

LEITLINIEN UND ORGANISATIONSKULTUR		INDIVIDUELLE KOMPETENZ-ENTWICKLUNG		FÜHRUNG UND PERSONALMANAGEMENT		ORGANISATION UND ARBEITSTECHNIKEN	
Werte, Regeln, Vorschriften	Chancengleichheit	Gesund bleiben am Arbeitsplatz	Karriere machen bei der Stadt Mannheim	Führung - unsere Grundlagen	Führungs-kompetenz stärken	Projekt- und Prozessmanagement	Verwaltungs-wissen
Umgang mit Veränderung	Kommunikation, Kooperation & Zusammenarbeit	Persönliche und soziale Kompetenzen	Coachings und Beratungsangebote	Personalentwicklung und Recruiting	Arbeitsrecht und Personalverwaltung	IT-Training	Tools, Arbeitstechniken und -methoden

DIE ZUKUNFT DES LERNENS: TRADITION TRIFFT INNOVATION

Mentale Fitness und Lernfähigkeit steigern

**ANMELDESCHLUSS
VERLÄNGERT:
20.02.2025**

Zielgruppe

alle Mitarbeiter*innen und Personen, die vor beruflichen oder privaten Lernsituationen stehen

Einführung

In einer Welt, die sich rasch verändert und in der kontinuierliche Weiterentwicklung unabdingbar ist, stehen wir vor der Herausforderung des lebenslangen Lernens. Zeitdruck und eine Vielzahl neuer Lern- und Informationsangebote verstärken diese Notwendigkeit zusätzlich.

Dieses Seminar geht auf diese Herausforderungen ein. Es beleuchtet, wie wir in einer beschleunigten Arbeitswelt unsere Lernfähigkeit verbessern können, um mit den Anforderungen der modernen Gesellschaft Schritt zu halten. Teilnehmende erfahren, wie sie neue Lernaufgaben erkennen, effektive Lernstrategien entwickeln und sich selbst motivieren können, um ihre berufliche Entwicklung aktiv zu gestalten. Das Seminar richtet sich an alle, die ihre mentale Fitness stärken und ihre Lernfähigkeit optimieren möchten, um auch zukünftig erfolgreich zu sein.

Ziel

- Sie erkennen Lernblockaden und wissen, wie Sie diese vermeiden können.
- Sie haben gelernt, effektive Lernstrategien zu entwickeln und anzuwenden.
- Sie haben Ihre Fähigkeit optimiert, Lernprozesse selbst zu steuern.
- Sie haben neue und kreative Lernformen kennengelernt und ausprobiert.
- Sie haben Techniken zur Selbstmotivation erlernt, um auch unter Zeitdruck effizient zu lernen.

Leitlinien- bzw. DV-Bezug

- Ich gehe auf Unsicherheiten ein und schaffe, wo möglich, für mich und andere Stabilität.
- Wir schaffen eine gesundheitsförderliche Arbeitsumgebung.
- Ich beziehe Trends, Entwicklungen und Veränderungen mit ein.

Programm

- Der „innere Schweinehund“ und andere Lernbremsen
- Wie mache ich Lernstoff „bemerkenswert“?
- Vermeidung von Prokrastination (Aufschieberitis)
- Die drei essentiellen Geheimnisse des Lernerfolgs
- Die „Phanta 4“ – Voraussetzungen für Lernen ins Langzeitgedächtnis
- Werkzeuge und Techniken zum besseren Lernen
- Lernen 4.0 – Einsatz elektronischer Lernmedien und -formen
- Klärung von individuellen Fragen der Teilnehmenden

Seminarnummer:
Q1.1.3.1

Methode:
Lehrgespräch, Einzel-, Gruppen- und Partnerarbeiten, praktische Übungen

Referent*in:
Matthias Havel
Dipl. Sozialpädagoge (FH)
Inhaber MH-Mitarbeitendenqualifizierung

Termin:
24.02.2025

Zeit:
08:30 Uhr – 16:30 Uhr

Ort:
Studieninstitut Rhein-Neckar,
U 1, 16-19, 68161 Mannheim,
Raum 521

Anmeldeschluss:
20.01.2025

Gebühr:
zentral finanziert

[ANMELDEFORMULAR](#)

