



Tipps für einen erfolgreichen
Schulalltag



Die Tipps zeigen euch...

...wie ihr das Chaos in eurem Kopf beseitigen könnt

...wie ihr euren Sorgen Flügel geben könnt

...wie ihr euer Ziel am besten erreichen könnt

...wie ihr euren Arbeitsplatz gestalten könnt





Dein

PLATZ

Für

tolle Ideen

https://lernencovid19.univie.ac.at/fileadmin/user_upload/p_lernencovid19/Dein_Platz_fuer_tolle_Ideen.m4v

Wie macht ihr das?



- Wo lernt ihr am liebsten?
- Wie bereitet ihr euren Arbeitsplatz vor?
- Lernt ihr lieber wenn es ganz leise ist oder mögt ihr Musik im Hintergrund?
- Habt ihr noch Tipps für eure Mitschülerinnen und Mitschüler?



Die Tipps zeigen euch...

...wie ihr das Chaos in eurem Kopf beseitigen könnt

...wie ihr euren Sorgen Flügel geben könnt

...wie ihr euer Ziel am besten erreichen könnt

...wie ihr euren Arbeitsplatz gestalten könnt



Ziel

zum

Schritten

kleinen

In



https://lernencovid19.univie.ac.at/fileadmin/user_upload/p_lernencovid19/In_kleinen_Schritten_zum_Ziel.m4v

Wie macht ihr das?

- Teilt ihr euch euer großes Ziele in kleinere Teilziele ein?
- Belohnt ihr euch, wenn ihr ein Ziel erreicht habt?
- Wenn ja, wie belohnt ihr euch?



Die Tipps zeigen euch...

...wie ihr das Chaos in eurem Kopf beseitigen könnt

...wie ihr euren Sorgen Flügel geben könnt

...wie ihr euer Ziel am besten erreichen könnt

...wie ihr euren Arbeitsplatz gestalten könnt





Chaos

im Kopf



https://lernencovid19.univie.ac.at/fileadmin/user_upload/p_lernencovid19/Chaos_im_Kopf.m4v

Wie macht ihr das?

- Was macht ihr, wenn ihr ein Chaos im Kopf habt?
- Schreibt ihr euch gerne Listen oder Wochenpläne?
- Was nehmt ihr, um euch den Lernstoff besser einzuprägen?
(Textmarker, Lernkärtchen,...?)



Die Tipps zeigen euch...

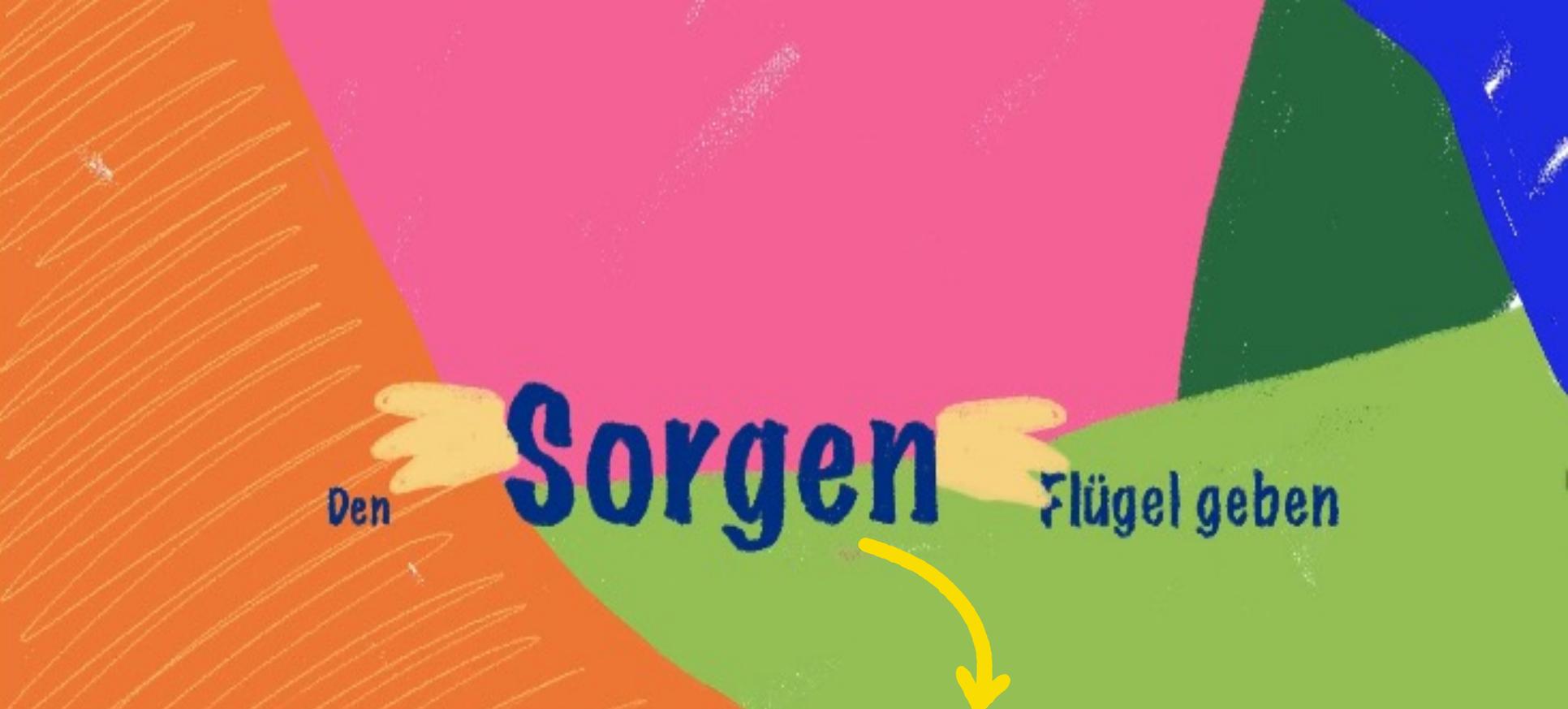
...wie ihr das Chaos in eurem Kopf beseitigen könnt

...wie ihr euren Sorgen Flügel geben könnt

...wie ihr euer Ziel am besten erreichen könnt

...wie ihr euren Arbeitsplatz gestalten könnt





Den **Sorgen** Flügel geben

https://lernencovid19.univie.ac.at/fileadmin/user_upload/p_lernencovid19/Den_Sorgen_Fluegel_geben.m4v

Wie macht ihr das?

- Was macht euch beim Lernen traurig oder wütend?
- Was hilft euch, damit es euch wieder besser geht?



Lernen unter COVID-19-Bedingungen

Kontakt: lernenCOVID19.psychologie@univie.ac.at

Projektleitung: Univ.-Prof. Dr. Barbara Schober, Ass.-Prof. Dr. Marko Lüftenegger, Univ.-Prof. DDr. Christiane Spiel

Wissenschaftliche Mitarbeit: Mag. Dr. Michaela Fasching, Katharina Hager, M.Sc., Dr. Gholam Hassan Khajavy Fadafen, Julia Holzer, B.Ed. M.Sc., Selma Korlat Ikanovic, M.A., Martin Mayerhofer, B.Ed. M.Ed., Elisabeth Pelikan, M.Sc., Julia Reiter, B.A. M.Sc. Studienassistentz: Flora Fassl, B.Sc.

Videoanimation: Mag.a Shadab Shayegan

Fakultät für Psychologie, Universität Wien

Finden Sie uns online unter lernencovid19.univie.ac.at

Die Studie wird vom Wiener Wissenschafts- und Technologiefonds (WWTF) und der Universität Wien gefördert.