



## Nur Mut

Bald hast du es geschafft! Im Moment bereitest du dich vielleicht auf deine Prüfungen vor – du tauschst dich mit deinen Mitschülerinnen und Mitschülern aus; überlegst, was du lernen musst, und eventuell steigt auch schon dein Herzschlag ein klein wenig an, wenn du an die bevorstehende Zeit denkst. Dieses Arbeitsblatt soll dir dabei helfen, dich für deine Prüfung zu motivieren und dich evtl. ein wenig zu entspannen.

### Aufgaben

1. Hast du Sorgen oder Ängste in Bezug auf die bevorstehenden Prüfungen?  
Sprich mit deiner Sitznachbarin oder deinem Sitznachbarn darüber.
2. Habt ihr Ideen, wie ihr euch gegenseitig helfen könntet, um eure Sorgen zu verringern?  
Sprecht in eurer Klasse darüber.
3. Worauf freust du dich, wenn du die Prüfungszeit geschafft hast?  
Schreibe drei Dinge auf, die du gern nach den Prüfungen machen möchtest.

.....

.....

.....

4. Wie stellst du dir dein Leben in zehn Jahren vor:  
Würdest du gern in einem anderen Land leben?  
Welchen Beruf möchtest du ausüben?  
Wie sieht deine Wohnung bzw. dein Haus aus?  
Welche Menschen möchtest du um dich haben?  
Welche Sprüche motivieren dich?  
Erstelle ein vision bzw. motivation board. Das ist eine physische bzw. digitale Präsentation von Zielen und Wünschen, sie kann verschiedenste Elemente enthalten: Zitate, Fotos, Zeichnungen etc.  
Dafür kannst du zum Beispiel die Rückseite dieses Arbeitsblatts verwenden oder ein Tablet.  
Wenn ihr mögt, könnt ihr euer Board eurer Klasse vorstellen.