

## Fragebogen Lerntypen

Mit diesem Fragebogen kannst du herausfinden, welcher Grundlerntyp du bist. Gehe die Fragen durch und kreuze eine der drei Auswahlmöglichkeiten an.

Am Ende findest du einige interessante Fakten zum Thema Lerntypen.

Nr.	Frage	Trifft zu	Trifft teilweise zu	Trifft nicht zu
1	Im Spiel Memory bin ich sehr gut.			
2	An Nachrichten, die ich gelesen habe, kann ich mich besser erinnern, als wenn ich sie nur im Radio höre.			
3	In Seminaren ist mir eine Darstellung des Lerninhaltes durch Grafiken oder Videos angenehmer. So kann ich mir die Inhalte besser merken kann.			
4	Wenn ich mir etwas merken möchte, schreibe ich es mir auf. Das reine Lesen oder Hören reicht mir nicht.			
5	Umgebungsgeräusche behindern mich beim Lernen. Am besten kann ich mich konzentrieren, wenn es um mich herum still ist.			
6	Ich behalte Informationen besser, wenn ich sie mir laut vorsage.			
7	Gehörtes (z.B. ein Hörspiel) kann ich leicht verstehen und gut wiedergeben.			
8	Es fällt mir leicht mich an Melodien zu erinnern.			
9	Ich kann besser in der Gruppe lernen als allein.			
10	Diskussionsrunden zu einem Thema helfen mir besonders gut, einen Sachverhalt zu verstehen.			

Nr.	Frage	Trifft zu	Trifft teilweise zu	Trifft nicht zu
11	Wenn ich mich mit anderen unterhalte kann ich mir die Inhalte viel leichter merken.			
12	Mich mit anderen Menschen austauschen - mache ich gerne und viel.			
13	Während des Lernens wippe ich gerne mit dem Bein oder Spiele mit einem Stift.			
14	Wenn ich mich beim Lernen frei Bewegen kann erinnere ich mich besser an den zu lernenden Stoff.			
15	Erzählen tue ich mit vollem Körpereinsatz und unterstreiche das Gesagt durch Mimik und Gestik			
16	Um die Bedienung eines neuen Gerätes zu erlernen, probiere ich es am liebsten aus.			

Die Auswertung findest du auf der nächsten Seite.

## Auswertung

Die mit „Trifft zu“ beantworteten Fragen erhalten **zwei Punkte**, die mit „Trifft teilweise zu“ beantworteten Fragen **einen Punkt** und die verneinten Fragen **keinen Punkt**.

Die Fragen sind in Blöcke eingeteilt und beziehen sich auf den jeweiligen Lerntyp. Der Lerntyp, bei dem du die meisten Punkte hast, ist der für dich am ehesten zutreffende.

Die Fragen 1-4 beziehen sich auf den visuellen Lerntyp.

Frage	Punkte
1	
2	
3	
4	
<b>Gesamt</b>	

Die Fragen 5-8 beziehen sich auf den auditiven Lerntyp.

Frage	Punkte
5	
6	
7	
8	
<b>Gesamt</b>	

Die Fragen 9-12 beziehen sich auf den kommunikativen Lerntyp.

Frage	Punkte
9	
10	
11	
12	
<b>Gesamt</b>	

Die Fragen 13-16 beziehen sich auf den haptischen Lerntyp.

Frage	Punkte
13	
14	
15	
16	
<b>Gesamt</b>	

Du interessierst dich für die einzelnen Lerntypen? Dann geht es auf der nächsten Seite für dich weiter.

Hast du Fragen oder wünschst dir eine Beratung zum Thema Lernmethoden anwenden, dann schreib mir eine Mail an [info@akademie-heilkunde.de](mailto:info@akademie-heilkunde.de)

## Lerntypen allgemein

Zuerst sei erwähnt, dass die Existenz von Lerntypen kontrovers diskutiert wird und wissenschaftlich noch nicht belegt werden konnte.

Klar ist allerdings, dass zum Lernen der Einsatz aller Sinneseingänge genutzt werden sollte. Unser Gehirn lernt am effektivsten, wenn es Querverbindungen schaffen kann.

Folgende Tabelle zeigt auf, wie viel Bit ein Mensch durch seine Sinnesorgane aufnehmen kann.

### Sinnesorgan Bandbreite (Bit/Sek)

Auge	10.000.000
Haut	1.000.000
Ohr	400.000
Nase	20
Geschmack	13

Tabelle: Aufnahmebandbreite der Sinnesorgane (Hühholdt, 1993, S. 247)

### Allgemeiner Tipp:

Man kann das Gelernte umso besser nutzen, je mehr Assoziationen das Gehirn für einen Inhalt bereit hält. Je besser man weiß wie etwas funktioniert, schmeckt, riecht, aussieht, sich anfühlt usw., desto leichter fällt einem später, sich zu erinnern.

Beim Vokabeln lernen heißt es also nicht einfach nur lesen, sondern spreche sie mehrmals laut und deutlich aus.

Veranschauliche dir komplizierte oder abstrakte Zusammenhänge immer anhand einer Skizze oder MindMap.

Dabei sollte man sich aber immer vor Augen halten welche Vorgehensweise einem liegt.

Am Besten eignen sich Lernmethoden wie die Verknüpfungstechnik, LociMethode oder die Anwendung von MindMaps. Informationen lassen sich dadurch leichter lernen, da diese Methoden Assoziationsketten im Gedächtnis bilden, wodurch das Erinnern leichter fällt und das Lernen Spaß macht.

**Interessierst du dich für das Anwenden von Lernmethoden?!**

**Dann berate ich dich gerne im Einzelcoaching im Raum Berlin oder in einer Gruppe beim nächsten Lernseminar in der Akademie für Heilkunde.**

**Gerne kannst du mir auch Fragen zu diesem Thema stellen ich informiere dich gern.**

**Du erreichst mich unter der Mailadresse [info@akademie-heilkunde.de](mailto:info@akademie-heilkunde.de).**

Auf der nächsten Seite gehe ich tiefer auf die einzelnen Lerntypen ein.

## Die Lerntypen - Übersicht

### **Auditiv – hören**

Informationen sollten in erster Linie über die Ohren aufgenommen werden. Das heißt: bespreche Tonbänder, höre Dokumentationen im Radio, lies dir selbst vor, rede mit jemandem über die Lerninhalte.

Achte darauf dass dich keine Nebengeräusche stören.

### **Visuell – sehen**

Der visuelle Lerntyp verlässt sich auf das, was er sieht. Er nimmt Informationen gut auf, indem er ein Bild malt oder ein vorhandenes studiert. Man erkennt ihn daran, dass er sich häufig Notizen macht oder Skizzen anfertigt. Diese Lerntypen können sich gut an Details erinnern. Sie arbeiten genau und ordentlich. Ihre Sprache und ihre Träume sind meist bildreich, farbig und voller Details.

Gegen ein visuelles Lernen in Memory Spiel zu gewinnen kostet eine Menge Anstrengung. Solltest du ein visueller Lerntyp sein.

Erstelle dir MindMaps, arbeite mit farbigen Stiften oder Markern. Nutze Flipcharts, suche dir Videofilme oder Fernsehbeiträge zum Thema.

Auch Lernkarteien bieten sich als nützliche Hilfe an.

### **Kommunikativ – besprechen**

Informationen solltest du am besten über gemeinsame Gespräche verarbeiten.

Lerngruppen eignen sich dafür sehr. Diskutiere alle Informationen, widerspreche deinem Gegenüber. Achte in Diskussionen darauf, dass du nicht nur eine sondern mehrere Positionen einnimmst.

### **Haptisch – tun**

Baue Dinge nach, laufe Entfernungen ab und messe so Distanzen.

Gehe beim Lernen im Zimmer umher, wippe auf dem Stuhl, benutze Hände und Füße, so begreifst du was dein Kopf speichern soll, direkt über deinen Körper.

### **Zusammenfassend:**

Wähle verschiedene Lernformen.

Du profitierst davon wenn du dir den Lernstoff über vielfältige Art und Weise aneignest. Unabhängig davon welcher Lerntyp du bist. Je unterschiedlicher der Lernstoff präsentiert wird, desto vielfältiger sind die Möglichkeiten des Behaltens und Erinnerns.

Durch das Nutzen verschiedener Eingangskanäle kann der Lernerfolg optimal gesteigert werden.