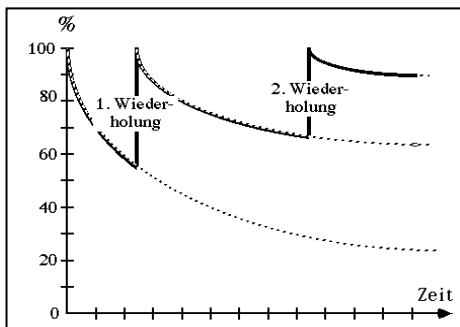


## Mehr Trainingserfolg durch Wissensvertiefung



Stellen Sie sich vor, Sie haben gerade ein hochwertiges Seminar besucht. Um die neuen Ideen und Techniken im Arbeitsalltag anwenden zu können, müssen Sie sie fest in Ihrem Gedächtnis verankern, um sie von dort jederzeit wieder abrufen zu können. Doch unser Gedächtnis funktioniert leider wie das sprichwörtliche Sieb. Laut Vergessenskurve von Hermann Ebbinghaus, vergessen wir 70 Prozent der neu erlernten Informationen innerhalb von 24 Stunden wieder. Wir brauchen also eine Methode zur nachhaltigen Verfestigung des Gelernten. Die folgenden vier Techniken sind dazu geeignet (siehe gelbe Box):

### 4 Methoden zum nachhaltigen Lernen:

1. **Intervall-Training** ermöglicht es, die Seminarinhalte in kleine, gut verdaulichen Einheiten verteilt, häppchenweise in die Praxis umzusetzen. So können wir komplexe Techniken leichter erlernen.
2. Eine **Nachbereitung** der Seminarinhalte mit einem Mentor oder Chef hilft uns, die neuen Ideen und Techniken zu verfestigen.
3. Eine kostenlose **Wiederholung** eines einmal besuchten Seminars, wie es manche Firmen anbieten, birgt die Chance, in einem zweiten Anlauf Wissen zu vertiefen und neu zu überdenken.
4. Das **Karteikarten-System** nach Leitner – von dieser bewährten und effektiven Methode, Seminarinhalte zu festigen und zu wiederholen wurde von den Research Studios Austria (RSA) eine moderne Variante entwickelt – der sogenannte **KnowledgePulse**®.



Der **KnowledgePulse**® funktioniert folgendermaßen: Wenn der Computer für fünf bis 60 Minuten (je nach Einstellung) nicht genutzt wird, öffnet sich anschließend automatisch ein Fenster und der Nutzer wird gefragt, ob er jetzt lernen will. Wenn er bestätigt, erscheint am Bildschirm eine Lernkarte. Nach Beantwortung der Frage, bekommt der Nutzer eine sofortige Rückmeldung, ob die Antwort richtig war.

Je nach Wunsch werden eine oder mehrere Lernkarten am Stück angeboten. Für drei Lernkarten benötigt ein Nutzer circa zwei Minuten. So wird das Lernen unaufdringlich, aber systematisch in den Arbeitsalltag integriert. Jede Lernkarte muss insgesamt dreimal richtig beantwortet werden.

Wissenschaftliche Studien beweisen, dass bei einer dreimaligen Wiederholung 90 Prozent des Lernstoffs nachhaltig behalten wird und jederzeit abrufbar bleibt. Setzt man also zusätzlich zu den traditionellen Methoden zum nachhaltigen Lernen den KnowledgePulse® ein, kommt man auf vier bis sechs Wiederholungen der Lerninhalte und somit auf eine nahezu hundertprozentige Memorierungsquote.

Wenn Sie weitere Informationen zum KnowledgePulse® wünschen, sprechen Sie uns an.

### Zitat des Monats:

„Mehr als 70 Prozent neu erlernter Informationen vergessen wir innerhalb von 24 Stunden wieder.“

(Vergessenskurve nach Hermann Ebbinghaus)

### BEITRAINING® nun auch in Mainz

In Mainz hat im März 2010 das erste regionale Trainingscenter von **BEITRAINING**® in Rheinland-Pfalz eröffnet.

Eckhart Böhme hat die Franchiselizenz für die Region Mainz erworben. Damit sind allein in Deutschland mehr als 20 regionale Trainingscenter in Betrieb.



Herr Böhme blickt zurück auf eine über 18 Jahre lange, internationale Karriere in den Bereichen Service, Marketing und Personalentwicklung.

Trainings und Veranstaltungen:  
[ESW - Unternehmer Workshop Standortbestimmung am 19.3.2010](#)



Robert-Koch-Straße 50  
 55129 Mainz  
 Tel: 06131/3 27 73 – 0  
 Fax: 06131/3 27 73 – 99 10  
[mainz@bei-training.de](mailto:mainz@bei-training.de)  
[www.bei-training.de/mainz](http://www.bei-training.de/mainz)  
[Twitter: beitraining\\_mz](https://twitter.com/beitraining_mz)