

# Veränderung des Lernlebens durch die Lernwerkstatt

Katharina Störring<sup>1</sup>, Miriam Thye<sup>1,2</sup>, Ulrich Weger<sup>1,4</sup>, Diethard Tauschel<sup>2,3</sup>

<sup>1</sup>Department für Psychologie und Psychotherapie, Fakultät für Gesundheit; <sup>2</sup>Integriertes Begleitstudium Anthroposophische Medizin; <sup>3</sup>Department für Humanmedizin, Fakultät für Gesundheit; <sup>4</sup>Lehrstuhl für Grundlagen der Psychologie

## Theoretischer Hintergrund

Lernen ist ein lebenslanger Prozess, der sich beim Übergang von der Schule ins Studium verändert<sup>1</sup>. Um diesen Veränderungsprozess zu unterstützen und den Studierenden der Universität Witten/Herdecke die Möglichkeit zu bieten ihr Lernleben weiterzuentwickeln wurde im Rahmen des Projektes „Lernen lernen“ die Lernwerkstatt gegründet. Es handelt sich um ein Seminar, in dem die Studierenden auf verschiedenen Ebenen (physiologisch, psychologisch, geistig, Material und Technik) neues Wissen zum Thema Lernen vermittelt bekommen. Die Teilnehmer\*innen bekommen in jeder Lehrinheit die Möglichkeit das gewonnene Wissen anzuwenden, auf eigene Bedürfnisse anzupassen und anschließend zu reflektieren. Die vorliegende Studie untersucht die Veränderungen des Lernlebens, die aus der Lernwerkstatt resultieren und hat das Ziel anhand dessen die Lernwerkstatt weiterzuentwickeln. Lernen im Rahmen der Lernwerkstatt wird verstanden als „Die Summe der Teile auf geistiger, psychologischer, physiologischer sowie technischer Ebene, die das Lernen beeinflussen“<sup>2</sup>.

## Methoden

**Probanden:** - 2 Psychologiestudentinnen zur Pilotierung  
- 5 ehem. Teilnehmer\*innen der Lernwerkstatt  
- 4 Psychologiestudentinnen  
- 1 Medizinstudent

**Erhebungsinstrument:** Fokusgruppen mit selbstentwickeltem Leitfaden (Fragen zu Veränderungen des Lernlebens nach der Lernwerkstatt & Verbesserungswünschen für die Lernwerkstatt)

**Auswertungsmethode:** Qualitative Inhaltsanalyse nach Mayring<sup>3</sup>

## Ergebnisse

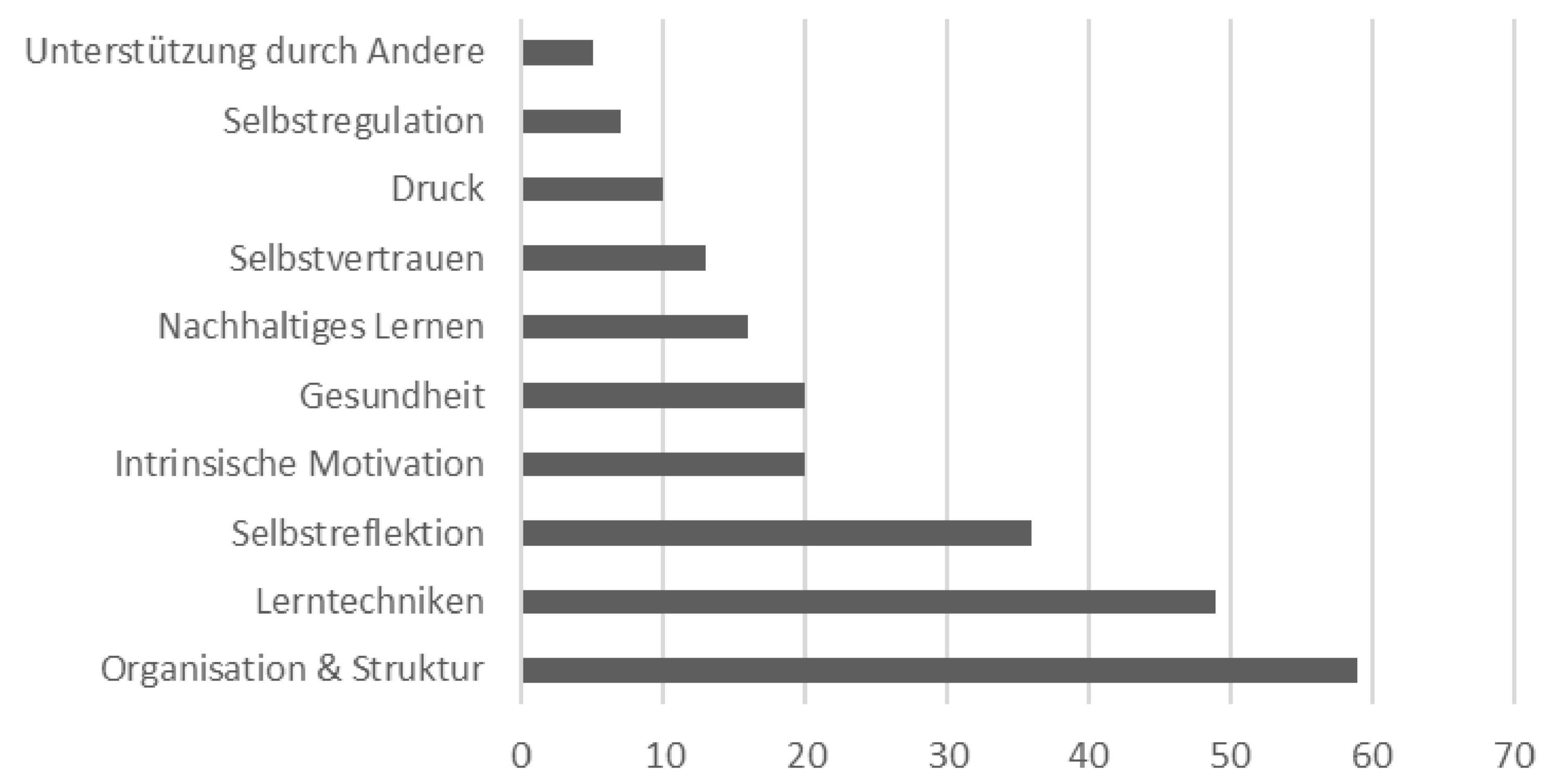
→ Bei der Analyse der Fokusgruppen konnten insgesamt 225 Aussagen den verschiedenen Kategorien zugeordnet werden.

→ Es zeigte sich, dass die Studierenden langfristig insbesondere von den Inhalten zum Thema „**Organisation & Struktur**“, „**Lerntechniken**“ sowie „**Selbstreflektion**“ profitieren.

→ Besonders wichtig ist hierbei das Wissen darüber, dass Pausen für die Regeneration des Körpers unabdingbar sind und Pausen benötigt werden, um Gelerntes abspeichern zu können<sup>4</sup>.

→ Ebenfalls scheint die Trennung von Lern- und Freizeit, besonders hinsichtlich der Örtlichkeit an der gelernt bzw. die Freizeit verbracht wird, für die Studierenden wichtig zu sein.

Häufigkeiten der Oberkategorien



## Diskussion

→ Insgesamt äußern die Studierenden eine große Zufriedenheit mit der Lernwerkstatt.

→ Die Ergebnisse zeigen, dass es sinnvoll ist zu Beginn des Studiums an der Lernwerkstatt teilzunehmen, daher sollte zu Beginn des Studiums über die Lernwerkstatt informiert werden.

→ Wichtig für viele Studierende ist die Erkenntnis, dass die Mehrheit der Studierenden ähnliche Lernerfahrungen machen.

## Empfehlungen aus Studierendenperspektive

→ Einheiten zum Thema Selbstmitgefühl, um zu mehr Wärme und Freundlichkeit im Umgang mit sich selbst zu gelangen

→ Weitere Möglichkeiten zu Reflektion im Rahmen der Lernwerkstatt

→ Wunsch nach einer Art Lernwerkstatt für Fortgeschrittene, in der die Inhalte noch vertieft werden können

## Kontaktinformationen

Katharina.Stoerring@uni-wh.de

## Weitere Informationen zum „Lernen lernen“

<https://lernenlernen.uni-wh.de/>

## Literatur

<sup>1</sup>Koch, L. (2015). *Lehren und Lernen: Wege zum Wissen*. Paderborn: Ferdinand Schöningh.

<sup>2</sup>Eigene Definition

<sup>3</sup>Mayring, Philipp (2015). *Qualitative Inhaltsanalyse. Grundlagen und Techniken*. Weinheim: Beltz Verlag.

<sup>4</sup>Sieberer-Nagler, K. (2016). *Neurowissenschaft und Lernen. Welche Faktoren haben Einfluss auf das Lernen?* In: L. Kaufmann, M. von Aster, I. Corvacho del Toro, U. Fischer, K. Kucian, M. Lipka, J. Lorenz, C. Löffler, M. Nolte & G. Schulte-Körne (Hrsg.) *Lernen und Lernstörungen* (S.247-253). Göttingen: Hogrefe AG.