

Ist jetzt der optimale Moment für eine Weiterbildung?

Zur Weiterbildungsstrategie gehört auch das richtige Timing

Ist jetzt der richtige Zeitpunkt? Das ist eine zentrale Frage, wenn man eine Berufliche Weiterbildung ins Auge fasst. Denn man möchte ja nicht nur fachlich mit «neuem, aktuellem und praktisch anwendbarem Wissen» ausgestattet sein, sondern auch das richtige Timing erwischen, um in der bevorzugten Branche bei den Jobs einen Wettbewerbsvorteil zu haben. Was aber auch nicht vergessen werden darf: Habe ich überhaupt genügend Zeit dafür? Auch diese Frage ist einer der Schlüssel zum Lernerfolg.

Der Spätsommer ist für viele oft der Moment, an welchem man sich Weiterbildungsziele steckt. Mit einer Weiterbildung kann man einer Karriere wieder neuen Schub geben. Oder man eröffnet sich (neue) Perspektiven und Chancen. In der Regel jedoch ist Weiterbildung bei den meisten berufstätigen Menschen eine zusätzliche zeitliche Belastung. Und so hört man immer wieder an Seminaren und Lehrgängen folgende Aussagen: «Heute müsste ich etwas früher gehen, ich habe noch einen wichtigen Termin im Geschäft». Oder: «Leider konnte ich den Vorbereitungsauftrag nicht erledigen. Wissen Sie, bei uns in der Firma geht es aktuell drunter und drüber.»

Solche Sätze bilden heute fester Bestandteil des Seminaralltags. Eigentlich schade, denn



Bild: shutterstock

Der Spätsommer ist jeweils für viele der Moment, an welchem man sich Weiterbildungsziele steckt. Für ein erfolgreiches «Projekt Weiterbildung» sind einige wichtige Tipps zu beachten.

gerade Lernen braucht Zeit. Oder wie viele der Vokabeln, die Sie kurz vor der Prüfung ins Kurzzeitgedächtnis geprägt hatten, kannten Sie jeweils am folgenden Tag noch? Erfolgreiches Lernen braucht Wiederholung und Praxisanwendung. Wer sich intensiv und aktiv mit neuen Lerninhalten beschäftigt wird einen nachhaltigen Lernerfolg erzielen. Diese Lernerlebnisse erzeugen zusätzliche Motivation und Spass am Lernen. Schätzungen gehen davon

aus, dass nur etwa 20 Prozent der Lerninhalte ins Arbeitsfeld übertragen werden. Fehlende Zeit ist eine der Gründe für diesen mangelnden Lerntransfer.

Gewiss, das Tagesgeschäft hat Priorität. Weiterbildung jedoch bedeutet eine Investition in die Zukunft. Und schon sind die Prioritäten unter dem Aspekt der Nachhaltigkeit und Perspektive wieder auf den Kopf gestellt. Weiterbildung ist nämlich kein Selbstläufer und braucht

ein gutes Zeitmanagement. Und so muss man sich vor dem Weiterbildungsentscheid zwei Fragen stellen:

Ist jetzt der richtige Zeitpunkt?

Den grössten Lernerfolg erzielt man, wenn man einen grossen Teil der Lerninhalte in der täglichen Arbeit und in Projekten unmittelbar angewendet werden können. Lernen auf Reserve macht wenig Sinn.

Habe ich genügend Zeit?

Wenn man beispielsweise zwei kleine Kinder hat, gerade ein Hausbau ansteht oder das Training auf den Ironman auf Hawaii im Vordergrund steht, sollte man vielleicht noch abwarten. Man sollte gerade in Weiterbildungsphasen (auch) auf die Work-Life-Balance achten. Schön wäre es, wenn die Semintage als Auszeit vom manchmal hektischen Alltag genossen werden könnten. Oder auch Vorbereitungsaufträge fundiert erledigt werden und statt früher zu gehen noch Zeit investiert wird für ein anschliessendes Bier mit Klassenkolleginnen und -kollegen.

Kostenloser Ratgeber
«So entscheiden Sie sich
für den richtigen
Seminaranbieter»

lernwerkstatt.ch/ratgeber

Zeit für Weiterbildung 10 Praxistipps

- 1. Zeitplan erstellen**
 - Erstellen sie ein Zeitbudget und einen Zeitplan mit Teilzielen.
 - Das Einhalten des Zeitplanes erfordert eine gewisse Selbstdisziplin.
- 2. Genügend Zeit einsetzen**
 - Schätzen Sie den Zeitbedarf zur Erreichung der Lernziele realistisch ein.
 - Setzen Sie Termine.
- 3. Gleich bleibende Lernzeiten**
 - Definieren Sie gleich bleibende Lernzeiten.
 - Berücksichtigen Sie dabei Ihre Leistungskurve, indem sie sich überlegen, zu welcher Tages- oder Nachtzeit Sie am Produktivsten sind.
- 4. Prioritäten setzen**
 - Konzentrieren Sie Ihre Kräfte auf das Wesentliche.
 - Beachten Sie das Pareto-Prinzip (mit 20% des Gesamtaufwandes erreichen Sie 80% des Ergebnisses).
- 5. Kein Lernmarathon**
 - Verteilen Sie Ihre Lernaktivitäten auf eine längere Phase.
 - Machen Sie bei längeren Lernaktivitäten mindestens stündlich eine Kurzpause von fünf bis zehn Minuten.
- 6. Leerzeiten nutzen**
 - Nutzen Sie Leerzeiten wie den Arbeitsweg für Lernaktivitäten.
 - Kombinieren Sie tägliche Routinen wie Joggen, Duschen oder Haare trocknen mit Lernaktivitäten, denn auch nachdenken und reflektieren ist Lernen.
- 7. Lernen im Schlaf**
 - Gehen Sie unmittelbar vor dem Schlafen wichtige Notizen, Zusammenfassungen nochmals durch. Ihr Unterbewusstsein arbeitet für Sie weiter.
- 8. Nichts hinausschieben**
 - Gliedern Sie die Lernaktivitäten in Teilaufgaben und beginnen Sie allenfalls mit etwas Leichterem oder Angenehmerem.
 - Belohnen Sie sich, nachdem Sie etwas erledigt haben.
- 9. Zeit analysieren**
 - Führen Sie ein bis zwei Wochen Buch über Ihre Tätigkeiten (Privat, Beruf, Schule).
 - Suchen Sie Ihre «Zeitverschwender» und überlegen Sie sich anschliessend Massnahmen, um diese zu bekämpfen.
- 10. Erfolge feiern**
 - Seien Sie stolz auf das Erreichte.
 - Feiern Sie Ihre Erfolge.

In Anlehnung an Metzger, Christoph: *Wie lerne ich?*

lernwerkstatt

Coaching-Tools im praktischen Kreditkartenformat kostenlos bestellen



Glückskurve

Mit der Glückskurve gewinnt man Klarheit darüber, was einem guttut und was man wieder mehr im Leben haben will. Das Tool ist beispielsweise bei einer beruflichen Neuorientierung gut einsetzbar.



Tit for Tat

(Wie du mir, so ich dir)

Erlebt die ratsuchende Person jemanden in einer konkreten Situation als schwierig, so hilft ihr dieses Tool, das nächste Mal in einer ähnlichen Situation angemessen zu reagieren.



Master-Modelling

Master Modelling dient der Analyse eines Vorbildes, von dem man ausgewählte Charaktereigenschaften oder Fähigkeiten erlernen möchte.



Virtuelles Team

Fühlt sich die ratsuchende Person alleine, so kann der Coach mit ihr ein virtuelles Team zusammenstellen. Dies tut er im Sinne von möglichen Sparringpartnern, die ihm – wenn auch nicht physisch präsent – bei einer schwierigen Situation zur Seite stehen.



Im Tal der Tränen

Grössere Veränderungen werden unterschiedlich aufgenommen und angegangen. So lassen sich Betroffene unterschiedlich schnell auf Veränderungen ein. Erst wenn eine drohende Veränderung tatsächlich da ist, nimmt der Trauerprozess Schritt für Schritt seinen Lauf.



Lösungsfokussierte Prozessbegleitung

Das Modell fokussiert nebst der Lösung auch auf den Beziehungsaufbau und die Vertrauensbildung zwischen Coach und Coachee.



Jetzt bestellen: 062 291 10 10, www.lernwerkstatt.ch/coaching-tools