

Eine Fremdsprache selbstgesteuert und mit Freude lernen

Reflexionsfragebogen für Lernende (Ideal für regelmäßige Reflexion mit Hilfe des Lerntagebuchs)

Mit Freude und Verantwortung die Fremdsprache lernen

- Ich habe mein Wohlbefinden im Auge: Was tut mir gut, was tut mir nicht gut?
- An wen kann ich mich wenden, um Hilfe zu bekommen? Wem kann oder könnte ich beim Lernen helfen?
- Übernehme ich Verantwortung für das, was ich tue?

Auf die eigenen Emotionen achten

- Welche Emotionen empfinde ich beim Fremdsprachenlernen?
... wenn ich meine Hausaufgaben mache?
... wenn ich im Unterricht bin oder außerhalb des Unterrichts?
- Was genau löst diese Emotionen aus?
- Sind diese Emotionen für mein Lernen förderlich oder nicht?
- Wie reguliere ich meine Emotionen?

Effektiv lernen

- Wie kann ich mich motivieren und mich aktiv für mein Lernen einsetzen?
- Wie kann ich mich fokussieren und meine Konzentration beim Lernen aufrechterhalten?
- Was lenkt mich beim Lernen am meisten ab und wie kann ich Störfaktoren minimieren?
- Sehe ich meine Fehler als Chance, mich zu verbessern?
- Kann ich ein negatives Feedback der Dozentin / des Dozenten akzeptieren und positiv umsetzen?

Über die eigenen Stärken und Schwächen reflektieren

- Was sind meine momentanen Stärken und Schwächen in der Fremdsprache?
- Was sind meine momentanen Stärken und Schwäche beim Fremdsprachenlernen?
- Welche Fortschritte habe ich in der letzten Zeit gemacht?
- Welche Fortschritte möchte ich in den kommenden Wochen machen?