

# ACHTSAMER STUDIENTAGESPLANER

Das habe ich heute gelernt/erledigt:

---

---

---

Da mache ich morgen weiter:

---

---

---

Das lief gut:

---

---

---

Damit habe ich den stressigen Lernalltag ausgeglichen:

---

---

---

Für diese 3 Dinge bin ich heute dankbar:

---

---

---

Auf diese 3 Dinge bin ich heute stolz:

---

---

---

# BESSERER UMGANG MIT DEN NOTEN

Das ist meine Note: \_\_\_\_\_

Deshalb war ich im ersten Moment enttäuscht:

---

---

---

Das ist positiv daran:

---

---

---

*„Gegen das Fehlschlagen eines Plans gibt es keinen besseren Trost, als auf der Stelle einen neuen zu machen.“ (Jean Paul)*

Das wird mein Mantra für die schlechten Gedanken der nächsten Tage:

---

---

---

Was kann ich nächstes Mal anders machen:

---

---

---

Mein Plan für die nächste Klausur:

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_