

Weiterkommen ! (Lernwerkstatt)

Lernen steht im Zentrum jeder Bildung. Lernen als Fähigkeit scheint dem Menschen mit der Geburt mitgegeben zu sein. Ist jedoch das aktuelle Paradigma „lebenslanges Lernen“ gültig?

Um ein hohes Niveau der Lernfähigkeit zu erreichen, braucht es einerseits Wissen; um aus den aufgenommenen Informationen zum Verstehen zu gelangen, sind andererseits Strategien, „Handwerkszeug“ sowie einen Prozess der ständigen Weiterentwicklung erforderlich. Lernen erfolgt dabei durch die sich abwechselnden Kernschritte Reflexion und Sammeln von Erfahrung. Zudem vollzieht sich Lernen in einem soziokulturellen Kontext - diesen gilt es zu erfassen und in der Entwicklung der eigenen Lernfähigkeiten zu integrieren. Im akademischen Umfeld betrifft dies insbesondere das Spannungsfeld zwischen fachspezifischen und allgemeinen Lernzugängen.

Ziel in der Lernwerkstatt ist, Schritte auf dem Weg zum effektiven, eigenständigen und selbstgesteuerten Lernen zu gehen und dabei den eigenen Lernweg reflektierend zu begleiten.

In einem interprofessionellen Team aus Dozenten und Studierenden beschäftigen wir uns mit grundlegenden Voraussetzungen und Variablen erfolgreichen Lernens. Hierzu gehören physiologische Faktoren wie Chronobiologie, Schlafen, Pause, Bewegung, Ernährung, psychologische Dimensionen wie Motivation, innere Antreiber, Umgang mit aufschiebenden Verhalten und geistige Aspekte wie Zielorientierung, Metakognition, Strukturierung, Kontrolle und Steuerung.

Wissenserwerb, Reflexion, Planung und Adaptation im Lernprozess werden an vielen Themen gemeinsam theoretisch und praktisch erarbeitet.

Themen (Auswahl):

Neuro-bio-psychologische und individuelle Grundlagen des lebenslangen Lernens

Reflexion zu fachspezifischen und übergreifenden Zugängen zum Lernen

Lernmethoden: Zeitmanagement, Lernen mit Partnern, Lerncoach, Lernen mit Medien, Lerntechniken

Arbeitsstil: reflexiv, Individuum-zentriert, übungsbasiert, interaktiv