

Autor: Dr. Claudia Härtl-Kasulke

Persönlichkeit

Emotion und Intuition

**Persönliche Lernstrategien entdecken und leben
Ein Coaching-Workshop**

Inhalte

Nachhaltiges Lernen – macht das wirklich Freude?

- Ja, wenn Sie entdecken, wie Sie persönlich mit Ihren Lernerfahrungen und Lernstrategien noch effizienter für sich das Lernen gestalten können
 - Was bedeutet nachhaltiges Lernen?
 - Wie entdecke ich mein unbewusstes Lernwissen, Lernkompetenz?
 - Wie entdecke ich meine Lernstrategie und welche Stärken und Herausforderungen verbinde ich damit?

Lernen kann ich nicht? – „Doch, denn in jeder Sekunde unseres Lebens lernen wir“
Prof. Gerald Hüther

- Hirnforschung öffnet uns den Weg zum leichteren Lernen – Wie funktioniert unser Gehirn?
- Was sind Erfolgsfaktoren für mein Lernen? Von Anforderungen zum selbst gesteuerten Lernen: Motivation und strategisches Vorgehen
- Was sind Erfolgskriterien für mein persönliches Lernen?: Entspannen, Konzentrieren, Motivieren
- Wie finde ich die innere Balance in meinem übervollen Arbeitsalltag, um den Blick frei fürs Lernen zu bekommen?
- Wie gehe ich mit meinen Blockaden und meinen Glaubenssätzen um?
Erntet wirklich der dümmste Bauer die dicksten Kartoffeln? Oder: Vom Entdecken meiner unbewussten (Lern-)eigenschaften
- Emotion – eine Ressource, als Motor für das Lernen
- Intuition – eine verborgene Quelle, die unser Lernen beschleunigt und verborgenes Wissen entdecken lässt
- Wege und Methoden zum bewussten Einsatz von Emotion und Intuition in persönlichen Lernsituationen
- Welche Kultur brauche ich, welche Atmosphäre trägt mich, um besonders effektiv zu lernen?

Ihr Nutzen

In diesem Coaching-Workshop

lernen Sie mit ihren Erfahrungen und mit den Lernsituationen, Lernaufgaben, die Sie aktuell bewegen, mit neuen Augen zu sehen. Sie entdecken mit ihrer persönlichen Lernstrategie

- die konstruktiven Formen des Lernens kennen
- die Wirkung des bewussten Einsatzes von Lernstrategien auf Sie persönlich und andere (ein-)zuschätzen
- wie Sie bewusst Emotion und Intuition für ihre Lerneffizienz einsetzen
- und üben, wie Sie in aktuellen Situationen ihr Lernen in ihre Arbeit spürbar gewinnbringend und wirkungsvoll umsetzen

Methoden

Ein Blick auf die Neuropsychologie zeigt uns schnell: im bewussten Lernen stecken viele Potentiale. Wir arbeiten im Coaching-Workshop mit Ihren Aufgabenstellungen und je nach dem werden wir folgende Methoden einsetzen:

- biografisches ressourcenorientiertes Arbeiten
- Methoden auf der Basis von neurowissenschaftlicher Forschung, aus der Lernpsychologie
- Strategien für Intuition und Emotion etc.

Lernen will gelernt sein. Doch wenn wir es genussvoll einsetzen, dann stehen uns viele neue Türen offen.

Der Schwerpunkt ist erfahrungsorientiertes Lernen. So wechseln in diesem Workshop Information, Erfahrungsaustausch und Übungen miteinander ab.

Dauer

2 Tage