

Besser lernen

Martin Schuster
Hans-Dieter Dumpert

Besser lernen

Mit 18 Abbildungen

 Springer

Prof. Dr. Martin Schuster
Universität zu Köln
Insitut für Psychologie
Humanwissenschaftliche Fakultät
Gronewaldstraße 2
50931 Köln
Schuster@uni-koeln.de

Dr. Hans-Dieter Dumpert
Augustinerstr. 5
50354 Hürth
dumpert@t-online.de

Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek
Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie;
detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-540-29377-4 Springer Berlin Heidelberg New York

Dieses Werk ist urheberrechtlich geschützt. Die dadurch begründeten Rechte, insbesondere die der Übersetzung, des Nachdrucks, des Vortrags, der Entnahme von Abbildungen und Tabellen, der Funksendung, der Mikroverfilmung oder Vervielfältigung auf anderen Wegen und der Speicherung in Datenverarbeitungsanlagen, bleiben, auch bei nur auszugsweiser Verwertung, vorbehalten. Eine Vervielfältigung dieses Werkes oder von Teilen dieses Werkes ist auch im Einzelfall nur in den Grenzen der gesetzlichen Bestimmungen des Urheberrechtsgesetzes der Bundesrepublik Deutschland vom 9. September 1965 in der jeweils geltenden Fassung zulässig. Sie ist grundsätzlich vergütungspflichtig. Zuwiderhandlungen unterliegen den Strafbestimmungen des Urheberrechtsgesetzes.

Springer ist ein Unternehmen von Springer Science+Business Media
springer.de

© Springer-Verlag Berlin Heidelberg 2007

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, daß solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürften.

Satz und Herstellung: LE-TEX, Jelonek, Schmidt & Vöckler GbR, Leipzig
Einbandgestaltung: deblik, Berlin

SPIN 11567820

42/3100 YL - 5 4 3 2 1 0

Gedruckt auf säurefreiem Papier

Inhaltsverzeichnis

1 Der Dreischritt des Lernens	1
Ein lehrreiches Erlebnis	1
Der basale Dreischritt des Lernens	2
Ein Gedächtnismodell hilft, das Lernen zu verstehen	5
Erweiterungen des basalen Dreischritts des Lernens	9
Der basale Dreischritt des Lernens bei verschiedenen Lernstoffen ..	10
Riesige Stoffmengen, die bereits zum Lernen vorbereitet sind	12
Die Zeit zum Lernen wird knapp	12
War das schon alles?	13
Wird Lernen jetzt mühelos?	14
2 Kleines ABC des Lernens	15
A = Assoziation und lernen wie ein Esel, der über eine Brücke geht	15
B = Beiläufiges Lernen	16
D = Durchblutung des Gehirns	19
E = E-Learning	20
F = Farbe	21
G = Gruppe	21
H = Lernen durch Handeln	22
I = Individuelle Unterschiede/Lerntypen	23
K = Kindern beim Lernen helfen	24
L = Lernhilfen selbst konstruieren	27
M = Missverständnisse durch den Lernbegriff	28
N = Natürliches Lernen	30
O = Ort	39
P = Personalisierung	41
R = Relevanz und Emotion	43
SCH = Schlaf	46

S = Selbstbelohnung	47
T = Tiefe der Verarbeitung	49
U = Unterteilungen und Gliederungen	49
V = Vielfältig verknüpfen	50
W = Wichtig nehmen	51
Z = Zeit, zu der gelernt wird/Zeitmanagement	52

3 Sorgen und Nöte beim Lernen und wie man damit umgeht 59

Der Stoff ist scheinbar kaum zu bewältigen	59
Braucht man das alles wirklich?	61
Unsicherheiten reduzieren	63
Nicht anfangen können	67
Langeweile bewältigen	69
Erfolgslebnisse planen	70
Kränkungen durch Korrektur ertragen	71
Das Selbstgefühl stärken	73
Infantilisierung im Lernprozess	74
Ungerecht beurteilt werden	75
Sich nicht konzentrieren können	77
Einen Plan nicht einhalten können	78
Umschalten von: „Ich <i>soll</i> das lernen“ zu „Ich <i>will</i> das lernen“	81
Angst vor Prüfungen, Angst beim Lernen	82

4 Die Lernstoffdiagnose mit dem Lernkompass 93

Lernkompass	94
Ein Beispiel	96

5 Auswendiglernen 99

Vokabeln und Sprachen	99
Das Lernen von Namen	108
Das Lernen von Aufzählungen, Listen und Gliederungen	115

Das Lernen von Zahlen	131
Das Auswendiglernen von Gedichten oder Texten	143
Lernen von Bewegungsfolgen	147
Zeitweiliges Merken: Welche Karten sind noch im Spiel?	153
6 Sinngemäßes Wiedergeben	155
Sinngemäßes Lernen aus geschriebenen Texten	155
Lernen aus gesprochenen Texten: Vorträge, Vorlesungen, Unterricht	179
Lernen von Ereignissen im Ereignisverlauf	185
Behalten von Witzen	186
7 Lernen für verschiedene Abfrageformen	189
Multiple-Choice (Mehrfachwahlantworten)	189
Texte niederschreiben	190
Mündliche Prüfung	191
Aufgaben lösen, Wissen auf Fälle anwenden	192
8 Sich besser erinnern	195
Sich an Ereignisse erinnern	196
Sich an Vorsätze erinnern	197
Etwas wiederfinden	199
9 Wissen, Verstehen, Kreativität	201
Lernziel Wissen	201
Lernziel Verstehen	201
Lernziel Anwendung des Stoffs	211
Kreativität	213

10 Lernprodukte, E-Learning und Nützliches im Internet	219
Das Internet	219
Lernsoftware	221
11 Anhang	227
Das kyrillische Alphabet: eine memotechnische Aufbereitung	227
Liste einiger italienischer Vokabeln mit Schlüsselwörtern	229
Lösung der Fotofragen von S. 209	231
Lösungsvorschlag für die Mind-map der Aufgabe auf S. 174 (A) und der Beispielaufgabe zur Codierung einer Zahl S. 141 (B) .	231
Eine Hilfe zum Erlernen des Alphabets	231
Software, die beim Lernen hilft	233
12 Literatur	241