

5 Tipps, damit das Lernen zu Hause besser funktioniert

Für erfolgreiches Online-Lernen braucht es mehr als nur Technik

🕒 Lesen 4 Minuten

Mit der Fortdauer der Corona-Pandemie sind Bildungseinrichtungen weltweit gezwungen, ihre Unterrichtsformen anpassen. Blended Learning und integriertes Lernen sind plötzlich zur Normalität geworden. Einige Schüler konnten bereits wieder in ihre Klassenzimmer zurückkehren. Für die Mehrheit findet eine Mischung verschiedener Unterrichtsformen und ein Wechsel zwischen Präsenz- und Online-Unterricht statt. Wieder anderen bleibt nichts weiter übrig, als ganz allein zu Hause zu lernen. Da ein Ende der Pandemie nach wie vor nicht absehbar ist, wird sich die Unterrichtform wohl noch länger nach dem Steigen oder Sinken der Covid-19-Fallzahlen richten. Eine Rückkehr zur Normalität in Grundschulen, weiterführenden Schulen und Universitäten scheint noch in weiter Ferne.

Lehrende und Lernende sehen sich daher unerwartet mit einem tiefgreifenden Wandel konfrontiert, der den Einsatz von Technik für erfolgreiches Blended Learning zwingend erfordert. Allerdings sind nicht nur technische Belange wichtig. Lernende benötigen für eine positive Lernerfahrung auch ein gesundes Umfeld und sie brauchen Zugang zu Tools und Mobiliar, die sie beim Lernen unterstützen. Zunächst einmal aber benötigen sie eine geeignete Umgebung, die ihrem Lernerfolg zuträglich ist.

Nachfolgend geben wir Ihnen fünf Tipps zur Verbesserung der Lernumgebung:

1. **Einen Raum finden, der zum Lernen geeignet ist und von dem die/der Lernende uneingeschränkt sagen kann: „Das ist mein Lernort.“**

Um sich motivieren zu können, müssen Lernende vom „Zuhause-Modus“ in den „Schul- oder Uni-Modus“ umstellen können, ganz gleich, ob sie sich in ihrem Zimmer, im Studentenwohnheim oder zu Hause befinden. Bei diesem Lernort muss es sich nicht unbedingt um einen besonderen Raum handeln. Es kann auch einfach ein Schreibtisch in einer Zimmerecke sein oder ein Tisch, der nach 17 Uhr wieder zum Esstisch umfunktioniert wird. Es kommt auch ein Tisch infrage, den die Eltern als Home-Office verwenden, wenn die/der Lernende ihn nicht benötigt. Wenn möglich, sollten für verschiedene Arten des Lernens unterschiedliche Orte genutzt werden: Beispielsweise empfiehlt es sich, einen Aufsatz am Schreibtisch zu schreiben, Matheaufgaben aber an einer großen Tafel zu lösen. Wenn Lernende die Möglichkeit haben, ihre Körperhaltung über den Tag hinweg häufig zu verändern, ist der Distanzunterricht gleich weniger anstrengend.

2. **Die Lernenden mitbestimmen lassen.**

Die Wahrscheinlichkeit, dass der Lernprozess erfolgreich verläuft, erhöht sich, wenn die/der Lernende die Lernumgebung mitgestalten kann. Die Mitgestaltung stellt an sich bereits einen wichtigen Lernprozess dar, der anregt und motiviert. Darüber lässt sich feststellen, mit welcher Lernumgebung man am besten zurechtkommt. Durch persönliche Gegenstände und Bilder fühlen sich Lernende mit ihrem Raum verbunden, wodurch die Motivation nochmals einen Schub bekommt.

3. **Die Relevanz von Ergonomie und Komfort nicht unterschätzen.**

Unser Mobiliar zu Hause eignet sich in den seltensten Fällen wirklich für die Schreibtischarbeit oder zum Lernen. Dies führt häufig dazu, dass die Lernenden abgelenkt werden, weil sie sich nicht wirklich wohlfühlen. Sie werden unruhig und können sich nicht mehr konzentrieren. Lernende benötigen gute ergonomische Stühle, die für langes Sitzen konzipiert sind. Der Seminarstuhl „Node“ von Steelcase mit beweglicher Schreibplatte ist eine ideale Lösung für kleine Räume. Ebenso wichtig ist es, den Nutzer zur Bewegung anzuregen, wobei bereits Mikrobewegungen hilfreich sind. Am höhenverstellbaren Schreibtisch kann die/der Lernende die Haltung nach Belieben verändern. Wenn dann noch eine Beleuchtung, die die Augen nicht anstrengt, zur Verfügung steht, sind die Voraussetzungen fürs erfolgreiche Lernen optimal.

4. **Möglichkeiten schaffen, um Denkvorgänge sichtbar zu machen.**

Lernende brauchen die Möglichkeit, Aufgaben zu durchdenken und darzustellen. Ein an der Wand angebrachtes Whiteboard unterstützt sie dabei, ihre Gedanken zu veranschaulichen und mit anderen zu teilen. Whiteboards können zudem dabei helfen, sich zu strukturieren, indem sie dazu genutzt werden, zukünftige und laufende Projekte sowie abgeschlossene Aufgaben zu notieren. Dadurch werden Selbst- und Zeitmanagement geschult; die Lernenden trainieren ihre Organisationsfähigkeit und lernen, Prioritäten zu setzen.

5. **Biophile Elemente einsetzen, um die Laune zu verbessern und um Kreativität und kognitive Funktionen zu fördern.**

Wissenschaftliche Studien belegen, dass das Wohlbefinden und die Gesundheit sich verbessern, wenn wir Elemente wie natürliches Licht, Naturmaterialien, Pflanzen und Farben in unsere Räume integrieren. Natürliches Tageslicht sorgt für bessere Testergebnisse und Lernende, denen ein Ausblick in die Natur zur Verfügung steht, lernen erfolgreicher. Multisensorische und vielseitige Umgebungen regen unsere Sinne an und fördern unsere kognitiven, motorischen und sozialen Fähigkeiten.

Genau wie Home-Office kann Distanzunterricht zur Belastung werden, wenn keine komfortable und produktive Umgebung zur Verfügung steht. Fazit: Der Raum, in dem man arbeitet, hat großen Einfluss auf das Endergebnis, ganz gleich, ob man an einem Aufsatz schreibt oder eine Marketing-Strategie entwickelt.