

## Workshop mit Gedächtnistrainerin Frau Barbara Kaindl

In der Brain Awareness Week im März 2015 wurden die SchülerInnen in das Thema Gedächtnis eingeführt. In 3 Einheiten erarbeitete die Klasse folgende Schwerpunkte:

### 1. Wie die Information kommt

- Anknüpfung an Merktechniken
- Stress beim Lernen

### 2. Merktechniken; Emotionen & Lernen

- Lern- & Vergessenskurve nach Ebbinghaus – optimale Lern-/Wiederholungsrate
- Multitasking – Fakt oder Mythos?
- Stirnhirntraining/Thema Konzentration & Inhibition

### 3. Der innere Schweinehund

