

ERASMUS+ PROGRAMM - KA2 PROJEKT FÜR KOOPERATIONS-PARTNERSCHAFTEN

**Nr. 2023-1-IT01-KA220-VET-000156675 - Kompetenz „Lernen lernen“ für IVET-
Trainer*innen /Lehrer*innen**

Lernmodul

**STILE, ÜBERZEUGUNGEN, DISPOSITIONEN UND EMOTIONEN IM
LERNPROZESS: Theoretische und praktische Materialien**

Vorbereitet von: SPOK

Online-Selbstlernkurs: „Verständnis allgemeiner Lernprozesse: Motivation und Strategien für erfolgreiches Lernen.“

Dieser Kurs bietet leicht verständliche Tipps und Theorien zu allgemeinen Lernprozessen und Lernmotivation. Außerdem werden Strategien vermittelt, die Ihnen helfen, effektiver zu lernen (und zu lehren). Ziel ist es, den Teilnehmern Wissen zu vermitteln, mit dem sie ihre Lernfähigkeiten verbessern und verstehen können, wie andere Lernende, beispielsweise Schüler und Auszubildende, in ihren Lernprozessen funktionieren. Der Kurs bietet eine ausgewogene Mischung aus theoretischen Konzepten, praktischen Übungen und reflektierenden Aktivitäten, die ein ansprechendes Selbstlernerlebnis schaffen. Hinweis: Sie benötigen eine Internetverbindung. Alle YouTube-Videos sind auf Englisch, verfügen jedoch über Untertitel!

Lernergebnisse

Am Ende dieses Kurses (Dauer ca. 3,5 bis 4 Stunden) werden Sie in der Lage sein:

1. Grundlegende Theorien zu Lernprozessen zu beschreiben.
2. Faktoren zu verstehen, die die Lernmotivation beeinflussen.
3. Strategien anzuwenden, um den Lernerfolg zu steigern.
4. Ihr eigenes Lernverhalten zu reflektieren.

Modul 1: Einführung in Lernprozesse (60 Minuten)

Ziele:

- Die Grundlagen des Lernens verstehen.
- Verschiedene Arten von Lernprozessen identifizieren.

Schritte:

1. **Lesematerial (20 Minuten):** Einführung in allgemeine Lernprozesse, einschließlich:
 - **Schlüsselkonzepte:** Kognitive, behaviorale und andere Ansätze des Lernens.
 - **Grundlegende Lernprozesse:** Aufmerksamkeit, Speicherung, Wiedergabe und Motivation.
Link: Simply Psychology - Lerntheorie
<https://www.simplypsychology.org/learning.html>
2. **Video (10 Minuten):** Überblick darüber, wie Lernen funktioniert. Fokus auf kognitive Prozesse wie Gedächtnis, Verstehen und Abruf.

Videolink: CrashCourse - How We Learn:

<https://www.youtube.com/watch?v=wlaG99awCD8>

3. **Aktivität (30 Minuten):** Lernen Sie, wie Sie eine Mindmap Ihrer Lernprozesse erstellen können. Entdecken Sie die Möglichkeiten mit Online-Tools wie **MindMeister** oder **Miro** und erfahren Sie, wie diese funktionieren. Probieren Sie es aus, wenn Sie möchten!

Videotool-Link: MindMeister - Mind Mapping Tutorial:

https://www.youtube.com/results?search_query=mindmeister+tutorial

Videotool-Link: Miro – Tutorial/Webinar:

<https://www.youtube.com/watch?v=mNNPchRnDp8>

Modul 2: Theorien des Lernbewusstseins und der Motivation (75 Minuten)

Ziele:

- Theorien kennenlernen, die erklären, warum Menschen zum Lernen motiviert sind.
- Verstehen, wie Bewusstsein und Motivation die Lernergebnisse beeinflussen.

Schritte:

1. **Lesematerial (60 Minuten):**

Lernen ist ein kontinuierlicher Prozess, der über die formale Bildung hinausgeht. Es bildet die Grundlage für persönliches Wachstum und Entwicklung und beeinflusst, wie Individuen die Welt wahrnehmen, Probleme lösen und neue Fähigkeiten erwerben. Lernbewusstsein oder Metakognition bezieht sich auf das Verständnis und die Kontrolle einer Person über ihren eigenen Lernprozess. Dieses Konzept ermutigt Lernende, zu erkennen, wie sie lernen, ihren Fortschritt zu überwachen und Strategien für ein effektiveres Lernen anzupassen. Es befähigt Individuen, aktive Teilnehmer ihrer Bildung zu werden, was zu einem tieferen Verständnis und langfristiger Wissensspeicherung führt.

Ein kritischer Aspekt des Lernbewusstseins ist die Selbstwahrnehmung – die Fähigkeit, über die eigenen Gedanken, Gefühle und Verhaltensweisen zu reflektieren. Im Kontext des Lernens bedeutet Selbstwahrnehmung, die eigenen Stärken, Schwächen und bevorzugten Lernstile zu erkennen. Wenn Lernende selbstbewusst sind, können sie identifizieren, was ihren Fortschritt fördert oder behindert, und entsprechend Anpassungen vornehmen. Zum Beispiel kann ein Student, der weiß, dass er Schwierigkeiten mit Zeitmanagement hat, Strategien entwickeln, um Lernphasen effektiver zu strukturieren.

Die Bedeutung von Selbstwahrnehmung im Lernen kann nicht hoch genug eingeschätzt werden. Selbstbewusste Lernende setzen sich eher realistische Ziele, suchen bei Bedarf Hilfe und bleiben motiviert. Sie sind auch besser darauf vorbereitet, Stress zu bewältigen und Herausforderungen zu meistern. Darüber hinaus fördert Selbstwahrnehmung eine Wachstumsmentalität – den Glauben, dass Fähigkeiten durch Anstrengung und Übung entwickelt werden können –, was für den langfristigen Erfolg im Lernen unerlässlich ist.

Abschließend lässt sich sagen, dass Lernbewusstsein und Selbstwahrnehmung entscheidend dafür sind, ein effektiver Lernender zu werden. Indem sie ihre Lerngewohnheiten reflektieren, können Individuen ihre Fähigkeit verbessern, neues Wissen zu erwerben, sich an veränderte Umstände anzupassen und letztendlich ihr volles Potenzial auszuschöpfen. Diese Fähigkeiten sind nicht nur in akademischen Kontexten von großem Wert, sondern auch im Alltag, da sie zur persönlichen und beruflichen Weiterentwicklung beitragen.

Weitere Online-Texte lesen:

- **Verywell Mind - Was ist Motivation?**
Link: <https://www.verywellmind.com/what-is-motivation-2795378>
(Von Kendra Cherry, MEd. Kendra Cherry ist Spezialistin für psychosoziale Rehabilitation, Psychologie-Dozentin und Autorin des „Everything Psychology Book“. Aktualisiert am 3. Mai 2023.)
- **Education Corner - Theorien der Motivation**
Link: <https://www.educationcorner.com/motivation-in-education/>
(Von Mr. Becton Loveless, Aktualisiert: 13. April 2023.)

2. Reflexionsaufgabe (15 Minuten): Beantworten Sie die folgende Frage und reflektieren Sie Ihren eigenen Lerntyp.

Frage: Welcher Lerntyp passt Ihrer Meinung nach am besten zu Ihnen und warum?

A. **Visuelle Lerner:** Bevorzugen es, Informationen zu sehen und zu visualisieren. Sie lernen am besten durch Bilder, Diagramme, Diagramme, Videos und schriftliche Anweisungen.

B. **Auditive Lerner:** Lernen am besten durch Zuhören. Sie bevorzugen gesprochene Anweisungen, Vorträge, Diskussionen und Audiomaterialien.

C. **Lesen-/Schreib-Lerner:** Bevorzugen Lesen und Schreiben als primäre Lernweise. Sie sind gut im Umgang mit textbasierten Informationen und Ergebnissen.

D. Kinästhetische Lerner: Bevorzugen einen praktischen Ansatz beim Lernen. Sie lernen am besten durch Tun, Bewegung und Beteiligung an körperlichen Aktivitäten.

E. Logische (mathematische) Lerner: Bevorzugen logisches Denken, Systeme und Muster. Sie sind gut im Analysieren von Daten, Arbeiten mit Zahlen und Erkennen von Beziehungen zwischen Konzepten.

F. Soziale (interpersonale) Lerner: Lernen am besten durch Gruppeninteraktionen, Diskussionen und Zusammenarbeit mit anderen.

Diese gängigen Lerntypen bieten einen Rahmen, um Ihre individuellen Lernpräferenzen zu verstehen. Dies kann dabei helfen, Bildungsstrategien anzupassen, um die Lerneffektivität zu maximieren. (Viele Menschen haben möglicherweise eine Kombination dieser Lernstile, anstatt genau in eine Kategorie zu passen.)

Modul 3: Strategien für erfolgreiches Lernen (55 Minuten)

Ziele:

- Effektive Strategien erkunden, die erfolgreiches Lernen unterstützen.
- Lernen, wie man diese Strategien in verschiedenen Kontexten anwendet.

Schritte:

1. **Video (5 Minuten):** Erklärung der wichtigsten Strategien für erfolgreiches Lernen:
Videolink: TED-Ed - How to Study Effectively:
<https://www.youtube.com/watch?v=p60rN9JEagp>
2. **Lesematerial (30 Minuten):** Ein Leitfaden zu praktischen Lernstrategien.
Besuchen Sie die Webseite „Learning Scientists – Study Tips: Six strategies for effective learning“ über den Link: <https://www.learningscientists.org/downloadable-materials>.
Sehen Sie sich die Grafiken an und laden Sie bei Bedarf passende Informationen herunter. Erfahren Sie mehr über deren Videokanal auf YouTube:
<https://www.youtube.com/channel/UCjbAmxL6GZXiaoXuNE7cIYg/videos>.
3. **Aktivität (20 Minuten):** Wenden Sie nach Abschluss von Schritt 2 diese Strategien auf ein Thema Ihrer Wahl an:
 - Erstellen Sie einen Lernplan mit Hilfe von **verteilterm Lernen (Spaced Repetition)**.
 - Fassen Sie einen Artikel mithilfe von **Abrufübungen (Retrieval Practice)** zusammen.

- Nutzen Sie **Dual Coding** (z. B. eine Skizze, eine Zeitleiste usw.), um Wörter und visuelle Darstellungen zu einem freien Thema zu kombinieren.

Modul 4: Abschluss und Reflexion (20 Minuten)

Ziel:

Nach Abschluss dieses Kurses bitte den Kurs überprüfen und Ihre wichtigste Erkenntnis notieren. Mögliche Interessensbereiche könnten sein:

- Welche Lernstrategie planen Sie nach Abschluss dieses Kurses zu übernehmen?
- Was motiviert Sie am meisten beim Lernen?
- Was motiviert Sie beim Unterrichten?
- Falls nötig, geben Sie dem Projektteam konstruktives Feedback:
mlandgren@bildungsmarkt.org