

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek  
 Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

© by WOCHENSCHAU Verlag  
 Schwalbach/Ts., 2011

[www.wochenschau-verlag.de](http://www.wochenschau-verlag.de)  
[www.kleiner-lernbegleiter.de](http://www.kleiner-lernbegleiter.de)

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil dieses Buches darf in irgendeiner Form (Druck, Fotokopie oder einem anderen Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet werden.

Satz und Layout: Ohl Design

Illustrationen: Nico Süß

Gesamtherstellung: Wochenschau Verlag

ISBN 978-3-89974668-6

Vorwort .....	4
<b>1</b> Organisier' mich! Runde 1 .....	6
<b>2</b> Brummis Arbeitsplatz .....	13
<b>3</b> Meine Arbeitsplanung: Gut geplant ist halb gewonnen .....	34
<b>4</b> Meine Freizeit .....	56
<b>5</b> Zeitdiebe und Zeitfresser .....	66
<b>6</b> Brummis Lieblingsessen .....	85
<b>7</b> Organisier' mich! Runde 2 .....	105
<b>8</b> Superbrain: Hochbegabung .....	126
<b>9</b> Brummis Ziele in der Zukunft.....	139





Kreuze jeweils an,  
inwieweit die  
Aussage auf dich  
zutrifft!

	Aber total! Daran besteht kein Zweifel.	Ja, das kann ich schon mit gutem Gewissen behaupten.	Stimmt immerhin manchmal ein wenig.	Wenn ich ehrlich bin: eher nicht!	Wäre schon ein bisschen gelogen, wenn ich das behaupte.	Wen meinen die? Mich garantiert nicht!	<i>Mehr dazu verrat ich dir in Band/ Kapitel</i>
Mein Arbeitsplatz zu Hause ist so gestaltet, dass ich dort gern arbeite und gut arbeiten kann.							III/2
Ich habe ein gutes Ordnungssystem, so dass ich jederzeit weiß, wo ich welche Unterlagen finde (und nie lang suchen muss und hinterher genervt bin).							III/2
Ich setze mir regelmäßig Ziele.							III/9; I/2; I/4
Ich überprüfe, ob ich diese Ziele auch umgesetzt habe.							III/9; I/2; I/4
Ich bin meistens motiviert. Wenn nicht, weiß ich, wie ich mich motivieren kann.							I/4
Ich kann mir meine Zeit gut einteilen und halte Abgabetermine ein.							III/3; III/4; III/5
Ich lerne nie speziell für Klassenarbeiten, sondern langfristig und immer für mich selbst (zumindest in den meisten Fächern).							II/7
Ich habe es im Griff, wie viel Zeit ich mit Fernsehen und Computerspielen verbringe.							III/4
Ich treibe regelmäßig Sport und bewege mich an der frischen Luft.							II/4
Ich weiß, welche Nahrungsmittel meinem Gehirn gut tun und welche nicht und achte beim Essen auch darauf.							III/6
Ich bin ein Held der Entscheidung!							I/8

Womit wirst du dich belohnen, wenn du das Ziel erreichst?

A large, blank, lined notebook page with a spiral binding on the left side. The page is white with light blue horizontal lines. The spiral binding is silver and runs along the left edge.

## 2 Brummis Arbeitsplatz

**H**allo und herzlich willkommen an deinem **Schreibtisch**, um den es jetzt geht. Und darum wäre es auch besser, wenn du beim Lesen dort sitzt – vorausgesetzt natürlich, du fühlst dich dort wohl. Das finde ich nämlich sehr wichtig: dass du es dir beim Lesen gemütlich machst und dich wohl fühlst – aber ohne zu sehr abgelenkt zu sein. Du hast Recht, wenn du jetzt denkst: Das ist aber kompliziert! Sich wohl fühlen und gleichzeitig nicht abgelenkt sein – wie soll das gehen? Genau darum geht es jetzt hier und ich werde dir verraten, wie du diese Gratwanderung meistern kannst ohne abzustürzen.

Aber der Reihe nach: Bevor wir uns deinen **Arbeitsplatz** genauer angucken können, steht die Frage an, wo du überhaupt arbeitest. Um ganz ehrlich zu sein: Für mich spielt es eine sehr große Rolle, dass bestimmte Tätigkeiten auch an festen Orten geschehen. Genauso wie du zu Hause feste Plätze und Orte zum Essen, zum Zähneputzen und zum Fernsehen hast, ist auch ein fester Platz zum Arbeiten eine gute Sache. Und genauso hilfreich ist ein guter Plan! Du kennst vielleicht auch ein paar Redewendungen dazu: Jemand, der „keinen Plan hat“ und daher „voll verplant ist“, bekommt nicht viel auf die Reihe und hat nur selten Erfolge. Mein Motto lautet dagegen „**gut geplant ist halb gewonnen**“. Daher gebe ich dir jetzt ein paar Tipps und Infos, wie du



anstehende Aufgaben noch besser planen kannst und wie du deinen Arbeitsplatz zu Hause noch besser gestalten kannst, um deinen Lernerfolg zu erhöhen. Damit ist es nämlich wie mit dem Fahrradfahren: Du kommst eher an, wenn du möglichst genau weißt, wo du hin willst.

Zunächst ist es wichtig, dass du überhaupt einen festen Arbeitsplatz hast. Das ist ein Platz mit möglichst viel Ruhe und einer Tür, die du zumachen kannst und die dann auch möglichst zubleibt, solange du arbeitest. Am schönsten wäre es natürlich, wenn du einen eigenen Schreibtisch in deinem Zimmer hast, aber letztlich kommt es wirklich nur darauf an, dass du möglichst immer am selben Ort arbeitest. Denn wenn du deine Hausaufgaben mal in der Küche, mal im Bett

und mal auf dem Wohnzimmertisch machst, bringt mich das ehrlich gesagt ziemlich durcheinander und ich kann nicht so gut Puzzleteile erstellen und mir Dinge nicht so gut merken. Das gilt übrigens nicht nur fürs Arbeiten, sondern auch für alle Freizeitaktivitäten. Denn, falls ich das noch nicht gesagt habe, Sport und Spielen mag ich total gerne und Chillen sowieso. Zu einem gelungenen Tag gehört für mich Freizeit genauso wie **Arbeit**. Du hilfst mir, wenn nicht beides am selben Ort stattfindet.

Das bedeutet, dass du deinen Schreibtisch nur zum Arbeiten benutzt und zum Beispiel das Sofa im Wohnzimmer nur für Pausen, zur Erholung und Unterhaltung. Das ist so wichtig, weil ich, genauso wie du und eigentlich alle Menschen und Lebewesen, ein Gewohnheitstier bin. Von diesen **Gewohnheiten** lasse ich mich oft leiten und beeinflussen. Deshalb hilft es mir, wenn bestimmte Orte mit bestimmten Tätigkeiten klar und eindeutig verbunden sind. Wenn du diese klare Trennung für ein paar Wochen eingehalten hast, werde ich automatisch eine konzentrierte Arbeitshaltung einnehmen, sobald du dich an deinen Schreibtisch setzt. Auf der anderen Seite schalte ich umgehend auf Entspannung und gehe in meinen Energiespar-Modus, sobald du dich auf das Sofa begibst. Das ist für dich dann auch viel leichter: Du musst mir gar nicht mehr groß erklären, was jetzt angesagt ist, sondern ich erkenne das automatisch und stelle mich entsprechend darauf ein.