



# Superlearning

## 1-tägiges Seminar

### Was ist „Superlearning“?

Superlearning ist eine ganzheitliche Lernmethode aus der Suggestopädie (= Suggestion + Pädagogik), deren Ursprung in der Hirnforschung liegt. In den 60er Jahren fand man heraus, dass man schneller und effektiver lernt, wenn beide Gehirnhälften (links für logisches Denken, rechts für die Gefühlsebene) in den Lernprozess einbezogen werden.

### Superlearning

- ist faszinierend und schwungvoll
- spricht alle Sinne an
- ist schülerorientiert
- gibt Muße und Zeit, das Gelernte zu verarbeiten
- ist effektiv, effizient und nachhaltig

### Zielsetzung

Entspannungs- und Konzentrationsübungen, Suggestion und der Einsatz von Musik, Spiel und Bewegung im Unterricht bewirken, dass der Stoff schneller und länger behalten wird. Außerdem haben die Schüler mehr Spaß beim Lernen.

### Zielgruppe

Schüler, die leichter, schneller und effektiver lernen wollen  
Menschen mit Lernschwierigkeiten und/oder Prüfungsjüngsten

### Inhalte und Methoden

- kreative Präsentation des Lernstoffes auf allen Sinnesebenen
- Lernposter (nutzen unseren visuellen Sinneskanal und die Fähigkeit der peripheren Wahrnehmung, präsentieren Lerninhalte und positive Lernsuggestionen)
- Fantasiereisen und Entspannungsübungen
- Lernkonzerte (das bedeutet, dass Lerninhalte in entspanntem Zustand bei leiser, langsamer Musik dargeboten werden)
- Integration (mentale Zusammenfassung der vorhergegangenen Lerninhalte und -prozesse)
- Future Pacing - (spielerische oder mentale Anwendung des Gelernten)
- Selbstsuggestion
- Stressbewältigungstechniken
- Verankern von Erfolgen

**Dauer:**  
1 Tag  
Samstag 10.00 – 18.00 Uhr

**Veranstaltungsort:**  
Maximilianstraße 5 a  
63741 Aschaffenburg

**Teilnehmerzahl:**  
8 – 12 Personen

**Seminargebühr:**  
€ 95,- inkl. 19 % MwSt.  
inkl. Arbeitsmaterial,  
Seminargetränke, Gebäck,  
Obst und Zertifikat

**Termin:**  
Auf Anfrage

**Brigitte Neumann**  
Maximilianstraße 5 a  
63741 Aschaffenburg  
Tel.: 0 60 21 – 58 31 987  
Fax: 0 60 21 – 58 31 989  
info@brigitte-neumann.de  
www.brigitte-neumann.de

