

# Lernen im Schlaf

## Vorgehensweise



Zuerst habe ich den Probanden 10-20 Vokabeln aus meinem Französisch- und Englischbuch gegeben.

\*

Dann habe ich ihnen gesagt, dass sie sich einen Timer stellen sollen, damit sie die Kopfhörer nach zwei Stunden abnehmen können.

\*

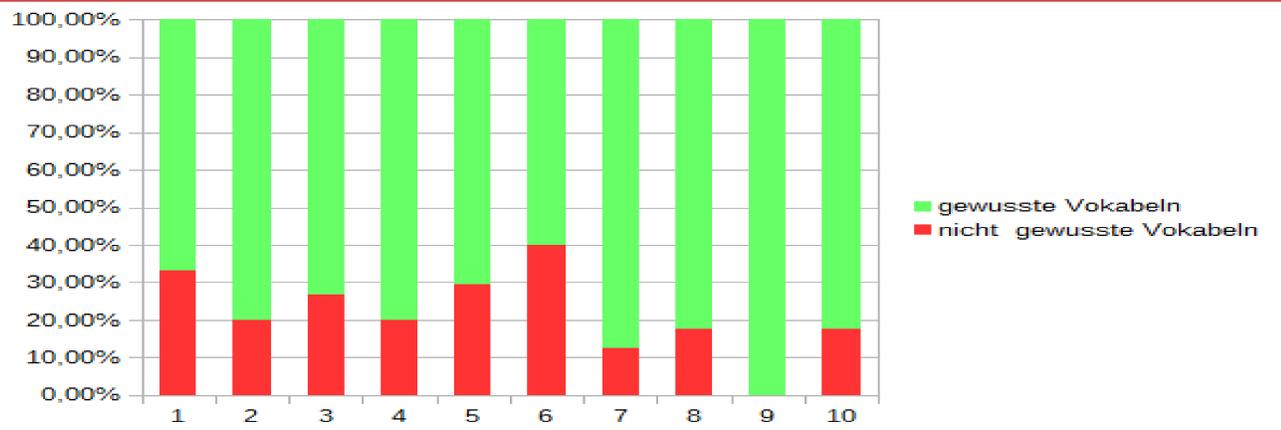
Beim Einschlafen haben die Testpersonen die Vokabeln für 2 Stunden angehört.

\*

Am nächsten Tag habe ich sie abgefragt.

## Meine Testreihen

Anzahl der nicht gewussten Vokabeln	Anzahl der gewussten Vokabeln	Anzahl der angegebenen Vokabeln	gewusst in %
5	10	15	66,67
3	12	15	80,00
4	11	15	73,33
3	12	15	80,00
5	12	17	70,59
8	12	20	60,00
2	14	16	87,50
3	14	17	82,35
0	12	12	100,00
3	14	17	82,35



Ich habe mich gefragt ob das Aufnehmen der Vokabeln reicht, oder ob man sie im Schlaf anhören muss. Deshalb habe ich 2 Gegenproben gemacht!!!

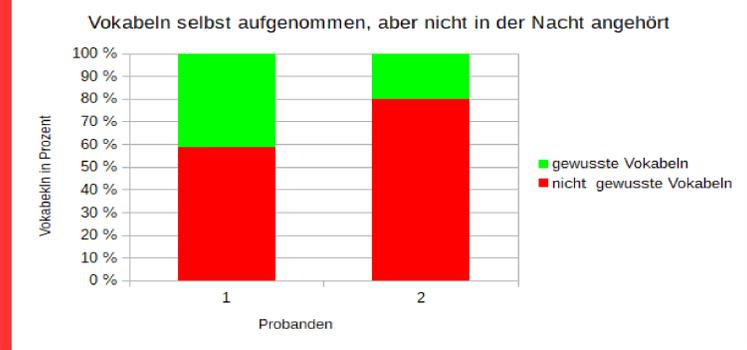
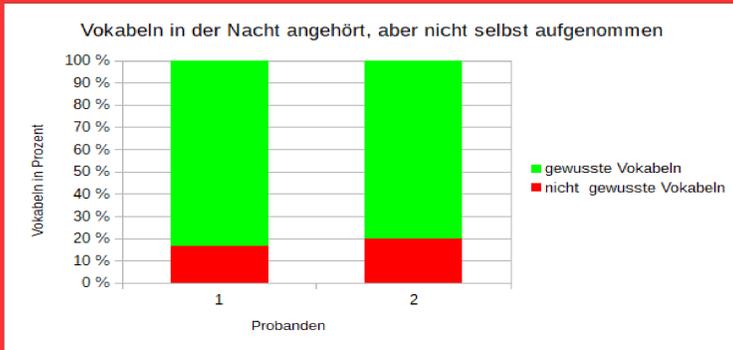
Bei diesen Versuchen haben die Testpersonen die Vokabeln nur in der Nacht angehört.

Anzahl der nicht gewussten Vokabeln	Anzahl der gewussten Vokabeln	Anzahl der angegebenen Vokabeln	gewusst in %
2	10	12	83,33
3	12	15	80,00

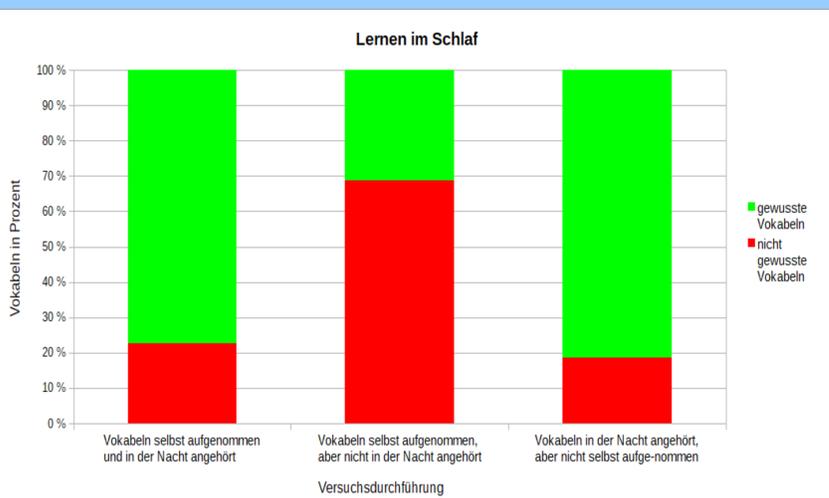


Bei diesen Versuchen haben die Testpersonen die Vokabeln nur aufgenommen.

Anzahl der nicht gewussten Vokabeln	Anzahl der gewussten Vokabeln	Anzahl der angegebenen Vokabeln	gewusst in %
10	7	17	41,18
12	3	15	20,00



## Meine Ergebnisse



Diese Ergebnisse fand ich gut, weil sie bestätigten, dass es so ist, wie meine Vermutung war: Das Vokabel-Lernen liegt wirklich am Anhören der Vokabeln und nicht am Aufnehmen der Vokabeln. Man muss die Vokabeln tatsächlich im Schlaf anhören, um sie zu lernen.



Ich hatte allerdings sehr wenig Probanden. Daher habe ich mir Gedanken gemacht, ob das, was ich herausgefunden habe, wirklich so ist. Ich weiß das mein Ergebnis rein wissenschaftlich gesehen nicht korrekt ist, weil ich so wenig Probanden hatte.

**Ich werde weiter diese Technik anwenden, aber nicht mehr dran forschen, weil es sehr anstrengend ist.**