

Lernstress - im Rahmen halten

Zielgruppe	Auszubildende aller Ausbildungsjahre	
Ihr Nutzen	<p>Auszubildende erhalten Antworten, wie sie Ihren Lernstress und parallel die alltäglichen zu bewältigende Dinge im Rahmen der Überschaubarkeit halten. Dieses Angebot ermöglicht, die bisherigen Strategien zu hinterfragen und in Erfahrungsaustausch mit anderen Azubis zu treten: Was funktioniert? Was haben die Anderen für Tipps?</p> <p>Als Ergebnis: Mit einem Lernplan eingebunden in das eigene Zeitmanagement („alles unter einen Hut bekommen“) nach Hause gehen.</p>	
Inhalt	<p>„Stress ist notwendig – sonst bewege ich mich nicht!“:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Was heißt „Stress“ und wie kann ich mit ihm umgehen? <p>Viele Lern-Methoden:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Was ist meine bisherige Strategie? - Was funktioniert? - Was funktioniert warum noch nicht? <p>Bei einem moderierten Erfahrungsaustausch die eigenen Strategien prüfen- und verbessern – und aus den vielen Möglichkeiten gemeinsam die passende finden:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Wer hat welche Erfahrungen? - Welchen Tipp habt ihr für mich für meine ganz persönliche Situation? 	
Methoden	Einzel- und Gruppenarbeitsphasen, Diskussion und Übungen	
Nummer P-03-06	Dauer 1 Tag	Bitte senden Sie uns Ihre Voranmeldung bis 30. April. Der genaue Seminar-termin wird Ihnen mitgeteilt, sobald genügend Interessenten vorhanden sind.
Entgelt	115,00 € 150,00 €	Mitglieder des Zweckverbandes Nichtmitglieder