
Effektives Lernen

Der nachfolgenden Liste kannst Du entnehmen auf welche Weise sich unser Gehirn neue Inhalte und Informationen am effektivsten merkt und abspeichert:

- **90 Prozent:** Reale Handlungen und Simulationen
- **70 Prozent:** Beteiligung an einem Austausch oder einer Diskussion
- **50 Prozent:** Videos
- **30 Prozent:** Bilder
- **20 Prozent:** Hören
- **10 Prozent:** Lesen

90 Prozent der neuen Informationen speichert unser Gehirn langfristig ab, wenn wir das Gelernte in der Praxis immer und immer wieder umsetzen bzw. die gelernten Inhalte mit Hilfe von Simulationsspielen weiter vertiefen.

70 Prozent der neuen Informationen speichert unser Gehirn langfristig ab, wenn wir uns aktiv an einem Austausch oder einer Diskussion zu einem bestimmten Thema beteiligen.

50 Prozent der neuen Informationen speichert unser Gehirn langfristig ab, wenn wir uns Videos zu einem bestimmten Thema anschauen.

30 Prozent der neuen Informationen speichert unser Gehirn langfristig ab, wenn wir uns Bilder zu einem bestimmten Thema anschauen.

20 Prozent der neuen Informationen speichert unser Gehirn langfristig ab, wenn wir uns den Inhalt zu einem bestimmten Thema anhören.

10 Prozent der neuen Informationen speichert unser Gehirn langfristig ab, wenn wir uns den Inhalt zu einem bestimmten Thema durchlesen.