

Heidrun Fiedler

Training | Coaching | Therapie



Gewusst wie. Leichter lernen mit Erfolg!

LernManagement für Studenten

Ein Studium beginnt

Was kann passieren?



Stress im Studium Beispiel

Yvonne, 25 Jahre alt

Problem:

- planlos
- unstrukturiert
- kann Terminvorgaben nicht einhalten

Reaktionen:

- gereizt und dünnhäutig
- ist häufig krank



Stress im Studium Beispiel

Marcel, 24 Jahre alt

Problem:

- beunruhigende Prüfungsergebnisse
- kurze Konzentrationszeit
- lernt langsam

Reaktionen:

- frustriert
- motivationslos
- lernt nicht mehr



Stress im Studium Beispiel

Annika, 22 Jahre alt

Problem:

- Präsentationen
- mündliche Prüfungen
- fühlt sich hilflos

Reaktionen:

- Angst und Blackout
- Schlafstörungen
- zieht sich zurück



LernManagement für Studenten

Erfolg im Studium ist kein Zufall,

**sondern die logische
Folge von effizienten
Lernstrategien und
effektiven Arbeitsmethoden**



Heidrun Fiedler

Training | Coaching | Therapie



LernManagement-Training **Inhalte**

Lernbasics

- Wahrnehmung
- Lerntypen
- Lernstil
- Konzentration
- Gedächtnisstufen
- Lernblockaden
- Mentaltraining

Lernorganisation

- Lernziel
- Planung
- Motivation
- Controlling
- Zeitmanagement

Lernstrategien

- Mnemotechniken
- Lernstrategien
- Speedreading
- Texte elaborieren
• und memorieren
- assoziieren
- freie Rede



LernManagement-Training **Module**

Modul I

- Wahrnehmung / Konzentration
- Lerntypen / persönlicher Lernstil
- Lernziel / Planung / Controlling / Motivation
- Gedächtnisstufen
- Lernstrategien / Mnemotechniken Teil 1

Modul II

- Zeitmanagement
- Speedreading
- Lernblockaden / Mentaltraining / freie Rede
- Lernstrategien / Mnemotechniken Teil 2
- Texte elaborieren und memorieren
- Assoziieren



LernManagement-Training **Gestaltung**

- **praxisnahe Tools**
- **learning by doing**
- **ca. 20 Teilnehmer/innen**
- **Handout**

- **Modul I und II einzeln buchbar**
- **Trainingstag: 10:00 – 17:00 Uhr inkl. Pausen**
- **Tageshonorar: ca. 800,00 Euro** (Umsatzsteuer befreit)

LernManagement - Training

- ... erspart Quälerei beim Lernen
- ... schützt vor Stress und Frust
- ... vermeidet mangelhafte Ergebnisse



Weil:

- ... zeigt Tipps für leichtes und organisiertes Lernen
- ... stärkt die Ausstrahlung und Persönlichkeit
- ... liefert die Basis für eine erfolgreiche Zukunft

LernManagement - Training



Gewusst wie. Leichter lernen mit Erfolg.

Heidrun Fiedler

Training | Coaching | Therapie



Vielen Dank

Stade . Heidrun Fiedler
www.heidrun-fiedler.de
mail@heidrun-fiedler.de
04141 .54 62 18