

# Die LASER – Technik

→ Die schnellste Art Wissen langfristig abzuspeichern!



## L – Lesen

Lies deine Unterlagen durch! Wenn du direkt mit den gelesenen Informationen arbeitest, bleiben sie langfristig im Gedächtnis.

Nutze diese Vorlage:

<https://motiviert-studiert.de/wp-content/uploads/2018/12/Vorlesungszusammenfassung-1.pdf>

## A – Anwenden

Versuche direkt nach dem Lesen Aufgaben zu lösen. Hierdurch verfestigst du das Wissen.

Die möglichen Aufgaben können aus Lehrbücher, Übungsbücher, Altklausuren oder Musteraufgaben stammen.

## S – Strukturieren

Versuche deine Lernunterlagen verständlicher zu machen! Dafür kannst du Mind Maps und die folgende Vorlage für Lernunterlagen nutzen:

<https://motiviert-studiert.de/wp-content/uploads/2018/02/Vorlage-f%C3%BCr-Lernunterlagen.pdf>

Schau dir zusätzlich das Video "Vorlesungen zusammenfassen" an. Der folgende Link leitet dich direkt zum Video:

<https://www.youtube.com/watch?v=7adCPzyl5A&t>

## E – Erklären

Erklären: Erst wenn du die erfassten Informationen mit deinen eigenen Worten wiedergeben kannst, hast du das Gelernte verstanden und kannst es langfristig anwenden!

## R – Recall (Wiederholen, ohne in die Unterlagen zu schauen)

Du solltest dich immer zuerst fragen, was du bereits aus diesem Stoffgebiet weißt (auch wenn dein Wissen zu dem Thema noch begrenzt ist)! Anschließend kannst du fehlende Informationen nachschlagen, um dein Wissen zu erweitern. Dies aktiviert dein Gehirn und verbessert die Wissensaufnahme.