

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:

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____