

Förderkurs: Lernberatung & Coaching

»Ich musste zuerst einmal lernen, wie man lernt. Das wurde einem bisher nicht beigebracht.« (Zitat einer ehemaligen Schülerin)

Für BM-Lernende, die Ihr Potential beim Lernen voll ausschöpfen möchten, bieten wir den Förderkurs Lernberatung & Coaching an. In diesem Lernatelier werden Sie individuell mit massgeschneiderten Angeboten begleitet.

Das Lernatelier kann als Probenvorbereitung dienen, vermittelt Lern- und Motivationsfähigkeiten und hilft dabei herauszufinden, mit welchen Techniken Sie am nachhaltigsten lernen.

Möchten Sie

- Ihre Lern- und Arbeitstechnik verbessern?
- Ihre Planungsfähigkeiten optimieren?
- Ihre Aufregung vor Referaten abbauen?
- Ihre Konzentration schärfen?
- Ihre Selbst-Motivation steigern?
- stilsicher schriftliche Arbeiten verfassen?
- systematisch Proben vorbereiten?

Dann liegen Sie bei Lernberatung & Coaching richtig.

Wir können zusammen

- ermitteln, was Sie für Unterstützung brauchen.
- herausfinden, wie Sie Ihr volles Potential ausschöpfen können.
- Ihre Stärken finden und ausbauen.
- das Lernen lernen.

Mögliche Themen / Programm

Thema nach Absprache	Ziele
Prüfungsvorbereitung	Sie können systematisch und speditiv für eine Prüfung lernen.
Probenvorbereitung	Sie können systematisch und speditiv für eine Probe lernen.
Verfassen schriftlicher Arbeiten	Sie kennen die wichtigsten Merkmale einer wissenschaftlichen Arbeit.
Präsentationstechnik	Sie können souverän und professionell präsentieren.
Selbstmotivation	Sie können sich selbst nachhaltig motivieren.
Umgang mit Stress (Coping)	Sie können in stressreichen Zeiten Stress abbauen.
Planung	Sie können einen systematischen Lernplan für eine Woche erstellen.
Zeitmanagement	Sie können die Zeit für das Lernen oder das Ausfüllen einer Probe so einteilen, dass Sie nicht in Stress geraten.
Lerntechniken (Audio)	Sie können mit Audioaufnahmen nachhaltig lernen.
Lerntechniken (Visuell)	Sie können mit Visualisierungen nachhaltig lernen.
Lerntechniken (Schriftlich)	Sie können mit Notizen und Zusammenfassungen nachhaltig lernen.
Lerntechniken (Lesen und Markieren)	Sie können einen Text lesen, verstehen und die wichtigsten Stellen markieren.
Lerntechniken (Mnemotechnik)	Sie können anhand von Geschichten, Gebäuden, Wegen oder des eigenen Körpers lernen.
Prüfungsangst	Sie können Prüfungsangst mit verschiedenen Entspannungstechniken reduzieren.
Lerngruppen	Sie können Lerngruppen organisieren und darin effizient lernen.