

# Lernen lernen

## Erfolgreich zu guten Noten und durch die Prüfung

- Individuell, effizient und mit Spaß erfolgreich lernen und dabei Freizeit gewinnen, wie geht denn das?
- Was kann ich tun um die Konzentration und Merkfähigkeit zu steigern?
- Wie sollte meine Lernumgebung aussehen?
- Was tun gegen Aufschieberitis?
- Wie sieht meine persönliche Leistungskurve aus?
- Welcher Lerntyp bin ich eigentlich?
- Wie schaffe ich die Prüfung ohne Angst und Blackout?

Klingen diese Fragen nach Dir? – dann melde dich an, in unserem interaktiven Seminar bekommst du Antworten, gespickt mit vielen AHA-Erlebnissen.

Neben speziellen Lernmethoden erfährst du, wie Informationen im Gehirn verarbeitet werden und du deine eigenen Potenziale besser ausschöpfen kannst. Ziel des Trainings ist, in Zukunft erfolgreicher, schneller und mit mehr Spaß den Lernstoff in Schule und Beruf zu verstehen.

### **Seminarinhalte:**

Lerntypbestimmung durchführen

Lernmethoden trainieren

Selbstmotivation steigern

Lernpläne erstellen und Lernumgebung bewusst gestalten

Leistungskurve individuell bestimmen

Den inneren Schweinehund besiegen – Aufschieberitis war gestern

Erfolgreich durch die Prüfung mit Tipps gegen Prüfungsangst und Blackout

Das Seminar ist für alle Lernsituationen und – inhalte geeignet.