

Studierende

Entscheidend für Ihre Entwicklung ist nicht nur Ihr Talent, sondern vor allem, was Sie über sich denken. Die Frage ist nicht „**Kann ich etwas?**“ sondern „**Wie kann ich es erreichen?**“ Jeder kann Leistungen vollbringen. Ihre Noten zeigen Ihnen nämlich nur, wo Sie als Studierender im Moment stehen. Aber sie verraten Ihnen nichts darüber, was Sie erreichen können!

Mit der „statischen Denkweise“, statisch heißt hier: stehenbleibend, verharrend, rückwärts gerichtet, blockieren wir uns selbst: z.B. „Ich bin zu blöd für ...“; „Die Anderen sind schlauer als ich...“; „Ich schaff' das eh nicht...“ Sowas füllt unsere Köpfe mit störenden Gedanken, mit Denk-Müll: Leistung wird zu etwas Lästigem und das macht passiv, lustlos.

Wir brauchen eine „dynamische Denkweise“: kraftvoll vorwärtsgerichtet, selbstbewusst, neugierig, mutig mit Humor: „Ich fang einfach mal an, schau wie weit ich komm; Ich informier' mich; Ich will's jetzt einfach wissen...“ Was geschieht? Man entwickelt durch Neugier neue Fähigkeiten, schon kleine Anfangserfolge machen Mut, schubsen an! Die Fähigkeiten wachsen und bringen Früchte, Noten!“ Es gehört zum Schönsten, etwas aus eigener Kraft geschafft zu haben. Und nicht zuletzt macht's auch andere glücklich: die Freundin, den Freund, die Eltern, den Dozenten.

In unseren Seminaren werden z.B. blockierende Einstellungen wie „Das ist sowieso alles zu viel für mich“ aufgelöst und eine Strategie zum Behalten von Inhalten erklärt und trainiert. Darüber hinaus wird geübt wie Sie Ihren Willen für's Durchhalten trainieren und konsequent neue Denkgewohnheiten bilden.

Mit dem Lösen unserer Motivationsknoten (Feedback Studierende LMU München und Univ. Eichstätt)

- verabschiedeten wir uns zunächst von Berührungängsten mit schwierigem Stoff, der nicht als Fertigmeneue angeboten wird und von falschen Denkweisen gegenüber wachsender Stofffülle:
- haben wir erfahren, wie eine einzige Ablenkung umgehend zu Aufmerksamkeitsdefiziten führt und langfristig dann zu einer falschen Beurteilung unserer eigenen Fähigkeiten;
- reduzierten wir enorm unsere Bedenkenträgerei;
- haben wir unsere inneren Widerstände gelöst;
- trauen wir unseren eigenen Fähigkeiten;
- bekamen wir mehr Überblick, Effektivität und definitiv mehr Freizeit;
- spürten wir, dass Konzentration der Schlüssel zum Erfolg ist;
- empfand ich Offenheit für Unbekanntes als entscheidend, um Gelerntes besser zu behalten;
- machen mir Ordnung und Genauigkeit fast schon Spaß und mich zufrieden;
- bewältigen wir unseren Studienalltag einfach besser;
- macht mein Studium nun Sinn.

Wichtig ist: Den Schlüssel der richtigen Einstellung zu benutzen und damit engagiert und begeistert die eigene Leistung anfachen. Das schenkt Selbstvertrauen. Generell: Die erfolgreiche Entwicklung des Einzelnen wirkt sich auch auf die ganze Umgebung aus und ist wohltuend für alle: Das Lern-Klima der Kommilitonen veränderte sich spürbar. Man hilft sich gegenseitig. Man wagt, sich zu zeigen, weil man erkannt hat, dass es den Anderen genauso geht wie einem selbst. Es macht tatsächlich sogar Spaß, sich im Semester als Lerngemeinschaft zu erleben. Und: Auf guten Noten kann man wirklich besser schlafen.