

Arbeitshilfe 2 – für Studierende –

Lerntechniken

Lernblockaden vermeiden

Psychische Lernhemmung

- Bleiben Sie locker! Setzen Sie sich nicht unter Druck!
- Entspannen Sie sich, bevor Sie mit dem Lernen beginnen.

Intervallhemmung

- Nicht länger als 30 Minuten ohne Pause lernen.
- Nicht zu viel Neues auf einmal lernen.

Ähnlichkeitshemmung

- Versuchen Sie bei sehr ähnlichen Fakten, Formeln und Fachausdrücken die Unterschiede und Gemeinsamkeiten besonders hervorzuheben.
- Versuchen Sie Zusammenhänge durch graphische Visualisierungen darzustellen.
- Wechseln Sie bei aufeinanderfolgenden Lerneinheiten die Fächer ab.

Unlustgefühle

- Nehmen Sie sich nicht zu viel auf einmal vor.
- Gestalten Sie den Stoff ansprechend (farbig und übersichtlich).
- Lassen Sie sich von motivierten Kommilitonen anstecken.

Die Merk- und Erinnerungsfähigkeit verbessern

Sie werden sich neue Fakten am besten merken können, wenn sich diese mit möglichst vielen der folgenden Aspekte verknüpfen lassen:

- mit sensorischen Erfahrungen
- mit starken Emotionen
- mit bedeutsamen Assoziationen
- mit lebenswichtigen Erfahrungen
- mit persönlicher Bedeutsamkeit
- mit etwas Einzigartigem oder Andersartigen
- mit Wortanfängen und Wortendungen
- mit Wiederholungen

Tipp: Die besten Beispiele für solche Gedächtnishilfen erhalten Sie in der Werbung!

Lerngruppen

Sind die Mitglieder der Lerngruppe auf ihr Treffen vorbereitet?

- ☺ Erarbeitung des Grundwissens.
- ☺ Einigung auf Fragen und Themen, die bearbeitet werden sollen.
- ☺ Einigung auf feste Zeiten: Beginn, Pausen, Ende.
- ☺ Festlegung eines Lerngruppenleiters, falls die Gruppe dazu neigt, vom Thema abzuschweifen oder sich mit nutzlosen Diskussionen aufzuhalten.

Welche Lernform soll eingesetzt werden?

- ☺ Diskussion und Erörterung offener Fragen.
- ☺ Bearbeitung von Aufgaben unter prüfungsähnlichen Bedingungen.
- ☺ gegenseitiges Abfragen

Hinweis: Vier Personen bilden eine gute Gruppengröße.