

# Inhaltsverzeichnis

|   |    |
|---|----|
| <b>1 Der Dreischritt des Lernens</b> .....                                  | 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 |
| <br>  |    |
| <b>2 Kleines ABC des Lernens</b> .....                                      | 15 |
| A = Assoziation und lernen wie ein Esel,<br>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        |
| <br>   |           |
| <b>3 Sorgen und Nöte beim Lernen und wie man damit umgeht</b> .....                | <b>59</b> |
| Der Stoff ist scheinbar kaum zu bewältigen .....                                   | 59        |
| Braucht man das alles wirklich? .....  | 61        |
| Unsicherheiten reduzieren .....  | 63        |
| Nicht anfangen können .....  | 67        |
| Langeweile bewältigen .....  | 69        |
| Erfolgserlebnisse 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        |
| <br>   |           |
| <b>4 Die Lernstoffdiagnose mit dem Lernkompass</b> .....                           | <b>93</b> |
| Lernkompass .....  | 94        |
| Ein Beispiel .....   | 96        |
| <br>   |           |
| <b>5 Auswendiglernen</b> .....   | <b>99</b> |
| 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        |
| <b>6 Sinngemäßes Wiedergeben .....</b>                                     | <b>155</b> |
| Sinngemäßes Lernen aus geschriebenen Texten .....                          | 155        |
| Lernen aus gesprochenen Texten: Vorträge, Vorlesungen,<br>Unterricht ..... | 179        |
| Lernen von Ereignissen im Ereignisverlauf .....                            | 185        |
| Behalten von Witzen .....  | 186        |
| <b>7 Lernen für verschiedene Abfrageformen .....</b>                       | <b>189</b> |
| Multiple-Choice (Mehrfachwahlantworten) .....                              | 189        |
| Texte niederschreiben .....  | 190        |
| Mündliche Prüfung .....  | 191        |
| Aufgaben lösen, Wissen auf Fälle anwenden .....                            | 192        |
| <b>8 Sich besser erinnern .....</b>  | <b>195</b> |
| Sich an Ereignisse erinnern .....  | 196        |
| Sich an Vorsätze erinnern .....  | 197        |
| Etwas wiederfinden .....   | 199        |
| <b>9 Wissen, Verstehen, Kreativität .....</b>                              | <b>201</b> |
| Lernziel Wissen .....  | 201        |
| Lernziel Verstehen .....   | 201        |
| Lernziel Anwendung des Stoffs .....  | 211        |
| Kreativität .....  | 213        |

|   |     |
|---|-----|
| <b>10 Lernprodukte, E-Learning und Nützliches im Internet</b> .....   | 219 |
| Das Internet .....  | 219 |
| Lernsoftware .....  | 221 |
| <br>  |     |
| <b>11 Anhang</b> .....  | 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)<br>und der Beispielaufgabe zur Codierung einer Zahl S. 141 (B) . | 231 |
| Eine Hilfe zum Erlernen des Alphabets .....   | 231 |
| Software, die beim Lernen hilft .....   | 233 |
| <br>  |     |
| <b>12 Literatur</b> .....   | 241 |