



Lernerfolg verdoppeln – Prüfungsangst halbieren

Neues Lernsystem macht Schluss mit Bulimie-Lernen.

„Mindestens die Hälfte der Lernzeit kann man sich sparen“, so die provokante These von Lerncoach Martin Krengel. Der Autor zeigt in seinem neuen Buch „Bestnote“, wie mit wenig Aufwand die Erinnerungsleistung verdoppelt werden kann. Und er spricht aus Erfahrung: Mit seinen Methoden schaffte er, zwei verschiedene Studiengänge mit Auszeichnung abzuschließen.

Durch überfüllte Hörsäle und G8-Abi wird das Lernen immer stressiger und die Zeit knapper. Doch „das Problem ist nicht zu wenig Zeit, sondern eine vollkommen falsche Herangehensweise“, so Krengel. In Seminaren coachte er über 1000 Schüler und Studenten und beobachtete, was die größte **Lernbremse** ist: mechanisch wird Wissen gepaukt, ohne den Stoff wirklich zu durchdringen. Der Flaschenhals des Lernens ist aber die Informationsverarbeitung. Deswegen hat Krengel ein 10-Schritt-Lernsystem entwickelt, das erstmals **Lernpsychologie mit Zeitmanagement** vereint. Zum Beginn wird eine genaue Prognose des Prüfungsinhalts erarbeitet und eine individuelle Lernstrategie entwickelt. Negative Einstellungen gegenüber Problemfächern wie Mathe oder Statistik werden aufgelöst. Dann wird erläutert, wie man schnell das „Große Ganze“ im Lernstoff findet und wie es sich konzentrierter Zuhören lässt. Daran knüpfen vier Lernprozesse an, die das **Wissen schleifen** wie einen Diamanten, sodass jeder in Prüfungen glänzen kann.

Durch die hohe Effektivität der Methoden kann die Vorbereitungszeit deutlich verkürzt werden. Es bleibt genug Freizeit zum Auftanken. Das wiederum kommt der **Konzentration** und **Motivation** zugute. Selbst Fachfremde verstehen komplexe Zusammenhänge in wenigen Minuten und können sich 10 chinesische Vokabeln in 5 Minuten dauerhaft merken. An über 100 Beispielen aus verschiedenen Fachgebieten werden die Methoden veranschaulicht. Das macht die „Bestnote“ zu einer ergiebigen **Inspirationsquelle** für erfolgshungrige Schüler und Studenten. Zudem zeigt das Buch wie Eltern, Lehrer und Dozenten das Lernsystem gewinnbringend einsetzen können.

Martin Krengel: Bestnote. Lernerfolg verdoppeln, Prüfungsangst halbieren.

Eazybookz, Berlin 2012, ISBN: 978-3-941193-666, Preis: 15,95 Euro; Das Buch ist am 24.Mai.2012 erschienen

- ▶ **Autorenkontakt:** MartinKrengel@gmail.com; Tel.: 0163 733 24 95
- ▶ **Rezensionsexemplare** unter Lernmethoden@studienstrategie.de
- ▶ **Weitere Infos**, Zeitmanagement- und Lerntipps: Studienstrategie.de

Martin Krengel ist Zeitmanagement-Experte und Dozent. Als Autor der Topseller „Studi-Survival-Guide“ und „Golden Rules“ entwickelte er eigene **Zeitmanagementkonzepte und Lerntipps** für Wissensarbeiter.

Zum Verlag: Das Start-up Eazybookz aus Berlin hat sich innovativen Buchkonzepten verschrieben. Eine freche Ansprache und querdenkende Designer geben den Büchern das gewisse Etwas.