

## Lernkartei: Details lernen

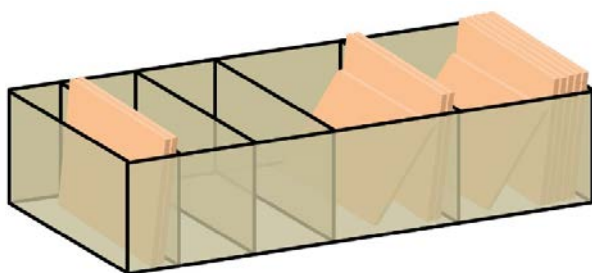
Wenn Sie sich Informationen durch regelmäßige Wiederholung sicher merken wollen, stellt das Karteikasten-System eine optimale Lösung dar. Mittels Karteikarten können Sie sich verschiedenste Lerninhalte einprägen. Hierzu schreiben Sie einen zu lernenden Begriff auf die Vorderseite einer Karteikarte. Jetzt drehen Sie die Karte um und schreiben zu diesem Begriff eine entsprechende Übersetzung, Erläuterung oder Ähnliches auf die Rückseite. Jedes Mal, wenn Sie die Karte zur Hand nehmen, sehen Sie sich die Vorderseite an und sagen am besten laut aus dem Gedächtnis auf, was auf der Rückseite steht. Sie können diese Informationen auch auf einem Blatt Papier aufschreiben. Jetzt drehen Sie die Karteikarte um und lesen, ob Sie richtig liegen.

Weil Karteikarten meist eine handliche Größe von DIN A8 bis DIN A6 haben, müssen Sie Lerninhalte in Form von wenigen kurzen Informationen niederschreiben. Durch diese Reduktion auf das Wesentliche bleiben die Inhalte viel besser im Gedächtnis haften, als wenn Sie eine Vielzahl – häufig auch nebensächlicher – Informationen mit lernen. Außerdem eignen sich Karteikarten hervorragend dazu, sich selbst abzufragen oder von jemandem abfragen zu lassen. Auf diese Weise stellen Sie schnell fest, ob Sie die entsprechenden Informationen sicher erinnern können. Die direkte Kontrolle hilft Ihnen, Ihren Lernfortschritt realistisch einzuschätzen, und verschafft Ihnen bei einer richtigen Antwort ein sofortiges Erfolgserlebnis, das Sie dazu motiviert, weiter zu lernen.

Mögliche Inhalte von Karteikarten	
Vorderseite	Rückseite
Vokabeln	Übersetzungen, Erläuterungen, Beispielsätze
Fachbegriffe	Erklärungen und Anwendungsbeispiele, etwa: Was bedeutet der Fachbegriff? Wo kommt er vor? Wie wendet man ihn an? etc.
Schlüsselbegriffe aus Vorträgen / Texten	Erläuterungen und Anwendungsbeispiele
Name einer Formel	dazugehörige Formel
Fragen	Antworten

### Lernen mit System

Das folgende Karteikasten-System wurde von dem Journalisten Sebastian Leitner (Leitner 2011) entwickelt. Er empfiehlt, für die Anwendung dieses Systems einen Karteikasten mit fünf Fächern zu erwerben oder selbst zu basteln. Hierbei sollten die Stellflächen für Karteikarten von Fach zu Fach größer werden. Vorgeschlagene Längenmaße für die einzelnen Fächer: Erstes Fach = 1 cm, zweites Fach = 2 cm, drittes Fach = 4 cm, viertes Fach = 8 cm, fünftes Fach = 16 cm.



Schematische Darstellung eines Lernkarteikastens mit 5 Fächern  M. Blinky

- Sobald Sie eine neue Karteikarte erstellt haben, stellen Sie diese zunächst ins vorderste Fach Ihres Karteikastens.
- Wenn dieses Fach voll ist, beginnen Sie mit dem Lernen: Sie nehmen die Karteikarten nacheinander heraus und prägen sich die entsprechenden Lerninhalte durch die oben beschriebene Methode ein: Vorderseite ansehen – Lösung aufsagen beziehungsweise aufschreiben – umdrehen – kontrollieren. Immer wenn Sie den Lerninhalt einer Karteikarte sicher erinnern, stellen Sie diese Karteikarte ein Fach weiter nach hinten. Wenn Sie den Lerninhalt einer Karteikarte falsch wiedergeben, stellen Sie diese ins erste Fach zurück.
- Sobald sich das nächste Fach füllt, nehmen Sie eine Karteikarte nach der anderen aus diesem Fach heraus und wiederholen Sie die Lerninhalte auf die gleiche Weise. Mit den folgenden Fächern verfahren Sie genauso.
- Wenn Sie den Lerninhalt einer Karteikarte aus dem fünften Fach sicher erinnern, nehmen Sie diese aus dem Kasten heraus. Durch die regelmäßige Wiederholung hat sich das Wissen auf dieser Karte inzwischen so gut eingeprägt, dass Sie sich diese höchstens kurz vor einer Prüfung erneut ansehen sollten.

Sobald Wissen sicher verankert ist, müssen Sie es nicht mehr so häufig wiederholen, um es im Gedächtnis zu behalten. Das Karteikasten-System trägt diesem Prinzip durch unterschiedliche Fächergrößen Rechnung. So dauert es von Fach zu Fach länger, bis ein Fach voll ist, und Sie die Karteikarten aus diesem Fach wiederholen.

Dank des Karteikasten-Systems wiederholen Sie Lerninhalte, die Sie noch nicht sicher erinnern, häufiger als Lerninhalte, die Sie bereits relativ sicher beherrschen. Das Karteikasten-System bietet nur eine Schwachstelle: Wenn alle Fächer fast voll sind, könnte es passieren, dass eine neue Karteikarte sehr schnell vom ersten ins letzte Fach wandert. Jetzt wissen Sie nicht, ob Sie den Lerninhalt dieser Karteikarte auch nach einigen Tagen noch erinnern können.

Inzwischen gibt es zahlreiche Computerprogramme die Karteikasten-Systeme ersetzen. Die Programme speichern, ob Sie eine Lernaufgabe richtig oder falsch beantwortet haben, und fordern Sie in entsprechenden Zeitintervallen auf, eine Lernaufgabe erneut zu bearbeiten.

Viel Freude beim Lernen wünscht  
David Reinhaus

Literatur:

Leitner, Sebastian (2011): So lernt man lernen. Freiburg im Breisgau: AREA Verlag.