



Claudia Böschel

Ihre Expertin für gehirneffiziente Lehrmethoden



---

# Gehirneffizient lehren

12-wöchige Online-Seminarreihe

Aus der Praxis für die Praxis



# Online-Ausbildung mit 12 Modulen

## Gehirneffizientes Lehren auf einen Blick



### Warum Seminare über mit allen Sinnen?

Wenn Sie sich an Ihre Kindheit erinnern, denken Sie da zuerst an die Inhalte in Ihrer Schule? Immerhin habe Sie damit ja einen Großteil des Tages verbracht. Oder riechen Sie eher Omas duftenden Kuchen, spüren den Wind beim Schaukeln auf dem Spielplatz und sehen sich im Café mit Freunden lachend ein Eis essen? Unsere Sinne hinterlassen sehr tiefe Erinnerungsspuren und trotzdem ist klassisches Lernen oft SINNFREI. Bei der abwechslungsreichen & gehirneffizienten Gestaltung von Seminaren, Vorträgen und Kursen ist deshalb vor allem eine Frage, wie viel Sinne ich dabei integriere oder auch mal ganz bewusst weglassen. Das führt zu ganz neuen Erkenntnissen...

### Was habe ich nach der Ausbildung?

- + erprobte Methoden für mehr Abwechslung in Ihren Kursen
- + das Werkzeug für lebendige Vorträge
- + ein besseres Gedächtnis
- + die Überzeugungskraft, didaktisch neue Wege zu gehen
- + jede Menge Kreativität

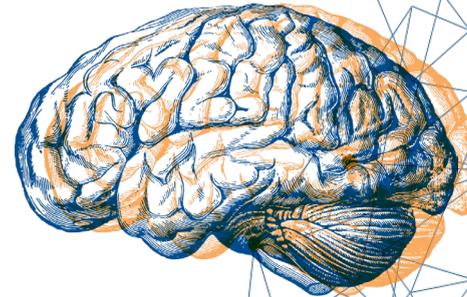
### Für wen ist diese Ausbildung?

Für Seminarleiterinnen, Coach:innen, Lehrer:innen und alle, die ihre Lehre auf ein neues Level heben wollen.

# 12 Module mit abwechslungsreichen Themen

Alles in einem oder das, was Ihnen gefällt

- 1 Gehirn und Lernen - Erkenntnisse, Mythen, Ausblicke
- 2 Energie- und Konzentrationsaufbau - Übungen in jeweils 30s
- 3 Intuitives Malen und Visualisierung
- 4 Rhythmus und Musikeinsatz
- 5 Gruppendynamik und Binnendifferenzierung
- 6 Die drei Gedächtnisturbos - ?,?,? - lassen Sie sich überraschen
- 7 Warum Mnemotechniken immer unterschätzt werden
- 8 Motivation und autonomes Lernen
- 9 Koordination und Inhaltsabspeicherung
- 10 Stationen mit allen Sinnen
- 11 Mehr Abwechslung im Online-Unterricht
- 12 Warum es ohne Humor nicht geht



*„Ich bin echt begeistert von der kompetenten und gleichzeitig menschlich so ansprechenden Seminarführung.“ Alexander Höllwerth*

## Ihre Coachin: Claudia Böschel

Expertin für gehirneffizientes Lehren

Ich gebe seit 2004 Fortbildungen für Seminarleiter:innen, Trainer:innen und Lehrkräfte – mittlerweile weltweit. Mein großer Schwerpunkt: Kurse abwechslungsreich und gehirneffizient gestalten.

Was mich ausmacht, ist meine Vielseitigkeit. Ich bringe Themen zusammen, die auf den ersten Blick nichts gemeinsam haben. Oder verbinden Sie in Ihren Seminaren z.B. Fingerübungen mit Inhalten oder malen zwischendurch? Diese neuen Impulse aber sind es, die eine interessante Mischung ergeben. Ich erhalte sie durch immer neue Ausbildungen und Tätigkeitsfelder. So bin ich u.a. Yogalehrerin, Sehtrainerin, Malbegleiterin, Sprachcoachin, Autorin und Verlegerin – am liebsten aber Ihre Seminarleiterin.

Unterrichten revolutionieren.  
Sind Sie dabei?  
Profitieren Sie von fast  
20 Jahren Lehrerfahrung!

Coachin  
Autorin  
Referentin



# Gehirn und Lernen - Erkenntnisse, Mythen, Ausblicke

## Modul 1: Überblick & Details

Das Gehirn bleibt auch im 21. Jahrhundert noch größtenteils ein Rätsel, aber jedes Jahr bringen Forscher:innen uns näher an seine Einzigartigkeit heran. Wie viel wissen Sie bereits darüber? Was ist Mythos, was nicht? Im Vorfeld dieses ersten Moduls können Sie Ihr Wissen testen und Mythen von Fakten trennen lernen.

Im Modul wird Ihnen ein fundiertes Verständnis darüber vermittelt, wie das Gehirn Informationen verarbeitet, wie Lernen funktioniert und welche Faktoren die Lernleistung beeinflussen können. Zusätzlich werden zukunftsweisende Ansätze und Technologien vorgestellt, die das Lernen und Lehren in Zukunft verändern könnten. Sie sind danach in der Lage, Ihre Seminargestaltung auf der Grundlage

aktueller Erkenntnisse und zukunftsweisender Technologien zu optimieren und zu verbessern. Machen Sie sich bereit, in eine Welt des Lernens und der Entdeckungen einzutauchen!

### **Das lernen Sie im Modul**

- + Die Funktionsweise des Gehirns und wie es Lernprozesse beeinflusst
- + Mythen rund um das Lernen und wie man sie entlarvt
- + Neue Technologien und Tools, die das Lernen erleichtern können

---

# Energie- und Konzentrationsaufbau - Übungen in jeweils 30s

## Modul 2: Überblick & Details

Für ein bisschen mehr Konzentration müssen wir nicht viel Zeit investieren. Ein paar kleine Übungen reichen aus und das Gehirn arbeitet wieder auf Hochtouren. Das Schöne dabei: Wir brauchen keine Vorbereitung, müssen keine der Übungen perfekt ausführen, sondern dürfen einfach mal nur ausprobieren und dabei jede Menge Spaß haben. Freuen Sie sich auf ein sehr energiegeladenes Modul, das jeden Ansatz von Müdigkeit garantiert vertreibt. Alle Methoden sind hundertfach in Kursen getestet und funktionieren.

### Das lernen Sie im Modul

- + Effektive Energie- und Konzentrationsübungen
- + Hintergrundinformationen für den besten Zeitpunkt
- + Wissen um die neuronalen Zusammenhänge
- + Praktische Übungen und Anwendungen, um das Gelernte direkt umzusetzen



# Intuitives Malen und Visualisierung

## Modul 3: Überblick & Details

Malen - oje, das kann ich nicht gut. So denken die meisten von uns. Dadurch, dass die Schule das Malen bewertet, haben viele von uns es frühzeitig aufgegeben. Schade eigentlich, denn es birgt viel Potenzial - auch in Seminaren - und eigentlich können wir es eben doch - rein intuitiv. In diesem Modul lernen wir witzige, aber auch tiefgreifende Malübungen kennen. Darüber hinaus zeige ich Ihnen, wie sich mit ein paar simplen Tricks Ihr Whiteboard verschönern und zu einem Highlight werden lässt.

### Das lernen Sie im Modul

- + Sich malend kennenlernen
- + Studienlage, was Malen im Gehirn bewirkt
- + Eine Selbsterfahrung zur Wirkung des Kritzeln
- + Umgang mit sehr selbstkritischen TN
- + Anregungen zum Einsatz im Kursverlauf
- + Erste kurzweilige Methoden

---

# Rhythmus und Musikeinsatz

## Modul 4: Überblick & Details

Rhythmus liegt uns im Blut. Wir grooven automatisch mit, wenn wir einen tollen Beat hören und haben sofort gute Laune. Es ist also ein ideales Mittel, um unsere Kursteilnehmer:innen zum Mitmachen zu bewegen – sogar die ganz Muffligen. Lassen Sie uns ein paar einfache Rhythmen üben, die wir jederzeit zwischendurch einbauen können. Damit wird der nächste Unterricht eine beschwingte Angelegenheit, bei der ganz nebenbei viel hängenbleibt. Und keine Angst – wir müssen keine Schlagzeug-Profis sein, um das zu können.

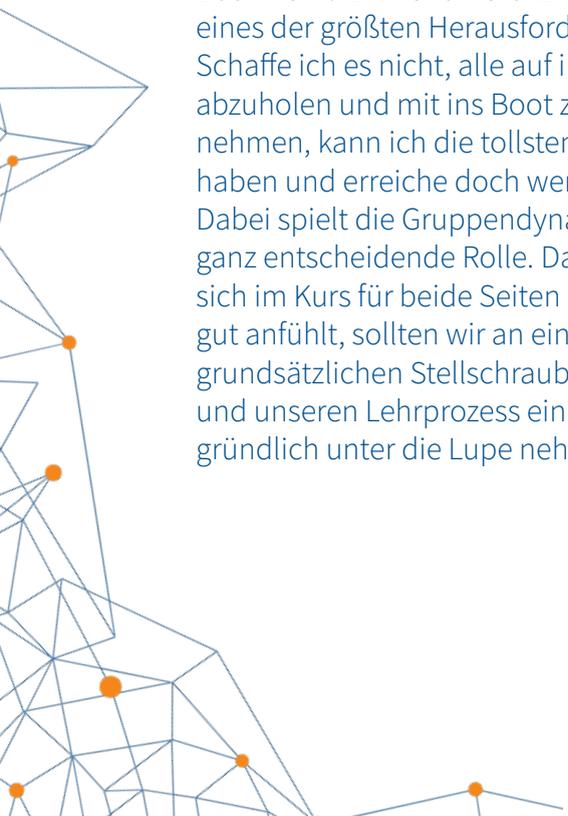
### Das lernen Sie im Modul

- + Mehrere Body-Percussion-Rhythmen
- + Hintergrundwissen zur Wirkung im Gehirn
- + Umgang mit TN, die Schwierigkeiten haben, einen Rhythmus zu finden und zu halten



# Gruppendynamik und Binnendifferenzierung

## Modul 5: Überblick & Details



Das Thema Binnendifferenzierung bleibt eines der größten Herausforderungen. Schaffe ich es nicht, alle auf ihrem Stand abzuholen und mit ins Boot zu nehmen, kann ich die tollsten Inhalte haben und erreiche doch wenig. Dabei spielt die Gruppendynamik eine ganz entscheidende Rolle. Damit es sich im Kurs für beide Seiten leicht und gut anfühlt, sollten wir an ein paar grundsätzlichen Stellschrauben drehen und unseren Lehrprozess einmal gründlich unter die Lupe nehmen.

### Das lernen Sie im Modul

- + Reflexion der eigenen Unterrichtspraxis
- + Effektive didaktische Differenzierungsformen
- + Tipps für den Umgang mit der meist fehlenden Zeit
- + Optimierung und Organisation der Vorbereitung

*„Man merkt Claudia die Freude an ihrer Arbeit an, da springt der Funke über und man nimmt sehr viel mit.“ Stephanie Hüllmann*

---

# Die drei Gedächtnisturbos - ?,?,? - lassen Sie sich überraschen

## Modul 6: Überblick & Details

Durchschnittlich 80 Wiederholungen benötigt eine Information, bis sie im Langzeitgedächtnis landet. Stellen Sie sich vor, Ihre Teilnehmer:innen schaffen es mit sechs bis acht. Es gibt drei Techniken, die das Gehirn sehr beeinflussen und die einen bisher kaum beachteten Part in Kursen spielen. Wenn Sie diese drei Turbos benutzen, bekommen alle einen Energieschub, bleiben langanhaltend konzentriert und bilden mehr Verknüpfungen im Gehirn, mit denen sie Informationen besser und schneller verarbeiten können. Klingt nach einem Werbeslogan, oder? Ist aber Realität. Ich zeige Ihnen, wie es geht. Damit Sie nicht einfach so in das Modul einsteigen müssen, verrate ich Ihnen etwas: Zwei der Techniken haben erneut etwas mit Bewegung zu tun, mit ganz kleiner...

### Das lernen Sie im Modul

- + Wichtiges Hintergrundwissen, was Bewegung im Gehirn verursacht
- + Umgang mit skeptischen TN
- + Konkrete Methoden ohne Vorbereitungszeit
- + Hilfestellungen bei Blockaden unterschiedlichster Art



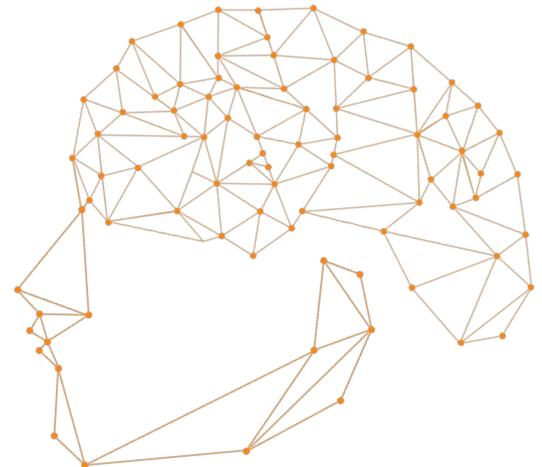
# Warum Mnemotechniken immer unterschätzt werden

## Modul 7: Überblick & Details

Schon die „alten Griechen“ haben sich kleiner „Umwege“ bedient, um zum Ziel zu kommen und ihren Zuschauer:innen im Theater ihre langen Monologe fehlerfrei zu präsentieren. Heutzutage gibt es Gedächtnisweltmeisterschaften für die ganz Fitten und dieses Modul für alle, die ihre eigene Gedächtnisleistung bzw. die ihrer Teilnehmer:innen in kurzer Zeit verdoppeln wollen. Ja, das geht, glauben Sie mir. Wir probieren die gängigsten Techniken aus und dann überzeugen Sie sich selbst. Dass das nicht langweilig sein muss, versteht sich von selbst.

### Das lernen Sie im Modul

- + Die sieben Mentalfaktoren in Theorie und Praxis
- + Das Erlernen der Memoroute
- + Hintergrundwissen, warum Umwege im Kopf trotzdem schneller zum Ziel führen



---

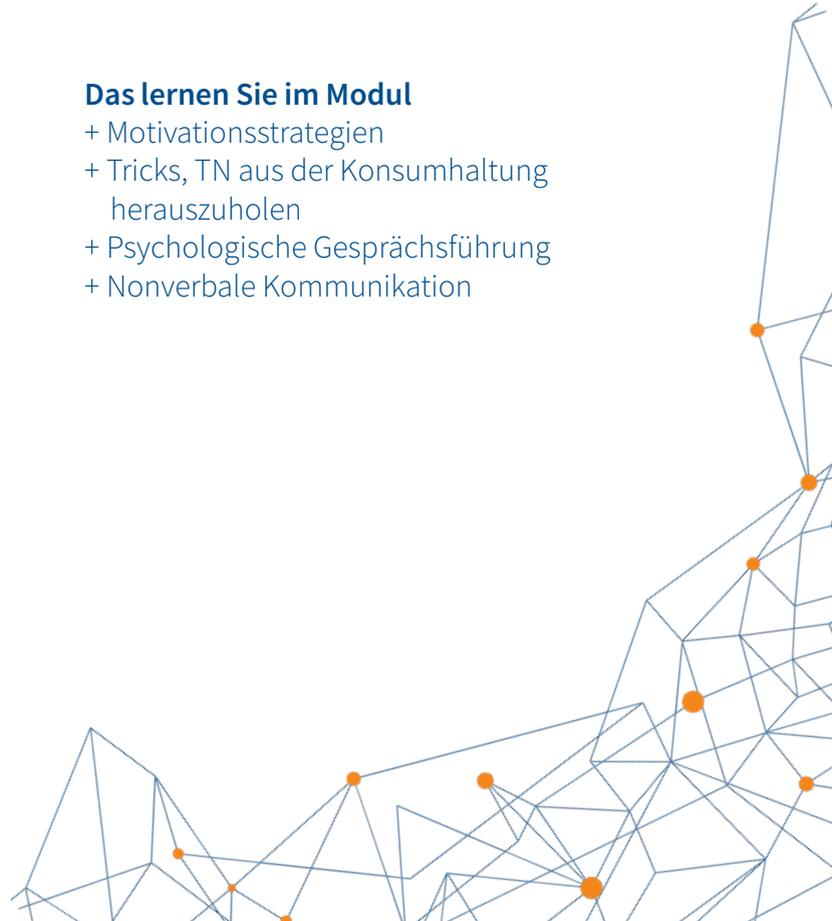
# Motivation und autonomes Lernen

## Modul 8: Überblick & Details

„Ich muss das erst mal richtig üben, um das auch in meinem Kurs anzuwenden.“ Würden Sie das sagen, wenn ich Sie bitten würde, mit Jonglierbällen Ihre Inhalte zu präsentieren („Ich würde es erst gar nicht machen“, zählt nicht als Antwort.)? Nicht nur wir, auch unsere Kursteilnehmer:innen wollen, dass wir die Kontrolle behalten. Am liebsten wäre es ihnen, wir würden ihnen alle Inhalte einpflanzen. Funktioniert aber nicht. Ziel ist es deshalb, sie aus ihrer Komfortzone herauszuholen und sie aktiv für das zu begeistern, was wir vermitteln wollen. Erst, wenn sie die Frage im Kopf haben, sind sie auch bereit für die Antwort. Wie? Das üben wir hier.

### Das lernen Sie im Modul

- + Motivationsstrategien
- + Tricks, TN aus der Konsumhaltung herauszuholen
- + Psychologische Gesprächsführung
- + Nonverbale Kommunikation



# Koordination und Inhaltsabspeicherung

## Modul 9: Überblick & Details

Schon das Wort Koordination schreckt viele ab. Kann ich nicht, mach ich nicht. Lohnt sich aber, denn die Kopplung von Inhalten mit Bewegungsübungen führt zu einem Feuerwerk in unserem Gehirn. Es ist nur eine Frage der Geschwindigkeit, ob wir komplizierte Bewegungsfolgen nachmachen können oder sehr frühzeitig aussteigen. Sind wir motiviert genug, schaffen wir es dranzubleiben. Welche Motivation brauchen Sie: Reicht es, sich mit diesem Modul in fünf Minuten 30 Namen merken zu können? Ihre Verarbeitungsgeschwindigkeit zu steigern? Links-Rechts besser zu unterscheiden? Aktiv etwas gegen Alzheimer zu tun? ... Geben Sie der Koordination eine Chance.

### Das lernen Sie im Modul

- + Schnelle Koordinationsübungen
- + Strategien, wenn die Motivation dafür nicht reicht
- + Fehlertolerante Atmosphäre schaffen
- + Ideen für die Verbindung von Koordination und Inhalten



---

# Stationen mit allen Sinnen

## Modul 10: Überblick & Details

Nutzen Sie intensiv die vier Ecken Ihres Seminarraums? Arbeiten Sie mit Ankerplätzen? Geräuschen? Gerüchen? Klingt absurd für die Problemstellung Ihres Kurses? Probieren Sie es einmal aus. Sie werden schnell merken, welches Potential im Arbeiten mit allen Sinnen steckt. Es kostet Sie etwas Mehraufwand in der Vorbereitung, aber das Feedback wird Sie überzeugen. Wir besprechen in diesem Modul, wie Sie das am besten anstellen. Also bringen Sie Ihre ganz konkreten Themen mit.

### Das lernen Sie im Modul

- + Den Kursraum als Lernort nutzen
- + Gleichgewichts- und Sehtraining
- + Ihr Potential für die Abspeicherung von Inhalten
- + Geruch und Geschmack integrieren
- + Orientierung im Raum



# Mehr Abwechslung im Online-Unterricht

## Modul 11: Überblick & Details

Die Aufmerksamkeitsspanne am Bildschirm ist weitaus geringer als in Präsenz. Eigentlich brauchen wir dort alle fünf Minuten eine kleine Veränderung. Wie das aussehen kann, was sinnvoll ist und was nicht, darum geht es in diesem Modul. Wie schaffe ich es mit der Kamera zu spielen, Nähe zu erzeugen und die zweidimensionale Distanz aufzubrechen, dass die Teilnehmer:innen am Ende nicht müde, sondern energiegeladener wieder ausschalten? Wie können uns Apps und KI unterstützen, aber nicht hemmen? Schalten Sie ein und seien Sie dabei.

### Das lernen Sie im Modul

- + Tipps gegen die schwarze Wand
- + Hintergründe über die Wahrnehmung in Online-Kursen und die mögliche Kompensation fehlender Sinneseindrücke
- + Konkrete Tipps und Tricks für mehr Abwechslung
- + Arbeiten mit Apps und KI



---

# Wieso es ohne Humor nicht geht

## Modul 12: Überblick & Details

Studien zeigen: All die zuvor genannten Techniken und Methoden reichen nicht, wenn wir humorlos sind. Selbst, wenn wir über Steuern, Paragraphen oder chemische Gleichungen sprechen – unser Gehirn hätte es gerne ansprechend verpackt. Dafür müssen wir nicht den Clown spielen und auch nicht die ganze Zeit Witze erzählen. Aber wir sollten ein paar Lacher auf Lager haben. Und ja, Humor kann man lernen. Wie – das üben wir hier.

### Das lernen Sie im Modul

- + Hintergründe zum Einsatz von Humor
- + Lernen, sich selbst nicht so wichtig zu nehmen
- + Techniken, die eine humorvolle Atmosphäre schaffen
- + Sich an den eigenen Humor herantasten



# Alles was Sie wissen müssen

## Wählen Sie das richtige Paket für sich

### Wie läuft ein Modul ab?

Die Erfahrung zeigt: Ein Kurs für alle ist nur sinnvoll, wenn das Vorwissen auf einem ähnlichen Level ist. Deshalb ist jedes Modul so aufgebaut, dass sich jede:r den nötigen Grundstoff, wenn nötig, mit kleinen Tutorials aneignen kann und dass von dieser gemeinsamen Basis aus, in der Online-Live-Phase Methoden besprochen werden, die dazu passen. So sind alle auf einem Stand und können gemeinsam lernen zu lehren.

### Termine

Die aktuellen Termine werden immer auf der Internetseite [www.claudia-boeschel.de](http://www.claudia-boeschel.de) veröffentlicht. Es gibt einmal jährlich einen Durchlauf der 12 Module.

### Investition

Eine Investition in die eigenen Fähigkeiten ist nie eine schlechte Idee. Gerade wenn es darum geht, anderen Menschen etwas beizubringen. Das Gehirn lernt am Besten, wenn es gefordert wird und verschiedene Sinne angesprochen werden. Wir wünschen uns alle, dass unsere Teilnehmer:innen erfrischt und inspiriert unsere Kurse verlassen. Sorgen wir gemeinsam dafür, dass das so ist!





### **Basis**

- + Drei Hintergrundvideos zur Vorbereitung
- + Eine Live-Online-Session über 60 Minuten oder die Aufzeichnung für einen Tag
- + Ausführliche TN-Unterlagen mit Methodenbeschreibungen
- + Netzrecherchen zum Thema für Sie sortiert und kommentiert
- + Eine Teilnahmebescheinigung
- + (Das „Special“ ist für jedes Modul jeweils zu weiteren 49,00 Euro zzgl. MwSt. zubuchbar, dann aber ohne individuelles Coaching)

### **Kosten:**

49,- Euro  
zzgl. MwSt., pro Modul

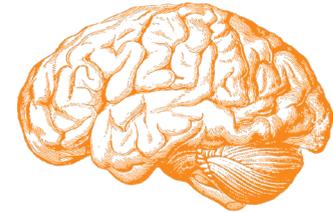


### **Alles dabei**

- + Das komplette Basis-Paket + ...
- + eine Aufzeichnung der Online-Live-Session für den Rest der Woche
- + eine weitere Online-Live-Session gleich im Anschluss über 60 Minuten in kleiner Gruppe
- + eine konkrete Aufgabenstellung zu den besprochenen Methoden
- + persönliches Feedback von mir per E-Mail

### **Kosten:**

65,- Euro  
zzgl. MwSt., pro Modul



### **Special**

- + Basis und Alles-dabei-Paket + ...
- + eine Aufzeichnung der Online-Live-Sessions bis zum Ende des Kurses
- + Zugang zum Login-Bereich mit jeweils drei weiteren Methodenvideos pro Modul
- + 60 Minuten individuelles Coaching zu einem Thema Ihrer Wahl
- + Zugang zu der Kurs-Community
- + ein Fortbildungszertifikat

### **Kosten:**

75,- Euro  
zzgl. MwSt., pro Modul\*  
(\*Nur als Komplettkurs buchbar)

# Mehr Details erwünscht?

Warum Sie sich das Special-Angebot genau ansehen sollten

## Beim Special-Gesamtpaket erhalten Sie

- + Drei Hintergrundvideos zur Vorbereitung
- + Eine Aufzeichnung der Online-Live-Sessions bis zum Ende des Kurses
- + Ausführliche TN-Unterlagen mit Methodenbeschreibungen
- + Netzrecherchen zum Thema für Sie sortiert und kommentiert
- + Eine weitere Online-Live-Session über 60 Minuten
- + eine konkrete Aufgabenstellung zu den besprochenen Methoden

- + persönliches Feedback von mir per E-Mail
- + Zugang zum Login-Bereich mit jeweils einem weiteren Methodenvideo pro Modul
- + Persönliches Feedback über den gesamten Zeitraum
- + Einmalig 60 Minuten individuelles Coaching
- + Zugang zu der Kurs-Community
- + Anstatt der TN-Bescheinigung ein Fortbildungszertifikat



# Ihre Vorteile

Nach 12 Wochen dieser Ausbildung haben Sie...

## + erprobte Methoden für mehr Abwechslung in Ihren Seminaren

Mein Ziel für Sie sind drei Kundenrezensionen, die genau das sagen:  
Der Kurs verging wie im Fluge und ich habe so viel gelernt.

## + das Werkzeug für lebendige Vorträge

Sie verstehen, wie wichtig es ist, mit allen Sinnen zu arbeiten und setzen dies so gut um, dass Kund:innen, die einen Vortrag mit Ihnen erleben, Sie auch gleich anderweitig buchen.

## + ein besseres Gedächtnis

Ich baue immer wieder Mnemotechniken in den Modulen mit ein. Sie üben diese auch für sich selbst und können sich deshalb spielend 30 Namen auf einmal merken.

## + die Überzeugungskraft, didaktisch neue Wege zu gehen

Sie wissen, wie Sie mit der abwehrenden Haltung von Teilnehmer:innen gegen über innovativen Methoden umgehen müssen und wie Sie es schaffen, auch diese mit ins Boot zu holen.

## + jede Menge Kreativität

Ihnen fallen andauernd neue Ideen ein, wie Sie Ihre Inhalte richtig gut in Szene setzen können und Ihre Energie dabei überträgt sich auf Ihre Teilnehmenden.



## **Anmeldung**

Die Anmeldung findet immer über die Internetseite [www.claudia-boeschel.de](http://www.claudia-boeschel.de) statt. Frühzeitig entscheiden und direkt buchen. Manchmal gibt es sogar Frühbucher:innen-Rabatte!

## **Mit allen Sinnen und vieles mehr**

Zusätzlich biete ich auch Sehtraining, Bildungs- und Yogareisen an. Außerdem verlege ich meine eigenen Bücher. Für mehr Informationen besuchen Sie die Internetseiten:  
[www.claudia-boeschel.de](http://www.claudia-boeschel.de)  
[www.yodanco.de](http://www.yodanco.de)  
[www.variadu.de](http://www.variadu.de)  
[www.bildschirmaugen.de](http://www.bildschirmaugen.de)

## **Impressum**

### **Inhalt**

Claudia Böschel

### **Gestaltung, Layout, Satz**

Alessa Müller

### **Illustrationen**

StarGladeVintage von pixabay auf canva  
Truebunny von Evgeniya auf canva  
Laura Guzmann auf canva  
Royyan Wijaya auf canva  
Icons Mind auf canva  
Ranusuban auf canva  
Alexey Yakovenko auf canva





**Claudia Böschel**

Ihre Expertin für gehirneffiziente Lehrmethoden

**Kontakt**

Mathildenstraße 38a, 90762 Fürth  
boeschelclaudia@gmail.com  
0176 - 200 46 866  
[www.claudia-boeschel.de](http://www.claudia-boeschel.de)

„Claudias Kurse sind unglaublich. Es ist immer wieder etwas Neues dabei - egal, wie oft ich sie erlebe. Unbedingt empfehlenswert.“ S. Wellner