

ADS

Wichtig ist, dass man sich nicht zu sehr dafür fertig macht, dass man etwas, das man sich vorgenommen hat, nicht tut. ADSler nehmen sich oft zu viel vor, so dass sie gar nicht alles schaffen können.

Ein wichtiger Schritt im guten Umgang mit der ADS ist es zu lernen, diese Tatsache zu akzeptieren. Dieser Schritt kann trotz des Wissens darüber sehr lange dauern.

Ist man ihn gegangen, führt das zu viel mehr Ruhe und Gelassenheit.

Uni /Lernen

Ich habe immer Schwierigkeiten, mit etwas erstmal anzufangen. Und zwar in der Hinsicht, dass ich erstmal nicht weiß, was genau ich mache. Das führt dazu, dass ich mich vor dem Anfangen drücke. Wenn ich einmal Aufgaben gefunden habe, dann läuft es richtig gut. Wenn ich z. B. weiß, dass ich jeden Tag ein Buch weiterlesen muss, dann mache ich das auch. Vor allem, wenn ich mich schon mal daran gewöhnt habe.

Mathe

Am Anfang wusste ich nicht, wie ich für Mathe lernen kann.

Nachdem ich über das Semester den Kurs gemacht hatte (immer ins Tutorium gehen, Hausaufgaben alleine machen und abgeben, aber ohne Druck), habe ich mir den Stoff Thema für Thema noch einmal erarbeitet. Nachdem das Semester vorbei war, guckte ich mir also alle Themen noch einmal an, und dabei verstand ich es dann viel besser. Jeden Tag einen Happen. Ich ging jedes Übungsblatt/Tutorium danach durch, was man dort neues gelernt hatte und lernte das.

Ich guckte mir an, wie die Aufgaben gerechnet werden, lernte das dann wohl auch. Am Schluss habe ich dann versucht Aufgaben selbst zu lösen.

Immer wieder tauchen Fragen auf. Die versuchte ich alle in der Sprechstunde abzuklären. Das hilft auch noch mal zu prüfen, ob man etwas richtig verstanden hat. Es können neue Erkenntnisse hinzukommen.

Sicherlich ist auch das Erklären in einer Lerngruppe effektiv (gerade wenn man deswegen Erklärungen ausformuliert). Allerdings kann ich aufgrund mangelnder Sozialkontakte auf keine Erfahrungen zu diesem Bereich zugreifen.

Im Tutorium hatte ich oft das Problem, dass ich nicht gut mitkam. Das Tutorium dauert 2 Stunden. Nach einer Stunde ist alle Konzentration aufgebraucht, ich schreibe dann nur noch mit, kann aber nicht mehr mitdenken.

Mir ging es daher oft zu schnell, so schnell konnte ich oft nicht mitdenken.

Ich muss wirklich ordentlich verpeilt gewirkt haben, denn ich hab ständig etwas nachgefragt und ich habe die Antwort im nächsten Moment wieder vergessen. Daher stellte ich in einem Tutorium mehrmals dieselbe Frage. Genau das Problem war mein Gedächtnis. Die Sachen waren so kompliziert, dass ich am Ende einer Erklärung vergessen hatte, wie die Erklärung anfing.

Für mich hätte es mehr Zeit zum richtigen Raffen geben müssen. Oder an einem Tag nur 10 Minuten Mathe-Tutorium. Die Masse an neuen Informationen hat mich einfach erschlagen. Daher kam ich auf die Idee, jeden Tag Mathe zu machen, aber nur für eine halbe Stunde. Also habe ich jeden Tag eine halbe Stunde Hausaufgaben gemacht bzw. hatte ich es mir vorgenommen.

Wenn man das dann macht führt das sicherlich zu guten Resultaten.

In Mathe gibt es auch Stoff, also Dinge, die man wissen muss. Während des Hausaufgaben-Machens habe ich herausgearbeitet, was zu dem zu lernenden Stoff hinzugehört. z. B. eine Komponentenfolge ist ein neuer Begriff. Den Begriff muss man lernen.

Was ist eine Komponentenfolge? Die Folge von einer Komponente.

Zuerst habe ich mir klar gemacht, was eine Komponente ist: Eine Funktionsvorschrift kann man in Ana2 mit Vektoren schreiben. Eine Komponente ist ein Eintrag dieses Vektors. Bsp. für einen Vektor $(1 \ 2 \ 3)^T$: Eine Komponente dieses Vektor ist 1.

Statt einer Zahl können als Einträge aber auch Terme stehen z. B. $(x^2+4x \ 4x-5 \ x^3)^T$. Eine Komponente davon ist x^2+4x . Das ist die erste Komponente. Die 2. Komponente ist $4x-5$ und die dritte ist x^3 .

Statt eines Terms kann auch eine Folge als Komponente vorkommen.

Eine Komponentenfolge ist also die Folge dieser Komponente.

So etwas habe ich dann auch auf Karten geschrieben und später gelernt.

Oft genug passierte es mir, dass ich diese mühsam selbst erarbeitete Erklärung wieder vergaß.

Daher macht es Sinn – auch wenn es lästig erscheint und man den Begriff für viel zu simpel hält, als das er des Aufschreibens würdig wäre - solche Erklärungen festzuhalten.

Ich vermute, dass Mathe oft schon an solchen Dingen hapert: Im Kopf hat man keine Klarheit darüber, was ein Begriff bedeutet. Deshalb ist es wichtig, auch wenn es erstmal simpel und unnötig erscheint, sich selbst klarzumachen, was die ganzen Begriffe bedeuten. Das beseitigt schon viele Unklarheiten.

Es bringt einen großen Lernerfolg, wenn man sich die Erläuterungen selbst erarbeitet. Wenn man es niederschreibt, hilft das Formulieren sich den Sachverhalt besser einzuprägen. Außerdem ist man gezwungen die Erklärung genau zu machen. Macht man sie nur in Gedanken, dann neigt man dazu, Details zu verschlucken. Also nach dem Motto: „Ach ja das, was eine Komponente ist, ist schon klar, kommen wir zum nächsten, der Komponentenfolge. Also das ist wohl eine Folge.“ Naja, aber ohne sich Gedanken darüber zu machen, was eine Komponente ist, kommt man dann nicht weit.

Wenn man es nicht ausformuliert, ist das Verständnis schwammig. Das kann dann wieder leichter verloren gehen.

Oft habe ich etwas dadurch verstanden, dass ich gesehen habe, wie eine Aufgabe gerechnet wird, also wie die Vorgehensweise dabei ist. Daran habe ich dann gesehen, wie man einen Begriff oder einen Zusammenhang benutzt. Sozusagen, wie man auch ein Beispiel dafür braucht, wie man ein Wort einer Fremdsprache richtig einsetzt. Das kann ja ganz anders sein, als man sich das vielleicht denkt.

Ein Wort wird ja auch nicht an jeder Stelle benutzt, an der es laut Wörterbuch möglich wäre. Auch wenn im Deutschen „Grüß Gott“ eine Begrüßung ist, dann sage ich das doch nicht, schon gar nicht in Berlin.

Also man muss den mathematischen Zusammenhang in der freien Laufbahn sehen. Wie verhält er sich natürlicherweise? Dann versteht man ihn auch besser.

Ich denke, es ist auch richtig und zielführend, wenn man manchmal einfach hinnimmt, dass man irgendetwas nicht versteht oder im Tutorium gerade total verwirrt ist. Oft hilft Zeit zum Erlangen des Verständnisses. Zu einem späteren Zeitpunkt begreift man die Sache dann vielleicht doch.

Das Unverständnis locker zu nehmen hilft auch dabei, sich nicht dabei zu verkrampfen, wenn man etwas unbedingt verstehen will. Um etwas zu bekommen, muss man es oft erst loslassen und nicht krampfhaft klammern.

Vielleicht kommt das Verständnis auch nie. Auch da ist es ratsam, das hinzunehmen. (Wenn es nur einige wenige Dinge sind.)

Auch wenn das Verständnis von Mathe anstrengend ist: Es einmal fundamental verstanden zu haben, hilft ungemein. Es lohnt sich auf jeden Fall, in das Verständnis viel Aufwand (alles selbst erklären und aufschreiben) zu stecken.

Eine weitere wichtige Anmerkung: Gerade im ersten Semester hört man die Tutoren immer wieder davon sprechen, dass man durch scharfes Hinsehen erkenne, wie man die Terme umzuformen habe und zur Lösung komme.

Das haut den/die Erstie erstmal um. Wie um alles in der Welt soll man denn die Lösung bloß sehen? Da Tutoren aber auch nur normale Menschen und keine Superhelden sind, lässt sich dieser „Röntgenblick“ ganz einfach erklären: Wenn man über die Jahre hinweg immer mit Mathe zu tun hat und viele Sachen rechnet, bekommt man Übung. Der „Scharfe Blick“ ist nichts weiter, als stinknormale Übung.

Nachdem ich nämlich eine Menge Aufgaben gerechnet hatte, wusste ich auch, welche Umformung an welcher Stelle zum Erfolg führt, da ich so eine Aufgabe schon öfter gelöst hatte. Ich war geübt in Mathe und erkannte vieles auch einfach nur durch Hingucken.

BAföG verlängern

Ich konnte mein Bafög für 2 Semester verlängern.

Ich selbst sollte schildern, wie mich meine Erkrankung einschränkt im Studienalltag. Sehr gut war, dass in einem Attest meine Geräuschüberempfindlichkeit mit einbezogen wurde – eine Tatsache, die mir vorher gar nicht eingefallen war.

In vollen Hörsälen habe ich durch die vielen Nebengeräusche Probleme, dem Gesagten zu folgen. Es strengt mich sehr an. Ich bin dadurch schneller als andere erschöpft.

Wichtig ist es, dass in den Attesten drin steht, dass man in der Lage ist, das Studium zu schaffen und dass man Fortschritte macht. Studierfähigkeit besteht, sollte da also stehen.