

15 Tipps und Tricks zum Online-Lernen

Studi: „In der Regel hänge ich hier den ganzen Tag in Teams ab und schaue in die Röhre. Teilweise 7-8 Blöcke am Tag. Ich weiß am Ende des Tages nicht mehr, was wo gesagt wurde. Ich bin doch keine Maschine!“

Hier geben wir Dir ein paar Tipps, wie Du das Online-Lernen so organisieren kannst, dass Du das Semester gut auf die Reihe bekommst und auch noch Spass an Deinem Studium hast.

Tipps für Deine Organisation

1. Sorge für Deine Online-Veranstaltungen im Vorfeld dafür, dass Du eine **stabile Internetverbindung und funktionierendes Equipment** wie Kopfhörer, Lautsprecher und Mikrofon hast.
2. Richte Dir Deinen **Arbeitsplatz** so ein, dass Du ungestört arbeiten kannst. Schalte alle möglichen Ablenkungen im Vorfeld aus. Niemand darf dich stören, keine Einflüsse von außen sind erwünscht. Setze Kopfhörer auf oder benutze Ohrstöpsel, um dich gegen akustische Ablenkungen zu schützen.
3. Sorge dafür, dass Du alle **Hilfsmittel**, die Du zum Lernen benötigst wie Stifte, Bücher, Taschenrechner und so weiter in greifbarer Nähe hast.

Tipps für Deine Konzentration

4. Führe einen übersichtlichen **Terminkalender**, in den Du Deine festen Termine, aber auch Zeitslots für Lernzeiten einträgst.
5. Damit Du wichtige Aufgaben nicht aufschiebst und Deine Zeit nicht mit Kleinkram verplemperst, **plane Deinen Tagesablauf** und lege einen groben Fahrplan mit den wichtigsten To-dos fest. Das gibt Dir eine Orientierung und Priorisierung deiner Aufmerksamkeit.
6. **Teile deine Aufgaben in Zeitfenster** von ca. 30 Minuten auf und plane nach jedem Intervall eine kurze Pause ein. Solch eine Etappenstruktur schont deine Kräfte und frischt deine Konzentration immer wieder auf.
7. Plane **zeitliche Puffer** ein, damit du nicht in Zeitnot kommst, wenn Schwierigkeiten auftreten.
8. Beim Lernen und Arbeiten zu Hause wird deine Konzentrationsfähigkeit leicht von privaten Dingen abgelenkt und gestört. Deshalb plane **regelmäßige Pausen** ein in denen Du den Dingen nachgehst, die nichts mit deiner Arbeit zu tun haben und nutze sie aktiv für Deine Erholung.

Tipps für Deine Motivation

Komplexe Aufgaben stellen eine Herausforderung für deine Motivation dar. Das Studium ist eine komplexe Aufgabe: Du arbeitest zwar kontinuierlich, siehst aber kaum Fortschritte. Du investierst Zeit und Energie, doch die Ergebnisse deiner Bemühungen werden erst viel später – oft erst am Ende des Semesters – sichtbar. Wenn Du aber Fortschritte für Deine Anstrengungen erkennst, fällt Dir das Dranbleiben viel leichter.

9. Deshalb **definiere Deine Tages- und Wochenziele**. Dabei zerteilst Du die komplexe Aufgabe Deines Semesters in (wöchentliche) Zwischenschritte, weist jeder dieser Teilaufgaben ein konkretes Ziel zu und bringst diese Struktur zu Papier. Anschließend beginnst du mit der Bearbeitung und kennzeichnest jeden Tag jedes Teilziel, das du erreicht hast.
10. **Belohne Dich**, wenn Du Deine Ziele erreicht hast.

Tipps für Deine Lehrveranstaltungen

11. **Bereite Deine Online-Veranstaltungen vor**. Nutze das dir zur Verfügung gestellte Lernmaterial: Verschaffe dir über einen Überblick, markiere wichtige Stellen, notiere Fragen.
12. **Bereite deine Online-Veranstaltungen nach**. Viele spätere Detailfragen erledigen sich, wenn du direkt im Anschluss an einen Vortrag Infos ergänzt oder Zusammenhänge mit eigenen Worten formulierst.
13. Sind Deine Vorlesungen so eng getaktet, dass keine Zeit für eine unmittelbare Vorbereitung bleibt, **reserviere einen Vor- oder Nachmittag**, ca. 3–4 Stunden, um alle Vorlesungen am Stück abzuarbeiten.
14. **Beteilige Dich** in Deinen Online-Veranstaltungen. Stelle Fragen z.B. über Chat, nutze Sprechstunden in TEAMS oder ZOOM.

Tipps für Deinen Austausch

15. **Pflege den Kontakt mit Deinen Komiliton*innen**. Klärt z.B. offene Fragen miteinander, diskutiert über den Lernstoff oder trinkt einfach mal einen virtuellen Fern-Kaffee zusammen. Dank der Möglichkeiten der Digitalisierung musst du auch im Homeoffice nicht auf soziale Kontakte verzichten.