

Die Lernbox:

Gründliches Lernen mit System –

Erfolg garantiert!

Handreichung zur Information von Eltern

1) Lernboxen: Ursprung und Anwendungsgebiete

Das Karteikarten-System basiert auf einem von dem Lernpsychologen und Wissenschaftsjournalisten Sebastian Leitner entwickelten Lernkonzept, das er 1973 in seinem Werk *So lernt man lernen* (inzwischen ein Klassiker) vorstellte. Es hat sich als eine besonders effiziente Methode zum Einprägen neuen Lernstoffes bewährt und ist seit bald 50 Jahren international erfolgreich.

Bekannt ist die **5-Fächer-Lernkartei** insbesondere für das systematische Erlernen und langfristige Behalten von Vokabeln. Sie eignet sich jedoch auch für andere Bereiche sehr gut, sei es das Auswendiglernen von Fachdefinitionen, Geschichtsdaten, chemischen Elementen, Formeln u.v.m., und kann somit auf fast alle Wissensgebiete bzw. Unterrichtsfächer angewandt werden.



Aber auch inhaltsbasierter Lernstoff lässt sich mithilfe der Karteikarten durch gezieltes und kontinuierliches Wiederholen leichter einprägen. Hier ist nach dem Frage-Antwort-Schema vorzugehen.

Schüler/-innen gelingt es nach dem Lernen mit Karteikarten besser, das Erlernete bei Prüfungen erfolgreich wieder abzurufen.

2) Das Lernsystem

Die Methode der *Lernkartei*, auch *Lernbox* genannt, beruht auf dem Prinzip der regelmäßigen Wiederholung in immer größer werdenden zeitlichen Abständen, gemäß Leitners Idee der „Wiederholung mit System“.

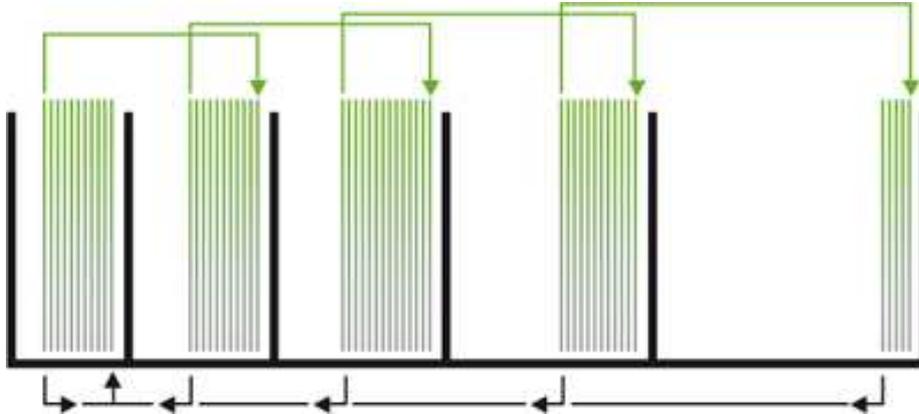
Lernpsychologische Untersuchungen haben gezeigt, dass die regelmäßige Wiederholung von Informationen die Voraussetzung für das **Verankern im Langzeitgedächtnis** ist. Das Lernen mit der Lernkartei verhindert, dass hieraus ein stupider Prozess wird.

Die **Vorgehensweise** ist sehr einfach und effektiv:

- Die Lernbox besteht aus fünf Fächern.
- Die Karten mit neuem Lernmaterial kommen in das erste Fach.
- Dann beginnt man sich selbst abzufragen - oder lässt sich vom Lernpartner prüfen, indem man eine Karte nimmt, deren Vorderseite / Frage liest und sich die richtige Antwort überlegt. Dann dreht man die Karte um und überprüft auf der Rückseite, ob die überlegte Antwort richtig war. Wenn ja, darf die Karte ins nächste Fach gesteckt werden. Wenn nicht, bleibt sie im ersten Fach, d.h. sie kommt an das Ende des Stapels im ersten Fach.
- Die Karten aus dem zweiten Fach sowie den weiteren Fächern nimmt man sich erst vor, wenn das jeweilige Fach voll ist.
- Alle Fächer werden nach dem gleichen Prinzip bearbeitet: Bei einer richtigen Antwort darf die Karte in das nächste Fach, bei einer falschen Antwort wandert sie zurück ins erste Fach.
- Wenn der zu erlernende Stoff aus dem letzten Fach richtig erinnert wird, können die Karten aus dem Karteikasten entfernt werden.

3) Das Lernschema

Das **Lernprinzip** auf einen Blick:



Richtige Antwort > die Karte wird hinten in das jeweils nächste Fach gesteckt.

Falsche Antwort < die Karte wandert immer (zurück) ins erste Fach, an das Ende des Stapels.

4) Alternative Vorgehensweisen:

Die Wiederholungsfrequenz kann bei Bedarf an das persönliche Lerntempo angepasst werden. Für eine dauerhafte Verankerung des Lernstoffs gibt es jedoch eine grobe Richtlinie: Die Karten aus Fach 1 sollten täglich wiederholt werden, die Karten aus Fach 2 alle drei Tage, aus Fach 3 alle zehn, aus Fach 4 alle dreißig und aus Fach 5 alle neunzig Tage. So wird der Lernstoff immer dann - im wahrsten Sinn des Wortes - angefasst, wenn er aus dem Gedächtnis zu verschwinden droht. Und das Beste ist, dass man im Gegensatz zum Vokabelheft nicht stets alle Lerninhalte bearbeitet, sondern immer nur die Inhalte, die man nicht weiß. Logisch!

Bei der Vorbereitung auf eine bevorstehende Prüfung zum Beispiel sollte man von diesem Schema abweichen und den Wiederholungszyklus erhöhen. Dies gelingt, indem man anstelle von fünf, nur noch mit drei Fächern arbeitet. So wird der Stoff in kürzeren Abständen öfters wiederholt und setzt sich schneller im **Kurzzeitgedächtnis** fest. Die empfohlene Wiederholungsfrequenz in diesem Fall ist: Die Karten aus dem ersten Fach werden nach wie vor täglich gelernt, jene aus Fach 2 jeden zweiten Tag und die Karten aus Fach 3 jeden vierten.

Um individuellen Lernzwecken gerecht zu werden, verwendet man eine Lernbox, die sich von einem 5-Fächer-System in ein **3-Fächer- oder ein 2-Fächer-System** umwandeln lässt:



5) Tipps für Eltern im Umgang mit der Lernbox

Das effektive Lernen mit dem Karteikarten-Lernsystem kann vielfältig eingesetzt werden. Es eignet sich nicht nur für das Selbststudium und den Einsatz im Unterricht, sondern ist auch ein ideales Hilfsmittel für Sie als Eltern. Das Abfragen Ihrer Kinder per Lernkartei **intensiviert den Lerneffekt** um die auditive Komponente gegenüber dem selbstständigen Lernen. Sieht Ihr Kind, dass eine richtig beantwortete Karteikarte in einem hinteren Fach verschwindet, bedeutet dies ein unmittelbares Erfolgserlebnis. Der Lernspaß und die Motivation sind somit höher als beim Abfragen aus dem Vokabelheft.

Die Lernmethode beginnt bereits beim Beschriften der Karteikarten. Lassen Sie Ihr Kind dies selber machen - nach wissenschaftlichen Erkenntnissen trägt dies bereits zum Lernerfolg bei. Sie sollten jedoch danach einen Blick darauf werfen, um mögliche Fehler zu korrigieren.

6) Vorgehensweise bei inhaltsbasiertem Lernstoff

Beim Anfertigen von Karten zu inhaltsbasiertem Lernstoff ist der Lerneffekt besonders groß. Das System lässt sich auf fast alle Wissensbereiche anwenden. Wichtig ist, dass man den Lernstoff dabei in kleinste Wissensbausteine einteilt.

Dazu ein Beispiel aus dem Bereich Geschichte: Aus einem Text zum 1. Weltkrieg zieht man sich zu lernende Informationen (Lernstoffe), hier die Bedeutung des Begriffs „Reparationen“.

1. Auf die Rückseite der Karte kommt also die Lösung / Antwort: *Kriegsentschädigungen*
2. Man kann dann die Lösung noch in einen erklärenden Satz packen: 'Alle Verlierer des Ersten Weltkrieges, insbesondere Deutschland, bezahlten Reparationen.'
3. Demzufolge lautet die Frage / das Problem auf der Vorderseite der Lernkarte: *Was sind Reparationen?*
4. Und man kann das Problem in einen Zusammenhang stellen, womit es sich leichter lernt: 'Das Wort kommt aus dem Lateinischen (reparare = wieder herstellen).'

Am besten geht man also von der Rückseite der Karteikarte aus, auf der die Lösung des zu erlernenden Stoffs steht, das, was gelernt werden muss. Dabei gilt es, zu der hier notierten Antwort eine passende Frage zu finden. Dieser Prozess des Nachdenkens und Ausformulierens trägt bereits dazu bei, dass sich der Lernende eingehend mit dem Thema befasst. Er bringt die Antworten bereits mit bestimmten Stichworten, die er für die Frage wählt, in Verbindung und kann sich die Lerninhalte somit leichter merken und diese verinnerlichen.

Visuelle Lerntypen können sich den Stoff mithilfe kleiner Skizzen und farblicher Hervorhebungen noch leichter einprägen.

Für komplexere Inhalte empfiehlt es sich, möglichst großformatige Karteikarten zu wählen, etwa im Format DIN A7 oder gar DIN A6. Für das Erlernen von fremdsprachlichen Begriffen genügen Karteikarten im Format DIN A8.