

Lern- und Merktechniken

Besonderheiten der **CBTs**: Berücksichtigung unterschiedlicher Lerntypen, Einschätzungstest, Lernstand, vollanimierte Lernmodule, Zusammenfassungen, Vertiefungsmöglichkeiten, große Anzahl von Videofallbeispielen bei verhaltensorientierten Inhalten, Planungshilfen und viele Checklisten sowie ein praxisorientierter Aufbau des Programms.

Einführung: Ein Wort zu Beginn	
<p>Lernmodul 1: Lernprobleme vermeiden</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Besonderheiten von Erwachsenen beachten ▪ Lernprinzipien beachten ▪ Dem Vergessen entgegenwirken 	<p>Lernmodul 2: Lerntyp bestimmen</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Lernpräferenzen berücksichtigen ▪ Lernstil analysieren
<p>Lernmodul 3: Lernvoraussetzungen schaffen</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Lernplatz einrichten ▪ Für ungestörtes Lernen sorgen ▪ Lernarbeit organisieren ▪ Störungen vermeiden 	<p>Lernmodul 4: Merkleistung verbessern</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Informationen aufnehmen ▪ Informationen dauerhaft speichern ▪ Lernstoff verankern
<p>Lernmodul 5: Systematisch lernen</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Ziele definieren ▪ Mit Belohnungen arbeiten ▪ Lernen systematisieren ▪ Mind-Mapping nutzen 	<p>Lernmodul 6: Mit Merkhilfen arbeiten</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Eselsbrücken bauen ▪ Begriffe und Zusammenhänge lernen ▪ Namen merken ▪ Zahlen merken