



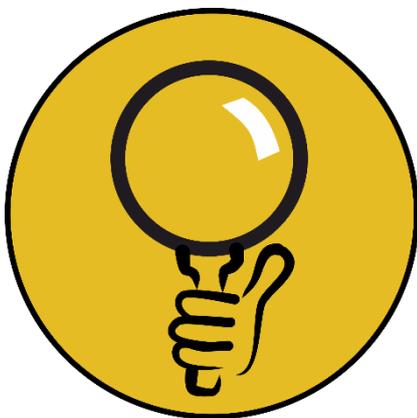
## Ein geeignetes Ziel setzen

**Was möchtest du erreichen?**



## Lernstrategie anwenden

**Wende eine gelernte Strategie zur Erreichung deines Ziels an.**



## Überprüfen

**Hast du alles gewissenhaft und richtig gemacht?**



## Reagieren

**Reagiere auf deine gefundenen Fehler!**

**Überlege abschließend, was beim nächsten Lernen besser geht.**



### Emotionen steuern

Du bist gerade z.B. verärgert, aufgebracht oder traurig und kannst nicht gut lernen?

Wende die Strategien zur Emotionssteuerung (Plakat) an.



### Motivation steuern

Du bist gerade nicht motiviert, weil die Aufgabe zu schwer oder uninteressant ist?

Motiviere dich mit den Strategien zur Motivationssteuerung (Plakat).