

Gedächtnistraining - Merkfähigkeit erhöhen

Überblick

In diesem Kurs erfahren die Teilnehmer, wie eine verbesserte Gedächtnisleistung den Berufsalltag stressfreier macht.

Zudem erfahren die Teilnehmer die Vermittlung und Einübung neuer Lesetechniken, die das Verständnis des Gelesenen und die Merkfähigkeit deutlich verbessern.

Ein gutes Gedächtnis spart Zeit und Zettelwirtschaft, das individuelle Selbstbewusstsein steigert sich.

In diesem Kurs trainieren die Teilnehmer ihr Gedächtnis, steigern ihre Konzentration und optimieren die Leistungsfähigkeit ihres Gehirns.



Dauer:
2 Tage



Preis:
unverb. Anfrage

Kursinhalt

„Schneller lesen – Merkfähigkeit erhöhen“

Ziele: Lesegeschwindigkeit enorm steigern

Typische Fehler vermeiden

Verschiedene Lesetechniken kennen lernen

Wichtige Informationen in Texten sofort erkennen

Analyse der aktuellen Lesetechnik, Messung der Lesegeschwindigkeit, Training der effizienten Lesetechnik, Konzentration- und Entspannungsübungen

„Gedächtnistraining“

Wie unser Gehirn funktioniert, Grundlagen zu Gehirn- und Gedächtnisleistung

Gehirn-Jogging, Mentales Training, Mit weniger Aufwand mehr speichern

„Speicherenergie“ sparen, Mit der richtigen Technik Informationen schneller und einfacher sortieren, archivieren und abrufbereit behalten, Daten und Fakten besser merken, Namen behalten und Gesichter nicht mehr vergessen

Vokabeln spielerisch lernen, Zahlen und Pin-Nummern im Kopf behalten

Voraussetzungen

keine

AGM Essen

Heinrich-Held-Str. 16

45133 Essen

Phone: +49 (201) 24 34 44 10

Email: info@agm-onside.com

