

Für den Test gibt es kein Zeitlimit, nimm dir die Zeit, die du benötigst. Sorge dafür, dass dich in der nächsten Zeit niemand stören oder unterbrechen kann. Der Lernprofil-Kurztest besteht aus 18 Fragen. Lese dir jede Frage in Ruhe durch und kreuze die entsprechende Antwort an. Es ist wichtig, dass du ehrlich antwortest. Überlege dir also nicht, wie man lernen sollte, sondern wie du selbst normalerweise handelst. Es gibt keine richtigen oder falschen Antworten. Wenn du dir bei einer Frage nicht sicher bist, notiere deine allererste Reaktion. Lass keine Frage unbeantwortet.

Auch wenn mir ein Lernprojekt schwerfällt, denke ich mir "Das schaffe ich!"

- Trifft immer zu (M-3)
- Trifft oft zu (M-2)
- Trifft manchmal zu (M-1)
- Trifft überhaupt nicht zu (M-0)

Beim Lesen fällt mir manchmal auf, dass ich mit den Gedanken ganz woanders war. Dann muss ich die ganze Seite nochmal lesen.

- Trifft immer zu (K-0)
- Trifft oft zu (K-1)
- Trifft manchmal zu (K-2)
- Trifft überhaupt nicht zu (K-3)

Vokabel und Fremdwörter kann ich mir einfach nicht merken.

- Trifft immer zu (G-0)
- Trifft oft zu (G-1)
- Trifft manchmal zu (G-2)
- Trifft überhaupt nicht zu (G-3)

Ich bereite mich oft kaum auf Tests vor, sondern lese mir kurz vor dem Test einfach schnell das Kapitel durch.

- Trifft immer zu (L-0)
- Trifft oft zu (L-1)
- Trifft manchmal zu (L-2)
- Trifft überhaupt nicht zu (L-3)

Anstatt zu lernen, mache ich oft ganz andere Sachen: Aufräumen, internetten, zeichnen...

- Trifft immer zu (O-0)
- Trifft oft zu (O-1)
- Trifft manchmal zu (O-2)
- Trifft überhaupt nicht zu (O-3)

Freiwillig würde ich nie lernen. Ich lerne nur, wenn es sein muss.

- Trifft immer zu (M-0)
- Trifft oft zu (M-1)
- Trifft manchmal zu (M-2)
- Trifft überhaupt nicht zu (M-3)

Ich bin gut organisiert: Ich kann mir meine Zeit gut einteilen und habe meine Unterlagen in Ordnung.

- Trifft immer zu (O-3)
- Trifft oft zu (O-2)
- Trifft manchmal zu (O-1)
- Trifft überhaupt nicht zu (O-0)

Wenn ich lerne, überlege ich mir selber Fragen zum Stoff.

- Trifft immer zu (L-3)
- Trifft oft zu (L-2)
- Trifft manchmal zu (L-1)
- Trifft überhaupt nicht zu (L-0)

Ich unterbreche beim Lernen, um E-Mails zu schreiben oder SMS zu lesen.

- Trifft immer zu (K-0)
- Trifft oft zu (K-1)
- Trifft manchmal zu (K-2)
- Trifft überhaupt nicht zu (K-3)

Wenn ich mir etwas nicht merken kann, überlege ich mir einen Mercktrick oder eine Eselsbrücke.

- Trifft immer zu (G-3)
- Trifft oft zu (G-2)
- Trifft manchmal zu (G-1)
- Trifft überhaupt nicht zu (G-0)

Oft habe ich nicht genug Zeit, den Lernstoff zu verstehen darum lerne ich ihn einfach auswendig.

- Trifft immer zu (L-0)
- Trifft oft zu (L-1)
- Trifft manchmal zu (L-2)
- Trifft überhaupt nicht zu (L-3)

Zuhause weiß ich noch alles, aber bei der Prüfung ist dann alles wie weggeblasen.

- Trifft immer zu (W-0)
- Trifft oft zu (W-1)
- Trifft manchmal zu (W-2)
- Trifft überhaupt nicht zu (W-3)

Ich habe ein gutes Gedächtnis.

- Trifft immer zu (G-3)
- Trifft oft zu (G-2)
- Trifft manchmal zu (G-1)
- Trifft überhaupt nicht zu (G-0)

Es ist egal, wie sehr ich mich anstrenge, ich kann einfach nicht lernen.

- Trifft immer zu (M-0)
- Trifft oft zu (M-1)
- Trifft manchmal zu (M-2)
- Trifft überhaupt nicht zu (M-3)

Wenn ich will, kann ich mich gut konzentrieren.

- Trifft immer zu (K-3)
- Trifft oft zu (K-2)
- Trifft manchmal zu (K-1)
- Trifft überhaupt nicht zu (K-0)

Ich bin wortgewandt, es fällt mir nicht schwer Antworten auf Fragen in eigene Worte zu fassen.

- Trifft immer zu (W-3)
- Trifft oft zu (W-2)
- Trifft manchmal zu (W-1)
- Trifft überhaupt nicht zu (W-0)

Mein Schreibtisch ist ein Chaos. Manchmal kann ich ein Heft einfach nicht finden.

- Trifft immer zu (O-0)
- Trifft oft zu (O-1)
- Trifft manchmal zu (O-2)
- Trifft überhaupt nicht zu (O-3)

Selbst wenn ich gut vorbereitet bin, bin ich bei Prüfungen nervös.

- Trifft immer zu (W-0)
- Trifft oft zu (W-1)
- Trifft manchmal zu (W-2)
- Trifft überhaupt nicht zu (W-3)

Auswertung:

Rechne die Werte, die am Ende jeder Antwort in Klammer stehen zusammen. Die Buchstaben zeigen dir, zu welcher Kategorie die Antwort gehört.

Motivation (M) = ___ + ___ + ___ = ___

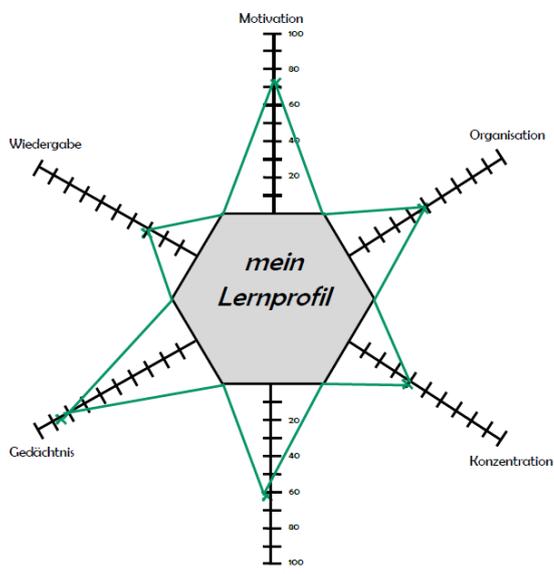
Organisation (O) = ___ + ___ + ___ = ___

Konzentration (K) = ___ + ___ + ___ = ___

Lernen (L) = ___ + ___ + ___ = ___

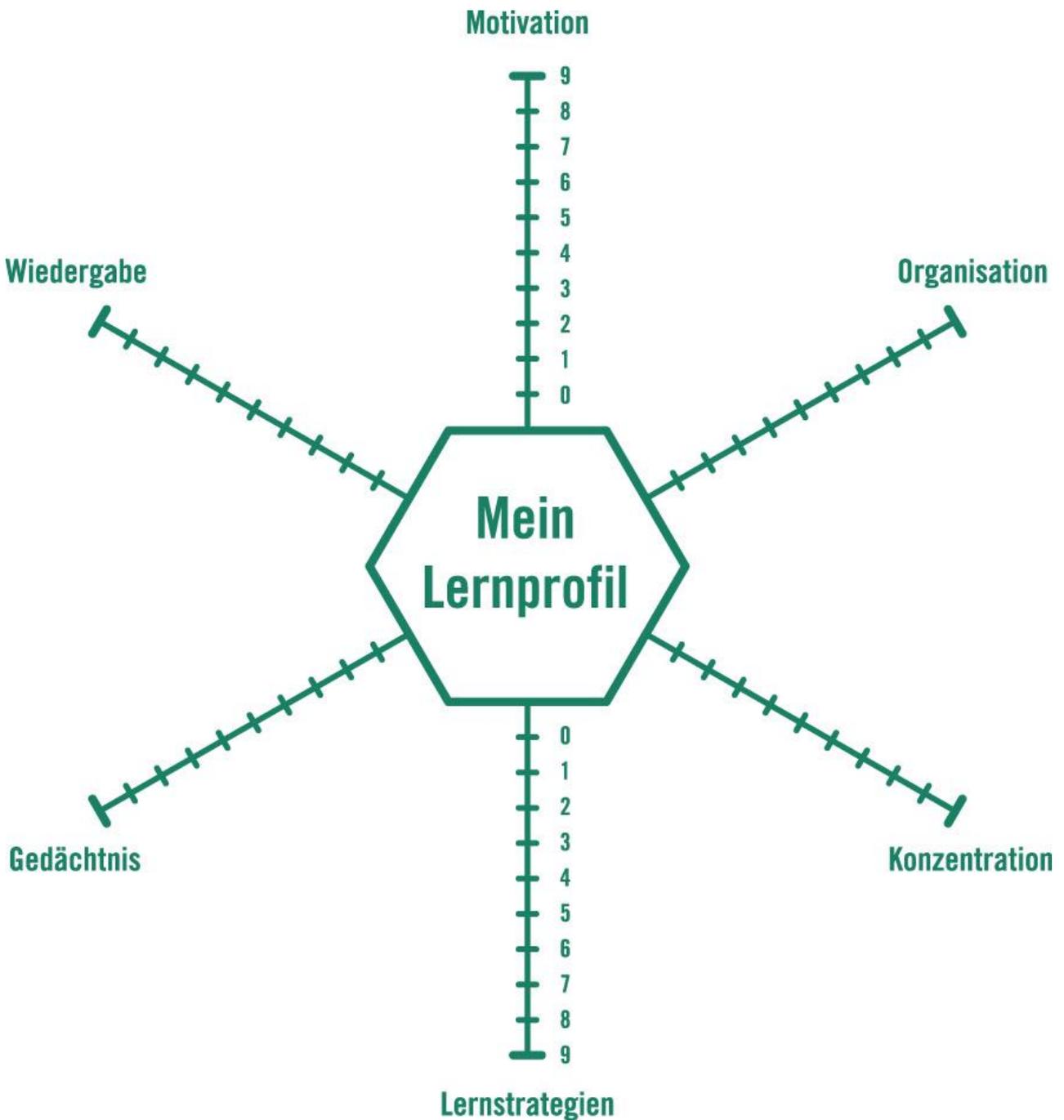
Gedächtnis (G) = ___ + ___ + ___ = ___

Wiedergabe (W) = ___ + ___ + ___ = ___



Zeichne deinen persönlichen Lernstern:

Notiere deine sechs Ergebnisse in der Zeichnung. Für das Teilergebnis aus dem Bereich „Motivation“ mache beispielweise ein Kreuz an der entsprechenden Stelle auf der Linie. Trage so alle 6 Teilergebnisse ein. Verbinde die Kreuze, die du soeben gemacht hast mit den Eckpunkten des Sechsecks. So entsteht dein Lernstern.



So findest du deinen Lerntyp

Vergleiche deinen Lernstern mit den Sternen in der Übersicht auf der nächsten Seite. Vielleicht findest du einen Stern, der deinem ähnlich ist. Du bist dir nicht sicher, welcher Lerntyp du bist? Dann orientiere dich zunächst nach deinen Chancen: Welche Zacke ist bei dir am Kleinsten? Finde den Lerntyp, bei dem diese Zacke ebenfalls kurz dargestellt ist. Kreise diesen Lerntyp in der Übersicht ein. Die längsten Zacken deines Lernsterns zeigen dir deine starken Seiten. Hast du ein besonders gutes Gedächtnis oder kannst du dich richtig gut konzentrieren? Finde heraus, wo deine Stärken liegen.

Übersicht der Lerntypen

Lerntyp	Stärken und Chancen	Typischer Lernstern	Beschreibung
Kluge Köpfe mit Prüfungsangst	<p>Stärke: Lernen und Gedächtnis</p> <p>Chance: Wiedergabe, möglicherweise auch Motivation</p>		Du bist ein/e gute/r Lerner/in, und kannst neues Wissen gut verarbeiten. Etwas, was du einmal gelernt hast, merkst du dir auch lange. Schwierigkeiten hast du leider dabei, dein Wissen in Worte zu fassen. So kannst du das Gelernte bei Prüfungen nicht wiedergeben und bekommst nicht die Noten, die du eigentlich verdienst.
Lernspezialisten mit Erinnerungslücken	<p>Stärke: Lernen, häufig auch Organisation</p> <p>Chance: Gedächtnis</p>		Dein Lerntyp kommt nicht häufig vor. Komplizierte Sachverhalte verstehst du schnell. Du stellst schwierige Fragen und suchst neugierig nach Antworten. Nur das reine Auswendig-Lernen liegt dir nicht. Informationen, die keinen Sinn machen, merkst du dir nie „einfach so“. Mithilfe von einfachen Merktipps bekommst du auch in „Lernfächern“ leicht gute Noten.
Gedächtnismeister ohne Lernstrategien	<p>Stärke: Gedächtnis</p> <p>Chance: Lernen, später möglicherweise auch Wiedergabe</p>		Viele Kinder schlagen vor einem Test das Buch kurz auf und lernen das entsprechende Kapitel schnell auswendig. Leider bleibt dieses Wissen meistens nicht sehr lange hängen. Schon ein paar Tage später ist vieles bereits wieder vergessen. Um langfristig erfolgreich lernen zu können, musst du den Bereich „Lernen“ optimieren und ein paar Lernstrategien kennenlernen.
Tapfere Kämpfer	<p>Stärke: Motivation</p> <p>Chance: Lernen und Gedächtnis</p>		Du bist ehrgeizig und gibst dein bestes: Du schreibst Hausübungen sorgfältig, arbeitest eifrig mit... bekommst aber nicht immer die Noten, die du für deinen Einsatz verdient hättest. Tapfere Kämpfer müssen sich ihr Wissen hart erarbeiten, mit dem Vorteil, dass dieses Wissen meist länger hängen bleibt. Du hast eine Motivation, dank der du richtig gut organisiert und konzentriert an die Arbeit gehst. Maßgeschneiderte Lern- und Merktechniken können dir helfen, deine ehrgeizigen Ziele zu erreichen.

<p>Lernkanonen, die sich ablenken lassen</p>	<p>Stärke: Lernen</p> <p>Chance: Konzentration, oft auch Wiedergabe</p>		<p>Du kannst dich nicht gut konzentrieren: zu wenig Schlaf oder eine falsche Ernährung führen dazu, dass du oft zu müde bist um zu lernen. In der Schule schweifen deine Gedanken ab und jede Kleinigkeit wird zur Ablenkung. Konzentrationstraining gepaart mit abwechslungsreichen Lernstrategien und einer guten Selbstorganisation können aus dir einen wahren Lernprofi machen!</p>
<p>Gedächtnis- künstler im Chaos</p>	<p>Stärke: Gedächtnis</p> <p>Chance: Organisation, häufig auch Konzentration</p>		<p>Du schreibst gute Aufsätze, gibst sie aber nicht rechtzeitig ab, machst gewissenhaft die Rechenübungen, kannst dann in der Schule aber das Hausübungsheft nicht mehr finden. Nur, was du im Kopf hast, vergisst du nicht: du hast wahrscheinlich ein gutes Gedächtnis. Häufig zeigt sich bei diesem Lerntyp auch eine eingeschränkte Konzentrationsfähigkeit. Kein Wunder, wenn der Arbeitsplatz im Chaos verschwindet. Falls du dich schlecht konzentrieren kannst, werden Organisationstechniken auch deiner Aufmerksamkeit guttun.</p>
<p>Iustlose Lerner</p>	<p>Chance: Motivation</p>		<p>Ein Motivationstief kann durch Misserfolge entstehen – wenn etwa auch ein anderer Bereich des Lernprofils schwach entwickelt ist. Stärke zunächst diesen Bereich – die Motivation steigt mit dem Erfolg. Möglicherweise entsprechen die Anforderungen nicht deinen Fähigkeiten: Überforderung und Unterforderung können Motivationstiefs verursachen.</p>
<p>Lernsternchen bis Lernprofi</p>			<p>Viele Sterne haben keine größeren und kleineren Strahlen: Alle Zacken sind in etwa gleich lang. Doch selbst wer so ein ausgeglichenes Lernprofil hat, kann seine Lernfähigkeiten noch steigern: egal wie groß der Lernstern bereits ist, durch entsprechendes Training kann er noch stärker strahlen.</p>

Dr. med. Katharina Turecek

Erfolgreich mit dem Lernprofil

Erkenne deinen persönlichen Lernstil- und finde deine optimale Lernstrategie

Krenn Verlag (www.hubertkrenn.at), 160 Seiten, ISBN 978-3-99005-111-5