



Inhalte

| Standortbestimmung

- Lernmotivation ermitteln
- Lernhemmnisse sondieren
- Lerntyp bestimmen
- Lernstil analysieren
- Lernen effektivieren

| Rahmen schaffen

- Zeit zum Lernen finden
- Muße zum Lernen finden
- Effektiv lernen
- Strukturen schaffen
- Stoff aneignen
- Stoff verankern
- Üben und Wiederholen

| Gedächtnis auf die Sprünge helfen

- Eselsbrücken bauen
- Loci-Technik nutzen
- Namen und Zahlen merken

| Mit Lernschwierigkeiten umgehen

- Lernprobleme vorbeugen
- Lernhemmnissen begegnen
- Motivation stärken

Lern- und Merktechnik

Einfache Wege zu leichterem Lernen und besserem Gedächtnis

Jeder Mensch ist gezwungen, immer wieder Neues zu lernen, immer wieder Neues in sein Gedächtnis aufzunehmen. Gerade im Berufsleben mit seinen steigenden Anforderungen ist es wichtig, schnell Neues aufzunehmen und auch wieder schnell auf diese Informationen zurückgreifen zu können.

Um dies zu schaffen, benötigt man gute Lernstrategien, eine gute Konzentrationsfähigkeit und gute Merktechniken.

Das Seminar will hier Hilfestellung leisten.

| Ziele

Sie lernen die Grundlagen des Lernens, der Konzentration und des Behaltens kennen, um auf dieser Grundlage Schwierigkeiten beim Lernen und Behalten vermeiden und für sich angemessene Lernstrategien erarbeiten zu können.

Darüber hinaus lernen Sie Merkhilfen und Merktechniken kennen, die Ihnen im Alltag gute Dienste leisten können.

| Methoden

Als Methoden kommen im Workshop zum Tragen:

- Vortrag, Gespräch und Moderationstechniken zur Vermittlung und Erarbeitung des Lernstoffs
- Partnerarbeit und Gruppenarbeit als Übungsmethoden
- Einzelarbeit als Feedbackmethode
- Erfahrungsaustausch

| Zielgruppe

Das Seminar ist für alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gedacht, die ihre Lernstrategien überprüfen und verbessern wollen.

| Dauer

Das Seminar dauert zwei Tage.