

„Ein Wolf kennt seine Aufgabe und lässt sein Ziel nicht aus den Augen.“

1. Ich frage mich: „Was ist meine Aufgabe?“

- Ich lese den Auftrag aufmerksam durch (oder höre gut zu, wenn jemand erklärt, was ich tun soll).
- Ich beschreibe mir selbst in meinen Worten, was zu tun ist (laut oder in Gedanken).



2. Ich sage mir: „Wolfsblick an! Los!“ und tauche in die Aufgabe ein.



3. Mit jedem Atemzug bündle ich meine ganze Aufmerksamkeit auf die Aufgabe.



Wenn ich fertig bin, gehe ich weiter zu Schritt vier:

4. Ich kontrolliere nach jeder Aufgabe:
„Habe ich **alles gemacht**, was drin stand?
Stimmt das Ergebnis?“

- Falls ich einen Fehler gemacht oder etwas vergessen habe: gut, dass ich es noch gemerkt habe!
- Ich verbessere es sofort.



5. So bearbeite ich eine Aufgabe nach der anderen und lasse mein Ziel nicht aus den Augen.



6. Am Ende bin ich stolz, dass ich mich so wolfsmäßig konzentriert habe – ahuuuu!



Aus unserem Buch:
Stefanie Rietzler & Fabian Grolimund
Lotte, träumst du schon wieder?
© 2020 Hogrefe Verlag, Bern
ISBN 978-3-456-86081-7