



24.09.2020

Liebe Eltern,  
liebe Erziehungsberechtigte,

hat die „Corona-Zeit“ Spuren in der Motivation und Lernlust Ihres Kindes hinterlassen?  
Ist Ihr Kind gestresster als nötig beim Gedanken an Schulaufgaben und kleine Leistungsnachweise?  
Ich biete in diesem Schuljahr in loser Folge **Workshops gegen Lernfrust** zu folgenden Themen für die Klassen 8-10 an. Start wird Anfang Oktober sein.

<b>Kein Bock + Aufschieberitis?</b>	<i>Tipps zum Dranbleiben und Motivationshacks</i>
<b>Lernfrust + Zeitdruck?</b>	<i>Schlaupelzmethoden und Schnellertricks</i>
<b>Kein Plan + Prüfungsstress?</b>	<i>Mutmachertraining und entspannte Lernhäppchenplanung</i>
<b>Kopfschwirren + Honig im Kopf?</b>	<i>Klarheit und Fokus, in Bewegung kommen – das etwas andere Konzentrationstraining</i>

Jeder Workshop erstreckt sich über **2 Termine** über einen Zeitraum von 4-5 Wochen, dazwischen gibt es **passende online Impulse aufs Handy**. Ich richte mich inhaltlich danach was die Teilnehmer\*innen „brauchen“ – aber typische Fragen sind immer wieder:  
*Was passiert bei Stress? Wie kann ich zeitsparender lernen? Wie geht „Häppchen-Lernen“? Wie kann ich das Handy beim Lernen nutzen? Was passiert im Hirn beim Lernen? Wie schaffe ich es mit mehr Spaß und schneller Schulsachen zu erledigen? Wieso habe ich schlechte Noten obwohl ich so viel lerne?*

Es wird in jedem Workshop zwar kurze Inputs z.B. zu den oben genannten Themen geben – **aber noch mehr geht es um Austausch, Reflexion** und darum, **jenseits von guten Ratschlägen „sein eigenes Lern-Ding“ zu machen** und den ganz eigenen individuellen Zugang zum Lernen zu finden. Nur das motiviert langfristig ;-)

Sprechen Sie gerne mit Ihrem Kind, ob ein passender Workshop dabei ist. Pro Workshop können 15 Schüler\*innen teilnehmen. Die Teilnehmer\*innen können darüber hinaus auch individuelle Lerncoaching-Einzeltermine mit mir vereinbaren.

**Anmeldung bis 30. September 2020** direkt bei mir [hier per Mail](#).

**Name und Klasse Ihres Kindes und gewünschter Workshop genügen. Ich werde Ihnen dann die genauen Termine persönlich per Mail zusenden.**

Sollten Sie Fragen haben bin ich per Mail unter [richter.nicole@schulen.regensburg.de](mailto:richter.nicole@schulen.regensburg.de) erreichbar.

Herzliche Grüße

Nicole Richter