

Wie lerne ich?

Name und Vorname: Martin Mätzler

e sehr **un**typisch für mich
d eher **un**typisch für mich
c einigermaßen typisch für mich
b eher typisch für mich
a sehr typisch für mich

Kreuzen Sie ein Feld pro Frage an!

- | | | | | | | |
|----|--|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| 1 | Während ich etwas lerne, konzentriere ich mich voll darauf. | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2 | Ich habe Mühe zusammenzufassen, was ich eben im Unterricht gehört oder im Lehrbuch gelesen habe. | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3 | Ich versuche, Beziehungen zu finden zwischen dem was ich gerade lerne und dem was ich darüber bereits weiss. | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4 | Ich habe Mühe, mich beim Lernen an einen Zeitplan zu halten. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5 | Bei Prüfungen und anderen bewerteten Arbeiten habe ich das Gefühl: "Ich habe nicht richtig verstanden, was erwartet wird und deshalb verliere ich Punkte." | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6 | Auch wenn ich den Stoff nicht so interessant finde, bin ich bereit diesen zu lernen. | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7 | Wenn ich schulbezogene Arbeiten erledige, setze ich mir einen zeitlichen Rahmen und halte mich auch daran. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 8 | Ich verstehe gewisses Unterrichtsmaterial nicht, weil ich im Unterricht nicht aufgepasst habe. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9 | Während ich mein Unterrichtsmaterial durchgehe, suche ich darin nach Fragen, die in einer Prüfung vorkommen können. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 10 | Während einer Diskussion im Unterricht finde ich es schwierig zu bestimmen, was ich notieren soll. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11 | Damit ich die, im Unterricht vermittelten Regeln und Gesetzmässigkeiten besser behalten kann, bemühe ich mich sie anzuwenden. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12 | Wenn es jeweils ans Lernen und Arbeiten gehen sollte, beginne ich nicht zeitgerecht sondern schiebe es immer weiter hinaus. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 13 | In meiner Ausbildung stelle ich an mich hohe Anforderungen. | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14 | Wenn ich ein Thema durcharbeite, versuche ich den ganzen Stoff so zu ordnen, dass er für mich logisch zusammen passt. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15 | Bei schulbezogenen Arbeiten habe ich Mühe, die Konzentration aufrecht zu halten. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16 | Ich gebe mir nur bei jenen Themen Mühe beim Lernen, die ich mag. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 17 | Während ich eine Prüfung vorbereite überlege ich mir mögliche Prüfungsfragen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 18 | Während Prüfungen stelle ich fest, dass ich das Falsche gelernt habe. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 19 | Wenn ich Texte lesen und studieren soll, habe ich Mühe die wesentlichen Punkte herauszufinden. | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 20 | Wenn Hausaufgaben schwierig sind, gebe ich entweder auf oder erledige nur das Leichtere davon. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 21 | Damit ich einen Stoff besser lernen kann, verknüpfe ich ihn wenn möglich auch mit meinem Allgemeinwissen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 22 | Wenn ich mit einem Lehrbuch arbeite, fällt es mir schwer aus der Stoffmenge die Hauptgedanken herauszuschälen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 23 | Ich gehe den zuletzt behandelten Stoff vor der nächsten Lehrveranstaltung nochmals durch. | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 24 | Ich habe Mühe, mein Lernen den verschiedenartigen Fächern anzupassen. | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

25	Ich versuche, den Lernstoff auch in eigene Worte zu fassen.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26	Ich schiebe das Lernen mehr hinaus als ich sollte.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27	Schlechte Noten bzw. Bewertungen entmutigen mich.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28	Selbst wenn ich in einem Fach Mühe habe, kann ich mich dazu motivieren die verlangten Arbeiten zu erledigen.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29	Ich verteile das Lernen zeitlich so gut, dass ich nicht erst kurz vor der Prüfung den Stoff noch rasch in meinen Kopf pressen muss.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30	Während ich etwas lerne, schweifen meine Gedanken immer wieder mal ab.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31	Während des Lesens halte ich von Zeit zu Zeit an und denke über das Gelesene nochmals nach oder sehe es nochmals durch.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32	Bei wichtigen Prüfungen habe ich grosse Angst.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33	Grundsätzlich besuche ich Lehrveranstaltungen gerne.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34	Ich überlege während des Unterrichts, ob ich verstehe was die Lehrperson ausführt.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
35	Ich habe Mühe herauszufinden, wie ich vorgehen soll, um einen bestimmten Stoff für eine Prüfung zu lernen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
36	Auch wenn mich eine schulbezogene Aufgabe nicht interessiert, kann ich mich dazu überwinden sie anzupacken.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
37	Ich denke ab und zu, dass ich die Ausbildung eigentlich lieber abbrechen sollte.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
38	Wenn ich für den Unterricht etwas lesen muss, dann tue ich es auch.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
39	Die Sorge darüber in einer Prüfung schlecht abzuschneiden, lenkt mich während der Prüfung ab.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
40	Ich versuche zu erkennen, wie sich das, was ich lerne auf meinen Alltag beziehen könnte.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
41	Ich habe Mühe zu verstehen, was in Prüfungsaufgaben überhaupt gefragt wird.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
42	Ich mach mir Sorgen, dass ich die Ausbildung nicht schaffe.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
43	Um sicher zu stellen, dass ich den Stoff auch verstehe, gehe ich meine Notizen nach dem Unterricht nochmals durch.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
44	Es ist mir nicht so wichtig eine breitgefächerte Ausbildung zu erhalten. Entscheidend ist, dass ich lerne was mir in der Arbeitswelt oder einem künftigen Studium nützen wird.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
45	Ich finde es schwierig im Unterricht aufmerksam zu sein.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
46	Was ich gerade lerne, versuche ich mit meinen eigenen Erfahrungen in Verbindung zu bringen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
47	Die meiste Arbeit im Zusammenhang mit dem Unterricht mag ich nicht.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
48	Wenn zu einer Prüfungsaufgabe eine ausführliche Antwort erwartet wird, dann stelle ich sicher, dass ich in meiner Lösung genügend deutlich auf die wichtigsten Punkte eingehe.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
49	Beim Lernen verliere ich mich in Einzelheiten und übersehe so schliesslich was wirklich wichtig ist.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
50	Ich lasse mich sehr leicht vom Lernen ablenken.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
51	Selbst wenn ich das betreffende Fach nicht mag, arbeite ich hart um gute Noten oder Bewertungen zu erzielen.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
52	Es fällt mir schwer zu entscheiden, was ich in einem Text unterstreichen bzw. markieren soll.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
53	Beim Lernen versuche ich, Zusammenhänge zwischen den einzelnen Inhalten im Lernstoff herzustellen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
54	Ich verbringe so viel Zeit mit meinen Freunden/Freundinnen, dass ich zu wenig Zeit zum Lernen habe.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
55	Um zu kontrollieren, ob ich den Unterrichtsstoff verstanden habe, stelle ich mir Fragen oder Aufgaben und versuche sie zu beantworten bzw. zu lösen.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

56	Selbst wenn ich mich gut vorbereitet habe bin ich während Prüfungen sehr aufgeregt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
57	Ich plane mehr Lernzeit für jene Themen, die für mich schwierig sind.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
58	Ich schneide in Prüfungen schlecht ab, weil ich Mühe habe in der Prüfung die Zeit richtig einzuteilen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
59	Wenn im Unterricht etwas vorgeführt wird (z.B. Film, Experiment), erkenne ich die relevanten Informationen die ich mir merken sollte.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
60	Ich erledige meine Hausaufgaben rechtzeitig.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
61	Vor jeder Prüfung gerate ich so unter Zeitdruck, dass ich die Sache nur noch oberflächlich einpauken kann.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
62	Wenn die Lehrperson einen Vortrag hält, vermag ich Wesentliches von weniger wichtigen Informationen zu unterscheiden.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
63	Die Sorge darüber, in einem Fach schlechte Leistungen zu erbringen, lenkt mich vom Lernen ab.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
64	Es kümmert mich nicht so sehr wie gut ich die Ausbildung schaffen werde; wichtig ist für mich, dass ich mich während der Ausbildung wohl fühle.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
65	Gewisse Fächer in meiner Ausbildung machen mir Angst.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
66	Wenn ich eine anspruchsvolle Aufgabe lösen muss, habe ich Mühe herauszufinden, welche Informationen in der Aufgabe überhaupt wesentlich sind.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
67	Während ich einen Stoff lerne, kontrolliere ich regelmässig, ob ich ihn verstehe.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
68	Wenn ich während des Unterrichts abgelenkt werde, dann kann ich mich rasch wieder konzentrieren.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
69	Ich finde, dass Vieles was in der Schule gelehrt wird eigentlich nicht so lernenswert ist.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
70	In Prüfungen bin ich so nervös und durcheinander, dass ich die Aufgaben schlechter löse als ich es eigentlich könnte.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
71	Während des Unterrichts denke ich an andere Dinge statt der Lehrperson aufmerksam zuzuhören.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
72	Auch wenn ich Lehrmaterial langweilig und uninteressant finde, arbeite ich es durch.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>