

Lerntipps

Diese Lerntipps wurden von Studenten zusammengestellt und sollen nur eine Grundlage bilden, um Erfahrungen weitergeben zu können. Lernen hängt in großem Maße mit persönlicher Veranlagung und individuellen Vorlieben zusammen, daher kann hier kein „Patentrezept“ präsentiert werden. Sofern man jedoch „sein Patentrezept“ gefunden hat, sollte man dieses verfolgen und sich nicht durch äußere Einflüsse davon abbringen lassen – der Erfolg im Jurastudium hängt zum großen Teil von der Disziplin ab, die man bei dem Lernen des Stoffes an den Tag legt.

I. Organisation des Lernens

In einem Studium, das eine so große Stofffülle bietet wie das Jurastudium, empfiehlt es sich, von Beginn an auf dem aktuellen Stand zu bleiben. Die Integration des Lernens in den Alltag ist daher von großer Wichtigkeit. Durch einen Wochenplan, in dem alle festen Termine ihren Platz finden, kann man feststellen, wann man Zeit für die Vor- oder Nachbereitung des Stoffes hat und an welchen Tagen man eventuell mehr Zeit einplanen muss, um Lücken zu füllen. Durch eine gute Organisation des Lernens können Lernstress vermieden und die Chance auf eine optimale Vorbereitung erhöht werden.

Wie man das Lernen in den Alltag integriert und wie man am besten lernt, ist eine individuelle Entscheidung und sollte von jedem Studenten für sich selbst geklärt werden. Man sollte trotz des Lernens nicht auf seine Hobbys oder anderen Interessen verzichten, um einen angemessenen Ausgleich zu schaffen.

Hier noch ein paar Grundregeln für die Organisation des Lernens:

- ≙ Einen Wochen(Monats-/Tages-)plan erstellen.
- ≙ Realistisch planen: Man sollte genug Zeit haben, um ein Thema angemessen aufzuarbeiten und ungestört bearbeiten zu können.
- ≙ Die richtige Uhrzeit finden: Viele lernen morgens besser, andere blühen erst im Laufe des Tages auf.
- ≙ Flexibel sein.
- ≙ Immer genügend Pausen einplanen: Das Gehirn braucht seine Zeit, um Lernprozesse abzuschließen und Informationen zu verarbeiten, eine Überbelastung bringt keinen Mehrwert.
- ≙ Motivation schaffen: sich selbst immer wieder kleine Ziele setzen und bei Erfolgserlebnissen Belohnungen gönnen.
- ≙ Immer ausreichend Schlaf einplanen.
- ≙ „Einfach“ anfangen: Dies ist auf zwei Arten zu verstehen. Einerseits sollte man mit dem einfachen Stoff beginnen und sich erst dann an die komplexeren Bereiche des Lerngebietes heranwagen und andererseits sollte man einfach anfangen zu lernen. Die Überwindung, einfach mit dem Lernen zu beginnen, ist meist schwieriger als das Lernen an sich.
- ≙ Druck / Stress vermeiden: Über den Wochenplan hinausdenken und frühzeitig mit der Klausurvorbereitung anfangen, um Lernstress zu vermeiden. Stress ist sehr kontraproduktiv für Lernprozesse und führt zu Denkblockaden.

II. Lernatmosphäre

Für ein effektives Lernen ist eine angemessene Lernatmosphäre unabdingbar. Dabei spielen viele Faktoren eine Rolle:

- ≙ Der geeignete Arbeitsplatz ist Geschmackssache. Viele Studenten lernen besser zuhause am Schreibtisch, andere genießen die geschäftige Lernatmosphäre in der Bibliothek, wieder andere können gut im Zug lernen. Die optimale Lösung muss demnach jeder für sich selbst herausfinden. Wichtig ist jedoch, dass man sich möglichst frei von Ablenkungen macht und den Arbeitsplatz nicht allzu häufig wechselt (das Freibad bietet zum Beispiel keine gute Lernatmosphäre).
- ≙ Eine geräuscharme Umgebung ist für die Konzentration auf den Lernstoff hilfreich, viele Studenten nutzen klassische Musik oder Ohrstöpsel, um Geräusche von außen abzublocken.
- ≙ Die richtige Arbeitszeit finden: Der eine lernt lieber morgens in aller Frühe, der andere am besten nach dem Mittagessen.
- ≙ Zimmertemperatur, Ernährung, usw.: Es gibt unzählige äußere Einflüsse, die man selbst beeinflussen kann, um das Lernen effektiver zu gestalten. Eine Reflexion des eigenen Lernprozesses hilft meist, um diese Einflüsse optimal auf das eigene Lernen einzustellen.
- ≙ Eventuell Lerngruppen gründen: Das Diskutieren über den Lernstoff und das gemeinsame Erarbeiten kann zum einen Spaß machen und zum anderen helfen, den Stoff aus anderen Perspektiven zu betrachten.

Ergebnisse der Absolventenbefragung des BRF e.V.

Die Teilnehmer einer bundesweiten Absolventenbefragung des BRF e.V. wurden unter anderem nach Tipps bezüglich Studienplanung und insbesondere Examensvorbereitung gefragt (er vollständige Ergebnisbericht ist unter www.bundesfachschaft.de zu finden oder kann per Mail an borchers@bundesfachschaft.de angefordert werden):

Auch wenn es für viele selbstverständlich sein mag, soll es an dieser Stelle noch einmal gesagt sein, da sich etliche Teilnehmer in diese Richtung geäußert haben. Man sollte sich auf jeden Fall **früh einen Überblick über das Studium verschaffen und auch mal einen Blick in die Ausbildungsgesetze werfen** und sich gleichzeitig **nicht verrückt machen lassen**, egal ob von Kommilitonen, Professoren, Repetitoren usw.

Zudem bereuen viele, dass sie nicht **kontinuierlich gelernt** haben, was sicherlich Einiges an Stress in der Examensvorbereitungszeit erspart hätte. Dabei ist sicherlich sowohl das kontinuierliche Lernen im Grund- und Hauptstudium als auch selbstverständlich das kontinuierliche Lernen in der Examensvorbereitung gemeint.

Zudem sollte früh genug darüber im Klaren sein, zu welcher **Art von Lerntyp** man gehört, um spätestens in der Examensvorbereitung zu wissen, wie man selber am besten lernt und den Kampf gegen das Vergessen für sich entscheiden kann.

In der Examensvorbereitung selbst haben sich vor allem die **Fallbearbeitung** und oftmals auch **Lerngruppen** durchgesetzt. Sicherlich ist auch dies lerntypenabhängig, wobei gerade das **Klausurenschreiben** laut einer überragenden Mehrheit der Teilnehmer ein absolutes MUSS für eine erfolgreiche Examensvorbereitung darstellt. Zudem teilten viele Teilnehmer mit, dass sie auch früh genug damit angefangen haben, **aktuelle und wichtige Gerichtsentscheidungen** zu verfolgen.

Darüber hinaus soll man sich auch mit der **juristischen Methodik und dem juristischen „Handwerkszeug“**, das offensichtlich an vielen Universitäten noch nicht hinreichend gelehrt wird,

auseinandersetzen. Dazu zählt auch, dass man sich zum Beispiel einmal vernünftig mit einem Thema befasst und dieses lieber **einmal durchdenkt als es sich zehnmal durchzulesen**. Betrachtet man die Ergebnisse der Absolventenbefragung insgesamt, überrascht es auch nicht, dass viele Teilnehmer empfehlen, **so früh wie möglich ins Rep zu gehen und davon abraten, jede Vorlesung, so schlecht sie auch sein mag, zu besuchen**,

Des Weiteren hat es vielen geholfen, wenn sie sich **gute Altklausuren von guten Studenten ausgeliehen** haben, um sich früh genug mit Klausuren und dem Gutachtenstil auseinandersetzen.

III. Das Lernen

Jeder Mensch speichert Informationen durch Aufnahme in das Gedächtnis. Informationen durchlaufen dabei nach Aufnahme eine Reihe verschiedener Stufen im Gehirn (Ultrakurzzeitgedächtnis -> Kurzzeitgedächtnis -> Langzeitgedächtnis). Wie man am besten, am schnellsten oder am nachhaltigsten Informationen aufnimmt, ist von Mensch zu Mensch unterschiedlich. Es haben sich jedoch in der Wissenschaft bestimmte Lerntypen entwickelt, die eine Kategorisierung des eigenen Lernens möglich machen (beispielsweise nach Frederic Vester: auditiv, optisch / visuell, haptisch, intellektuell). Die Feststellung des individuellen Lerntyps erfolgt durch „Lerntypentests“. Dieser Test hilft dabei, die beste Lernmethode zu finden. Ein solcher Test findet sich zum Beispiel in dem Buch „Jurastudium erfolgreich“ von Barbara Lange. Man wird in einem solchen Test jedoch nicht strikt einer Lern-Kategorie zugeordnet, sondern getestet in verschiedenen Bereichen (bevorzugte Wahrnehmungskanäle, günstigste Stoffdarbietung, etc.) durch Selbstreflexion und anhand konkreter Beispiele, wie man individuell am besten lernt.

Hier noch ein paar Grundregeln für das Lernen:

- ≡ Je mehr Aufmerksamkeit auf das Lernen gerichtet wird, desto effektiver ist es. Deshalb: Möglichst alle Störquellen beseitigen.
- ≡ Möglichst viele Wahrnehmungskanäle kreuzen: Durch Aufnahme über verschiedene Kanäle werden Informationen mehrfach vom Gehirn verarbeitet und die Wahrscheinlichkeit erhöht, dass die Informationen den Weg in das Langzeitgedächtnis finden (sog. Behaltensquote).
- ≡ Ausgehen von bereits Gelerntem: Lernen geschieht immer auf Grundlage dessen, was das Gehirn bereits verarbeitet und gespeichert hat. Eine angemessene Wiederholung des Stoffes in verschiedenen zeitlichen Abständen sorgt für eine Auffrischung des bereits Gelernten und erhöht die Wahrscheinlichkeit, dass die Informationen den Weg ins Langzeitgedächtnis finden.
- ≡ Strukturen bilden: Je strukturierter und klarer Informationen aufgeschlüsselt sind, umso einfacher ist es für das Gehirn, diese zu speichern. Eine bewährte Methode hierfür ist beispielsweise das Lernen mit Mindmaps.
- ≡ Man sollte immer versuchen, den Lernstoff zu verstehen: Pures Auswendiglernen ist in keinem Fall so effektiv wie das Verstehen und logische Einordnen von Informationen.

III. Das Überprüfen / Wiederholen

Das bereits Erlernte sollte möglichst gewissenhaft überprüft und wiederholt werden, um den Lernerfolg (die Verankerung im Langzeitgedächtnis) zu garantieren. Eine Überprüfung des Stoffes geschieht im Zweifel in den Examens- oder Semesterabschlussklausuren, sollte aber vorher in Probeklausuren bereits stattfinden. Viele Universitäten bieten auch sog. Klausurenkurse an, bei denen wöchentlich Klausuren angeboten und korrigiert werden. Dabei gilt: Je mehr Klausuren man schreibt, desto routinierter wird man im Umgang mit

den einfachen Dingen und desto mehr kann man sich auf die komplizierten Probleme einer Klausur konzentrieren.

Für das Wiederholen des Stoffes gibt es einige Grundregeln: Jedes durch die Wahrnehmungskanäle aufgenommene Wissen wird unterschiedlich schnell wieder vergessen. Die Vergessenskurve bei Informationen ist in den ersten drei Tagen und innerhalb dieser drei Tage in den ersten 24 Stunden nach Aufnahme am höchsten. Daher sollte man zur Steigerung der Behaltensquote das Wissen innerhalb der ersten drei Tage noch einmal aktivieren. Als Faustregel hat sich herausgebildet, dass man den Stoff nach circa 48 Stunden, nach circa einer Woche und nach circa einem Monat wiederholen sollte. Das Eintragen der Wiederholungsphasen in den Lernplan (s.o.) hilft dabei, möglichst alles in den Alltag zu integrieren und die Wiederholung des Stoffes nicht zu vernachlässigen. Zur Wiederholung bieten sich verschiedene Methoden an, die je nach Lerntyp unterschiedlich effektiv sein können (Karteikarten, erneutes Zusammenfassen, Besprechen in der Lerngruppe, Falllösung, usw.).

Weiterführende Literatur:

- ≡ „Jurastudium erfolgreich: (mit Examensvorbereitung)“, von Barbara Lange, 7. Auflage, Vahlen 2012, ISBN: 978-3-8006-3882-6
- ≡ „Tipps zu Studientechniken und Lernmethoden“, herausgegeben von der Universität Bielefeld (<http://www.uni-bielefeld.de/Universitaet/Einrichtungen/ZSB/studententechniken.html>)
- ≡ „Lerntypen? Ein pädagogisches Konzept auf dem Prüfstand“, von Maike Looß (http://www.ifdn.tu-bs.de/didaktikbio/mitarbeiter/looss/looss_Lerntypen.pdf)
- ≡ „Denken, Lernen, Vergessen“, von Frederic Vester, 25. Auflage, DTV 1998, ISBN: 978-3423330459