Lern
Hacks
Starter
www.lernhacks.de
#lernhacks
Lege
den Schalter
um

Lege den Schalter um

Lernhacks. Natürlich Creative Commons.

ZIEL

Um besser zu verstehen, warum Du beim Lernen nicht vorankommst

1

Überprüfe, ob das Lernziel, das Du erreichen möchtest, attraktiv und relevant (genug) ist und reflektiere, warum Du es erreichen möchtest.
Überlege Dir, wie Du Dich fühlen wirst, wenn Du es erreicht haben wirst.

2

Denke darüber nach, welche Deiner eigenen Überzeugungen Dich davon abhalten (könnten), es zu erreichen.
Notiere Dir Deine inneren Kritikerstimmen und „parke" sie auf einem Blatt Papier.

3

Hinterfrage Deine eigenen Überzeugungen, ob sie wirklich und immer wahr sind.
Überlege, ob es Situationen gibt, in denen sie nicht zutreffen.

Download & mehr auf:
www.lernhacks.de