



UNIVERSITÄT
GÖTTINGEN

Mein neuer Weg für ein beständiges und Kreativeslernen

Essay

Studiengang Physik Bsc.
der Georg-August Universität Göttingen

Lukas Lowschizky
Matrikelnummer: 26327289

Kurs: Lernstrategien
Prüfer: Torsten Nieland

Abgabedatum: 18.07.2023

Inhaltsverzeichnis

1	Motivation und Headspace	1
2	Vorbereitung	2
3	Vorlesung	3
4	Nachbereitung	4
5	Rückblick und Anpassung	5

1 Motivation und Headspace

Es ist mittlerweile unabdingbar, in einem guten, biologischen Zustand zu sein, um kontinuierlich lernen zu können. Dies beinhaltet ausreichenden Schlaf, eine nahrhafte Ernährung und das Fehlen von physischen Beschwerden wie Augenschmerzen oder der Abschirmung von Allergiequellen. In diesem Kontext ist es wichtig, einen Zustand zu erreichen, in dem ich nicht nur Aufgaben abzuarbeiten, sondern auch mit voller Gehirn Kapazität denken und lernen können.

Seit ich an dem Kurs teilnahm, lege ich viel mehr Wert auf diese Punkte. Früher dachte ich, dass es ausreicht, wenn ich denken kann und die Aufgaben erledigt werden. Doch durch eine bewussteres Lernverhalten, wie den Konsum von mehr Wasser, einen verbesserten Schlaf, und der Reduzierung unwichtiger Bildschirmzeit, konnte ich erleben, dass aus Abarbeiten eine viel bessere Lernerfahrung wurde.

2 Vorbereitung

Mit meinem bevorstehenden Übergang ins Physikstudium im nächsten Semester ist mir bewusst, dass ich einem umfangreichen und dauerhaften Teil der Mathematik gegenüberstehen werde. Um mich bestmöglich auf diese Anforderungen und die weiteren Kurse vorzubereiten.

Hier ist das wichtige 1-2 Wochen im Voraus zu lernen und die zugehörigen Aufgaben selbstständig zu bearbeiten. Dabei ist mir in dieser Phase weniger wichtig, ob meine Lösungen und Herangehensweisen bereits vollständig richtig sind. Vielmehr liegt mein Wert darin, eigenständig über die Lösungswege nachzudenken, und mir selbst verschiedene Wege zu erarbeiten, wie ich die gestellten Aufgaben lösen kann.

Ich habe festgestellt, dass diese Methode meiner Persönlichkeit als Entdecker sehr entgegenkommt. Anstatt von einer vorgegebenen Lösung zur nächsten "geführt" zu werden, fordert mich dieser Ansatz heraus, jeden potenziellen Weg selbstständig zu erforschen und zu bewerten. Ich erlebe das als eine Art "Lernen durch Entdecken", bei dem ich aktiv die Chance nutze, mir das Wissen eigenständig zu erschaffen, ich fand hier heraus, dass so viel mehr gelernt wird. Durch diesen Ansatz setze ich mich intensiver mit dem Lernstoff auseinander und entwickle dabei ein tieferes und nachhaltigeres Verständnis der Themen.

Zudem zielt dieser Ansatz darauf ab, meine logischen Fähigkeiten zu stärken und zu verbessern. Durch das ständige Analysieren und Erkunden verschiedener Lösungswege fördere ich meine Fähigkeit, logische Zusammenhänge zu erkennen und zu verstehen. Dieser Lernweg unterstützt auch die Entwicklung allgemeiner Problemlösungs- und Denkfähigkeiten, die in vielen Bereichen nützlich sein werden.

Ich bin überzeugt, dass dieser Weg des aktiven und entdeckenden Lernens, trotz des höheren anfänglichen Aufwands, zu einem tieferen und nachhaltigeren Lernen führen wird. Es ist ein besserer Weg, um mich auf die bevorstehenden Herausforderungen meines neuen Physikstudiums optimal vorzubereiten.

3 Vorlesung

Während den Vorlesungen nutze ich die Vorbereitung, indem ich meine Gedanken und Lösungswege mit den in der Vorlesung vorgestellten vergleiche. So sehe ich die Vorlesungen mehr als Überprüfung und Möglichkeit, mein Verständnis zu vertiefen, anstatt sie als erstmalige Einführung in das Material zu betrachten. So Sorge ich auch dafür das die Rate mit dem Gedächtnisintervall (UZG, KZG und LZG) nicht überfordert wird.

Wenn während der Vorlesung Punkte angesprochen werden, auf die ich in meiner Vorbereitung nicht gestoßen bin, oder wenn ich Wissenslücken entdecke, mache ich mir dazu Notizen. So kann ich diese speziellen Themen in der Nachbereitung genauer unter die Lupe nehmen.

Durch diesen Ansatz kann ich in der Vorlesung meine volle Aufmerksamkeit auf das Verstehen der Inhalte legen, anstatt mich darauf zu konzentrieren, alle Informationen abschreiben. Dieser bewusste Fokus auf das Verstehen statt auf das alleinige Abschreiben ermöglicht es mir, aktiv am Lernprozess teilzunehmen und sicherzustellen, dass ich den Stoff wirklich verstehe.

Ich bin überzeugt, dass diese Methode, die Vorlesungen als Überprüfungs- und Vertiefungsgelegenheit zu nutzen und das entdecke und schließen von Wissenslücken, meine Lernerfahrung enorm verbessert hat. Es erlaubt mir, das wichtigste und beste aus der relativ kurzen Vorlesungszeit herauszuholen.

4 Nachbereitung

Hier mache ich Gebrauch von den Notizen, die ich während den Vorlesungen gemacht habe. Ich nutze ein Programm namens Obsidian, um mein Wissen zu organisieren und zu vernetzen, eigentlich wie mein eigenes, persönliches Wikipedia. Dieses Netzwerk von Wissen, das einem semantischen Netz schon ähnelt, hilft mir dabei, neue Informationen zu integrieren und wichtigste Verbindungen zwischen verschiedenen Konzepten zu schaffen. Ich lege besonderen Wert darauf, dieses Netzwerk sorgfältig aufzubauen, um die Informationen tiefer in mein Gedächtnis zu verankern, dass meiste was auch hier eingetragen wird vergesse ich tatsächlich auch viel länger nicht, was gut Zeit wie wichtig ist die Rate mit dem Gedächtnisintervall nicht zu überfordern.

Dieser Ansatz ermöglicht es mir auch, Wissenslücken effektiv zu herauszufinden. Es bereitet mir Freude, diese Lücken zu schließen und zu sehen, wie meine Notizen mehr miteinander vernetzt werden. Mit Obsidian kann ich sehen, wie sich mein Wissen entwickelt und wie die verschiedenen Themen und Konzepte miteinander verbunden sind. Es ist sehr schön, die Vernetzung meines Wissens in Echtzeit zu verfolgen und zu sehen, wie mein Verständnis der Inhalte sich vertieft und entwickelt.

5 Rückblick und Anpassung

Einen wichtigen Teil meines Lernprozesses bildet die kontinuierliche Reflexion und Anpassung meiner Strategien und Herangehensweisen. Ich nehme mir nun bewusst regelmäßig Zeit, um zurückzublicken und meine Methoden kritisch zu hinterfragen. Dabei reflektiere ich sowohl meine Leistungen als auch meine Freunde am Lernen. Haben bestimmte Ansätze gut funktioniert? Welche Bereiche bedürfen einer Verbesserung? Wie fühlte ich mich während des Lernprozesses? Gab es Phasen von Überforderung oder Unterforderung?

Die Antworten auf diese Fragen helfen mir, meine Lernstrategien fortlaufend anzupassen und zu verfeinern. Sie ermöglichen es mir, effektive Praktiken beizubehalten und Bereiche zu identifizieren, in denen Veränderungen besser wären. Ich betrachte diesen Prozess der Selbstreflexion und -bewertung als ein entscheidendes Werkzeug für ein kontinuierliches Lernen.

Beim Lernen sollte es nicht nur um das Erreichen von Noten oder das Bestehen von Prüfungen gehen. Es geht darum, sich ständig weiterzuentwickeln und meine Ziele zu erreichen. Und es geht darum, stets offen für Neues zu bleiben und das Lernen als interessante Reise der zu betrachten.

Durch die Kombination von Vorbereitung, aktiver Beteiligung an Vorlesungen, sorgfältiger Nachbereitung und regelmäßiger Reflexion und Anpassung bin ich in der Lage, mich auf die Herausforderungen meines Studiums vorzubereiten und meine Fähigkeiten kontinuierlich zu erweitern. Es ist ein anspruchsvoller, aber äußerst lohnender Prozess, der mir ermöglicht, das Beste aus mir herauszuholen. Und das ist mir am wichtigsten, mein Potenzial nicht zu verschwenden, sondern die Grenze meines Könnens zu fordern.