



Workshop I Prüfungsvorbereitung mit mentalen Lernmethoden

Die ideale Mischung macht's: In diesem zweitägigem Workshop verbinden wir Zeitmanagement mit Lernpsychologie, untermauert mit juristischem Fachwissen:

Neben Ihrer optimalen inhaltlichen Vorbereitung - **was** Sie lernen - kommt es auch entscheidend darauf an, **wie** Sie lernen:

Sie lernen in dem Workshop Ihre Prüfungszeit strukturiert zu planen und einzuteilen, damit Sie vom ersten Tag an intelligent lernen. Dadurch fällt es Ihnen leichter, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren und genügend Raum für Ihre Freizeit zu haben. Mit Hilfe effektiver, mentaler Lerntechniken steigern Sie zusätzlich Ihre Lerneffizienz. Damit Sie die Chance haben, Ihre persönliche Bestnote erreichen.

Damit Sie kontinuierlich am Ball bleiben, zeigen wir Ihnen, wie Sie Ihren inneren Schweinehund zähmen und sich selbst immer wieder in ein positiven Lernzustand bringen können. Selbstmotivation ist das A&O nicht nur für Ihre Examensvorbereitung sondern auch für Ihr restliches Arbeitsleben.

Wer sein Gehirn kennt und Lern-, Konzentrations- und Motivationstechniken beherrscht, steigert seine Leistungsfähigkeit.

Inhalte:

- Erfolgsorientiert mit SMART Zielen vorbereiten: vom problem- zum lösungsorientierten Lernen
- Von der Verhinderungs- zur Erfolgsstrategie - den eigenen „Schweinehund“ besiegen
- Eigene Motivatoren entdecken und nutzen
- Mit Strukturplänen das Lernen erleichtern
- Zeitmanagement
- Arbeitsplatzgestaltung
- Konzentrationssteigerung
- Mentale Lernmethoden: gehirngerechtes Lernen, Mnemotechniken
- Typgerechte Lernstrategien
- Ressourcenaktivierung: Selbstvertrauen und Selbstsicherheit stärken
- Ent-stress-en mit praxisorientierten Entspannungstechniken

Jura-Prüfungskoach

Dipl.-Wirtschaftspsychologin Susanne Winkelmann
Max-Josef-Park 4 82319 Starnberg
TEL. +49.(0)8151.5567390 Mobil +49.(0)170.1637724
EMAIL sw@suwin.de WEB www.jura-pruefungskoach.de