Gedächtnis- und Konzentrationstraining
– Konzentration, Merk- und Denkfähigkeit trainieren und verbessern –

Seminar - Nr.: AV 7

Zielgruppe: Mitarbeiter der Kommunal- und Landesverwaltung, die ihr Gedächtnis verbessern, die Merkfähigkeit und ihre Arbeitsergebnisse steigern möchten

Seminarziel: Das Gedächtnis- und Konzentrationstraining vermittelt die Fähigkeit, sich Gesicht, Namen und bedeutende Fakten zur Person dauerhaft einzuprägen; sich Inhalte einer beliebigen Liste, eines Protokolls, einer Stichwortsammlung, einer Rede oder eines Fachartikels zu merken und jederzeit flüssig wiederzugeben, wichtige Zahlen, Artikelnummern oder Telefonnummern zu speichern und ohne Schwierigkeiten abzurufen.

Seminarinhalte:

- Aufbau und Arbeitsweise von Gehirn und Gedächtnis kennen- und nutzen lernen
- Die Merk-, Konzentrations- und Denkfähigkeit erhöhen
- Speichern und Verarbeiten von personengebundenen Daten, von Tagesplänen und To-Do-Listen
- Freie Rede ohne Manuskript
- Koppelung der Gedächtnistechnik mit Rhetorik, Konzentration, Kreativität, Schlagfertigkeit und Einfallsreichtum
- Ausblick und Lerntransfermöglichkeiten auf Zahlen, Vokabeln und abstrakte Inhalte

Methodik: Vortrag, Lehrgespräch
Praktische Übungen

Referent: Hans-Werner Nagel

Zeit: Montag, 04.07.2022, 08:30 bis 12:00 Uhr,
13:00 bis 16:30 Uhr

Ort: Saarländische Verwaltungsschule,
Konrad-Zuse-Straße 5, 66115 Saarbrücken,
Seminarraum im 1. Obergeschoss

Teilnehmerzahl: Begrenzt auf 15 Personen

Teilnehmergebühr: 100,00 €

Ansprechpartner: Oliver Berrar, Tel.: 0681 / 9 26 82 12 oder
o.berrar@verwaltungsschule-saar.de