

Lernen muss man lernen

Eine immer wieder gestellte Frage bei den PM-Seminaren ist die nach der idealen Prüfungsvorbereitung: „Wie lerne ich das alles?“ Die schlechte Nachricht hierzu gleich vorneweg: Die eine perfekte Lernmethode gibt es nicht. Jeder muss für sich selbst herausfinden, mit welchen Lernmethoden er am besten zurechtkommt. Um dem auf die Spur zu kommen, sollen hier einige verschiedene Lerntypen und -methoden vorgestellt werden.

Wer als Berufstätiger zum ersten Mal in einem Seminar mit Abschlussprüfung sitzt, kennt das vermutlich: Wie soll ich das alles für die Prüfung lernen? Denn die meisten Lerntechniken, die in der Schule funktioniert haben, wirken jetzt nicht mehr. Einfache Vokabelgleichungen wie „Dog = Hund“ helfen nicht weiter, denn die neue Terminologie im Berufsfeld ist zu komplex. Stures Auswendiglernen geht auch nicht, weil der Test meist praktische Beispiele für die Anwendung des Lerninhaltes fordert. Das Problem liegt darin, dass die wenigsten in der Schule das Lernen gelernt haben. Die Lehrer haben immer die Hausaufgaben verteilt: „Lernt das bis morgen!“ Aber sie haben nie gezeigt, wie das eigentlich geht. Doch Lernen kann man lernen.

Der bedeutendste Unterschied zum Lernen als Schüler oder als Erwachsener besteht in der Motivation. Noch immer hält sich die Mär, dass man als erwachsener Mensch kein Musikinstrument mehr erlernen könne. Doch wer das wirklich will, lernt es genauso schnell wie ein Kind. Von diesem Gesichtspunkt können Erwachsene profitieren: Im Berufsleben ist der Antrieb, etwas Neues zu lernen meist größer, als noch in der Schule. Jetzt wissen wir, wozu wir die unterrichteten Inhalte brauchen. Mehr Gehalt sollte jedoch nur eine untergeordnete Motivation zur PM-Zertifizierung darstellen.

Die Didaktik unterscheidet zwischen vier Lernstilen: auditiv, visuell, haptisch und kommunikativ. Die entsprechenden Herangehensweisen lassen sich davon ableiten. Bei dieser Kategorisierung ist zu beachten, dass es sich bei den verschiedenen Gruppen lediglich um Tendenzen handelt. Meist ergibt sich erfolgreiches Lernen aus einer Kombination der verschiedenen Typen.

Auditives Lernen

Der auditive Lerntyp kann gehörte Informationen gut aufnehmen und verarbeiten. Dabei spielt es meist nur eine untergeordnete Rolle, ob er die Lerninhalte von einer anderen Person, also dem Lehrer oder einem Medium (CD, mp3,...) hört. Ihm hilft es auch, sich selbst den Lernstoff laut vorzulesen. Beim Lernen führt der auditive Lerner deshalb oft „Selbstgespräche“ oder erzählt von seinem Lernfortschritt. Dieser Lerntyp fühlt sich daher schnell von Umgebungsgeräuschen gestört und zieht sich lieber an einen ruhigen Ort zurück.

Visuelles Lernen

Visuelles Lernen läuft in erster Linie über Lesen und Sehen. Dieser Lerntyp kann sich Inhalte besonders gut merken, wenn er sie betrachten kann. Ihm helfen in erster Linie Diagramme, grafische Darstellungen oder auch Videos. Daher erstellt er auch gern Mindmaps und schreibt im Seminar mit. Systematischer Einsatz von Farben erleichtert es ihm, den Überblick zu behalten. Gleichzeitig ist für ihn ein in „schöner“ Lernort wichtig. Visuelle Reize oder gar Unordnung lenken ihn jedoch schnell vom Lernen ab.

Haptisches Lernen

Der haptische oder motorische Lernansatz bedeutet „learning by doing“. Dieser Lerntyp kann sich Dinge besonders gut merken, die er einmal selbst getan hat. Für theoretischen Lernstoff ist das kein Nachteil, denn hier kann man gezielt Bewegungen oder Handlungen einsetzen. Rollenspiele oder rhythmische Bewegungen erleichtern es, die kognitiven Verknüpfungen zum Lernstoff herzustellen. Am besten lernt dieser Lerntyp mit Hilfe von Rollenspielen, Experimenten, Bewegung oder durch Nachmachen. Der motorische Lerntyp läuft zum Beispiel beim Lernen im Zimmer auf und ab, das genügt ihm oft schon als motorischer Anreiz.

Kommunikatives Lernen

Dem kommunikativen Lerner erschließen sich Inhalte besonders leicht, wenn er sich an Gesprächen und Diskussionen beteiligt. Selbst Sachverhalte erklären oder dazu Fragen stellen verhilft zum schnelleren Lernerfolg. Kritische Diskussionen, Rollenspiele, Lerngruppen oder Frage-Antwort-Spiele sind für ihn das Mittel der Wahl.

Die Mischung macht's

Auch wer seine bevorzugte Lernmethode gefunden hat, sollte die anderen Sinne nicht vernachlässigen. Niemand lernt auf nur eine Art und Weise. Je vielseitiger man an die Inhalte herangeht, desto mehr Verknüpfungen stellt das Gehirn her und desto sicherer ist das Erinnerungsvermögen. Neben der Motivation und dem Lerntyp gibt es natürlich noch viele weitere Faktoren, die den Lernprozess beeinflussen. Dazu gehören die ebenso die Lernumgebung und die eigene Persönlichkeit. Sie alle müssen individuell angepasst sein, damit das Lernen erfolgreich ist. Hier gilt es zu experimentieren, um die eigene Konzentration möglichst lange hoch zu halten. Wer sich wohlfühlt, lernt leichter. Manche Lerner ziehen sich lieber in ein stilles Kämmerlein zurück, andere setzen sich ins Café unter Leute.

Lernen kann man also durchaus lernen. Wer bislang noch Schwierigkeiten damit hatte, sollte vielleicht einfach eine neue Herangehensweise versuchen. Auch wenn es anfangs ungewohnt ist, sollte man sich nicht verunsichern lassen und das Ergebnis abwarten. Dazu aber natürlich nicht bis zur Prüfung warten! Ein Testlauf im Vorfeld ist hier unerlässlich.

Autor: Clarissa Beck

Redaktion PM-Statusreport