

Lernmethoden-Übersicht

Methode	Beschreibung
Active Recall	Gelerntes aus dem Gedächtnis abrufen
Spaced Repetition	Zeit zwischen Lerneinheiten lassen
Interleaving	verschiedene, aber verwandte Arten von Stoff abwechselnd lernen
Generierung	Fragen oder Aufgaben bearbeiten, bevor man die Antworten oder Lösungen kennt
Elaboration	überlegen, wie der Stoff mit Vorwissen zusammenhängt
Reflexion	zurückblicken auf Gelerntes oder Erlebtes und Fragen dazu beantworten
Mnemo-Techniken	den Stoff zum Beispiel mit Merksätzen oder vertrauten Orten verknüpfen