

# Effektives Lernen

Verfasser: *Otto Praxl*

Wenn wir allein zuhause lernen, dann wird uns bewusst, dass das Lernen irgendwie organisiert werden müsste. Das effektive Lernen haben wir in der Schule nicht gelernt. Das selbstständige Lernen aus schriftlichen Materialien erfordert eine gewisse Organisation und Disziplin. Die Beachtung der folgenden Hinweise kann das Lernen wesentlich erleichtern:

1. Erste Voraussetzung für ein erfolgreiches Lernen ist **die Motivation**: Wir sollten aktives Interesse für den zu lernenden Stoff (Lernstoff) aufbringen, denn was interessiert, wird auch registriert (sachbezogenes Interesse).
2. Das zu erreichende **Lernziel** sollten wir uns selbst vorgeben (Prüfung, Latinum, späterer Beruf), es anerkennen und darauf hinarbeiten.
3. Beim Lesen von Lehrbüchern oder schwierigen Texten wenden wir die Lesetechnik an, die der fortgeschrittene Student beim selbstständigen Studium von Fachbüchern benutzt.

Die Grundregel ist:

Zu Beginn des Studiums eines schwierigen Textes sollten wir uns einen umfassenden **Überblick** über den gesamten Lernstoff verschaffen. Wir sollten die schriftlichen Unterlagen von Anfang bis Ende aufmerksam durchblättern, das Inhaltsverzeichnis und alle Seiten aufmerksam ansehen. Man muss den Text zunächst einmal oberflächlich lesen, ehe man versucht, seine Bedeutung ganz zu verstehen. Wenn man schwierige Stellen nicht sofort versteht, sondern „hängenbleibt“, ignoriert man diese Tatsache und liest einfach drüber weg. Es gibt genug Stoff, den man sofort verarbeiten kann. Daraus bildet sich nach und nach sehr bald eine solide Grundlage, auf der man weitermachen kann. Wenn man auf diese Weise ein Buch zunächst „überfliegen“ hat, merkt man schließlich, dass man mehr getan hat: Man hat sich einen Überblick verschafft. Man weiß jetzt, was auf einen zukommt und man kennt jetzt den Sachverhalt und schon einige Begriffe. Jetzt liest man das Buch ein zweites Mal. Man stellt fest, dass vorher unverständliche oder schwierige Passagen jetzt plötzlich verständlich sind.

4. Dieses Sichten des Materials zeigt uns, was auf uns zukommt. Es hat sich bewährt, beim ersten Durchblättern Unbekanntes mit einem Minuszeichen zu kennzeichnen und kurze Fragen an den Rand zu schreiben. Später, wenn wir das vorher Unbekannte verstanden (gelernt) haben, machen wir aus den Minuszeichen nach und nach Pluszeichen. An der Anzahl der Pluszeichen können wir unseren Lernfortschritt kontrollieren. Die Pluszeichen zeigen an, was wir vorher nicht gewusst haben.
5. Auf dem Weg zum Lernziel sollten **überschaubare Lernschritte** vorausbestimmt werden.
6. Wir schaffen uns eine **angenehme Lernumgebung**, in der wir uns gerne aufhalten und arbeiten (bequeme Möbel, gutes Licht, angenehme Raumtemperatur).
7. Für das Lernen zuhause im stillen Kämmerlein wählen wir **feste Uhrzeiten**.
8. Wir arbeiten mit großer **Konzentration** und dulden keine Ablenkung durch Musik oder durch unruhige Umgebung.
9. Der Lernvorgang sollte von **kurzen Lernpausen** unterbrochen werden. Viele kurze Lernpausen sind besser als wenige lange.
10. Nach erfolgreichem Abschluss eines überschaubaren Pensums gönnen wir uns sofort eine angenehme **Belohnung** (Kaffeepause, Spaziergang, Erfolgserlebnis). Die Belohnung nicht auf später verschieben!
11. **Wiederholungen** festigen das Gelernte. Besonders wichtig ist, dass wir mit unseren eigenen Worten aufschreiben (mitschreiben), was wir soeben gelernt haben. Nur dann sehen wir, ob

wir den Stoff auch tatsächlich verstanden haben. Ein intensives Durcharbeiten, bei dem wichtige Formulierungen und sprachliche Besonderheiten des Textes schriftlich (in einem **Merkheft** oder einem Arbeitsdokument auf dem Computer) festgehalten werden, bringen dabei besondere Lernerfolge.

12. Wir schaffen uns **Eselsbrücken**. Das sind leicht einzuprägende Merkhilfen, die nicht immer sinnvolle oder korrekte Sätze sein müssen. Jeder kann seine eigenen Eselsbrücken selbst erfinden. Wichtig ist es, dass sich jede Eselsbrücke als Wortfolge leicht einprägt.

Gute Eselsbrücken werden von Generation zu Generation gerne weitergegeben. Z. B. ist die Eselsbrücke clamheimlich aus dem lateinischen Adverb **clam**, das die deutsche Bedeutung *heimlich* hat, entstanden. Diese Eselsbrücke ist als Wort *klammheimlich* sogar in die deutsche Umgangssprache eingegangen (siehe DUDEN). Nur hat es mit „klamm“ nichts zu tun.

Die bekannte Eselsbrücke Drei - drei - drei: Bei Issus Keilerei erinnert an den Sieg Alexanders des Großen bei Issus im Jahre 333 v. Chr. Solche Merkhilfen waren auch den Römern schon bekannt. Sie nannten sie *pons asinorum: Eselsbrücke*.

In der Schule haben wir uns die sieben Regenbogenfarben mit der Eselsbrücke „**rogbiv**“ (= *rot orange gelb grün blau indigo violett*) gemerkt. Dem Lehrer sei Dank, der uns diese Eselsbrücke verraten hat. Die Regenbogenfarben kann ich auf diese Weise noch heute fehlerfrei aufzählen.

Viel Spaß beim Lernen

*Otto Praxl*