



## Vom Lernmuffel zum Überflieger

Ein Motivations- und Lernttraining für Azubis

Vollständig überarbeitete und aktualisierte Neuauflage 2015, 190 Seiten

Wie lauten die vier Todfeinde des Lernens? Frühling, Sommer, Herbst und Winter! Sind Sie auch dieser Ansicht? Dann ist es höchste Zeit, dass Sie Ihre Lernmotivation neu entdecken. Machen Sie dazu einen Selbst-Check: Was für ein Lerntyp bin ich? Und finden Sie heraus, wie Sie sich Wissen schnell und leicht aneignen können.

Ach, Sie wissen längst, wie Sie am besten lernen können. Und doch verschieben Sie das Lernen auf morgen? Und morgen? Verschieben Sie es wieder und wieder. Was hindert Sie daran, mit dem Lernen frühzeitig loszulegen?

Entdecken Sie anhand zahlreicher Beispiele und Übungen, wie Sie Ihre Motivation steigern, mentale Blockaden überwinden und Lernerfolge verdoppeln können. Und finden Sie heraus, wie Sie das verpönte „Lernen auf den letzten Drücker“ zu Ihrem Vorteil und ohne Schuldgefühle nutzen können. Kurzum: Entscheiden Sie sich für den Weg vom „Lernmuffel“ zum „Überflieger“!

Die Themen im Überblick:

- Vom Wunschtraum zum Ziel
- So schaffen Sie, was Sie wollen – sechs Schritte zur Selbstmotivation
- Das „LernQuadrat“ – ein Instrument zur Selbsteinschätzung
- Drei Wege führen zum Lernerfolg
- Über die Kunst, Lernen erfolgreich zu verhindern – Eine Spurensuche
- Passives Verhalten: „Warum Schlüpferbügel Spaß macht“ – Über die Vorteile chronischer Aufschieberitis
- Auf (Prüfungs-)Angst ist immer Verlass
- Lernen ist ein Tuwort

Preis: EUR 18,80

ISBN 978-3-95863-076-5

Onlinebestellung: [www.christiani.de](http://www.christiani.de)