**Wie man sich Lernstoff merken kann**

**Lerntypen**

* Auditiver Typ  
  Du erkennst Personen an der Stimme. Du merkst dir am besten, was du gehört hast. Du merkst dir etwas, das du selbst laut gesagt hast. Wenn du dich an etwas erinnern möchtest, blickst du nach links. Mit anderen reden ist wichtig für dich.
* Visueller Typ  
  Du merkst dir, was du gesehen hast, z.B. weißt du noch, ob etwas auf der linken oder rechten Seite oben oder unten stand. Du weißt, wie jemand gestern oder vorgestern gekleidet war. Du legst deine Materialien geordnet auf deinen Tisch. Du magst es nicht, wenn jemand dir über die Schulter guckt. Wenn du dich an etwas erinnern möchtest, schaust du nach links oben.
* Kinästhetischer Typ  
  Du merkst dir, was du angefasst hast und was du bewegt hast. Du packst gerne zu und an. Körperliche Nähe ist dir recht. Du erkennst blind Dinge, die du anfassen kannst. Du bist gerne bereit, etwas auszuprobieren. Wenn du dich an etwas erinnern möchtest, schaust du nach rechts unten.
* Raum  
  Du hast eine gute Vorstellung von Räumen, Wohnungen, Straßen. Deine Welt ist immer dreidimensional. Du merkst dir Abfolgen und größere Zusammenhänge. Du kannst dich gut orientieren.
* Gefühle  
  Du erinnerst dich an Gefühle, die eine Situation oder Person in dir ausgelöst hat. Was neutral – gleichgültig – bleibt, kannst du dir kaum merken, weil es wie NICHTS ist.
* Gerüche
* Temperaturen
* Beziehungen

**Merkhilfen für Kinästheten  
1. greifen**

* Suche dir für jede Vokabel / jede Regel / jeden Merksatz  
  einen Gegenstand und lege sie vor dich hin.
* Sprich das, was du behalten möchtest, laut, während du den Gegenstand anfasst.
* Berühre die Gegenstände oder nimm sie nacheinander in die Hand, während du das Passende dabei sagst.
* Ändere die Reihenfolge oder mische die Gegenstände mit geschlossenen Augen. Beginne von vorn...

**2. bewegen**

* Überlege dir eine Schrittfolge im Raum mit so vielen Schritten wie Wörtern/Sätzen/Regeln, die du dir merken möchtest.
* Sprich bei jedem Schritt etwas, das du dir merken möchtest.
* Gehe mit geschlossenen Augen.
* Gehe rückwärts.
* Setz dich hin und stell dir vor, wie du gehst. Sprich laut.

**3. Raum**

Die folgende Methode kann man mit Zetteln an den Wänden oder Möbeln einsetzen oder „nur“ in der Vorstellung („Kopfkino“).

* Verteile das, was du dir merken möchtest, in verschiedenen Ecken, am Fenster, auf dem Schrank, unter dem Bett, an die Lampe etc.
* Stelle dich in die Mitte des Zimmers, zeige auf die Stelle und sprich laut.
* Setze dich in einen anderen Raum und stell dir, während du sprichst, die Stelle vor, an die du es „geheftet“ hast.

**4. schreiben**

Auch das Schreiben ist eine körperliche Tätigkeit.

Finde heraus, ob und in welcher Art dir das Schreiben hilft, dir etwas zu merken:

* Schreibe auf Papier ohne Linien und Karos.
* Schreibe so groß oder so klein, wie es dir gefällt.
* Schreibe unleserlich.
* Schreibe mit verschiedenen Farben.
* Schreibe mit dem Finger in die Luft.
* Schreibe auf dem Handy oder Computer.
* Schreibe dasselbe zehnmal und konzentriere dich auf den Inhalt.

5. Merkverse ausdenken

**6. Merkhilfen für Auditive**

* Lies alles, was du dir merken willst, laut vor.
* Denke dir Raps aus oder sprich rhythmisch, während du von einem Fuß auf den andern gehst.
* Singe die Vokabeln/Sätze/Regeln und begleite dich auf einer Luftgitarre.
* Sprich in verschiedenen Lautstärken, Tonlagen, Stimmungen.
* Sprich mit einem/r Mitschüler:in am Telefon über das, was ihr euch merken wollt.
* Halte beim Abendessen einen Kurzvortrag für deine Familie. Zieh dich dafür ordentlich an und verwende ein „Mikro“ (Banane, Kochlöffel, rundes Mäppchen u.Ä.)

**7. Merkhilfen für Visuelle**

* Lies das, was du dir merken willst, mehrfach langsam durch.
* Schließe die Augen und stell dir das Gedruckte vor.
* Schreibe die wichtigsten Wörter auf ein Blatt Papier. Wähle passende Farben. Verwende verschiedene Schriften.
* Notiere das Wichtigste als Liste, in einer Tabelle oder als Grafik (Formen, Pfeile, Verbindungslinien).
* Schreibe das Wichtigste auf Post-it-Zettel, die du über dem Klo-Kasten (Junge) oder gegenüber dem Klo an die Wand klebst.