



Alexandra Renkawitz

„Wer nichts weiß, muss alles glauben“ (Marie von Ebner-Eschenbach)

- ✓ Münzenberger Str. 6, 35423 Lich
- ✓ E-Mail: umleitung:eins@t-online.de
- ✓ Mobil: +49 176 380 43033

Hallo, ich bin Alexandra Renkawitz, Lerncoach bei umleitung:eins in Lich. Vielleicht kennst du die Situation, wo du mit Blackout in einer Prüfung gesessen hast, oder sie aus Angst gar nicht erst angetreten hast? Ich helfe Menschen – Schülerinnen und Schüler, Studierende, Erwachsene – leicht, selbstbewusst und effektiv zu lernen. Und Wissen nicht nur für den Prüfungstag abrufbar zu machen, sondern für immer zu ankern. Anders als bei Nachhilfe pauken wir dafür aber nicht. Das brauchst du nämlich gar nicht mehr. Künftig lernst du mit deiner Technik, und mit Spaß, wie von selbst.

Lerncoaches arbeiten mit den gleichen Methoden wie Quizjäger und Gedächtnis Meister, die du vielleicht aus dem Fernsehen kennst. Die hatten auch mal einen guten Lerncoach. Letztlich ist lernen nämlich eine Frage der Technik. Und Lerncoaching ist die gewusst-wie-Technik.

Gut möglich, dass du dich bald sogar auf Prüfungen freuen und gern vor Zuhörern sprechen wirst. Wie das gehen soll? Eigentlich ganz einfach. Wir entwickeln gemeinsam dein persönliches Gedächtnis Raster. Wenn es richtig passt, dann funktioniert es für immer.

So erschaffst du dir ruckzuck die Fähigkeit alles darin abzulegen was du wissen möchtest oder was du wissen musst, und hast jederzeit darauf Zugriff.

Meine Schwerpunkte

Typgerechtes Lerncoaching

- Für Kinder mit Lernbesonderheiten
- Für Grundschul Kinder
- Für Oberstufenschülerinnen und -schüler
- Für Studierende
- Für Berufstätige
- Für Großeltern
- Im Tandem oder in Kleingruppen
- Bei Bedarf auf Wunsch Ergänzung mit Gesundheitsberatung zur Unterstützung des Gehirnstoffwechsels und der gut-brain-axis (Darm-Hirn-Achse) durch gezielte Lebensmittelauswahl

Beratung

- Familien: Für mehr Miteinander statt angespannte Lernbeziehung zwischen den Erziehenden und dem Kind
- Unternehmen: Lerncoaching als Kursangebot im Rahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements nach §20b SGB5. Der oder die Coachee lernt aus eigener, intrinsischer Motivation heraus Ziele zu formulieren und behält sie fest im Blick. Mit gelösten Blockaden, das können z. B. hemmende Denkmuster und Glaubenssätze sein, verbessern sich die Selbstorganisation und Selbstwirksamkeit. Zugriff auf Wissen und auf innere Ressourcen machen im Umgang mit stressigen Situationen souverän

Meine Ausbildung

- Zertifizierter **mnemotion®** Lerncoach
- Ernährungswissenschaftlerin (Dipl. oec. troph, Uni Gießen)
- M.A. Komplementäre Medizin (Europa-Uni Viadrina, Frankfurt/O)
- med. Hypnotherapeutin
- VDOE-zertifizierte Ernährungsberaterin
- Mitglied bei der EU-Ernährungs-Organisation EUROFIR
- Buchautorin