



Hjärnan spelar en väldigt central roll i alla våra liv. Den styr så gott som allt - våra tankar, handlingar, drömmar... Det är hjärnan som lagrar alla våra minnen, allt det vi lär oss.

Ju mer vi förstår hur vår hjärna fungerar desto lättare kan det vara för oss att lära oss nya saker. Om vi förstår hur minnen skapas och hur de plockas fram; varför det ibland kan vara hopplöst att lära sig något och varför vissa saker fastnar lätt i minnet, kan vi samarbeta med hjärnan istället för att motarbeta den (vilket vi lätt gör utan att veta om det).

Då det kommer till inläring och skolarbete kan man ju tycka att det vore väldigt smart att förstå sig på sin egen hjärna, att få lära sig hur den arbetar så att man kan jobba hjärnsmart, **på hjärnans villkor.**

Visste du att det finns ett ämne i din kropp som kan göra under för inläringen om du lyckas få kroppen att utsöndra mer av det?

Visste du att det finns en del i hjärnan som kan göra det väldigt svårt för dig att lagra ny kunskap?

Visste du att du kan när som helst och var som helst se till att det skapas nya hjärnceller i den delen av hjärnan som skapar dina minnen?

Visste du att du kan utnyttja vissa delar och funktioner i hjärna till att lära dig snabbare och att minnas bättre?

Genom att läsa dessa korta kapitler om minnet och utvalda delar av hjärnan, kommer du lättare kunna ta till dig resten av kapitlen och materialet på Läroteket. Förhoppningsvis får du och ditt barn en bättre förståelse varför det t.ex. ibland kärvar till sig vid pluggandet och att ni tillsammans kan hitta sätt och knep att **utnyttja hjärnans egenskaper till barnets fördel.**