

Das Wintersemester steht kurz bevor und dieses Mal möchtest du richtig durchstarten? Du willst in der Klausurphase nicht verzweifeln und die Hausarbeit vielleicht doch zum Erstversuch abgeben? Das denken sich viele Studenten und dennoch scheitern sie Semester für Semester an ihren eigenen Vorsätzen. Doch das hat jetzt ein Ende: Mit diesen 20 Lerntipps wirst du dieses Semester stressfreier überstehen.

Der Wille ist da. Es scheitert jedoch immer an der Umsetzung. Die Frage „Wie soll ich das schaffen?“ wird am häufigsten gestellt. Das ist alles eine Frage der Organisation. Wenn man richtig plant, läuft auch weniger schief.

Mit der richtigen Organisation kann man selbstständig seinen Stress reduzieren und entspannter studieren.

Das bedeutet aber nicht, dass man auf Hobbys und Freizeit verzichtet. Auch das wird eingeplant. Das Ziel ist es, einen Ausgleich zu erschaffen, bei dem das Studium mit dem Privatleben gemeinsam harmoniert.

Auch wenn jeder von uns individuell ist und andere Ansprüche hat, können diese Tipps für jeden Studierenden eine große Hilfe sein, um den Alltag erfolgreich zu bewältigen. Dabei ist es nicht nur wichtig, einen gut funktionierenden Wochenplan zu haben - Eine wichtige Stelle nehmen auch folgende Hilfstools ein.

Dokumentiert zusätzlich euren Lernprozess um Erfolge festzuhalten und Baustellen zu identifizieren. Entweder ganz klassisch in einem Kalender oder mit einer praktischen App wie Any.do.

Tipps für die Vorlesung

In der Vorlesung ist aktives Zuhören gefragt. Es reicht nicht aus, anwesend zu sein. Um bei dem Monolog des Professors mitzukommen, benötigt man nicht nur viel Konzentration, sondern auch viel Geduld.

Tipps 01

Brauchst du diese Vorlesung wirklich? Oder spielt sie bei den Klausuren keine wichtige Rolle? Wenn Vorlesungen nicht klausurrelevant sind und dich nicht interessieren, dann wirst du wohl kaum interessiert zuhören und so nur Zeit verschwenden.

Tipps 02

Falls Vorlesungsskripte vorhanden sind, sollten diese auch benutzt werden. So musst du nur noch das, was deiner Meinung nach fehlt und wichtig ist, aufschreiben oder wichtige Stellen markieren.

Tipps 03

Notieren muss gelernt sein. Wenn du jedes Wort und jeden Satz des Professors aufschreibst, kannst du schwerer dem Stoff folgen. Versuch deshalb lieber kurze Stichwörter zu notieren. So kannst du den roten Faden der Vorlesung weiterhin verfolgen. Versuche außerdem beim Notieren Stellen frei zu lassen (wie zum Beispiel den Rand), um Fragen, Gedankengänge, Ergänzungen, Anmerkungen und Hinweise oder ähnliches aufzuschreiben. Außerdem ist es hilfreich, die Notizen nach Unterthemen zu gliedern.

Tipps 04

Deine Notizen werden nicht ordentlich und auch nicht vollständig sein. Arbeite sie nach und ergänze sie mit deinem Wissen aus den Texten oder aus dem Script. So ersparst du dir gegen Ende des Semesters viel Zeit beim Verständnis.

Tipps 05

Bring Ordnung in deine Unterlagen! Damit du dich nicht kurz vor der Klausur fragst, wo deine Lernmaterialien geblieben sind und was du mit den losen Blättern anfangen sollst, kannst du sie lieber von Anfang an nach Datum sortieren. Schreib am besten auch das Thema der Vorlesung auf, damit du einen besseren Überblick hast.

Tipps 06

Du hast bestimmt keine Lust, eine Vorlesung oder ein Seminar noch mal besuchen zu müssen, nur weil du dich nicht rechtzeitig für die Prüfung angemeldet oder die Prüfungsleistung zu spät abgegeben hast, oder? Markiere deshalb die wichtigen Termine in deinem Kalender. Der Vorteil von Kalendern auf deinem Handy ist, dass du daran erinnert wirst.

Tipps 07

Mach deine Hausaufgaben. Es ist viel angenehmer in einer Veranstaltung zu sitzen und zu wissen, worüber der Professor redet. Wenn du weißt, um was es geht, kannst du auch bessere Notizen mitschreiben. Diese lässt sich auch gut auf Seminare, Übungen und Tutorien übertragen.

Tipp 08

Finde deine Lernumgebung: Jeder fühlt sich in einer anderen Atmosphäre zum Lernen angeregt- magst du es eher ruhig, dann ist ein gemieteter Raum in der Bibliothek für dich eventuell optimal. Lerne dadurch ab sofort produktiver. Im Sommer verbringt man ungern seine Zeit im Zimmer oder in der Bibliothek. Du willst den Lernort in den Park, ins Freibad oder an den See verlagern? Probiere das aus. Aber wenn du feststellst, dass du dich von den Menschen ablenken lässt oder dort lieber chillst, solltest du aufhören, dir vorzumachen, dass du in den Park zum Lernen gehst. Was bringt es dir, wenn du dich selbst belügst?

Tipp 09

Damit du gar nicht erst in Versuchung kommst, solltest du alles, was dich ablenken könnte, außerhalb deiner Reichweite liegen lassen. Das gilt insbesondere für dein Handy. Wenn es am Ende des Zimmers liegt, wirst du nicht alle fünf Minuten deine Mails checken. Wenn du am PC lernst und dich leicht von Facebook ablenken lässt, solltest du alle Lernmaterialien herunterladen, die du brauchst und die Internetverbindung trennen.

Tipp 10

Manchmal ist es hilfreich, für unterschiedliche Module/Fächer, unterschiedliche Lernorte zu haben. Statistik lernst du an deinem Schreibtisch, Theorie vielleicht eher auf der Couch. Noch wichtiger ist es jedoch, die Lernorte von deinen Entspannungsorten zu trennen. Wenn du beschließt in deinem Bett Texte zu lesen, ist die Wahrscheinlichkeit hoch, dass du einschläfst. Wir sind es gewohnt, auf dem Bett zu schlafen und unser Körper ist darauf eingestellt.

Finde deine Lernmethode

Tipp 11

Welcher Lerntyp bist du? Hilft es dir, Sachen mehrmals aufzuschreiben? Oder hörst du lieber zu, wenn dir jemand das Thema erklärt? Oder bist du der Typ, der am besten lernt, wenn er das Thema anderen erklärt? Erstellst du lieber Grafiken und Mindmaps?

Tipp 12

Unterhalte dich mit deinen Kommilitonen über den Lernstoff oder gründe sogar eine kleine Lerngruppe, damit ihr euch gegenseitig unterstützen könnt und kein Thema beim Lernen übersehen wird. Vorausgesetzt natürlich, du kannst gut in Gruppen lernen.

Tipp 13

Lass dich abfragen! Du glaubst, dass du alles kannst? Dann teste dich. Frag deine Freunde, deine Mitbewohner oder deine Kommilitonen, ob sie dich nicht abfragen können. So stellst du fest, ob du tatsächlich alles kannst oder nicht.

Tipp 14

Lege bestimmte Lernzeiten fest! Wenn du vormittags lernst, hast du mittags noch genügend Zeit, um mit deinen Freunden in den Park zu gehen und das Wetter zu genießen. Außerdem verringerst du die Gefahr, dass du dir komplette Tage verplanst und am Ende gar keine Zeit mehr zum Lernen hast.

Tipp 15

Nimm deine Lernunterlagen mit, wenn du länger unterwegs bist und z.B. zu deinen Eltern mit der Bahn fährst.

Tipp 16

Organisiere dich! Sortiere deine Lernunterlagen nach Semester und nach deinen Veranstaltung – online und offline! Wenn du im Verlauf des Studiums auf Seminare und Materialien einer Veranstaltung zurückgreifen musst, wirst du sie leichter wiederfinden.

Tipp 17

Du brauchst Pausen! Glaubst du wirklich, du kannst 4 Stunden am Stück bei voller Konzentration lernen? Wahrscheinlich nicht. Also plan Pausen ein und vergiss nicht ausreichend zu essen und zu trinken.

Tipp 18

Lerne schon während des Semesters. Wiederhole immer wieder die alten Themen und verknüpfe sie mit neuem Stoff. Wenn du das machst, wirst du vor der Klausur viel entspannter sein und musst nur noch den gesamten Stoff wiederholen und festigen.

Tipp 19

Mache einen Lernplan, an den du dich auch hältst. So vermeidest du schlaflose Nächte, in denen du dich mit Kaffee und

Energydrinks wach halten musst, um den Stoff innerhalb von kurzer Zeit zu lernen.

Tipp 20

Informiere dich darüber, ob du bestimmte Literatur brauchst oder nicht und besorge diese rechtzeitig.

Wenn du diese Tipps befolgt hast, wirst du sicherlich ein stressärmeres Semester als sonst haben – auch am Ende. **Es ist wichtig, dass du diszipliniert arbeitest und dir auch genügend Freiraum für deine Hobbys und deine Freunde lässt.** Du musst Zeit finden, abzuschalten. Vielleicht führst du sogar einen persönlichen Entspannungstag ein? Oder machst ab einer bestimmten Uhrzeit nichts mehr für die Uni? Von einem strukturierten Ablauf wirst du auf Dauer jedenfalls profitieren. Viel Erfolg dabei!

Autor: Alexandra Oseldec (Impulsdialog)