

Klingelklingel!

Lehrer: „Guten Morgen!“

Schüler: „Guten Morgen Frau Hoosoorwitz!“

Lehrer: „Wir werden heute einen unangekündigten Bio-Test schreiben. Stifteraus und den Rest vom Tisch, bitte!“

Schüler: „Oooh! Aber so etwas dürfen sie doch gar nicht machen! Einen unangekündigten Test! Wir haben nicht gelernt!“

Lehrer: „Ruhe bitte! Ich teile jetzt die Blätter aus und ab jetzt sagt keiner mehr ein Wort!“

Doch als sich Gisela den Test anschaut, fühlt sie sich wie in einem schlechten Alptraum gefangen. Frage 1: Warum träumen wir? keine Ahnung. Nächste Frage: Was bewirkt ein guter oder schlechter Schlaf? - Oh, dabei ich im Unterricht wohl wieder nicht mitgekriegt. - 3. Frage: Wieso können wir nicht komplett auf den Schlaf verzichten? - Heute fällt mir recht gar nichts ein. - 4. Frage: Was macht das Gehirn im Schlaf? - Hatten wir das überhaupt schon im Unterricht? - Wieso wissen die anderen das und ich nicht?

Dringelklingel!

Gisela: „Es kann doch nicht wahr sein, dass die Stunde schon vorbei ist!“ Eine ferne Stimme ruft:

„Aufwachen die Schule fängt in eine halben Stunde an!“

Gisela schreckt auf und denkt: „Alles nur ein dummer Traum. Gott sei Dank!“

Der Schultag wird genauso schlimm wie der Traum. Sie erhält eine 5 in Mathe wie schon bei den letzten Arbeiten.

Am Abend liegt sie im Bett und denkt:

„Warum bin ich nur so dumm?“

Auf einmal meldet sich eine Stimme: „Du bist nicht dumm!“

Gisela: „Ich bin sogar so dumm, dass ich merkwürdige Stimmen höre!“

Die Stimme: „Würdest du nur ein mal auf mich hören! Du hättest überall eine 1.“

Gisela: „Wer spricht da?“

Die Stimme: „Wer wohnt ich bin dein Gehirn!“

Gisela: „Ma klar! Und ich bin Gott!“

Gehirn: „Erinnerst du dich noch an deinen letzten Traum? Ich könnte alle Fragen beantworten!“

Gisela: „Wie wären die Antworten denn?“

Gehirn: „Die erste Frage lautete: Warum träumen wir? Du träumst, damit du dich auf schlimme Ereignisse vorbereiten kannst. Mehrmals träumst du auch Sachen, die dir vorher am Tag passiert sind, dies mache ich, weil ich versuche neue Informationen mit alten zu mischen und vielleicht neue Assoziationen bilden zu können.“

Gisela: „Und was bewirkt ein guter oder schlechter Schlaf?“

Gehirn: „Nach einem schlechten Schlaf fühlst du dich schlapp und du bist unkonzentriert. Außerdem bist du anfälliger für Krankheiten. Nach einem gutem Schlaf bist du viel schlauer, da sich am Vortag gelernte Sachen verfestigt haben.“

Gisela: „Wann schläfst du denn?“

Gehirn: „Ich schlafe nie. Ich arbeite jeden Tag und Nacht.“

Gisela: „Aber wenn man vom Schlafen schlau wird, warum bist du dann so schlau?“

Gehirn: „Ich weiß nicht alles, aber vieles. Deshalb kannst du nicht auf das Schlafen verzichten, denn würdest du nicht schlafen würdest du dich überall anstecken und dein Essen würde nicht verarbeitet werden und du würdest möglicherweise verhungern.“

Gisela: „Kannst du mir die letzte Frage: Was macht das Gehirn im Schlafen auch beantworten?“

Gehirn: „Wenn du dich hinlegst beginnt die Einschlafphase. Ich und der Körper entspannt sich. Nach ca. 10 min. beginnt der leichte Schlaf. Nun nehme ich keine äußere Reize mehr wahr. Nach der Leichtschlafphase kommt der Tiefschlaf. Das Wachstumshormon Melatonin wird ausgeschüttet und Knochen/ Haare Nägel, Wunden und die Haut wachsen nach. Dies waren die Non-REM (=keine schnelle Augenbewegungen unter geschlossenen Lidern) Phase. Danach kommt die REM-Phase. In dieser Phase verarbeite ich gelernte Sachen von dem Tag. Außerdem träumst du.“

Gisela: „Das heißt, ich bin gar nicht wach &  
Ich muss also nur viel schlafen!“

Gehirn: „Genau, merke dir: Schlafen machtschlau!“

Gisela: „Danke, für die Info“

Gehirn: „Keine Ursache und Gute Nacht. Träume was  
schreckliches, Ach ja, dass steure ich ja.“

Am nächsten Tag in der Schule schreibt Gisela  
einen Bio-Test über das Gehirn! Sie kann alle  
Fragen beantworten und schreibt eine 1+!