

Lernen darf wieder leichter werden.

1. Lernen kann man lernen

Kinder lernen zwar ständig, aber nicht automatisch effektiv.

Ohne kindgerechte Lernstrategien entstehen oft Frust, Druck und das Gefühl „Ich kann das nicht“.

Früh vermittelte Lerntechniken wie z. B. Eselsbrücken, Karteikarten, Geschichtenlernen etc. stärken das Selbstbewusstsein und die Selbstwirksamkeit.

2. Life Kinetik – Bewegung macht klug

Life Kinetik kombiniert Bewegung, Wahrnehmung und kognitive Aufgaben – spielerisch! Studien zeigen: Bewegung fördert Konzentration, Merkfähigkeit, Gehirnvernetzung.

Gerade bei Kindern mit Unruhe, ADS/ADHS-Tendenzen oder Lernblockaden hilft es, Körper und Gehirn besser zu synchronisieren.

Es bringt außerdem Spaß – und Freude ist der Turbo fürs Lernen.

3. NLP-Elemente – Stärken erkennen, Gedanken lenken

Kindgerechtes NLP heißt: innere Bilder verändern, Denkgewohnheiten spielerisch umformen, Ressourcen stärken.

Kinder lernen:

„Ich kann meine Gedanken steuern“

„Ich kann ruhig und mutig werden“

„Ich erinnere mich besser, wenn ich mir ein Bild dazu vorstelle“

Besonders hilfreich bei Prüfungsangst, Selbstzweifeln oder Blockaden!



Was Kinder konkret aus einem solchen Kurs mitnehmen:

- Konzentrationstechniken
- Lernstrategien, die zum eigenen Lerntyp passen
- Bewegungsspiele, die die Gehirnhälften vernetzen
- Erste Mentale Techniken (innere Schatzkiste, Lernanker, Power-Gesten)
- Strategien gegen Lernstress & Frust