

Eine positive Grundstimmung schaffen



Info

Für das Lernen ist eine positive Grundstimmung wichtig:
So hat man mehr Motivation und Kraft.

Du kannst etwas für eine positive Grundstimmung tun!

Hier einige Beispiele:

- Gestalte den Lernort möglichst positiv. Man kann zum Beispiel auf seinen Schreibtisch ein Foto oder Pflanze stellen; sich eine Lieblingstasse kaufen, aus der man trinkt oder sich ein schönes Heft für Notizen besorgen.
- Vielleicht hörst Du auch etwas gute Musik, bevor Du mit einer Aufgabe beginnst, oder frühstückst erst schön.



Bildquelle:
Gerd Altmann auf Pixabay

Quelle: Metzsig, W./Schuster, M. (2020): Lernen zu lernen. S. 50, Springer.

1

Überlege: Wie kannst Du den Lernort für Dich so gestalten, dass Du eine positive Grundstimmung entwickelst? Beispiel: Dein Schreibtisch.

2

Wie kannst Du das Lernen in einen *guten Rahmen* einbinden?
Was hilft Dir dabei, eine gute Grundstimmung für das Lernen zu entfalten?