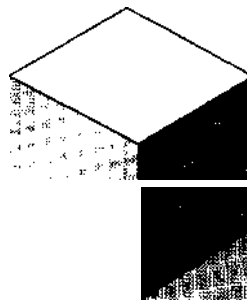


Regula Schröder-Naef

Lerntraining für Erwachsene

>Es lernt der Mensch, so lang er lebt<

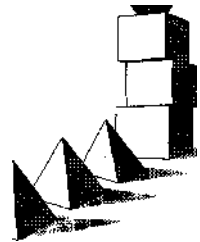


Beltz Verlag • Weinheim und Basel

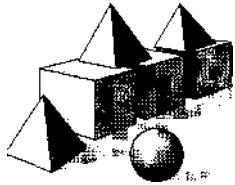
r-Bibliothsk
des Fürstentums **Liechtenstein**
Vaduz

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	7
Einleitung.	9
1. Warum lernen?	10
2. Lernen Erwachsene anders als Kinder?	18
3. Worin besteht Lernen?	24
Die sieben Lernetappen.	29
1. Zielsetzung: Das Expeditionsziel.	30
2. Auswahl des Lernweges: Transportmittel und Routen.	38
Gemeinsamkeiten: Allgemein gültige Erkenntnisse.	38
Welche Lerntypen gibt es?	58
Vor- und Nachteile verschiedener Informationsquellen.	68
3. Äußere und innere Vorbereitung: Planung der Etappen, Bereitstellen der Ausrüstung.	72
Zeitplanung	72
Konzentration.	99
4. Aufnahme - Verschiedene Lernarten:	
Die Expedition wird durchgeführt.	109
Selbstständige Informationsbeschaffung in Bibliotheken.	109
Lesen.	120
Kursbesuche.	130
Fernkurse.	137
Lernen mit den neuen Informationsmedien.	142
Gemeinsames Erarbeiten in Lern- und Arbeitsgruppen.	149



Superlearning	157
Beobachtungen, Abklärungen, Experimente	159
Fernsehen	161
Kombinationen	164
5. <i>Verarbeiten, vergleichen, kritisch prüfen:</i>	
<i>Die Eindrücke werden verarbeitet.</i>	166
Kritische Prüfung	167
Überarbeiten der Notizen	170
Verarbeiten in Lerngruppen	170
6. <i>Speichern und ordnen: Die Ergebnisse werden eingeordnet</i>	
<i>und interpretiert.</i>	173
Literaturkarten und Karteien	174
Andere Ordnungssysteme	181
7. <i>Anwenden, beurteilen, wiedergeben: Die Ergebnisse werden</i>	
<i>zusammengefasst und weitergegeben.</i>	185
Prüfungen	186
Bericht oder Vortrag	194
Schlusswort	205



Anhang

Antworten und Lösungsvorschläge zu den Übungen	208
Quellenverzeichnis	212
Literaturverzeichnis	213

