



**PROBLEME IN DER AUSBILDUNG?
UNGENÜGENDES LERNVERHALTEN?
FEHLENDE MOTIVATION?
STARKE BELASTUNG?
PRÜFUNGSANGST?**

LERNTRAINING FÜR LERNENDE

LERNTRAINING FÜR LERNENDE 1. BIS 2. LEHRJAHR IN KLEINGRUPPEN

Ausbildung, ein grosser Schritt in ganz neue Bereiche, der viele positive Effekte hat wie eigenes Geld verdienen, weniger Schule, mehr Praxis, Menschen kennen lernen, Einblick in interessante Abläufe. Vielleicht hast du Träume, die du dir nach der Ausbildung erfüllen willst und kannst?

Die andere Seite ist, dass du dich zurechtfinden musst in der neuen Umgebung und in den neuen Strukturen. Du musst Arbeit, Lernen und Freizeit auf einen Nenner bringen. Der Druck am Arbeitsplatz, vielleicht auch von zu Hause, belastet dich. Das Lernen fällt dir schwer. Du vermisst Freude und Spass im Alltag?

Nun hast du die Möglichkeit, das Lerntraining zu besuchen um diese und andere Schwierigkeiten früh zu überwinden, um frei zu sein für die Herausforderungen, die kommen, um effizienter zu lernen, auch während der Ausbildungszeit Platz zu haben für Freizeit und Sport.

Inhalte des Lerntrainings

- Anleitungen zum effizienten, hirngerechten Lernen
- Lernplanung und Strukturierung, das Lernverhalten optimieren
- Ziele und Schritte definieren, welche zum Lernerfolg führen
- Sich gut und stark fühlen trotz Stress oder Prüfungen
- Lernverhinderer erkennen und entmachten
- Prüfungsangst ade: Entspannung und gut drauf sein für Prüfungen

Die Gruppengrösse 6 - 9 Teilnehmende ermöglicht intensive Trainings



Interessiert? Ruf bitte an! Ich freue mich darauf dir die bewährten Tipps und Tricks zu verraten

Trainings werden laufend nach Bedarf ausgeschrieben, bitte melde dich.

Dauer 3 x Samstags im Abstand von 2 - 3 Wochen
Jeweils von 08.30 bis 11.45 Uhr

Kosten Fr. 250.--

