methode

*Bringen Sie Ihre Kommunikations- und Rhetorikfähigkeiten in nur 30 Tagen auf das nächste Level!*



Mit dem 30-Tage-Trainings-Programm von Vera F. Birkenbihl, der Meisterin des gehirn-gerechten Lernens, ist der Erfolg garantiert. Dieses Buch ist nicht nur ein Leitfaden, sondern ein interaktives Seminar, das Sie bequem von zu Hause aus absolvieren können.

- ✓ **Praktische Übungen und Spiele:** Erleben Sie eine Vielzahl von Aufgaben, die nicht nur effektiv, sondern auch unterhaltsam sind.
- ✓ **Modulares Lernen:** Passen Sie das Training Ihrem eigenen Tempo an und wählen Sie die Module aus, die für Sie am relevantesten sind.
- ✓ **Selbst- und Fremdeinschätzung:** Nutzen Sie Fragebögen, um ein besseres Verständnis Ihrer eigenen Kommunikationsstärken und -schwächen zu erhalten.

Vera F. Birkenbihl, bekannt für ihren humorvollen und leicht verständlichen Stil, bietet Ihnen erprobte Methoden und Techniken, die auf den neuesten Erkenntnissen der Gehirnforschung basieren. Sie zeigt Ihnen, wie Sie durch gezieltes Training und praktische Übungen Ihr volles Potenzial entfalten können.

# Die Original Birkenbihl Sprachkurse

## Für alle, die Sprachen lieben!

Entdecke deinen perfekten Online-Sprachkurs in unserer großen Auswahl an Sprachen und praxisnahen Themen – abgestimmt auf jedes Level. **Starte jetzt und bringe deine Sprachkenntnisse auf das nächste Level!**



Zum Beispiel mit dem beliebten Sprachkurs:

**SPANISCH LERNEN**  
für Einsteiger  
(A1-A2)



### Die Birkenbihl-Methode ist der Schlüssel zu ...

- ✓ **angstfreier Kommunikation** in Wort und Schrift
- ✓ **sicherem Sprachgebrauch** in Beruf & Alltag
- ✓ **schnellen Erfolgen** mit bis zu 75% Zeitersparnis
- ✓ praktischem Lernen **ohne komplizierte Grammatikregeln**
- ✓ spürbaren Fortschritten im **eigenen Lerntempo**



**Jetzt starten!**

**[www.birkenbihl-sprachen.de](http://www.birkenbihl-sprachen.de)**

## Nie wieder Frust mit Fremdsprachen!

Du kämpfst mit schlechten Noten im Fremdsprachenunterricht? Hast du das Gefühl, dass du einfach nicht schnell genug lernst, während es bei anderen ganz leicht aussieht?

Vielleicht denkst du, es liegt an dir, aber das ist nicht wahr. Dein Gehirn funktioniert nur anders – vielleicht bist du einfach »neuronal langsam«, und das ist völlig okay! Du brauchst nur eine Methode, die auf dich abgestimmt ist.

»Fremdsprachen lernen für Schüler« zeigt dir, dass es auch anders geht. Schluss mit dem ewigen Pauken und Frust – die Birkenbihl-Methode gibt dir eine neue, entspannendere Art, Sprachen zu lernen. Ohne Stress, ohne Druck. Hier wirst du nicht in Vokabellisten ertränkt. Mit Techniken wie dem Dekodieren und passiven Hören wird dein Gehirn ganz natürlich in Schwung gebracht.

Stell dir vor, wie gut es sich anfühlt, wenn das Lernen plötzlich Spaß macht und du endlich Erfolgserlebnisse hast! Du wirst merken, dass es nicht deine Schuld war, dass du Schwierigkeiten hattest – du brauchst nur eine Methode, die zu dir passt.

Dieses Buch bietet dir den Schlüssel, um endlich den Frust hinter dir zu lassen und den Spaß am Lernen zu entdecken. Es ist okay, wenn du langsamer lernst als andere – mit der richtigen Methode kannst du trotzdem richtig gut werden. Stell dir vor, wie es wäre, wenn du im Unterricht plötzlich mitkommst, die Lehrer dich loben und du stolz auf deine Fortschritte bist. Es liegt nicht an dir – und du bist nicht alleine. Du kannst das schaffen!



Über drei Millionen Menschen haben erfolgreich ihre Sprachkurse, Bücher, Tonaufnahmen sowie Videos angewendet und über 350.000 Menschen haben sie in Vorträgen und Seminaren live erlebt. Ihre Bücher sind bis heute Bestseller. Auch die Birkenbihl-Methode, Fremdsprachen zu lernen, wurde von ihr entwickelt.

Sie war die Leiterin des Instituts für gehirn-gerechtes Arbeiten und zählt noch heute zu den ganz Großen der Seminar- und Coaching-Szene. Die Erfolgstrainerin studierte in den USA Psychologie und Journalismus und begann dort 1970 mit ersten Vorträgen und Seminaren in Industrie und Wirtschaft. Ende 1972 kehrte sie nach Europa zurück und führte ihre Seminartätigkeit sehr erfolgreich fort. Zu ihren Kunden zählten BMW, LBS, Sony, IBM, Procter & Gamble, Siemens, 3M, Henkel, Mercedes, Hewlett Packard u. v. a. Bis zu ihrem Lebensende im Dezember 2011 war sie als freie Autorin und Trainerin tätig.

Mehr Infos und weitere Veröffentlichungen auf

[www.klarsicht-verlag.de](http://www.klarsicht-verlag.de)

[www.birkenbihl-sprachen.de](http://www.birkenbihl-sprachen.de)

[www.birkenbihl.tv](http://www.birkenbihl.tv)

ISBN 978-3-98584-220-9



9 783985 842209