

LERNEN – GEWUSST WIE



Lernen will gelernt sein. Wer gut organisiert ist, kann besser lernen und wer gut plant, hat mehr Freizeit. Das Lernen wird dir einfacher fallen, wenn du ein Ziel vor Augen hast. Wozu lernst du? Für gute Noten, für einen Test oder für eine Abschlussprüfung? Am Anfang musst du dich vielleicht überwinden. Die Freude kommt mit dem Tun und damit kommt auch der Erfolg. Bevor du loslegst, ist es sinnvoll, die Grundsteine des Lernens zu kennen.

ARBEITSPLATZ UND LERNZEITEN ORGANISIEREN

- Richte dir deinen Arbeitsplatz so ein, dass er dich zum Lernen einlädt: Schaffe Ordnung auf dem Pult, vermeide Ablenkungen, schalte dein Handy aus und stelle das Lernmaterial griffbereit.
- Damit das Gelernte im Gedächtnis gespeichert bleibt, sollte regelmässig gelernt werden. Nach dem Motto: Lernen heisst repetieren und nochmals repetieren. Vereinbare mit dir selber fixe Termine für das Lernen, trage die geplanten Lernzeiten in einem Stundenplan ein.

DEN EIGENEN LERNSTIL FINDEN

Du kannst den Lernstoff über mehrere Kanäle aufnehmen:

- Durch den **Sehsinn**, indem du Texte liest und Bilder sowie Grafiken studierst.
- Durch den **Hörsinn**, indem du dir die Texte selbst vorliest und/oder sie auf einem Aufnahmegerät speicherst. Scheue dich nicht vor Selbstgesprächen, so kannst du dir das Gelernte selber erzählen und einprägen.
- Durch das **Handeln**, indem du Zusammenfassungen schreibst, Karteikarten erstellst und Bilder und Grafiken zeichnest.

Finde deinen bevorzugten Lernstil heraus und kombiniere ihn mit anderen Lernmethoden. Wenn du das Gelernte in eigenen Worten wiedergeben kannst, merkst du, ob du den Lernstoff verstanden hast. Das erarbeitete Wissen bleibt so besser im Gedächtnis erhalten und ist schneller abrufbar.

DIE DREI LERNSCHRITTE

Du kannst Lernstoff im Gedächtnis besser speichern, wenn du dich beim Lernen an folgende drei Schritte hältst:

Texte verstehen

Finde heraus: Um was geht es? Was ist das Wesentliche? Welches sind die wichtigen Begriffe und Definitionen? Besteht ein Zusammenhang mit dem, was du bereits weisst?

Text bearbeiten

Hebe die wichtigsten Sätze mit Leuchtstift hervor, halte Bemerkungen/Gedanken am Seitenrand fest.

Text verarbeiten

Zusammenfassungen

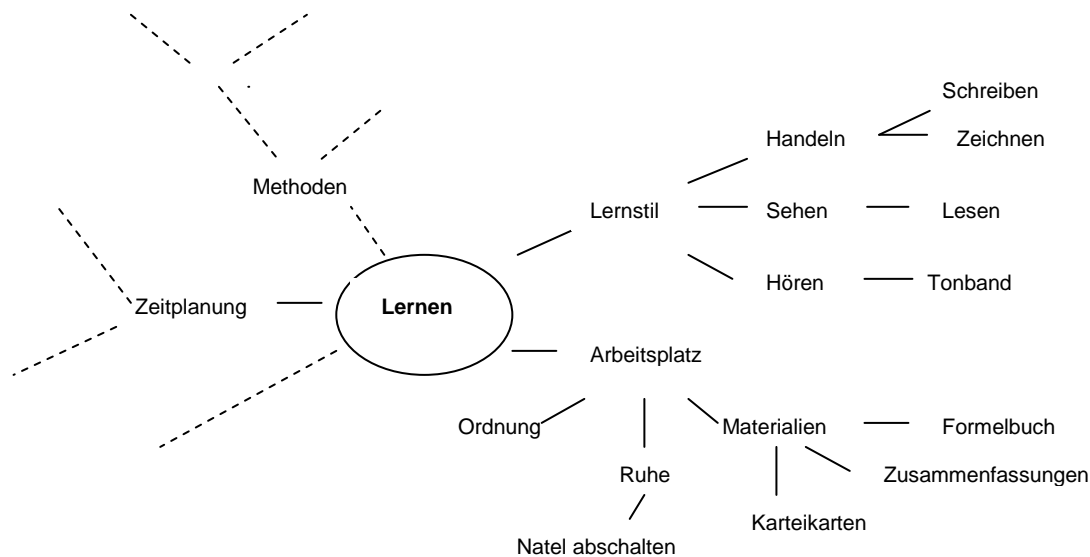
Schreibe eine Zusammenfassung, indem du dir das Wesentliche mit eigenen Worten in Stichworten und/oder eigenen Sätzen notierst. Achte auf Genauigkeit bei Definitionen, Formeln, Jahreszahlen und bei Fremdsprachen auf die richtige Schreibweise und Übersetzung.

Karteikarten

Die Lernkartei eignet sich für alle Fächer. Nimm Karteikarten und eine passende Schachtel und mache darin drei Abteile A B C. Schreibe auf der Vorderseite das zentrale Stichwort. Auf der Rückseite hältst du in eigenen Worten alles fest, was dazugehört. Auf die Karteikarten kannst du z.B. Fremdwörter und deren Bedeutung oder Daten/Auslöser von geschichtlichen Ereignissen schreiben. Lege alle beschrifteten Karten ins Abteil A. Diese Karten werden täglich wiederholt. Wenn du das Wissen fehlerfrei abrufen kannst, lege die Karten ins Abteil B. Repetiere nun auch die Karteikarten im Abteil B. Sind deine Antworten richtig, kommen sie ins Abteil C. Falsche Antworten legst du zurück ins Abteil A. Wiederhole die Karten im Abteil C mindestens einmal pro Woche.

Mind Mapping

Diese Methode eignet sich gut, um Zusammenhänge stichwortartig aufzuzeigen und alle Oberbegriffe zu einem Thema darzustellen und zu gruppieren. Es hilft dir, schwierige Texte zu strukturieren. So kannst du dir Lerninhalte auch fotografisch merken.



Literatur

- Wie lerne ich? Eine Anleitung zum erfolgreichen Lernen. Christoph Metzger, Sauerländer.
www.sauerlaender.ch > Shop > den Titel in der Rubrik «Suche» eingeben.
- Bessere Noten. Mit 10 Regeln zum Erfolg in der Berufsschule. Hanspeter Weiss, Sauerländer.
www.sauerlaender.ch > Shop > Den Begriff «Bessere Noten» in der Rubrik «Suche» eingeben.
- Merkblätter KV Schweiz. **www.kvschweiz.ch/Jugend/Merkblattserie**: „Wie lerne ich richtig“ und „Prüfungen keine Panik“
- Exploratives Lernen. Verena Steiner, PENDO Verlag.
www.piper-verlag.de > Titel in der Rubrik «Suche» eingeben

Januar 2012