

Aivopuoliskojen yhdistäminen

Kahden aivopuoliskon erilaiset tehtävät ovat nykyään niin tuttu osa yleistä tietämystä, ettei ole harvinaista kuulla ihmistä kuvattavan oikea- tai vasenaivoiseksi. Jompi kumpi aivopuolisko onkin meillä jokaisella jonkin verran hallitseva. Ihmisillä voi olla taipumus käsitellä asioita mieluummin joko analyyttisesti osina tai kokonaisvaltaisesti varsinkin stressitilanteissa. Mutta mitä enemmän käytämme molempia aivopuoliskojamme, sitä älykkäämmin pystymme toimimaan. Itse asiassa on välttämätöntä käyttää aivojen molempia puoliskoja, jotta olisi mahdollisimman taitava missä tahansa asiassa.

Esimerkiksi luovuus ei ole vain hahmottavan aivopuoliskon toiminto. Se on koko aivojen prosessi, johon tarvitaan sekä loogisen aivopuoliskon tekniikkaa ja yksityiskohtia että hahmottavan aivopuoliskon tajunnanvirtaa ja tunteita. Samalla tavoin kielellinen sujuvuus vaatii sanat ja oikean lauserakenteen vasemmalta ja mielikuvan, tunteen ja murteen oikealta. Eri osien yhteistoiminta mahdollistaa helposti sekä kielen sujuvan lukemisen että sen ymmärtämisen ja luovan käytön.

Lateraaliset ristiliikkeet, kuten vauvan konttause, aktivoivat molemmat aivopuoliskot tasapuolisesti. Nämä toiminnot käyttävät kehon molempia puolia yhtäläisesti ja molempien jalkojen koordinoitua liikettä samoin kuin vartaloliikkeen tasapaino. Kun molempia silmiä, molempia korvia, molempia käsiä ja molempia jalkoja käytetään tasapuolisesti, aivopuoliskojen välisiä toimintoja ohjaava aivokurkiainen kehittyä täydellisemmin. Kun molemmat aivopuoliskot ja niiden kaikki neljä lohkoa aktivoidaan, kognitiiviset toiminnot tehostuvat ja oppiminen helpottuu.

Kun oppijat ja opettajat käyttävät hyväkseen tätä yksinkertaista aivojen tehokkuuden lisäämisen tapaa, oppimisesta tulee väkisin kiehtovampaa ja onnistuneempaa. Minua on esimerkiksi ilahduttanut, kun olen nähnyt matematiikkaa opetettavan uusilla, molempia aivopuoliskoja hyödyntävillä tavoilla. Itselleni kertotaulu oli tervanjuontia – tuntikausien ulkoa opettelua. Nykyään opettajat saattavat muodostaa luokissaan yhteistyötä tekeviä oppimisryhmiä, joiden tehtävänä on kirjoittaa räppi, jonka he sitten opettavat muulle luokalle. Loogisen aivopuoliskon numerot ja hahmottavan aivopuoliskon rytmi ja mielikuvat tuottavat lyömättömän yhdistelmän oppimisen helpottamista ajatellen.

LÄHDE:

Hannaford C. 1995. Viisaat Liikkeet, s.65. Great Ocean Publishers, Inc. Atlanta, U.S.A.