



LernCoaching ist...

- Hilfe zur Selbsthilfe!
- Ziele finden
- Lernstrukturen erkennen und aufbauen
- Selbstmotivation, Wege zur Konzentration zu finden
- Lernblockaden lösen
- eigene Lösungs- und Lernwege finden
- auf Stärken bauen
- KEINE Therapie
- KEINE Nachhilfe

Themen der Workshops rund ums Lernen:

- Durchstarten – Das Geheimnis nachhaltigen Lernen, oder: wie Lernen funktioniert.
- Nicht nur der Weg ist das Ziel – Mit dem passenden Ziel lernt sich's leichter!
- Gut geplant ist halb gewonnen – Lernen muss ins Leben passen.
- Typgerecht lernen – Manches geht von selbst, anderem kann ich auf die Sprünge helfen.
- Ich würd' ja gerne ... - Motivation ist gerade im Keller und der Schweinehund sehr aktiv.
- Jede Medaille hat zwei Seiten – Durch die Veränderung des Blickwinkels Konflikte beseitigen.
- Die Zauberei der Konzentration – Aufmerksamkeit bewusst lenken, statt spazieren gehender Gedanken.
- Die Kraft der Sprache – Worte können fördern oder verhindern!
- Kraftquellen kennen und nutzen – Von der Selbstverständlichkeit der effektiven Unterstützung.
- Erwachsen werden – Verantwortung übernehmen. Das Schicksal selbst in die Hand nehmen.
- Lerntechniken – Viele Wege führen zum Lernerfolg!
- Strategisch zum Lernerfolg – Eigene Strategien erkennen und einsetzen!
- Aufmerksamkeit im Unterricht gewinnen – Vom Sinn der Einbindung und den Hausaufgaben. (für Lehrkräfte)
- Anwesenheit im Unterricht nutzen – Vom Sinn der Mitarbeit und den Hausaufgaben. (für Schüler)
- Zielgerichtet lernen – Störungen erkennen und Lösungen finden!
- Am Ball bleiben – Saisonarbeit war gestern!
- Prioritäten setzen – Der Tag hat nun mal nur 24 Stunden!
- Vertrau mir doch – Die Kunst der Elternberuhigung.
- Mentales Doping – Merkfähigkeit steigern!
- Sagen und Hören was gemeint ist – Missverständnisse vermeiden.
- Lernerfolge feststellen – Sitzt alles, was ich gelernt habe?
- Prüfungsangst – Vom Umgang mit Stress.

♦ Lernberatung, SchülerCoaching, Kinderkurse • Einzelberatung und Begleitung •
♦ Alexandra Lux • Kurzbauerstr. 8 • 81479 München • 089 – 700 59 606 •
♦ www.alexandra-lux.de • info@alexandra-lux.de ♦