

Kopf-frei-Interventionsplan

Termin 1	Termin 2	Termin 3	Termin 4
<ul style="list-style-type: none"> - Wahrnehmungcheck - Lerntipps zum passenden Lerntypen nach VAKOG - Glaubenssätze auflösen - Affirmation erarbeiten (elefantenstarke Gedanken) - Anker 	<ul style="list-style-type: none"> - Reise nach innen: Neue Glaubenssätze einüben - Macht der Gedanken - Persönlicher Erfolgsfilm - Anker 	<ul style="list-style-type: none"> - Verknüpfung persönlicher Erfolgsfilm mit Affirmation - Erklärung Stress, Atmungsübung - Motivationsreise: erfolgreiches Schuljahr - Persönlicher Erfolgsplan Für zuhause: Tages-Überblicks-Plan 	<ul style="list-style-type: none"> - Wiederholung Anker - SWISH-Methode - Reise: Ängste wegblasen - Lernplan
Termin 5	Termin 6	Termin 7	Termin 8
<ul style="list-style-type: none"> - Wiederholung SWISH-Methode - Zielarbeit - Verknüpfung mit Anker - Motivationsreise: ein Ziel erreichen 	<ul style="list-style-type: none"> - Motivationsbrief - Individuelle Fantasiereise: Negatives loslassen, Ziel verfolgen - Vertrag mit mir selbst, Erfolgsplan 	<ul style="list-style-type: none"> - persönlichen Schutzwall setzen - Circle of excellence - Motivationsreise: meine Fähigkeiten erweitern 	<ul style="list-style-type: none"> - Wiederholung Anker - Autogenes Training: Konzentration