



Aktivierung unterrichtsbezogener Selbstwirksamkeitsüberzeugungen

| Inwieweit stimmen die folgenden Aussagen? In der letzten Unterrichtsstunde bei Herrn Schulze,... | stimmt gar nicht | stimmt eher nicht | stimmt eher | stimmt genau | kann ich nicht beur- teilen |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------------------|
| hatte ich das Gefühl auch schwierige Aufgaben lösen zu können, wenn ich mich anstrenge. | <input type="checkbox"/> |
| fiel es mir leicht, neue Dinge, die ich lernen muss, zu verstehen. | <input type="checkbox"/> |
| glaubte ich daran, dass ich auch die ganz schwierigen Aufgabe schaffen kann. | <input type="checkbox"/> |
| hatte ich das Gefühl, dass ich auch noch dann eine gute Leistungen erzielen kann, wenn ich mal längere Zeit krank sein sollte. | <input type="checkbox"/> |
| war ich mir sicher, dass ich gute Leistungen erzielen kann, auch wenn er an meinen Fähigkeiten zweifelte. | <input type="checkbox"/> |
| hatte ich das Gefühl, dass ich auch das erreichen kann, was ich mir vorgenommen habe, selbst wenn ich bei ihm mal eine schlechte Note bekomme. | <input type="checkbox"/> |

Aktivierung intrinsischer Wertmaßstäbe (Flow-Erleben)

| Inwieweit stimmen die folgenden Aussagen? In der letzten Unterrichtsstunde bei Herrn Schulze,... | stimmt gar nicht | stimmt eher nicht | stimmt eher | stimmt genau | kann ich nicht beur- teilen |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------------------|
| war ich ganz vertieft in das, was wir gerade gemacht haben. | <input type="checkbox"/> |
| fühlte ich mich optimal beansprucht. | <input type="checkbox"/> |
| habe ich alles um mich herum vergessen. | <input type="checkbox"/> |
| habe ich gar nicht gemerkt, wie die Zeit vergeht. | <input type="checkbox"/> |