

Tipps zur Verbesserung der Lernstrategien

Im Folgenden finden Sie eine Auflistung von Lernstrategien, die für Ihre Vorbereitung hilfreich sein können. Je nach Fachbereich sind unterschiedliche Lernstrategien notwendig und sinnvoll:

Prüfungsinhalte auswählen und aufbereiten

- Achtung „Vollständigkeitsfallen“!!! Versuchen Sie nicht den „ganzen Stoff“ blind zu erfassen, erstellen Sie einen ersten Lernstoffüberblick mithilfe von z.B. Mindmaps.
- Führen Sie Mitschriften in Lehrveranstaltungen, auch bei bereits bestehenden Skripten oder Lehrbüchern, um eine höhere Aufmerksamkeit und ein optimales Einprägen und Behalten von Lerninhalten zu fördern.
- Markieren Sie Schlüsselwörter in Texten farblich und zeichnen Sie Verbindungen zwischen zusammengehörigen Inhalten ein.
- Bündeln Sie Informationen durch Randbemerkungen bzw. kleine Zusammenfassungen am Ende eines Sinnabschnittes.
- Weitere nützliche Tipps finden Sie in dem Paper „Bewältigung von Schreibproblemen“, „Prüfungsangst“ und „Zeitmanagement“.

Prüfungsinhalte memorieren

Loci-Methode („Methode der Orte“)

- Verbinden Sie geistig die wichtigsten zu lernenden Begriffe (z.B. geschichtliche Daten, Reihenfolge chemischer Elemente) mit markanten Orten oder Punkten auf Ihren täglichen Routen (z.B. Bushaltestellen auf dem Weg zur Uni).

Mindmaps

- Mindmaps eignen sich hervorragend zum Erschließen und Visualisieren eines Themengebietes. Sie können hilfreich sein zum Planen oder zur Strukturierung von Mitschriften.

Ketten-Technik

- Verschriftlichen Sie Lerninhalte in kleine Erzählungen; sie werden besser eingepägt als einzelne Fakten, Zahlen, Begrifflichkeiten etc. Auf diese Weise werden Sie sich auch die einzelnen Begriffe in der richtigen Reihenfolge merken können.

Lernkarteikarten

- Legen Sie sich Lernkarteikarten an, die Sie in immer größer werdenden Abständen systematisch wiederholen.

(Fiktiver) Gesprächspartner

- Erzählen und erklären Sie den Prüfungsstoff einem (fiktiven) Gesprächspartner so gut wie möglich und lassen Sie sich von diesem „abfragen“. Dadurch erkennen Sie Ihre Lücken und Schwächen gezielter und können sich verbessern.

Spickzettel

- Notieren Sie sich wesentliche Inhalte auf einem „Spickzettel“ (beidseitig). Durch das Anfertigen werden die in Gang gesetzten Verarbeitungsmechanismen zu einem erfolgreichen Memorieren der Inhalte beitragen, sodass Sie den Spickzettel selbst am Prüfungstag nicht mehr benötigen werden.

Prüfungsfragen sammeln

- Sammeln Sie mögliche Prüfungsfragen, um Inhalte zu erschließen, wiederholen und reflektieren. Unterscheiden Sie dabei zwischen schriftlichen und mündlichen Prüfungen. Für mündliche Prüfungen sollten Sie mündlich üben, für schriftliche Prüfungen schriftlich üben.

Wortbild- Technik

- Assoziieren Sie frei und kreativ zu einem prüfungsrelevanten Wort/Begriff.



Literatur

Compact Redaktion (2009). *Das Buch der Lern-Techniken.* München: Compact. **Lehner, M. (2015).** *Viel Stoff- schnell gelernt. Prüfungen optimal vorbereiten.* Göttingen: Die Werkstatt. **Voss, R. (2012).** *Studi-Coach. Studieren für Anfänger.* Konstanz: UVK.