

Rückblick

3 Dinge machen den Rückblick aus:

- kläre die W-Fragen
- entscheide aktiv, was alles genau gelesen wird
- intensiviere den inneren Dialog

Die W- Fragen:

WAS weiß ich schon?

WAS will ich noch wissen?

WAS brauche ich noch?

WAS bringt mir weiteres Lesen?

WIE tief tauche ich ein?

WOFÜR benötige ich die Info?

WANN benötige ich die Infos?

Aktiv entscheiden, was alles genau gelesen wird:

Wenn alles gelesen wird: wie viel Zeit verbringe ich damit?

Wenn Teile gelesen werden: sofort einteilen

Wenn Info für später: bewusstes verdichten der inneren Bilder

bewusste Kommunikation:

innerer Dialog

schriftliche Notizen

aktives Kommunizieren