
Start-up

Wenn du mit Lernfocus einen Start-up machst, so bedeutet dies, dass du mit unserer Hilfe eine Optimierung deines Lernens zu erreichen versuchst. Du willst deine Ressourcen besser nutzen und dein bisher eher spontanes und zufälliges Lernen ablösen durch ein regelmässiges, klar strukturiertes Lernen. Das Ziel sind bessere Leistungen und das nachhaltigere Lernen von Lerninhalten. Mit „nachhaltig“ ist gemeint, dass du Gelerntes auch nach den Prüfungen noch anwenden kannst.

Check-up before start-up

Bevor du irgendetwas umstellst und planst, nimmst du zuerst einmal dein bisheriges Lernverhalten und deine Lernziele unter die Lupe. Dazu machst du bei uns einen so genannten „Check-up“. Dieser zeigt dir „Schwachstellen“ und „Stärken“ deines bisherigen Lernens auf und gibt dir viele Anhaltspunkte, um über dein bisheriges Lernverhalten nachzudenken.

Es ist wichtig, dass du dir über deine Ziele bewusst wirst und diese klar festlegst. Diese werden für dich eine wichtige Motivation sein, wenn es darum geht, „Sportsgeist“ zu beweisen und Durchhaltevermögen an den Tag zu legen. Genauso wichtig wird es sein, dass du genau weisst, weshalb du etwas zu ändern versuchst und was dir welche Veränderung bringen soll.

Daneben musst du auch wissen, weshalb du überhaupt so viel Energie und Zeit fürs Lernen einsetzen willst. Weshalb es dir lieber ist, gute bis sehr gute Leistungen in der Schule zu erzielen, als durchschnittlich oder gar ungenügend zu sein.

Gründe die vielleicht dafür sprechen, das Lernverhalten umzustellen

Überlege dir, welche der folgenden Gründe auf dich zutreffen:

1. Du hast festgestellt, dass du unsorgfältig lernst, d.h. du hast Lerninhalte z.T. nicht wirklich begriffen, so dass du sie anwenden könntest (z.B. in Mathematik), oder du hast sie z.T. wieder vergessen (z.B. in den Sprachfächern). Da auf einen Teil der „älteren“ Lerninhalte immer wieder zurückgegriffen wird, reicht es nicht aus, nur die „neuen“ gut zu können. Dies siehst du an deinen Leistungen. Du willst deshalb diese Lücken schliessen.
2. Du hast gemerkt, dass der Lernaufwand für einen Schüler mit guten Leistungen bedeutend geringer ist als für einen Schüler mit genügenden Leistungen. Derjenige mit den guten Leistungen profitiert bereits im Unterricht mehr, da er mehr versteht und einordnen kann. Dadurch hat er zu Hause weniger zu tun. Dies ist der Grund, weshalb Schüler mit guten Leistungen die Schule meistens als „locker“ empfinden. Du möchtest dich auch auf einem guten Leistungsniveau bewegen.
3. Sich auf einem knapp genügenden Leistungsniveau zu bewegen bringt viel Stress. Die Prüfungen werden bedeutsam, entscheiden über Weiterkommen oder Sitzenbleiben. Man ist genötigt zu Tricks zu greifen, um bestehen zu können. Das ist alles ande-

re als „lässig“. Da entstehen vielmehr Ängste, die zusätzlich das Leistungsvermögen verringern, da sie blockieren. Du willst dich aus dieser unangenehmen Situation befreien.

4. Das Bildungssystem wird immer durchlässiger, das heisst, auch „Spätzünder“ haben die Chance, sich hochzuarbeiten. Das stimmt zum Glück, nur wird leider selten erwähnt, zu welchem hohem Preis bezüglich Zeitaufwand und Schulgeld. So einfach wie während der obligatorischen Schulzeit wird es nie mehr sein. Je früher du dein Start-up beginnst, je kleiner sind die Lücken und je schneller bist du bei deinen Zielen. Das motiviert dich, nicht zu warten.

Du wirst noch weitere Gründe finden. Wichtig ist, dass du dir diese immer wieder ins Bewusstsein rufen kannst, wenn du merkst, dass dein Durchhaltevermögen etwas ins Schwanken gerät. Diese Arbeit kann dir niemand abnehmen. Deine Eltern oder Lehrer werden dir vielleicht gut zureden, aber dies nützt alles nichts, solange du nicht selber weisst, weshalb du dich so ins Zeug legst.

Habe ich Lust?

Ob du Lust zum Lernen hast oder nicht, ist eine Frage, die du dir am besten gar nicht stellst. Sie ist nicht entscheidend, denn du lernst nicht um deiner Lust willen, sondern um deinen Zielen näher zu kommen. Erfolg ist immer das Resultat von Fleiss und Ausdauer. Damit sagen wir jedoch nicht, dass Lernen nicht auch lustvoll sein kann, ganz im Gegenteil.

Warum einen Lernplan erstellen?

Das Erstellen eines Lernplanes benötigt Zeit. Dass sich diese Investition lohnt, wirst du erfahren, wenn du einen cleveren Lernplan für dich erstellt hast und eine längere Zeit danach gelernt hast. Du wirst Folgendes feststellen:

- Du bist immer gut auf die Schulstunden vorbereitet.
- Du weisst genau, wann du was lernen wirst.
- Du kannst abhaken, was du schon alles erledigt hast.
- Du wirst nachhaltiger lernen, das heisst, du wirst das Gelernte besser behalten.
- Vor Prüfungen wirst du wesentlich weniger Lernzeit aufwenden müssen als ohne Lernplanung.
- Deine Leistungen in der Schule werden sich verbessern.
- ...

Du wirst noch weitere Effekte feststellen, die dafür sprechen, einen Lernplan zu erstellen. Wie das bei einem Start-up mit Lernfokus geht, erfährst du in 2.5.

Einen Lernplan erstellen – das Prinzip

Das Prinzip ist einfach und erfolgt in drei Schritten:

1. Du legst für jedes Schulfach fest, wie viel Zeit du dafür pro Woche ausserhalb des Unterrichts lernen willst.
2. Du unterteilst die Wochenlernzeit je Fach in sinnvolle Lerneinheiten.
3. Du verteilst die Lerneinheiten auf eine Woche.

Bei der Auswertung des Check-ups geben wir dir konkrete Anhaltspunkte für Punkt 1. Bei einem Start-up erhältst du zusätzlich einen konkreten Vorschlag für die Punkte 2 und 3.

Während der ersten Beratung werden wir Punkt 1 nochmals Fach für Fach durchgehen und unseren Vorschlag bezüglich Punkt 2 und 3 an deine Vorstellungen anpassen. Dabei bist du es, die/der bestimmt – wir stehen dir nur beratend zur Seite und unterstützen dich technisch bei der Erstellung des Planes.