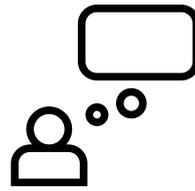


# Reflexion über lebenslanges Lernen



Lernen wird oft mit Kindern und jungen Erwachsenen in Verbindung gebracht und betont die Notwendigkeit, dass sie Fähigkeiten und Wissen während ihres Heranwachsens erwerben. Die Forschung zeigt jedoch, dass lebenslanges Lernen gleichermaßen wichtig ist für Menschen jeden Alters und in allen Lebensphasen, da es zu unserer Zufriedenheit und allgemeinen Gesundheit beiträgt. Es bedeutet, aus unserer Komfortzone herauszutreten und neue Ansätze anzunehmen, die nicht zwangsläufig nur auf das Erlangen weiterer Qualifikationen abzielen. Lernen kann sich in verschiedenen Formen und Umgebungen zeigen und geht über traditionelle Bildungsumgebungen wie Schulen und Universitäten hinaus. Indem du vielfältige Erfahrungen annimmst, kannst du Lernen mühelos in deinen Alltag integrieren. Schon eine einfache Veränderung der Perspektive oder die Bereitschaft, unbekannte Gebiete zu erkunden, kann zu persönlichem Wachstum führen.

Beantworte dir nun selbst die folgenden Fragen:

- *Auf welche Weise kannst du kleine Lernmöglichkeiten in deinen täglichen Alltag integrieren, die über traditionelle Bildungsumgebungen hinausgehen? Wie könnte dies zu deinem persönlichen Wachstum beitragen?*
- *Denke an eine Fähigkeit oder ein Thema, das dich schon immer interessiert hat. Welche Schritte könntest du unternehmen, um dein Wissen in diesem Bereich zu erkunden und zu erweitern?*

- 
- *Erinnere dich an eine Zeit, in der du erfolgreich eine neue Fähigkeit erlernt oder ein herausforderndes Thema gemeistert hast. Wie hat dich diese Leistung fühlen lassen und wie kannst du dieses Gefühl des Erfolgs wiederholen?*

- 
- *Wie kann dein Zugang zum Lernen von den Menschen um dich herum positiv beeinflusst werden – Freunde, Familie, Kolleg:innen oder Mentor:innen? Wer kann dich unterstützen und dir neue Impulse geben? Wie kannst du dir eine Umgebung schaffen, die deine kontinuierliche Bildungsreise fördert und unterstützt?*