

# Lernen will gelernt sein

*Vom Schulwissen ist bei den meisten Erwachsenen nicht mehr viel übrig. Das liegt nicht zuletzt daran, dass dank ungünstiger Lernstrategien der Stoff völlig falsch eingepägt wird*

Gewusst wie:  
Wenn wir uns etwas langfristig merken wollen, brauchen wir effektive Lernregeln

Schlecht angeleitete Schüler praktizieren oft das sogenannte Überlernen: Sie hören mit dem Üben nicht auf, sobald sie etwa Vokabeln fehlerfrei beherrschen, sondern büffeln weiter. Dadurch soll der Stoff nicht so schnell wieder vergessen werden, so die Hoffnung. Tückischerweise scheint diese Strategie auf den ersten Blick zu funktionieren: Eine Woche später fällt den Eleven tatsächlich eher ein, was „Narbe“ auf Lateinisch heißt. Doch nach vier Wochen ist von diesem Vorsprung nichts mehr übrig – die zusätzliche Lernerei war allenfalls für die Schule (und die Klassenarbeit), aber nicht fürs Leben. Das haben Doug Rohrer von der *University of South Florida* und Harold Pashler von der *University of California* in San Diego jetzt in einer Reihe von Experimenten bewiesen.

Die Wissenschaftler wollen aber keinem Pennäler eine Entschuldigung liefern, weniger zu lernen. Sie raten vielmehr, die Zeit besser zu nutzen. Wenn der Stoff für den Moment sitzt, sollte man damit aufhören und etwas anderes pauken. Die ursprüngliche Lektion kommt dann später wieder auf den Schreibtisch.

Wie viel Zeit sollte bis zur Wiederholung am besten verstreichen? Es kommt darauf an, wann das Gelernte ge-

braucht wird, so die Forscher. Wurde beispielsweise zehn Tage nach dem letzten Üben getestet, wie viel von einer Lektion Suaheli hängengeblieben war, erwies sich ein Abstand von einem Tag zwischen den Lerneinheiten als optimal. Sollten die neuen Kenntnisse in der ostafrikanischen Sprache ein halbes Jahr halten, gewährleistete ein Lernabstand von einem Monat dies am besten. Weitere Daten legen eine Faustregel nahe: Der Lernabstand sollte etwa zehn bis dreißig Prozent der Zeit betragen, die nach dem zweiten Üben beispielsweise bis zum Einsatz in Tansania verstreichen wird.

Von den beliebten Schnellkursen, bei denen die Lernwilligen intensiv, aber kurz in eine neue Sprache eintauchen, sind Rohrer und Pashler daher nicht überzeugt. Und sie kritisieren auch Schulbücher, in denen stur immer derselbe Aufgabentyp hintereinander präsentiert wird, bevor ebenso monoton der nächste folgt.

■ JOCHEN PAULUS

D. Rohrer, H. Pashler: Increasing retention without increasing study time. *Current Directions in Psychological Science*, 16/4, 2007, 183–186