

Um deine Ziele zu erreichen brauchst du Motivation!

Wofür brauchst du Motivation?

- Man arbeitet sich mehr in den Stoff ein, man stellt sich mehr Fragen und versteht das Thema leichter.
- Wenn du motiviert bist funktioniert das Gehirn besser.
- Du langweilst dich weniger.
- Du hast eine positive Einstellung den anderen und auch dem Unterrichtsstoff gegenüber.
- Die richtige Motivation hilft dir, dein Ziel zu erreichen.



Einige Tipps die dir helfen, motiviert zu bleiben

- Nutze z.B. Plakate, Aufkleber oder Comics, die dich motivieren können und die du an strategisch klugen Orten aufhängen kannst (z.B. am Spiegel, am Schreibtisch).
- Schaffe ein positives Arbeitsumfeld
Z.B. indem du an einem aufgeräumten Schreibtisch arbeitest, klassische Musik hörst ...

Was kann dich motivieren?

- Wenn du ein Projekt hast.
- Setze dir ein Ziel und gebe dir die Mittel, um es zu erreichen
- Aktiv sein, neugierig sein, Fragen stellen.
- Seine Projekte und die Motivation mit jemandem teilen. Das hilft, weiter motiviert zu bleiben, auch wenn du mal schlechte Laune hast.
- Sei positiv, habe Vertrauen in dich!
- Überlege dir eine Belohnung, wenn du dein Ziel erreichst.
- Denke immer daran: Aller Anfang ist schwer. Wenn du etwas mehr Erfahrung hast und mit der richtigen Methode, wird das Lernen leichter. Es ist auch eine Frage der Übung: Wie beim Sport kann man mehr leisten, wenn man entsprechend trainiert. Aufgaben kannst du mit entsprechendem Training automatisch lösen.
- Behalte auch im Kopf, dass je effektiver du arbeitest, umso mehr Zeit bleibt für dich. Bei geringerem Zeitaufwand kannst du ebenfalls gute Noten schreiben.

Folgende Dinge solltest du vermeiden

- Lass dich durch eine schlechte Note nicht demotivieren, auch wenn du viel gelernt hast. Aus Fehlern kannst du lernen, du mußt nur wissen, wie.
- Finde die richtige Einstellung zu Hausarbeiten. Z.B. nur weil du etwas tun mußt, ist diese Sache nicht unbedingt demotivierend oder uninteressant. Wenn du Sport oder Musik machst, hältst du dich auch an viele Regeln. Aber die benötigst du um richtig zu spielen. Weil du dort Fortschritte machen möchtest fällt es dir leichter, diese Regeln einzuhalten.
- Gebe wenn möglich nicht aus schulischen Gründen ein Hobby auf. Versuche vielmehr, aus deinen Hobbies Profit zu ziehen und zu überlegen, wie du es geschafft hast dort Fortschritte zu erzielen. Wende diese Informationen dann für