

Eine Fähigkeit, zehn Probleme

Nicht mehr sammeln, sondern tiefer lernen. Wende eine Fähigkeit auf zehn echte Probleme an und halte fest, was passiert.

Meine Fähigkeit

#	Echtes Problem	Was hat geklappt?	Was nicht?	Was hat mich überrascht?
.				
.				
.				
.				
.				
.				
.				
.				
.				
.				

Abrufen statt wiederlesen

Schreib aus dem Kopf auf, was du weißt. Erst danach nachschauen. Hak ab, wann du es gemacht hast:

☐ nach 1 Tag ☐ nach 3 Tagen ☐ nach 1 Woche ☐ nach 2 Wochen

Wem erkläre ich es?

Wenn ich festhänge

Ziel: Was will ich eigentlich erreichen?

Realität: Wo stehe ich wirklich?

Optionen: Welche Wege gibt es?

Wille: Was mache ich als Nächstes, und wann?
