|  |  |
| --- | --- |
| Gedankenstopp!Kalli KopfWenn ich an Dinge denke, die nichts mit dem zu tun haben, was ich gerade für die Schule mache, dann setze ich den Gedankenstopp! | Kalli KopfIch strenge mich an! |
| Kalli KopfIch lasse mich nicht von anderen Gedanken stören! | Ich bin wach und ausgeruht!Kalli Kopf |
| Es gelingt mir, aufmerksam zu arbeiten!Kalli Kopf | Ich hänge ein „Bitte nicht stören!“ - Schild an die Tür, wenn ich lerne!Kalli Kopf |
| Ich schalte mein Handy/Telefon aus!Kalli Kopf | Ich sorgen dafür, dass es mir gut geht – ich nicht müde oder hungrig bin!Kalli Kopf |
| Ich sorge für Ruhe.Kalli Kopf | Ich sorge dafür, dass ich alle Arbeitsunterlagen habe, die ich benötige!Kalli Kopf |