



SUPERLEARNING

LERNEN WIE EINSTEIN



www.jennifermuscetta.de



ANLEITUNG

Wissenschaftliche Studien konnten belegen, dass die Qualität der Konzentration im Wesentlichen von einem ausgeglichenen Zusammenspiel beider Gehirnhälften (Hemisphären) abhängt.

Während des Lernens lässt sich die Informationsverarbeitung im limbischen System mittels bilateraler Hemisphärenstimulation verbessern.

Das hier angewandte TipTap2® basiert auf diesem Erkenntnis und vertieft deren Wirkung. Neben den kinästhetischen und visuellen Elementen der Methode sorgen zudem spezielle, subliminale rechts-linksintegrierte Alphawellen für eine Synchronisierung des Informationsflusses. Der Lernvorgang wird optimiert.

Diese MP3 enthält eine besondere, ca. einstündige Melodie, die rhythmisch der Ruhfrequenz des Herzens entspricht. Das körperliche und seelische Empfinden wird positiv stimuliert und das Langzeitgedächtnis nachhaltig aktiviert.

Die Melodie läuft einfach im Hintergrund, während Ihr Kind dabei lernt. Dies kann eine wesentliche Verbesserung der Lernleistung bedeuten.

So funktioniert es:

Einfach den USB anschließen, Datei auswählen, Kopfhörer aufsetzen (funktioniert auch ohne Kopfhörer) und entspannt beim Lernen laufen lassen. Die TipTap2® - Methode entfaltet durch ihre Wirkung noch weitere positive Eigenschaften.

Achtung:

Diese MP3 nicht beim Autofahren (Radfahren) oder bedienen von Maschinen hören!!!

„Die Nutzung dieser MP3 erfolgt auf eigene Gefahr und eigenes Risiko. Ich (Jennifer Muscetta) übernehme keine direkte oder indirekte Haftung. Hören Sie diese MP3 nur, wenn Sie damit einverstanden sind.“



ÜBUNG - EFFIZIENTER LERNEN

- 1.** Greife nun zu den Lernmaterialien, um die es heute gehen soll. Das können komplexe Sachverhalte sein, Vokabeln oder auch Mathematikaufgaben.
- 2.** Setze nun deinen Fokus auf die Inhalte, die vor dir liegen. Falls es sich um einen Text handelt, versuche in die Wörter zu "versinken". Werde eins mit den Inhalten und merke wie sie eine Resonanz in dir bewirken. In dieser Phase geht es darum einen starken Fokus auf die Sachverhalte zulegen.
- 3.** Durch den gedämpften Bewusstseinszustand in dem du dich gerade befindest, fällt dir das Lernen deutlich leichter. Die Inhalte fließen schneller ins Unterbewusstsein und somit dem Langzeitgedächtnis.
- 4.** Falls du die Wirkung weiterhin verstärken möchtest, empfehle ich dir weitere Alpha-Frequenzen zu nutzen. Der Alpha-Zustand gilt als der beste Bewusstseinszustand, um Informationen verlässlich zu verarbeiten.
- 5.** Beende deine Lernsession, wenn deine Konzentration abfällt. Dein mentaler Speicher ist nun voll.

