

Kopfarbeit

Lernen mit Methode

Keine Ahnung, wie Gelerntes sitzen bleibt? Da hilft der Arzt. Ein Düsseldorfer Mediziner vermittelt Lernstrategien, abgestimmt auf die Persönlichkeit.

VON GABI KAPELL

Das war gestern: Immer nahm uns ein Lehrer an die Hand, fütterte uns mit Formeln, löste uns durch den Stoff zur nächsten Klausur. Das ist heute: Unmengen von Wissen – kein Stundenplan. Keiner da, der Bildung vorkaute, keiner, der diese noch mit Anleitungen garnierte. Und niemand bietet sich an, der einem die Arbeit abnimmt, Vorlesungen, Seminare und Übungen organisiert. Studentenleben eben. Wir führen und füttern uns selbst.

Das mag man bejammern. Es hilft nur nicht. Konsultieren wir also einen Arzt. „Studienanfänger klagen, dass die Faktenfülle sie überfordert, der Kopf ist schnell voll, und Prioritäten setzen ist schwer“, sagt Matthias Hofer. Der Radiologe leitet an der Düsseldorfer Uniklinik ein Pilotprojekt Medizindidaktik, bietet in diesem Wintersemester ein Seminar über

Lernstrategien an und hat zu diesem Thema den Ratgeber „Mehr Merken mit Methode“ verfasst. Wichtig ist, Eigeninitiative zu entwickeln, und das nicht erst drei Wochen vor Semesterende. Es gilt, Verantwortung fürs Lernen zu übernehmen und nachhaltig zu lernen, nicht nur fürs Kurzzeitgedächtnis. „Die meisten lernen Themenblock für Themenblock nur einmal und vergessen schnell wieder. Dabei baut der folgen-

INFO

Kursus

„Zeitsparende Lernstrategien für Studienanfänger“ (Dr. M. Hofer, MPH), mo. 13.15 bis 14 Uhr, HS 2C, ab 15. November,

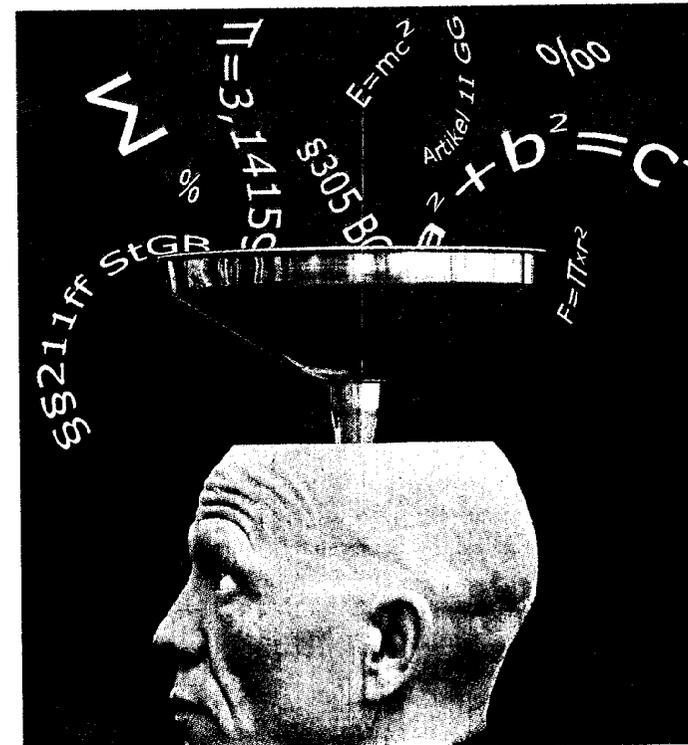
Literatur

Matthias Hofer: „Mehr Merken mit Methode“, Didamed Verlag Düsseldorf, 2003; 9,99 Euro

de Stoff auf dem vorherigen auf, so dass diese Technik leider eine ineffektive Strategie darstellt“, erklärt Hofer. „Wichtig ist, das Gelernte in regelmäßigen und zunehmenden Zeitintervallen zu wiederholen.“ Das Ganze funktioniert ähnlich wie eine Tetanusimpfung, die sich in drei Schritten über ein Jahr hinzieht: Rund vier Wochen nach dem ersten Pieks erfolgt der zweite; die dritte Impfung gibt's drei bis neun Monate nach der ersten – dann hat es der Körper begriffen.

„Ich-raff-eh-nichts“

Den meisten fällt es freilich leichter, kurz und viel als lang und planvoll zu lernen. Weil Letzteres Ausdauer verlangt. Deren größter Feind ist der innere Schweinehund, der sich fett frisst an Lustlosigkeit und lähmenden „Ich-raff-eh-nichts“-Gedanken. Er verführt Studenten zum Selbstbetrug. Zu Ablenkungsmanövern wie Küche putzen etwa. Was den fetten Schweinehund abmagen lässt und die Voraussetzungen schafft für erfolgreiches Lernen, verrät Hofer in seinem handlichem Ratgeber. Da findet der Leser auch heraus, wie



Studenten trichtern sich viel Wissenswertes ein – was leider allzu oft schnell wieder aus dem Schädel rutscht.

Fotomontage: Andreas Krebs

er sich motivieren kann, welche Lerntypen es gibt und welcher er davon wohl sein könnte. Etwa der auditiv orientierte Typ, der Gehörtes am besten begreift. Oder der visuell orientierte, der gesehene Schautafeln und Skizzen mit Augen und Hirn fotografiert. Oder der kinästhetisch veranlagte, dem Bewegungen, etwa das An-den-Fingern-Abzählen, helfen, das Gelernte zu behalten.

Was aber tun, wenn es nicht am Studenten liegt? Wenn die

Lernlust vielmehr von staubtrockenen Frontal-Vorlesungen dröger Professoren erstickt wird?

Vielen Dozenten fällt die Lehre oft schwer. Zwar besitzen sie ein immenses Fachwissen, haben aber vielfach kaum Ahnung von effektiven pädagogischen Methoden. Deshalb bietet die Heine-Uni Didaktik-Workshops für Dozenten an, in denen sie auch lernen, wie sich der Interaktionsgrad ihrer Vorlesungen erhöhen lässt.