

Wie lerne ich?

Name und Vorname: Martin Mätzler

e sehr **un**typisch für mich
 d eher **un**typisch für mich
 c einigermaßen typisch für mich
 b eher typisch für mich
 a sehr typisch für mich

Kreuzen Sie ein Feld pro Frage an!

- | | | | | | | |
|----|--|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| 1 | Während ich etwas lerne, konzentriere ich mich voll darauf. | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2 | Ich habe Mühe zusammenzufassen, was ich eben im Unterricht gehört oder im Lehrbuch gelesen habe. | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3 | Ich versuche, Beziehungen zu finden zwischen dem was ich gerade lerne und dem was ich darüber bereits weiss. | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4 | Ich habe Mühe, mich beim Lernen an einen Zeitplan zu halten. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5 | Bei Prüfungen und anderen bewerteten Arbeiten habe ich das Gefühl: "Ich habe nicht richtig verstanden, was erwartet wird und deshalb verliere ich Punkte." | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6 | Auch wenn ich den Stoff nicht so interessant finde, bin ich bereit diesen zu lernen. | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7 | Wenn ich schulbezogene Arbeiten erledige, setze ich mir einen zeitlichen Rahmen und halte mich auch daran. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 8 | Ich verstehe gewisses Unterrichtsmaterial nicht, weil ich im Unterricht nicht aufgepasst habe. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9 | Während ich mein Unterrichtsmaterial durchgehe, suche ich darin nach Fragen, die in einer Prüfung vorkommen können. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 10 | Während einer Diskussion im Unterricht finde ich es schwierig zu bestimmen, was ich notieren soll. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11 | Damit ich die, im Unterricht vermittelten Regeln und Gesetzmässigkeiten besser behalten kann, bemühe ich mich sie anzuwenden. | <input type="checkbox"/> |
| 12 | Wenn es jeweils ans Lernen und Arbeiten gehen sollte, beginne ich nicht zeitgerecht sondern schiebe es immer weiter hinaus. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 13 | In meiner Ausbildung stelle ich an mich hohe Anforderungen. | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14 | Wenn ich ein Thema durcharbeite, versuche ich den ganzen Stoff so zu ordnen, dass er für mich logisch zusammen passt. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15 | Bei schulbezogenen Arbeiten habe ich Mühe, die Konzentration aufrecht zu halten. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16 | Ich gebe mir nur bei jenen Themen Mühe beim Lernen, die ich mag. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 17 | Während ich eine Prüfung vorbereite überlege ich mir mögliche Prüfungsfragen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 18 | Während Prüfungen stelle ich fest, dass ich das Falsche gelernt habe. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 19 | Wenn ich Texte lesen und studieren soll, habe ich Mühe die wesentlichen Punkte herauszufinden. | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 20 | Wenn Hausaufgaben schwierig sind, gebe ich entweder auf oder erledige nur das Leichtere davon. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 21 | Damit ich einen Stoff besser lernen kann, verknüpfe ich ihn wenn möglich auch mit meinem Allgemeinwissen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 22 | Wenn ich mit einem Lehrbuch arbeite, fällt es mir schwer aus der Stoffmenge die Hauptgedanken herauszuschälen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 23 | Ich gehe den zuletzt behandelten Stoff vor der nächsten Lehrveranstaltung nochmals durch. | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 24 | Ich habe Mühe, mein Lernen den verschiedenartigen Fächern anzupassen. | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

- | | | | | | | |
|----|--|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| 25 | Ich versuche, den Lernstoff auch in eigene Worte zu fassen. | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 26 | Ich schiebe das Lernen mehr hinaus als ich sollte. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 27 | Schlechte Noten bzw. Bewertungen entmutigen mich. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 28 | Selbst wenn ich in einem Fach Mühe habe, kann ich mich dazu motivieren die verlangten Arbeiten zu erledigen. | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 29 | Ich verteile das Lernen zeitlich so gut, dass ich nicht erst kurz vor der Prüfung den Stoff noch rasch in meinen Kopf pressen muss. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 30 | Während ich etwas lerne, schweifen meine Gedanken immer wieder mal ab. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 31 | Während des Lesens halte ich von Zeit zu Zeit an und denke über das Gelesene nochmals nach oder sehe es nochmals durch. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 32 | Bei wichtigen Prüfungen habe ich grosse Angst. | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 33 | Grundsätzlich besuche ich Lehrveranstaltungen gerne. | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 34 | Ich überlege während des Unterrichts, ob ich verstehe was die Lehrperson ausführt. | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 35 | Ich habe Mühe herauszufinden, wie ich vorgehen soll, um einen bestimmten Stoff für eine Prüfung zu lernen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 36 | Auch wenn mich eine schulbezogene Aufgabe nicht interessiert, kann ich mich dazu überwinden sie anzupacken. | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 37 | Ich denke ab und zu, dass ich die Ausbildung eigentlich lieber abbrechen sollte. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 38 | Wenn ich für den Unterricht etwas lesen muss, dann tue ich es auch. | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 39 | Die Sorge darüber in einer Prüfung schlecht abzuschneiden, lenkt mich während der Prüfung ab. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 40 | Ich versuche zu erkennen, wie sich das, was ich lerne auf meinen Alltag beziehen könnte. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 41 | Ich habe Mühe zu verstehen, was in Prüfungsaufgaben überhaupt gefragt wird. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 42 | Ich mach mir Sorgen, dass ich die Ausbildung nicht schaffe. | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 43 | Um sicher zu stellen, dass ich den Stoff auch verstehe, gehe ich meine Notizen nach dem Unterricht nochmals durch. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 44 | Es ist mir nicht so wichtig eine breitgefächerte Ausbildung zu erhalten. Entscheidend ist, dass ich lerne was mir in der Arbeitswelt oder einem künftigen Studium nützen wird. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 45 | Ich finde es schwierig im Unterricht aufmerksam zu sein. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 46 | Was ich gerade lerne, versuche ich mit meinen eigenen Erfahrungen in Verbindung zu bringen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 47 | Die meiste Arbeit im Zusammenhang mit dem Unterricht mag ich nicht. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 48 | Wenn zu einer Prüfungsaufgabe eine ausführliche Antwort erwartet wird, dann stelle ich sicher, dass ich in meiner Lösung genügend deutlich auf die wichtigsten Punkte eingehe. | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 49 | Beim Lernen verliere ich mich in Einzelheiten und übersehe so schliesslich was wirklich wichtig ist. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 50 | Ich lasse mich sehr leicht vom Lernen ablenken. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 51 | Selbst wenn ich das betreffende Fach nicht mag, arbeite ich hart um gute Noten oder Bewertungen zu erzielen. | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 52 | Es fällt mir schwer zu entscheiden, was ich in einem Text unterstreichen bzw. markieren soll. | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 53 | Beim Lernen versuche ich, Zusammenhänge zwischen den einzelnen Inhalten im Lernstoff herzustellen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 54 | Ich verbringe so viel Zeit mit meinen Freunden/Freundinnen, dass ich zu wenig Zeit zum Lernen habe. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 55 | Um zu kontrollieren, ob ich den Unterrichtsstoff verstanden habe, stelle ich mir Fragen oder Aufgaben und versuche sie zu beantworten bzw. zu lösen. | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

- | | | | | | | |
|----|---|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| 56 | Selbst wenn ich mich gut vorbereitet habe bin ich während Prüfungen sehr aufgeregt. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 57 | Ich plane mehr Lernzeit für jene Themen, die für mich schwierig sind. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 58 | Ich schneide in Prüfungen schlecht ab, weil ich Mühe habe in der Prüfung die Zeit richtig einzuteilen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 59 | Wenn im Unterricht etwas vorgeführt wird (z.B. Film, Experiment), erkenne ich die relevanten Informationen die ich mir merken sollte. | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 60 | Ich erledige meine Hausaufgaben rechtzeitig. | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 61 | Vor jeder Prüfung gerate ich so unter Zeitdruck, dass ich die Sache nur noch oberflächlich einpauken kann. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 62 | Wenn die Lehrperson einen Vortrag hält, vermag ich Wesentliches von weniger wichtigen Informationen zu unterscheiden. | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 63 | Die Sorge darüber, in einem Fach schlechte Leistungen zu erbringen, lenkt mich vom Lernen ab. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 64 | Es kümmert mich nicht so sehr wie gut ich die Ausbildung schaffen werde; wichtig ist für mich, dass ich mich während der Ausbildung wohl fühle. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 65 | Gewisse Fächer in meiner Ausbildung machen mir Angst. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 66 | Wenn ich eine anspruchsvolle Aufgabe lösen muss, habe ich Mühe herauszufinden, welche Informationen in der Aufgabe überhaupt wesentlich sind. | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 67 | Während ich einen Stoff lerne, kontrolliere ich regelmässig, ob ich ihn verstehe. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 68 | Wenn ich während des Unterrichts abgelenkt werde, dann kann ich mich rasch wieder konzentrieren. | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 69 | Ich finde, dass Vieles was in der Schule gelehrt wird eigentlich nicht so lernenswert ist. | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 70 | In Prüfungen bin ich so nervös und durcheinander, dass ich die Aufgaben schlechter löse als ich es eigentlich könnte. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 71 | Während des Unterrichts denke ich an andere Dinge statt der Lehrperson aufmerksam zuzuhören. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 72 | Auch wenn ich Lehrmaterial langweilig und uninteressant finde, arbeite ich es durch. | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |