

## Mut zum Jetzt – lernen, neu zu denken

«*Alles hat seine Zeit, nur ich habe keine.*»  
Dieses Zitat von Prof. Dr. K. A. Geissler können wir leicht nachempfinden. Erwachsene, Schüler, Lernende und Studenten erleben immer wieder grossen Zeitdruck und fühlen sich überfordert. Im Berufsleben und in der Schule wird von uns selbst organisiertes und eigenverantwortliches Handeln und Reflektieren erwartet. Deshalb erachten wir es als sinnvoll, in unserem Alltag immer wieder den Mut aufzubringen, anzuhalten und

- sich den Blick zurück zu gönnen, um sich über Erfolge zu freuen,
- den Blick zurück zu wagen und Fehler als Chance wahrzunehmen,

- den Blick entspannt nach innen zu richten, um aus dem tiefen eigenen Erfahrungswissen zu schöpfen
- den Blick in die Zukunft zu richten, Ziele anzuvisieren und konkrete Schritte zu planen
- den Blick ins Jetzt zu richten und kraftvoll und konzentriert Aufgaben anzupacken.

Durch ein Anhalten im Jetzt schaffen wir uns Räume der Selbstbestimmung und schützen uns vor Manipulation.

Wir nehmen uns Zeit für gründliches Nachdenken und Vertiefen und verbrauchen dank automatisierter Handlungsabläufe weniger Energie.

Wir entwickeln unsere Lernkompetenz und gewinnen an Persönlichkeit und Lebensqualität.

### Lerntherapiepraxis im Schmidlihof 6 in Binningen

Gisèle Bruederlin-Deyer, 061 421 48 44,  
[www.lerntherapiebruederlin.ch](http://www.lerntherapiebruederlin.ch)

Romana Furrer Kleiber, 078 802 26 47,  
[www.leichterlernen.net](http://www.leichterlernen.net)

Weitere Auskünfte zur Lerntherapie erhalten Sie über das Institut für Lerntherapie (ILT) [www.lerntherapie.edu](http://www.lerntherapie.edu) oder den schweizerischen Verband der diplomierten Lerntherapeut/-innen (SVLT) [www.lerntherapie.ch](http://www.lerntherapie.ch).



**Romana Furrer**  
Dipl. Lerntherapeutin ILT / SVLT

### Lerntherapie

[www.leichterlernen.net](http://www.leichterlernen.net)  
romana.furrer@gmail.com  
Schmidlihof 6 4102 Binningen  
078 802 26 47

### Gisèle Bruederlin-Deyer Praxis für Lerntherapie

dipl. Heilpädagogin  
dipl. Lerntherapeutin ILT

Diagnostik  
Lerntechnik  
Dyskalkulietherapie  
Persönlichkeitsentwicklung

Schmidlihof 6  
4102 Binningen  
Tel. 061 421 48 44  
[g.bruederlin@bluewin.ch](mailto:g.bruederlin@bluewin.ch)  
[www.lerntherapiebruederlin.ch](http://www.lerntherapiebruederlin.ch)