

**Monica Fauss**

[www.lernen-ist-leben.de](http://www.lernen-ist-leben.de)

## **Die Leichtigkeit des Neuen**

### **Erfolgreich lernen – den Lernexperten in sich entdecken**



Viele Berufstätige befürchten nicht mehr mithalten zu können, sich nicht schnell genug zu entwickeln und dazulernen. Vor allem Widereinsteiger(innen) und Menschen im Umbruch ist oft gar nicht bewusst, dass sie das Wissen dafür aber bereits mitbringen. Denn die gemachten (Lern-) Erfahrungen zeigen, wie man effektiv und erfolgreich dazulernt.

Es geht darum, die persönliche Lernstrategie zu finden und die passenden Lerntechniken – auch für ein konkretes Lernprojekt – sowie den Spass am Lebenslangen Lernen zu entdecken.

#### **Ablauf:**

1 Samstag mit 2 X 3 Stunden

#### **Leistung:**

In dem Workshop werden in Einzel- und Gruppenarbeit erforscht und entwickelt:

- Persönliche Lernerfahrungen (Hemmer/Motivatoren)
- Individueller Lerntyp
- Optimierung des persönlichen Lernfeldes und damit Lernverhaltens
- Passende Lerntechniken und -pläne
- Falls konkretes Lernvorhaben vorhanden: Persönlicher Fahrplan

#### **Nutzen:**

- Sie werden sich Ihrer Lernkompetenzen bewusst und wie sie sie einsetzen können
- Sie finden heraus, was Sie blockiert oder was Sie motiviert und unterstützt
- Sie erkunden, wie Sie in Lernfluss kommen
- Sie finden heraus, welche Faktoren Sie schneller und effektiver lernen lassen
- Sie entdecken, wie Sie sich mit Leichtigkeit Neues aneignen
- Sie entdecken den Spass am Lebenslangen Lernen

#### **Termine:**

5. Mai 2012, 10-17, Ort: Wird bekannt gegeben

#### **Kosten:**

Euro 125 (inkl. MWST, Materialien und Getränke) für Privatpersonen

Euro 150 + MWST (inkl. Materialien und Getränke) für Selbständige und Firmen



## Monica Fauss

(Rio de Janeiro, 1959) ist Kulturwissenschaftlerin, Publizistin, Referentin, Trainerin, Meditationsanleiterin und Coach.

Für ihre Arbeiten über den Wandel der Altersbilder erhielt sie 2005 den "Publizistikpreis Senioren".

### Schwerpunkte:

- Lebenslanges lernen, Lernen lernen
- Geistige und körperliche Fitness
- Gründung und berufliche Neuorientierung 45plus
- Persönliche Neuausrichtung in der Lebensmitte
- Biographie-/Erinnerungsarbeit

### Bücher:

- Lernen ist Leben. Know-how für die zweite Lebenshälfte (Patmos, 2007)
- Weiter lieben... Wie ältere Menschen ihre Beziehungen leben (Kreuz, 2009)

### Qualifikationen:

- Kulturwissenschaftlerin (Magister Artium, Ludwig-Maximilians-Universität)
- Trainerin/Ausbilderin Neustart ab 50 (Zertifikat Generation Research Programm in Bad Tölz/Humanwissenschaftliches Zentrum der Ludwig-Maximilians-Universität München)
- Business Coach (Zertifikat Woman's Akademie/Monika Scheddin, München)
- Wandercoach (Inner Game Institut/Christian Maier, Sulzburg)
- Kreatives Schreiben/TZI (Akademie der Bayerischen Presse, Institut für angewandte Kreativitätspsychologie u.a.)
- Meditationsanleiterin (z.Z. 2-jährige Fortbildung Verein zur Förderung der Meditation der evangel.-luther. Kirche, Haus der Stille/Schloss Altenburg)
- Langjährige Praxis in Yoga, Meditation und Stilles Qi Gong (Rigpa/Sogyal Rinponche, Jutta Rühl-Thomas, Margot Redl/Yoga Institut München, Chi Chang Lee u.a.)

### Kontakt/Anmeldung:

Monica Fauss  
Tel. 089-693 727 85  
fauss@lernen-ist-leben.de  
www.lernen-ist-leben.de