**Lerntyp**

**Welcher „Lerntyp bin ich?“**

Machen Sie bitte vor der Beantwortung der folgenden Fragen eine Achtsamkeitsübung, wie Sie es gelernt haben. Nehmen Sie sich Zeit bei jeder Frage und beobachten Sie im Geiste Ihr eigenes Lernverhalten. Beantworten Sie die Fragen nach sorgfältiger achtsamer Reflexion.

* Können Sie Informationen beim Lesen von Texten und beim Betrachten von Schaubildern besonders gut speichern?
* Hilft es, wenn Sie Grafiken erstellen, Mindmaps oder auch Lernposter?
* Hilft es Ihnen, wenn Sie mit Lernkarteien, Büchern, Skizzen und Videos lernen oder auch Zusammenfassungen zu schreiben?
* Verwenden Sie gerne Textmarker?

⇨ Wenn Sie überwiegend mit „ja“ geantwortet haben, sind Sie ein **visueller Lerntyp**.

* Bewegen Sie beim Lesen die Lippen oder lesen Sie gerne Texte laut?
* Lernen Sie am besten durch Zuhören?
* Kommen Sie mit dem klassischen Frontalunterricht gut zurecht?
* Lernen Sie gut durch Gespräche führen?
* Hilft es Ihnen, wenn Sie Vorträge hören oder auch wenn Sie sich den Lernstoff auf Tonband aufsprechen?

⇨ Wenn Sie überwiegend mit „ja“ geantwortet haben, sind Sie ein **auditiver Lerntyp**.

* Speichern Sie Inhalte am besten, wenn Sie es selber ausprobieren?
* Brauchen Sie Bewegung beim Lernen? Je mehr Bewegung, desto besser können Sie sich etwas merken?
* Sind rhythmische Bewegungen beim Lernen, Nachmachen, Rollenspiele und Gruppenaktivitäten die beste Art, damit Sie sich Inhalte, Techniken und anderes am besten merken können?
* Halten Sie beim Lernen gerne etwas in den Händen?

⇨ Wenn Sie überwiegend mit „ja“ geantwortet haben, sind Sie ein **motorischer Lerntyp** (auch „Kinästhetischer Lerntyp“ genannt).

Beachten Sie bitte, dass diese Angabe des Lerntyps nichts Ultimatives ist. Es geht hier um Tendenzen. Meist handelt es sich bei Lerntypen um Mischtypen, wobei ein Sinn tendenziell dominiert. Die passenden Lernstrategien können auch nach Belieben miteinander kombiniert werden.