

## Zielgruppe

Lehrende, Lernende, Ausbilder\*Innen, Dozenten\*Innen und (Sozial-) Pädagogen\*Innen

min. 6 TN - max. 12 TN

## Inhalte:

Effektives Anwenden verschiedener Lerntechniken

- Lernen und Gedächtnis
- Erinnern, Behalten und Vergessen
- Lernmotivation
- Lerntypen und Lernziele
- Lerntechniken und Lernstrategien
- Lernzonenmodell
- Neue Ansätze zum Lernen
- Lernerfolge sichern

## Ihr Nutzen:

- mit einfachen Übungen bei Ihrer Arbeit konzentriert zu bleiben und Ihre Aufmerksamkeit auf Ihre eigentlichen und wichtigen Aufgaben zu richten,
- Informationen leichter zu speichern und nach Bedarf zu erinnern, wie mentales Aktivierungstraining nicht nur Ihr Gehirn in Schwung bringt, sondern Ihre Konzentrations- und Gedächtnisleistung langfristig verbessert.
- wie Sie leistungsfähiger, effektiver und gleichzeitig entspannter durch den (Berufs-)Alltag navigieren.

## Dauer

6 Stunden  
(08:30 bis 14:30 Uhr)

## Seminarnummer

WBC-09

## Kosten

590,00 Euro

## Termine:

auf Anfrage

## Abschluss

Teilnahmebescheinigung

## Ansprechpartner

Frau Kathleen Schwitzke

☎ 03364 37- 5271

✉ kathleen.schwitzke@qcw.de