

# Lern- und Arbeitstechniken

## PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE



„Lernen ist Aktivität, ist das Wiederholen, das Vertiefen und das Anwenden der neu gelernten Informationen“.

Aus heutiger Sicht der Wissenschaft wird das Lernen als ein Prozess der Informationsverarbeitung beschrieben. Das Lernziel ist der wichtigste Motivationsfaktor, um sich eine Information anzueignen.

Klare Vorstellungen von dem, was ich erreichen möchte und der Wille, es auch wirklich zu schaffen, sind die wichtigsten Voraussetzungen für den Lernerfolg. Da jeder Mensch Informationen anders aufnimmt, kann er mit Hilfe dieser Seminareinheit seine persönlichen Lernstrategien selbst entwickeln und anwenden lernen.

Aus dem Inhalt:

- Lernen lernen
- Zeitmanagement, Organisation und Struktur
- Clustern, Memnotechnik und co.

Das Seminar eignet sich für alle Anwärter/innen und weitere Interessierte, die ihre Lern- und Arbeitsstrategien entwickeln und verbessern möchten.

**Dozent/in Yvonne Ress:** Yvonne Ress: Jhg.1976. Seit über 23 Jahren widmet sie sich in Trainings und Coachings der persönlichen und fachlichen Weiterentwicklung ihrer Kunden. Einfühlungsvermögen, hohe Fachkompetenz und ihre strukturierte Arbeitsweise zeichnen sie aus. Seit 2005 ist sie als Personalentwicklerin (MbA), Diplom Pädagogin und Sonderpädagogin in der Erwachsenenbildung tätig. Ihre Schwerpunkte sind die Resilienz, Kommunikation, Teamentwicklung, Bewerbungstraining und das Stressmanagement. 2021 Schloss sie ihre Weiterbildung zur psychologischen Beraterin ab. Des Weiteren meditiert sie seit 1997 und gibt regelmäßig Vorträge zum Thema Hochsensibilität. Der Schamanismus und die Chakren Lehre sind ein wichtiger Teil ihrer Coachings. Ebenso arbeitet sie mit der Methode der Aufstellung nach Hellinger.

Termine:

**Fr. 13.06.2025**

15:00-20:00 Uhr

**Sa. 14.06.2025**

09:00-16:00 Uhr

Preis:

**210,- Euro \***

**Paracelsus  
Gesundheitsakademie  
Barbarossaplatz 4  
50674 Köln**

Tel. 0221 - 923 07 70

Seminarnummer:

**SSH50130625**

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: [www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)
- per QR:

