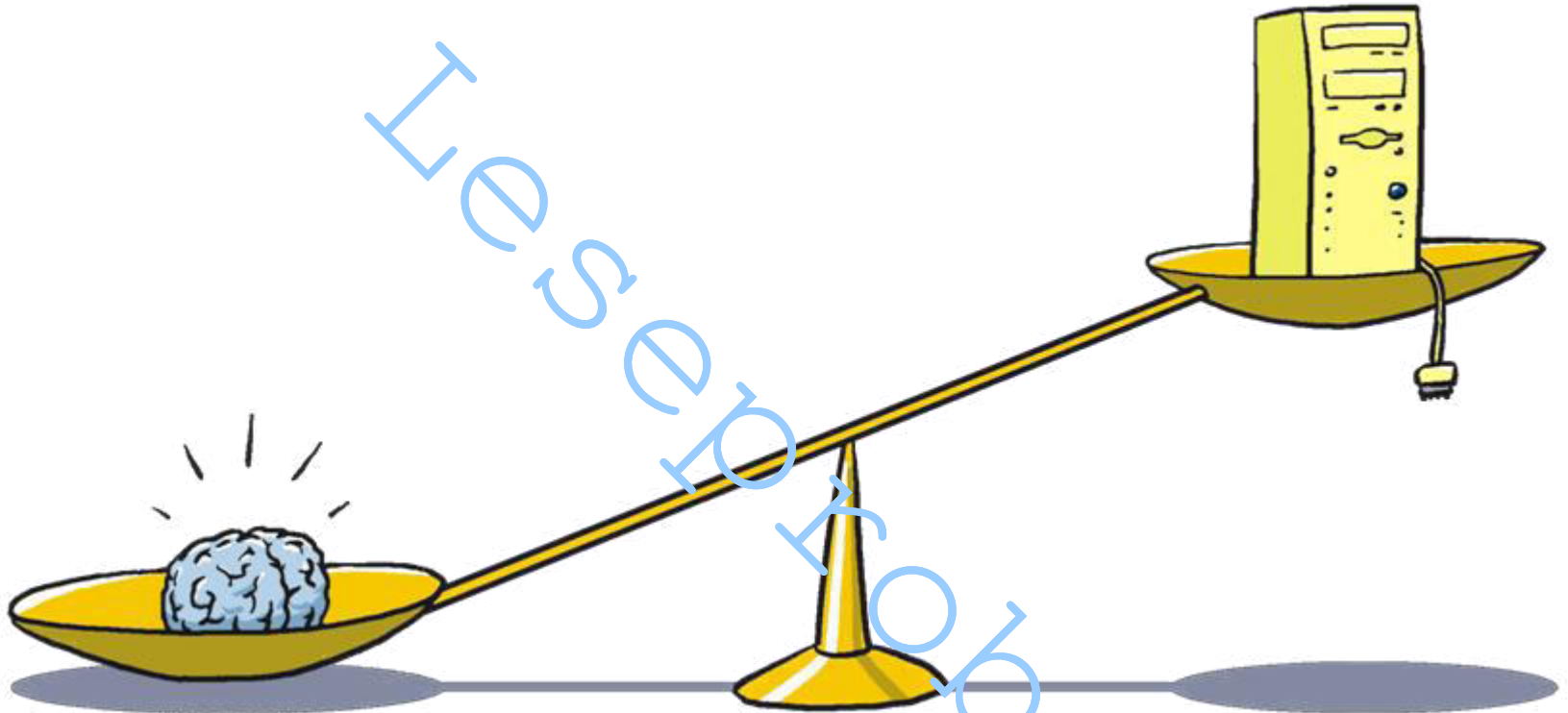


Lerntechniken und Gedächtnistraining

LESEN
HÖREN

- Der Aufbau unseres Gehirns
- Die Bedeutung der Gehirnhälften
- Das Mehrspeichermodell
- Die Lerntypen
- Die Vorbereitung
- Das Aneignen des Lernstoffes
- Lernstrategien
- Gedächtniskunst
- Üben, Wiederholen, Anwenden
- Prüfungsangst
- Tages-Clearing





**Das Gehirn ist leistungsfähiger
als der „intelligenteste“ Computer,
der jemals entwickelt wurde!**

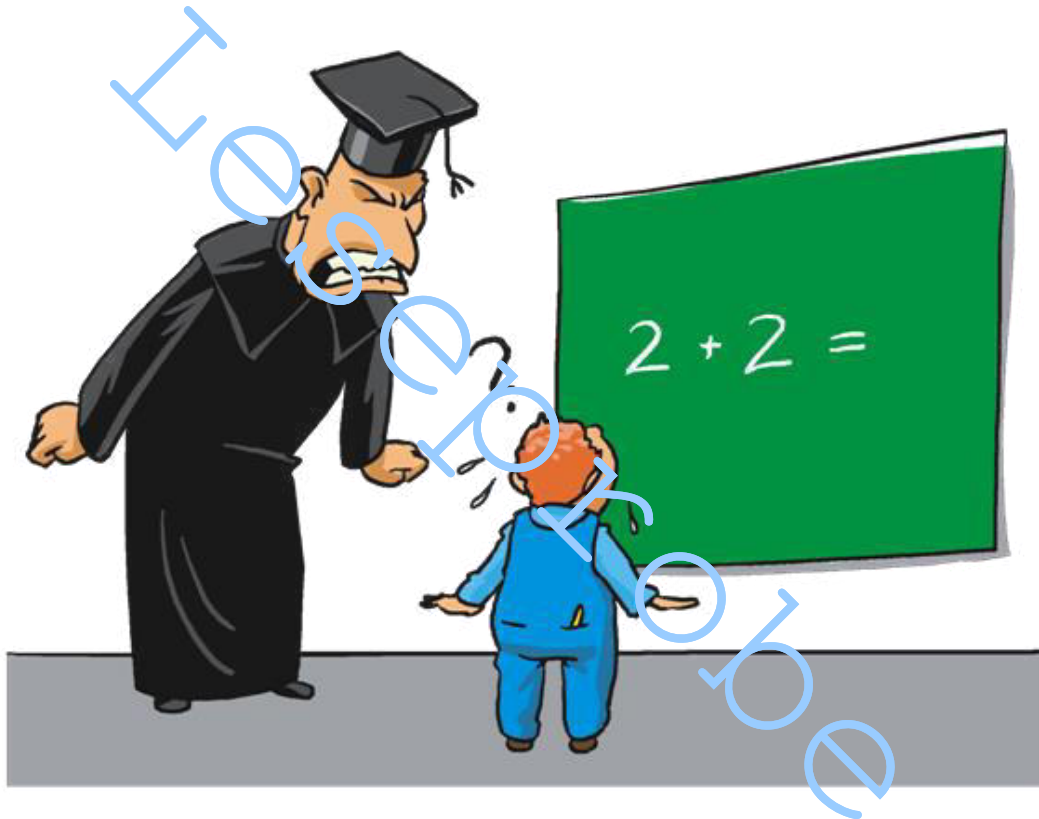


Der Hirnstamm...

- ... steuert die Grundfunktionen.
- ... ist der Sitz der Urinstinkte.
- ... wird auch als „Reptilienhirn“ bezeichnet



Das limbische System



**Positive Gefühle erleichtern das Einprägen.
Stress und Angst erschweren es.**



Der Neocortex

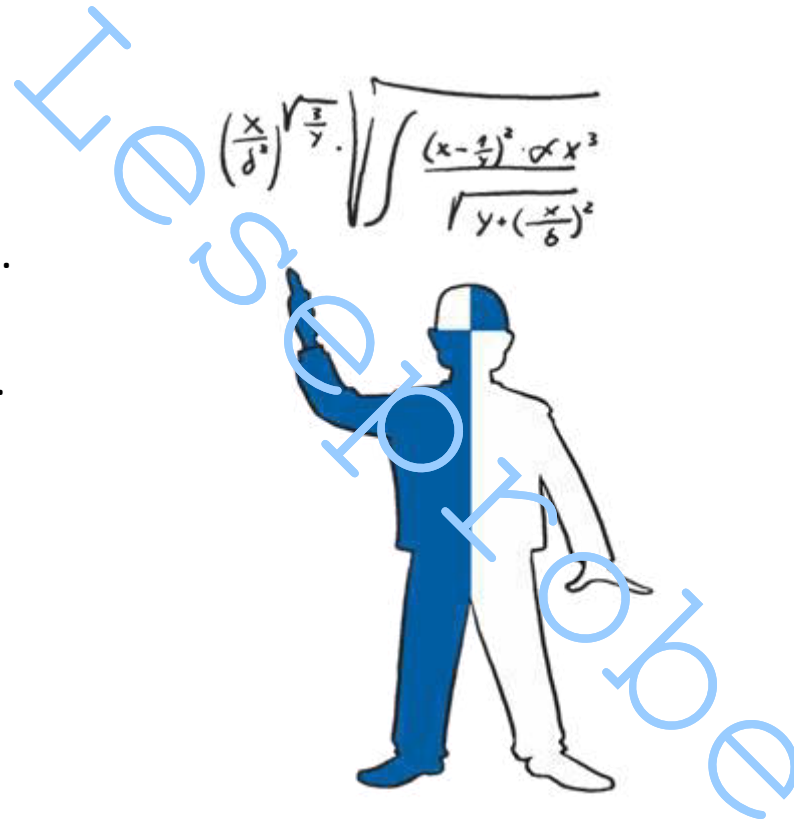


Je mehr Sinne bei der Aufnahme einer Information beteiligt sind, desto besser prägt sich die Information ins Gedächtnis ein.



Die linke Gehirnhälfte...

- ... denkt logisch.
- ... kann abstrahieren.
- ... geht sukzessiv vor.



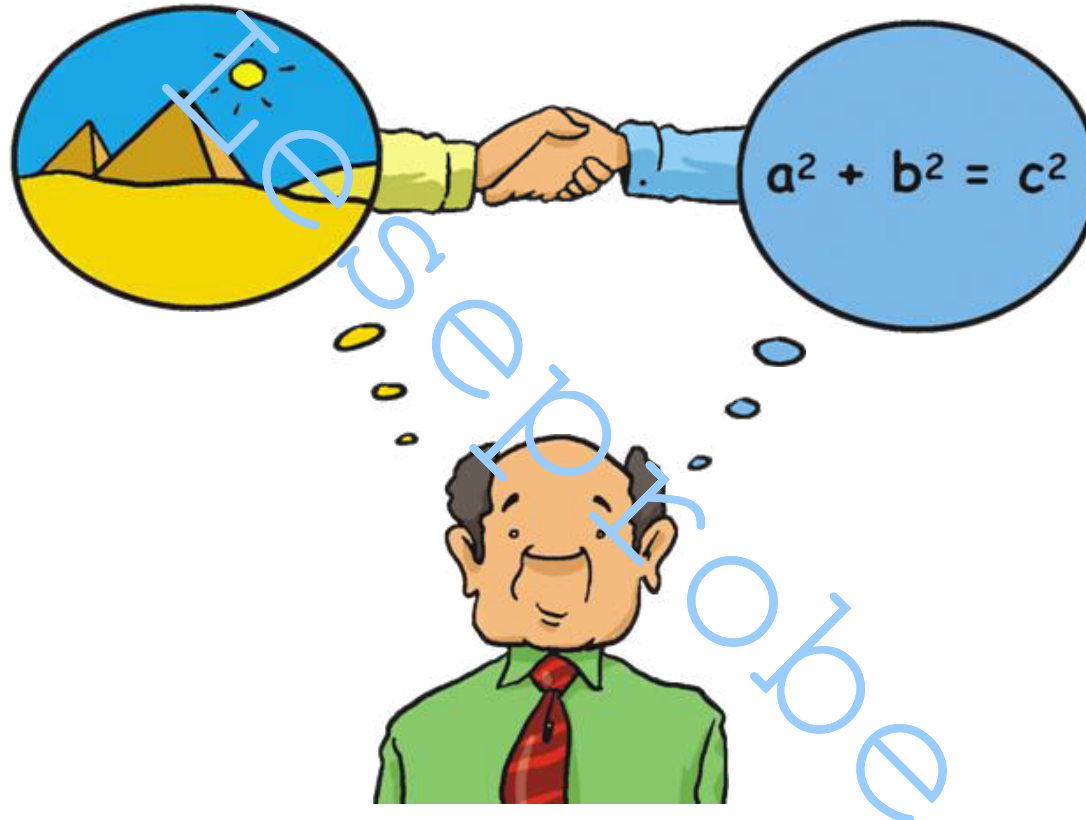
Die rechte Gehirnhälfte...



- ... arbeitet mit sinnlichen Wahrnehmungen.
- ... steuert Emotionen und Unterbewusstes.
- ... wird vernachlässigt und muss trainiert werden.



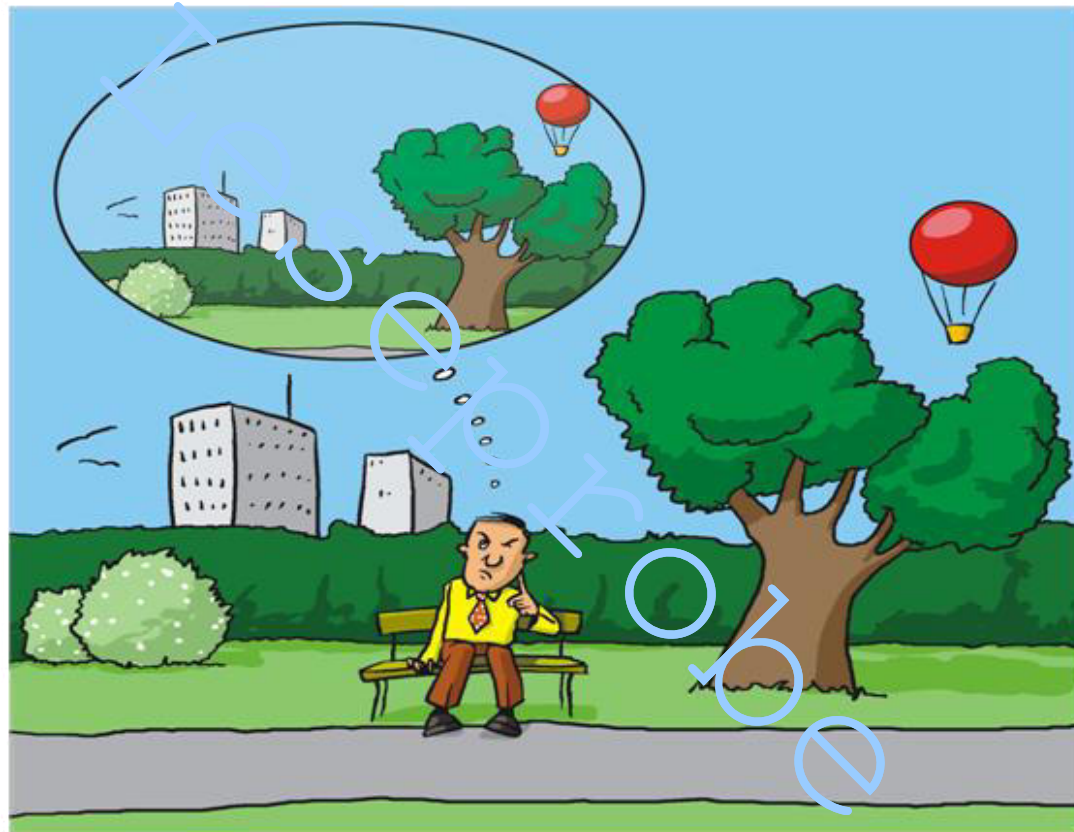
Prinzip der Arbeitsteilung



**Durch Einbeziehen der rechten Gehirnhälfte
lassen sich Informationen besser speichern.**



Training der rechten Gehirnhälfte ...



... ist zu jeder Zeit ohne großen Aufwand möglich.

