

Verena Steiner

Exploratives Lernen

**Der persönliche Weg zum Erfolg
Ein Arbeitsbuch für Studium, Beruf und Weiterbildung**

Illustrationen von Gaby Klaey

München und Zürich

Inhaltsverzeichnis

| | |
|--|------------|
| Vorwort | 7 |
| Einleitung | 8 |
| 1 Auf ins Abenteuer | 13 |
| Weiße Flecken auf der Landkarte | 16 |
| Die fünf Elemente des Explorativen Lernens | 17 |
| Exploratives Lernen beginnt mit Neugier | 19 |
| Beobachten und Reflektieren | 26 |
| Den persönlichen Lernstil finden | 48 |
| 2 Konzentration | 67 |
| Konzentration — Stillhalten oder Bewegung? | 69 |
| Der Möglichkeiten sind viele | 77 |
| 3 Den Lernprozess angehen | 95 |
| Das Wesen der Prozesse | 97 |
| Geistige Flexibilität | 115 |
| Mikro- und Makroprozesse beim Lernen | 125 |
| Wissen, Gedächtnis und Erinnerung | 133 |
| 4 Inhalte erarbeiten | 159 |
| Nicht jeder Inhalt ist gleich gut erschließbar | 160 |
| Denkpause vor dem Start | 169 |
| Der richtige Einstieg ist entscheidend | 174 |
| Beim Elaborieren das Spielen nicht vergessen | 182 |

Inhaltsverzeichnis

| | |
|---|------------|
| Intelligent reduzieren und strukturieren | 192 |
| Mehr Lust dank guter Strategie | 198 |
| 5 Das Vergessen nicht vergessen | 207 |
| Vom Sinn des Auswendiglernens | 209 |
| Vergessen ist besser als sein Ruf | 211 |
| Memorieren: wo Ausdauer und Fantasie sich treffen | 220 |
| Repetieren und Festigen | 230 |
| | |
| Danksagung | 237 |
| | |
| Anhang | |
| Anmerkungen | 240 |
| Sachwortregister | 245 |