

„Der Verstand vergisst nur langsam etwas,  
wenn er lange dafür gebraucht hat, es zu lernen.“  
*Seneca der Jüngere, römischer Philosoph*

## Handout „Semesterbegleitend Lernen“

SoSe 2017

### Gründe für Semesterbegleitendes Lernen

- „Spacing Effekt“
  - Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass über einen längeren Zeitraum verteilte, kürzere Lerneinheiten die Erinnerungsdauer erhöhen und zu einer Zeitersparnis beim Lernen führen (Rohrer 2006)
- Semesterbegleitend zu Lernen aktiviert das Langzeitgedächtnis
  - Der Lerninhalt ist über einen längeren Zeitraum präsent, auch für das nächste Semester, bestenfalls bis in die Berufspraxis (Edelmann 2000)

### Richtig Lernen für das Langzeitgedächtnis

Phase	Lernmethode	Beispiel
<b>Kodierung</b>	Mnemotechnik	Reime, Sprüche, Fantasiewege
<b>Wiederholung</b>	Informationen mehrmals darbieten Priming-Effekt	Zusammenfassungen schreiben, regelmäßig Übungen rechnen
<b>Elaboration</b>	Vertiefen Priming-Effekt	MindMaps anlegen, Fragen an Inhalte stellen, Probleme und Lernlücken herausarbeiten, in die Wiederholungsschleife gehen
<b>Organisation</b>	Vernetzung und Strukturierung	MindMaps, Diagramme, Symbole, ToDo-Listen priorisieren

(Edelmann 2000, Lefrancois 1972)

- Strukturierung und Visualisierung gibt dem Lerninhalt eine Logik, sodass dieser besser behalten wird

### Priming Effekt - Lernvorbereitung

- Aktivierung ähnlicher Informationen, die die nachfolgende Informationsverarbeitung beschleunigen
  - auf den zu lernenden Stoff einstellen
  - erhöhte selektive Aufmerksamkeit, effizienteres Lernen
- Priming durch MindMapping, Zusammenfassungen schreiben und diese ergänzen, Übungsaufgaben wiederholen, über Thema informieren

### MindMapping

- Regt beide Gehirnhälften an, sodass Informationen eingehend verarbeitet werden
- Regt das visuell-räumliche Gedächtnis an und unterstützt das Bildergedächtnis
  - Der Lerninhalt wird dadurch gut abrufbar
- Beim Lernen werden die parallelen kognitiven Ebenen „verbal“ und „bildhaft“ genutzt, diese Doppelcodierung zu verinnerlichen, erleichtern MindMaps (Clark 1991)