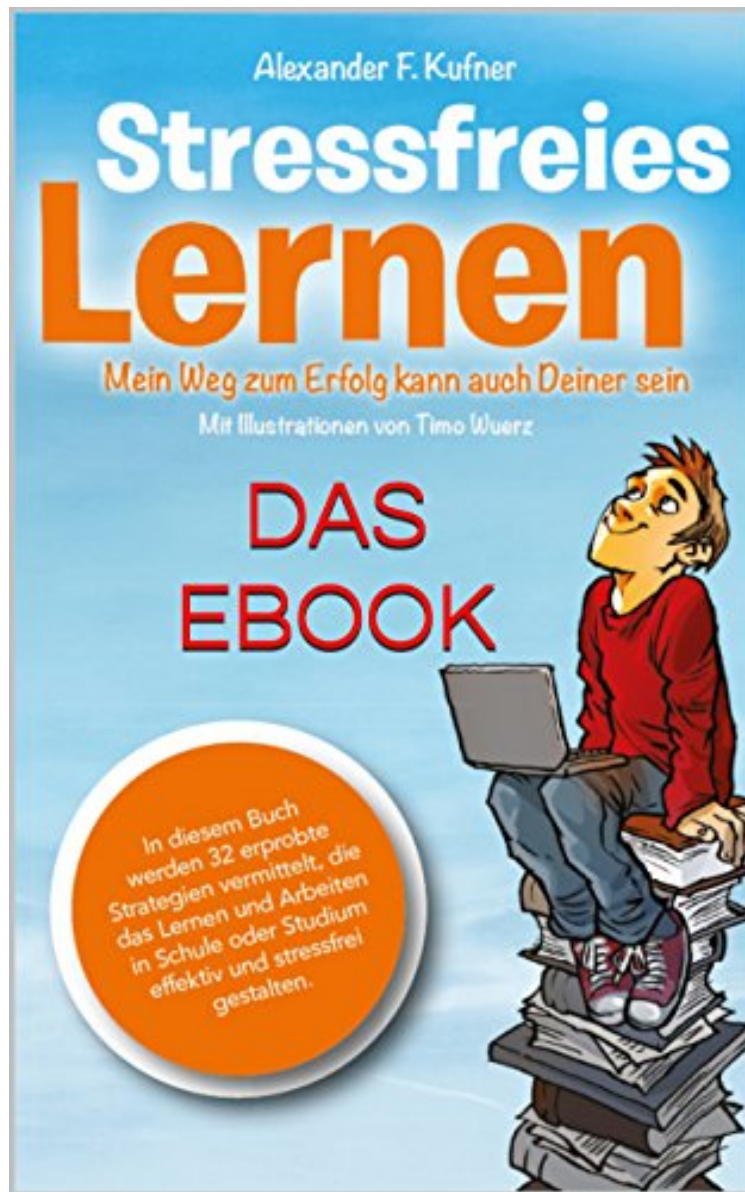


(Download pdf ebook) Stressfreies Lernen: Mein Weg zum Erfolg kann auch Deiner sein

Stressfreies Lernen: Mein Weg zum Erfolg kann auch Deiner sein

Von Aasgeier Verlag

DOC | *audiobook | ebooks | Download PDF | ePub



 Download

 Read Online

Produktinformation -Verkaufsrang: #69157 in eBooksVerffentlicht am: 2015-11-11Erscheinungsdatum: 2015-11-11File Name: B017WBT5AU | File size: 60.Mb

Von Aasgeier Verlag : Stressfreies Lernen: Mein Weg zum Erfolg kann auch Deiner sein before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Stressfreies Lernen: Mein Weg zum Erfolg kann auch Deiner sein:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen1 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich.

Stressfrei Lernen - wortwörtlich! Von Kunde Ich selbst habe das Buch geschenkt bekommen und innerhalb von wenigen Tagen durchgelesen. Ich muss dazu sagen, dass es super kompakt geschrieben ist. Außerdem ist es sehr verständlich und gibt hilfreiche Tipps. Mein Notendurchschnitt im Studium hat sich durch dieses Buch deutlich verbessert. Nun ist mir klar, dass ich ein klares Ziel verfolge und nicht für meine Eltern lerne, sondern für mich selbst. Ich empfehle es jedem, der keine Motivation findet zu lernen, aber auch Eltern, die nicht in teure Nachhilfe investieren können oder wollen. Im Urlaub findet man bestimmt genügend Zeit, um sich dieses hilfreiche Buch durchzulesen. 0 von 0 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Super geschrieben und sehr hilfreich :) Von Kunde Wir hatten dieses Semester Vorlesungen in Absatzwirtschaft bei dem Buchautor Alex Kufner und können bestätigen, dass er sein Buch auch wirklich verkrpert und selbst umsetzt. Es sind einige sehr wertvolle Tipps im Buch enthalten, die einem das Lernen wirklich erleichtern können. Das Buch ist für jeden, der noch Hilfe dabei braucht, wie man sich möglichst einfach und zielgerichtet auf Prüfungen/Klassenarbeiten/Klausuren vorbereitet. Kann es nur empfehlen! 2 von 2 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. gute Tipps, interessant geschrieben Von Andy Ich habe das Buch von einem Freund geschenkt bekommen. Da ich als Student bald Prüfungen vor mir habe, bin ich gespannt, wie gut die Tipps bei mir fruchten. Einige Tipps aus dem Buch kann ich dabei aus eigener Erfahrung bestätigen. Z. B. dass man durch das Erklären von Themen selbst am meisten lernt. Die Hintergründe dazu waren mir jedoch zuvor nicht klar. Nun zum Buch selbst. Man kann das Buch klassisch von vorne nach hinten einmal durchlesen. Man kann aber auch im Inhaltsverzeichnis nach Tipps für bestimmte Situationen, wie Prüfungsangst oder das schnelle Lesen, suchen. Jedes Kapitel hat dabei am Ende noch eine Zusammenfassung. So kann man selbst das Wichtige eines jeden Kapitels innerhalb von Sekunden nochmals nachlesen. Zusätzlich gibt es noch (wie der Autor auch selbst sagt) Platz am Rand einer jeden Seite. Dieser ist für Notizen gedacht. Die Kapitel, bzw. die Tipps lesen sich sehr gut und sind leicht verständlich formuliert. Immer wieder tauchen witzige Anekdoten bzw. Formulierungen auf. Die kleinen Karikaturen auf vielen Seiten tragen ebenso dazu bei. Auch meine Eltern schmunzeln hin und wieder, wenn sie das Buch in die Finger bekommen. Es gibt unter anderem Tipps zum Mitschreiben, der Steigerung der Konzentration, Bekämpfen von Prüfungsangst, usw. Ich kann das Buch nur weiterempfehlen. Viele Tipps helfen einem als Schüler, Student oder auch im Berufsleben. Ob man jeden Tipp ausprobieren oder anwenden möchte, bleibt einem dabei natürlich selbst überlassen.

Kurzbeschreibung STRESSFREIES LERNEN - MEIN WEG ZUM ERFOLG KANN AUCH DEINER SEIN Als ich in der 10. Klasse versetzungsgefährdet war, gab es für mich eigentlich nur Fernseher und Computer. An Schultagen saß ich etwa acht Stunden vor dem PC oder der Glotze, am Wochenende und in den Ferien sogar noch viel länger. Kein Wunder also, dass ich am Gymnasium wegen meiner sechs Hauptfächer meine Klasse wiederholen sollte. Doch dann lernte ich Strategien kennen, durch die ich auf einmal effektiv und stressfrei lernen konnte. Dank dieser Strategien schaffte ich es ohne Nachhilfe oder Wiederholung in der 11. Klasse zu einer Belobigung und in der 12. Klasse zu einem Preis. Mein Matheabitur schaffte ich schließlich mit einer 1,0. Ganz ohne Stress oder endlosem Pauken. Denn es kommt nicht darauf an, wie viel du lernst. Es kommt darauf an, wie du lernst! Später halfen mir diese Methoden Selbstständigkeit, Studium, Ehrenamt und Hobbys erfolgreich unter einen Hut zu bringen. Dieses Buch habe ich beispielsweise parallel zu meinem Studium geschrieben. Und weit du was das Beste ist? Was ich geschafft habe, schaffst du auch! STIMMEN ZUM BUCH Kenne kein Buch, das besser geeignet ist zum Thema Lernen. (MICHAEL STAHL, VIP-Bodyguard und Mobbingexperte) sehr inspirierend, begeisternd und vor allem motivierend! (JÜRGEN HILLER, Europas bester Trainer) Alexander F. Kufner hat in seinem schönen Buch alle wichtigen Dinge zum Thema Lernen und Zeitmanagement zusammengefasst. Seine eigene Geschichte hat er charmant und zur Untermauerung der Fakten eingebunden. Dabei ist Stressfreies Lernen meiner Meinung nach sogar für Erwachsene geeignet. Denn selbst ohne Prüfungen kann mit diesem Buch mehr Zeit und Erfolg generiert werden! (NORMAN GRATER, Inspirator und Motivationsredner, zweifacher Europameister in der öffentlichen Rede) Als jemand, der Jörg Knoblauchs Lernstress ade in jungen Jahren mit großem Gewinn gelesen hat, habe ich mit großer Freude Alexander Kufners Stressfreies Lernen entdeckt. Es ist aktualisiert und frisch aufgepeppt ein würdiger Nachfolger. (KLAUS DOUGLASS, Motivationstrainer, Buchautor und Pfarrer) INHALTSVERZEICHNIS Wie das Buch zu lesen ist Vorwort Prof. Dr. Jörg Knoblauch Vorwort Alexander Kufner Order affects Outcome Strategien 1. F.L.F. 2. To-Do-Listen 3. Prioritäten setzen 4. Konzentration steigern 5. Aktives Zuhören Frontal Input optimal 6. Mitschreiben 7. Klassendiskussion 8. High-Speed-Lesen 9. Sprachen lernen 10. Lerngruppe und Teamarbeit 11. Sechs Wege zum Super Brain 12. Prüfungsangst und gute Vorbereitung 13. Auf der Informationsflut surfen 14. Informationsmanagement 15. Referate schreiben 16. Arbeitsplatz 17. Tageseinteilung 18. Gewohnheiten 19. Druck 20. Nicht nur zustimmen, sondern auch umsetzen 21. Zeittricks 22. Müdigkeit/Durchhalten 23. Fitness 24. Vision und Ziele 25. Strategisch planen 26. Aktiv Entspannen 27. Medien und mobile Endgeräte 28. Schlaf 29. Wellness 30. Freizeit 31. Lehrer, Dozenten und andere Plagen 32. All done! Stricken von Menschen mit AD(H)S Limbische System Anhang und Buchempfehlungen DER AUTOR ALEXANDER F. KUFNER Der Autor Alexander F. Kufner ist Unternehmer, Extremsportler, bekennender Christ und Speaker. In der Schule war er ursprünglich ein Versager und hatte keine Lust schon gar nicht auf Lernen.

Doch dann lernte er durch Jrg Knoblauch und andere Strategien und Wege kennen, die ihm das Lernen leicht machten. Somit wurde er zu einem der Besten seiner Klasse! Seine Strategien beinhalten neben der Zeiteinteilung und Steigerung der Konzentration, Kampf gegen die Vergesslichkeit, Erarbeitung von Referaten auch die Berwindung von Mdigkeit und Lustlosigkeit. Aber auch Wege, wie die Prfungsphase Spa machen kann. Denn Prfungsangst und Stress mssen nicht sein! Pressestimmen Kenne kein Buch, das besser geeignet ist zum Thema Lernen. (MICHAEL STAHL, VIP-Bodyguard und Mobbingexperte) sehr inspirierend, begeisternd und vor allem motivierend! (JRG HLLER, Europas bester Trainer) Alexander F. Kufner hat in seinem schnen Buch alle wichtigen Dinge zum Thema Lernen und Zeitmanagement zusammengefasst. Seine eigene Geschichte hat er charmant und zur Untermalung der Fakten eingebunden. Dabei ist Stressfreies Lernen meiner Meinung nach sogar fr Erwachsene geeignet. Denn selbst ohne Prfungen kann mit diesem Buch mehr Zeit und Erfolg generiert werden! (NORMAN GRTER, Inspirator und Motivationsredner, zweifacher Europameister in der ffentlichen Rede) Als jemand, der Jrg Knoblauchs Lernstress ade in jungen Jahren mit groem Gewinn gelesen hat, habe ich mit groer Freude Alexander Kufners Stressfreies Lernen entdeckt. Es ist aktualisiert und frisch aufgepeppt ein wrdiger Nachfolger. (KLAUS DOUGLASS, Motivationstrainer, Buchautor und Pfarrer) Kurzbeschreibung STRESSFREIES LERNEN - MEIN WEG ZUM ERFOLG KANN AUCH DEINER SEIN Als ich in der 10. Klasse versetzungsgefhrdet war, gab es fr mich eigentlich nur Fernseher und Computer. An Schultagen sa ich etwa acht Stunden vor dem PC oder der Glotze, am Wochenende und in den Ferien sogar noch viel fter. Kein Wunder also, dass ich am Gymnasium wegen meiner sechs Hauptfcher meine Klasse wiederholen sollte Doch dann lernte ich Strategien kennen, durch die ich auf einmal effektiv und stressfrei lernen konnte. Dank dieser Strategien schaffte ich es ohne Nachhilfe oder Wiederholung in der 11. Klasse zu einer Belobigung und in der 12. Klasse zu einem Preis. Mein Matheabitur schaffte ich schlielich mit einer 1,0. Ganz ohne Stress oder endlosem Pauken. Denn es kommt nicht darauf an, wie viel du lernst. Es kommt darauf an, wie du lernst! Spter halfen mir diese Methoden Selbstndigkeit, Studium, Ehrenamt und Hobbys erfolgreich unter einen Hut zu bringen. Dieses Buch habe ich beispielsweise parallel zu meinem Studium geschrieben. Und weit du was das Beste ist? Was ich geschafft habe, schaffst du auch! STIMMEN ZUM BUCH Kenne kein Buch, das besser geeignet ist zum Thema Lernen. (MICHAEL STAHL, VIP-Bodyguard und Mobbingexperte) sehr inspirierend, begeisternd und vor allem motivierend! (JRG HLLER, Europas bester Trainer) Alexander F. Kufner hat in seinem schnen Buch alle wichtigen Dinge zum Thema Lernen und Zeitmanagement zusammengefasst. Seine eigene Geschichte hat er charmant und zur Untermalung der Fakten eingebunden. Dabei ist Stressfreies Lernen meiner Meinung nach sogar fr Erwachsene geeignet. Denn selbst ohne Prfungen kann mit diesem Buch mehr Zeit und Erfolg generiert werden! (NORMAN GRTER, Inspirator und Motivationsredner, zweifacher Europameister in der ffentlichen Rede) Als jemand, der Jrg Knoblauchs Lernstress ade in jungen Jahren mit groem Gewinn gelesen hat, habe ich mit groer Freude Alexander Kufners Stressfreies Lernen entdeckt. Es ist aktualisiert und frisch aufgepeppt ein wrdiger Nachfolger. (KLAUS DOUGLASS, Motivationstrainer, Buchautor und Pfarrer) INHALTSVERZEICHNIS Wie das Buch zu lesen ist Vorwort Prof. Dr. Jrg Knoblauch Vorwort Alexander Kufner Order affects Outcome Strategien 1. FLP 2. To-Do-Listen 3. Prioritten setzen 4. Konzentration steigern 5. Aktives Zuhren Frontal Input optimal 6. Mitschreiben 7. Klassendiskussion 8. High-Speed-Lesen 9. Sprachen lernen 10. Lerngruppe und Teamarbeit 11. Sechs Wege zum Super Brain 12. Prfungsangst und gute Vorbereitung 13. Auf der Informationsflut surfen 14. Informationsmanagement 15. Referate schreiben 16. Arbeitsplatz 17. Tageseinteilung 18. Gewohnheiten 19. Druck 20. Nicht nur zustimmen, sondern auch umsetzen 21. Zeittricks 22. Mdigkeit/Durchhalten 23. Fitness 24. Vision und Ziele 25. Strategisch planen 26. Aktiv Entspannen 27. Medien und mobile Endgerate 28. Schlaf 29. Wellness 30. Freizeit 31. Lehrer, Dozenten und andere Plagen 32. All done! Strken von Menschen mit AD(H)S Limbische System Anhang und Buchempfehlungen DER AUTOR ALEXANDER F. KUFNER Der Autor Alexander F. Kufner ist Unternehmer, Extremsportler, bekennender Christ und Speaker. In der Schule war er ursprnglich ein Versager und hatte keine Lust schon gar nicht auf Lernen. Doch dann lernte er durch Jrg Knoblauch und andere Strategien und Wege kennen, die ihm das Lernen leicht machten. Somit wurde er zu einem der Besten seiner Klasse! Seine Strategien beinhalten neben der Zeiteinteilung und Steigerung der Konzentration, Kampf gegen die Vergesslichkeit, Erarbeitung von Referaten auch die Berwindung von Mdigkeit und Lustlosigkeit. Aber auch Wege, wie die Prfungsphase Spa machen kann. Denn Prfungsangst und Stress mssen nicht sein!