

Lernposter: Wissen sichtbar machen

Bei einem Lernposter kombinieren Sie auf einem großen Blatt Papier (möglichst DIN A1) Texte nach Belieben mit Fotos, Skizzen, Tabellen, Diagrammen und Symbolen. Das fertige Lernposter platzieren Sie bei sich zu Hause an einer gut sichtbaren Stelle, an der Sie sich häufig aufhalten. Wann immer Sie an dieser Stelle vorbei kommen, sehen Sie sich Ihr Lernposter für ein paar Minuten an. Anschließend schließen Sie die Augen und stellen sich die Darstellung auf dem Lernposter innerlich vor. Durch diese regelmäßige Wiederholung prägen Sie sich die Lerninhalte genau ein. Wann immer Sie sich so sehr an die Position Ihres Lernposters gewöhnt haben, dass Sie einfach an ihm vorbei laufen, hängen Sie es an einen anderen Ort, an dem es Ihnen gleich ins Auge springt – und sei es neben dem Badezimmerspiegel.

Lernposter haben drei wesentliche Vorteile:

- Informationen, mit denen wir uns regelmäßig auseinandersetzen, gelangen eher in unser Langzeitgedächtnis. Je besser wir diese strukturieren, desto mehr Verknüpfungen entstehen zwischen Nervenzellen, die diese Informationen verarbeiten. Hierbei werden sie fest in unserem Gedächtnis verankert. Ähnlich wie bei Mind Maps® regt Sie deshalb bereits die Erstellung eines Lernposters dazu an, sich intensiv mit Lerninhalten zu befassen.
- Sie erhöhen die Wahrscheinlichkeit, dass Sie sich die Inhalte auf dem Lernposter regelmäßig ansehen und sich auf diese Weise die Lerninhalte gut einprägen.
- Je bildlicher Sie die Inhalte darstellen, desto besser bleiben Sie im Gedächtnis haften. Mit Farben und Bildern sprechen Sie gezielt Gefühle an. Auf diese Weise speichern Sie die Inhalte besser in Ihrem Gedächtnis ab und fördern das Verstehen.
- Es gibt kaum Lerninhalte, die Sie nicht auf einem Lernposter darstellen können.

Praxis-Beispiel

Eine Krankenschwester möchte sich im Rahmen ihrer Ausbildung Namen, Lage und Funktion aller wichtigen Organe des menschlichen Körpers einprägen. Das gelingt ihr besonders gut, wenn sie ein Lernposter anfertigt. Sie zeichnet den Umriss des menschlichen Körpers (Vorderansicht). Als nächstes zeichnet sie die wichtigsten Organe ein, die sie mit ihrem jeweiligen Namen beschriftet. Daneben schreibt sie eine kurze Stichwortliste ihrer wichtigsten Funktionen.

So gehen Sie vor

Damit Sie das Poster nur einmal anfertigen müssen, planen Sie zunächst, welche Inhalte Sie in welcher Form darstellen wollen. Hierzu sollen Sie eine Skizze entwerfen:

- Listen Sie alle Lerninhalte auf, die Sie auf einem Lernposter abbilden wollen.
- Entscheiden Sie sich, in welcher Form Sie die Lerninhalte darstellen wollen (z.B. Texte, Fotos, Skizzen, Tabellen, Diagramme, Symbole).
- Überlegen Sie, ob Sie Zusammenhänge zwischen Lerninhalten durch räumliche Nähe, Verbindungslinien oder Pfeile abbilden wollen.
- Fertigen Sie eine Skizze Ihres Lernposters an.

- Nachdem Sie diese Planungsphase abgeschlossen haben, fertigen Sie Ihr eigentliches Lernposter an. Hierzu sollten Sie ein großes Blatt Papier (möglichst DIN A1) verwenden.
- Achten Sie bei der Erstellung von Texten und Grafiken darauf, dass sie gut aus der Entfernung zu erkennen sind.
- Wenn Sie die Grafiken nicht selbst erstellen wollen, können Sie auch in Zeitschriften nach geeigneten Bildern Ausschau halten. Diese können Sie ausschneiden und wie bei einer Collage auf Ihr Lernposter kleben. Auch im Internet finden Sie viele Abbildungen, die Sie für Ihr Lernposter nutzen können.

Praxis-Beispiel

Sie lernen für eine mathematische Prüfung und müssen sich eine ganze Reihe von Formeln einprägen? Dann fertigen Sie doch jeden Tag ein Lernposter an, auf das Sie die Formel(n) des Tages schreiben. Jetzt können Sie sich die Formel(n) den ganzen Tag lang immer wieder ansehen und auf diese Weise merken.

Viel Spaß & Erfolg wünscht
David Reinhaus