

# Lösungsideen entwickeln („Wenn-dann-Pläne“)

<p>Obwohl du den Weg zu deinem Ziel kennst, kann es trotzdem zu Störungen kommen und zwar:</p>	<p>Zu jeder Störung gibt es eine Lösung! Wichtig ist es, sich diese rechtzeitig klarzumachen:</p>
<p><b>Beispiel:</b>  <i>Wenn ich am Montag während der Matheklausur nervös und hektisch werde...</i></p>	<p><i>dann führe ich mich mit meinem Konzentrationssymbol in die Ruhe zurück.</i></p>
<p><b>Wenn:</b></p>	<p><b>dann:</b></p>
<p><b>Wenn:</b></p>	<p><b>dann:</b></p>
<p><b>Wenn:</b></p>	<p><b>dann:</b></p>
<p><b>Wenn:</b></p>	<p><b>dann:</b></p>