



10 TIPPS FÜR DEINEN LERNERFOLG



Eine positive Einstellung zum Lernstoff ist äußerst hilfreich!

Wer **ständig jammert** und sich **einredet**, dass das **Lernen** so **schwierig** und **mühsam** ist, der macht sich das **Leben unnötig schwer**. Denn eine **negative Einstellung erzeugt schlechte Laune**. **Schlechte Laune erzeugt Abwehr** und das **Lernen wird schwieriger**. **Umgekehrt erzeugt eine positive Einstellung zum Lernstoff positive Gefühle** und **damit Motivation**.

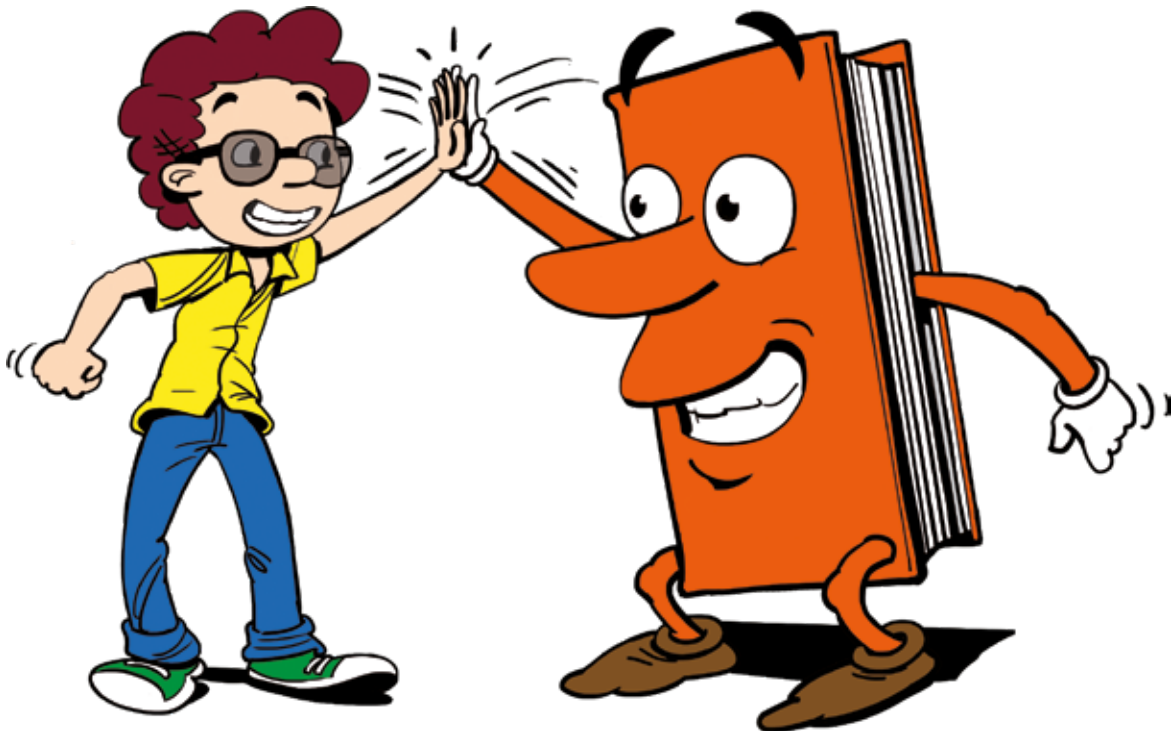
Du **musst** den Stoff **ohnehin lernen**. Also sei **klug** und **mache** es dir **leichter**, **indem** du stets **positiv** denkst und **interessante Aspekte** am **Lernstoff** suchst!

Finde stets **einen Grund**, **warum** es **sinnvoll** ist, **über** den Stoff **Bescheid** zu **wissen!**



Kreuze die positiven Sätze an!

- Ich **lerne** schnell!
- Lernen** ist schön!
- Bestimmt** **vergesse** ich **wieder** alles.
- Das bringt ja doch nichts.
- Ich **merke** es mir **einfach** nicht.
- Ich kann mich gut **konzentrieren**.



2 Kläre Probleme, bevor du lernst!

Wenn du Streit hattest oder dich andere Ärgernisse beschäftigen, ist es wichtig, dass du deine Probleme löst, bevor du lernst.

Sonst ist deine Aufmerksamkeit viel zu sehr abgelenkt und du kannst dich schlecht konzentrieren.

Sprich mit einem Erwachsenen deines Vertrauens über dein Problem! Bestimmt findet ihr gemeinsam eine Lösung!



3 Bring Spaß und Abwechslung in deinen Lernstoff!



Sei kreativ beim Lernen! Ob im Team oder alleine, alle außergewöhnlichen Lernmethoden prägen sich besonders gut ein.

Sprich deinen Lernstoff zB. in verschiedenen Sprachen, Akzenten oder Dialekten!

Trage deinen Stoff wie im Theater vor oder imitiere einen Roboter oder einen bekannten Schauspieler!

Auch Quizspiele sind eine beliebte Lernmethode.

Deiner Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.



4

Verschafe dir einen Überblick über deinen Lernstoff und teile deine Zeit richtig ein!



Bevor du zu lernen beginnst, ist es sinnvoll, dir einen Überblick über deinen Lernstoff zu verschaffen, um dann zu entscheiden:

- Was habe ich alles zu lernen?
- Wie viele Seiten lerne ich pro Tag?
- Wann muss ich mit dem Lernen beginnen?

Vergiss nicht, auch genug Pausen einzuplanen!



5

Ordne deine Aufgaben nach Wichtigkeit und setze Prioritäten!

Oft ist es sinnvoll zu überlegen, welche Aufgaben du zuerst machen solltest.

Dazu musst du alles, was du erledigen sollst nach Wichtigkeit ordnen und eine Reihenfolge festlegen.

Überlege:

- Wie viel Zeit hast du zur Verfügung?
- Was ist früher? Matheschularbeit oder Vokabeltest?
- Wo ist das Lernpensum größer?
- Wo benötigst du mehr Zeit zum Lernen, weil du dich vielleicht nicht so gut auskennst?
- Wo benötigst du Unterstützung?



6 Erstelle dir ein Lernplakat!

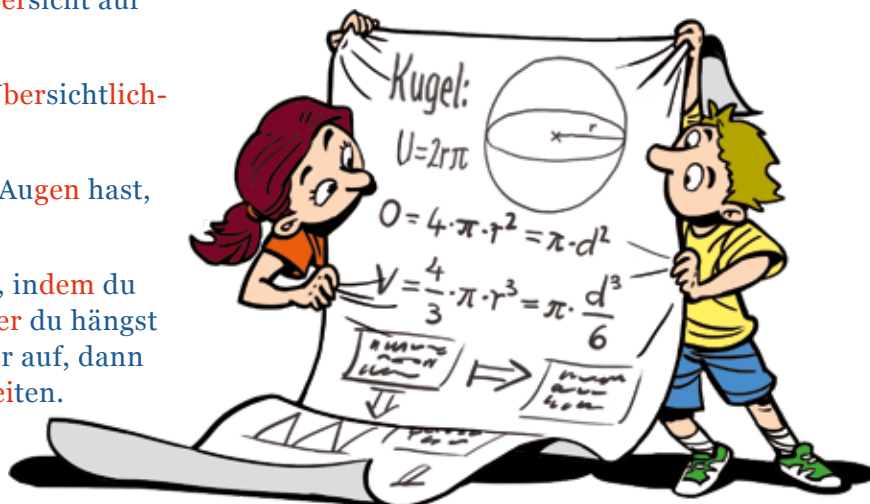
Ein Lernplakat eignet sich gut, um dir einen Überblick zu verschaffen und Zusammenhänge zu verdeutlichen.

Zeichne, male und schreibe eine Übersicht auf ein großes Plakat!

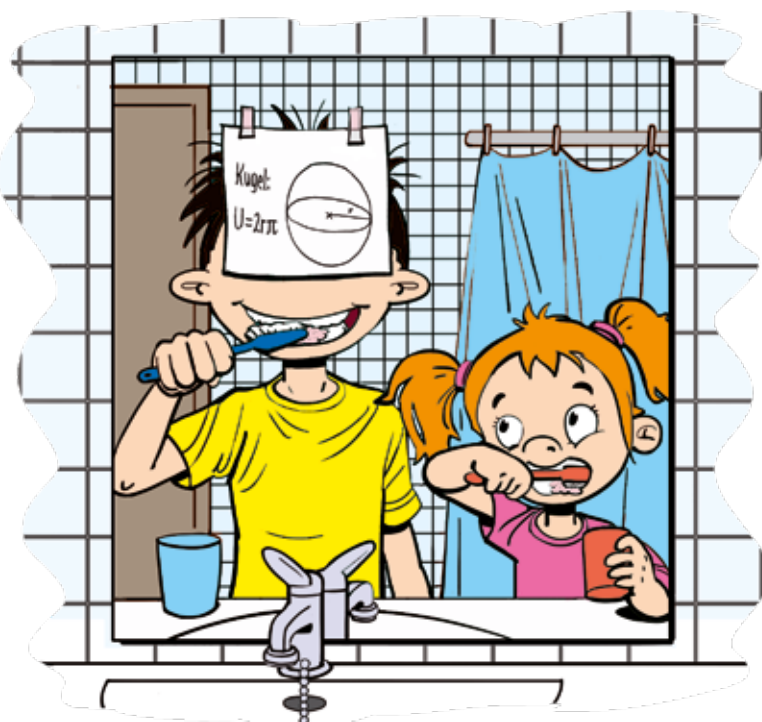
Achte dabei auf große Schrift und Übersichtlichkeit!

Indem du den Lernstoff immer vor Augen hast, prägt er sich besonders leicht ein.

Das Lernplakat kann auch wachsen, indem du es mit dem neuen Stoff ergänzt. Oder du hängst mehrere Lernplakate nebeneinander auf, dann hast du mehr Gestaltungsmöglichkeiten.



7 Verwende Haftnotizen als Merktzettelchen!



Haftnotizen eignen sich für Begriffe, die du dir schwer merken kannst. Klebe sie an Orte, an denen du dich regelmäßig aufhältst, wie z.B. Badezimmerspiegel, WC-Tür, Kühlschrank, ...

Erst wenn du die Information sicher weißt, entfernst du den Zettel wieder!

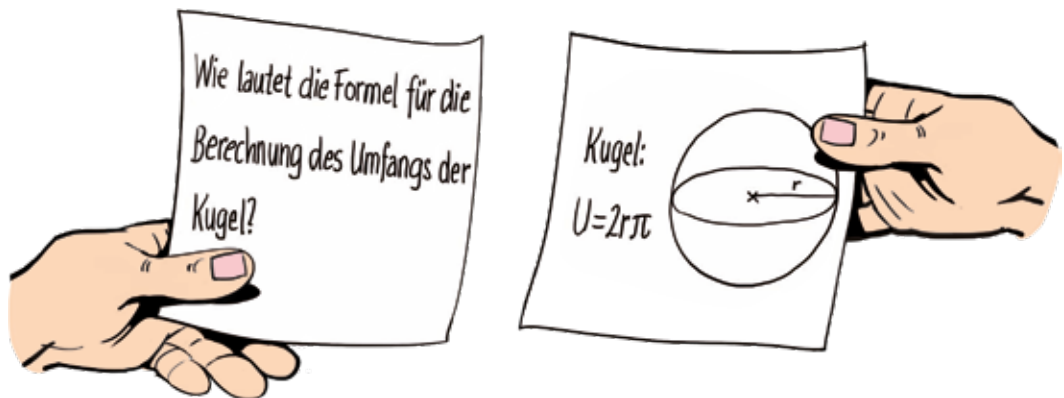


8 Schreibe Lernstoff auf kleine Lernkärtchen!

Immer dann, wenn du Lernstoff in kleine Lerneinheiten zerlegen kannst, ist es sinnvoll Lernkärtchen zu erstellen. Sie eignen sich besonders gut zum Lernen von Vokabeln, Fremdwörtern, Formeln, ...

Auf die Kärtchen kommt vorne die Frage drauf oder das Fremdwort, hinten die Antwort oder die Übersetzung. Zeichnungen und Abbildungen sind hilfreich.

Die Kärtchen kannst du leicht mitnehmen und immer, wenn du warten musst, lernst du einige Kärtchen.



9 Übe dich darin, bei einer Prüfung ruhig zu bleiben!



Folgende Schritte sind hilfreich:

Atme tief durch, lass die Schultern locker fallen und sage dir: „Ich bin ruhig und entspannt.“

Bei mündlichen Prüfungen kannst du durch Wiederholen der Frage den „ersten Schock“ überwinden und ein bisschen Zeit gewinnen.

Gib dir ruhig ein paar Sekunden Zeit, zum Nachdenken bevor du antwortest!

Verschaffe dir bei schriftlichen Prüfungen zuerst einen Überblick und beginne dann mit den Aufgaben, die du sicher beantworten oder lösen kannst!

Lies die Aufgabenstellungen genau durch!

Die „schweren“ Aufgaben hebst du dir zum Schluss auf.

10 Benutze eine Technik, um dir Zahlen und Codes zu merken!

Zahlen gehören zu den isolierten Daten. Es ist sinnvoll, eine Technik zu benutzen, um sich Zahlen langfristig zu merken, sonst gehen sie leicht verloren. Auch die Wiederholung ist wichtig. Viele Menschen verwenden die folgenden Methoden:

→ Nutze einen Zahlenblock als Merk- und Aufrufhilfe für deinen Zahlencode!

Stelle dir einen Zahlenblock vor und tippe deinen Code ein! Führe dabei mit dem Finger die entsprechende Bewegung aus! So prägt sich der Code gut in deinem Gedächtnis ein.

ZB. code 8523



→ Mache kleine Rechnungen mit den Zahlen!

Passwörter oder Autonummern bestehen aus Zahlen und Buchstaben. Um sie dir einzuprägen, ist zB. folgende Technik sinnvoll:

Beispiel: Code: 2816319GM : $2 \times 8 = 16 + 3 = 19$

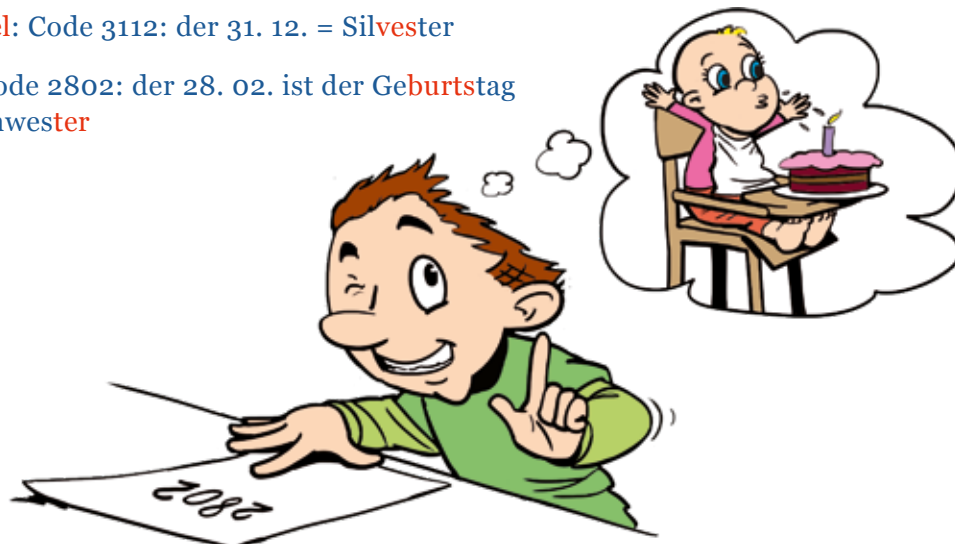
GM könntest du mit Guten Morgen assoziieren.



→ Verknüpfe die Zahlen mit bekannten Daten!

Beispiel: Code 3112: der 31. 12. = Silvester

oder Code 2802: der 28. 02. ist der Geburtstag der Schwester





BIST 11 | 14

ÜBUNG 1

Lernziel Schnelllesetest

→ Du benötigst eine Stoppuhr

Du kannst **aber** auch die **entsprechende** Funktion auf deinem Handy nutzen. Starte mit der **Zeitnehmung**, wenn du mit dem **leisen Lesen** des Textes **beginnst!** Drücke die **Stoptaste**, wenn du **fertig** gelesen hast!

Berechne dann die **Wörter pro Minute (WpM)** mit der folgenden Formel:

$$\text{WpM} = \text{Wortzahl} \cdot 60 : \text{Sekunden}$$

Beantworte **danach** die **Fragen** zum Text! Für **jede** richtige **Antwort** gibt es 10 %. Berechne **anschließend** deine **Leseleistung** mit folgender Formel:

$$\text{Leseleistung} = \text{WpM} \cdot \% \text{ der Sinnerfassung} : 100$$

Trage das **Datum**, die **Anzahl** der **Sekunden**, die **Wörter pro Minute** und deine **Leseleistung** in die **Tabelle** ein! **Vergleiche** mit deinen **Mitschüler/Mitschülerinnen!**

Datum:	Anzahl der Sekunden:	Wörter pro Minute:	Leseleistung:

→ Erzählen Sie es für mich der ganzen Welt (John Powell)

Es ist **ungefähr 14 Jahre** her, als sich die **Studenten** zur **ersten Stunde** meines **Seminars** „Die Grundlagen des **Glaubens**“ in den **Seminarraum** drängten. An **diesem Tag** sah ich **Tommy** zum **ersten Mal**. Er **kämmte** sein **Haar**, das **weit über** seine **Schultern** **hinabhing**. Auf den **ersten Blick** wirkte er **seltsam** – **sehr seltsam**.

Tommy sollte die **größte Herausforderung** für mich werden, denn er **machte** sich **permanent** **darüber lustig**, dass es **einen bedingungslos liebenden Gott** **geben** könnte. Nach der **Abschlussprüfung** am **Ende** des **Seminars** kam er **auf mich zu** und **fragte** mich mit **leicht zynischem Unterton**: „**Glauben Sie**, dass ich **Gott jemals** **finden** werde?“

109 „**Nein**“, **sagte** ich **ohne irgendeinen Zweifel** in meiner **Stimme**. „**Oh**“, **meinte** er **erstaunt**, „**ich dachte**, **darauf** kommt es **Ihnen an**.“ Ich **ließ** ihn **kurz** aus dem **Klassenraum** **gehen** und **rief** ihm **nach**: „**Ich glaube** nicht, dass Sie **ihn jemals** **finden** werden, **aber** ich **bin sicher**, er **wird** Sie **finden**.“ **Tommy** **zuckte** mit den **Achseln** und **verschwand**. Ich **war ein wenig** **enttäuscht**, dass er **auf meine Äußerung** nichts mehr **erwiderte**. **Später** **hörte** ich **erleichtert**, dass er **seinen Abschluss** **geschafft** hatte. **Aber** dann kam die **traurige** **Mitte-**



lung: Tommy sei tödlich an Krebs erkrankt. Bevor ich ihn ausfindig machen konnte, kam er zu mir. Als er in mein Büro trat, war sein Körper schon sehr abgezehrt, und sein langes Haar war durch die Chemotherapie ausgefallen. Aber seine Augen strahlten, und seine Stimme war zum ersten Mal fest und entschlossen.

„Tommy! Ich musste oft an Sie denken. Ich habe gehört, dass Sie sehr krank sind“, platzte es aus mir heraus. „Oh ja, sehr krank. Ich habe Krebs und wohl nur noch ein paar Wochen zu leben.“ „Sind Sie in der Lage darüber zu sprechen?“ „Ja, sicher. Was möchten Sie wissen?“ „Was für ein Gefühl ist es, erst 24 zu sein und zu wissen, dass man sterben wird?“

312

„Es könnte schlimmer sein“, antwortete er, „zum Beispiel 50 zu sein und zu glauben, es käme im Leben nur darauf an, genug Alkohol, Frauen und Geld zu haben.“ Dann erzählte er mir, warum er gekommen war. „Es war etwas, das Sie am letzten Unterrichtstag zu mir sagten. Ich hatte gefragt, ob Sie glaubten, dass ich jemals Gott finden würde, und Sie sagten nein, was mich sehr überrascht hat. Dann sagten Sie: ‚Aber er wird Sie finden.‘ Ich musste viel darüber nachdenken, obwohl meine Suche nach Gott zu jener Zeit nicht besonders stark war.“

405

„Nachdem die Ärzte den Klumpen aus meiner Leistengegend entfernt hatten und meinten, er sei bösartig, fing ich jedoch ernsthaft an, nach Gott Ausschau zu halten. Und als sich herausstellte, dass auch meine Organe befallen waren, begann ich, gegen die verschlossenen Himmelstore zu schlagen. Aber nichts geschah. Nun, eines Tages erwachte ich und anstatt weiterhin verzweifelt nach einer Art Botschaft zu suchen, hörte ich einfach damit auf. Ich kam zu dem Schluss, dass mich Gott und ein Leben nach dem Tod nicht wirklich interessierten.“

„Ich wollte die Zeit, die mir noch blieb, mit etwas Wichtigerem verbringen. Ich dachte an Sie und an Ihre Worte: ‚Am traurigsten ist es, ein Leben ohne Liebe zu leben. Und fast genauso traurig ist es, wenn man diese Welt verlassen muss, ohne denen, die man liebt, gesagt zu haben, dass man sie liebt.‘ Also begann ich mit dem härtesten Fall: meinem Vater.“ Tommys Vater las gerade die Zeitung, als sein Sohn ihn ansprach. „Dad, ich möchte gerne mit dir reden.“ „Nur zu, sprich.“ „Ich meine, es ist wirklich wichtig.“ Die Zeitung senkte sich ein paar Zentimeter. „Was gibts?“ „Dad, ich liebe dich. Ich wollte nur, dass du das weißt.“ Tommy lächelte mich an, als er sich diesen Moment wieder ins Gedächtnis rief. „Die Zeitung flatterte zu Boden, und dann tat mein Vater zwei Dinge, die er nie zuvor getan hatte. Er umarmte mich und weinte. Wir redeten die ganze Nacht, obwohl er am nächsten Tag zur Arbeit musste.“

533

647

„Mit meiner Mutter und meinem kleinen Bruder war es einfacher“, fuhr Tommy fort. „Sie weinten mit mir und wir umarmten einander und erzählten uns Dinge, die wir jahrelang voreinander geheim gehalten hatten. Mir tat es leid, dass ich so lange damit gewartet hatte. Da stand ich nun, im Angesicht des Todes, und fing eben erst an, mich gegenüber den Menschen zu öffnen, mit denen ich immer so eng zusammengelebt hatte.“

717

Lern-Tipp

Suche dir einen beliebigen Text aus, überprüfe deine Leseleistung alle drei Monate und trage deine Werte in eine Tabelle ein! So hast du einen guten Überblick über die Steigerung deiner Leseleistung.