

Inhaltsverzeichnis

<i>Vorwort des Herausgebers</i>	4
I. Lernen als Überlebensstrategie?	5
II. Erfahrungen mit Lernseminaren	7
1. Qualifizierungsmaßnahmen in einem Großbetrieb der freien Wirtschaft	7
2. Kursveranstaltung in einer Heimvolkshochschule	12
3. Wochenendseminare an Erwachsenenbildungseinrichtungen	20
III. Über Lernen zu Wissen und Bildung	27
1. Lernen und Entwicklung	27
2. Grundsituationen der lebenslangen Entwicklung	31
3. Konstitutive Faktoren des »Lernen-Lernens«	35
IV. Der Lernende im Mittelpunkt	39
1. Alltagstheorien über Gedächtnisleistungen	39
2. Lernen in subjektiven Theorien	42
3. Praktisches Lernen	46
4. Lernen als psycho-soziales Ereignis	50
5. Lernen als Sinnfindung	54
V. Lernen und Lernerfolg	58
1. Lernmotivation	58
2. Lerntechnik	62
3. Mnemotechnik	66
4. Das Lernen aus Texten	80
5. Die Vorbereitung auf Prüfungssituationen	83
6. Kognitiver Anspruch und emotionale Befindlichkeit	91
7. Lernerfolg und Altern	98
VI. Ausblick: Was die Erwachsenenbildung leisten muß	104
Empfehlungen zu vertiefender Lektüre	107
Literaturverzeichnis	108
Quellen	111