

Organisiert lernen in 5 Schritten

Routine ist für viele Lebensbereiche, ganz besonders auch für das Lernen, von großer Bedeutung. Je weniger du dich um deine Vorbereitung rund ums Lernen kümmern musst, desto mehr Zeit und Energie bleiben dir für deine eigentlichen Aufgaben.



Mit diesen 5 Schritten wirst du organisierter lernen

1. Schritt: Plane deine Arbeitswoche im Voraus

Überlege dir regelmäßig, welche Aufgaben in den kommenden Tagen vor dir liegen. Nutze dazu den Wochenplan, die To-Do-Liste oder das Eisenhower-Prinzip. Deine Planung betrifft die Berufsschule, deinen Betrieb, benötigte Materialien, Freizeittermine und Vorbereitungen auf Klassenarbeiten. Damit die Planung zu einer Routine wird, mache deine Planung immer zu einem festen Zeitpunkt (z.B. Sonntagabend).

2. Schritt: Teile jeden Tag grob ein

Von wann bis wann bist du im Betrieb/ in der Berufsschule, welche Freizeitaktivitäten hast du an diesem Tag, um wieviel Uhr bist du zu Hause, wie lange möchtest du lernen/Computer spielen/fernsehen/Freunde treffen

3. Schritt: Halte Ordnung

Schaffe dir einen schönen Arbeitsplatz, halte diesen ordentlich und lege die Sachen immer an der gleichen Stelle ab.

4. Schritt: Plane feste Lern- und Pausenzeiten

(Haus-)Aufgaben sollten einem festen Plan folgen, damit sie zu Routinen werden. Du beginnst am besten immer zu einer bestimmten Uhrzeit und machst zwischen den einzelnen Aufgaben kurze -Pausen.

5. Schritt: Vermeide Unterbrechungen (z.B. mit der Tresorübung)

Jede Störung kostet wertvolle Zeit, denn nach einer Unterbrechung der Konzentrations- oder Lernphase braucht es bis zu 15 Minuten, um weiterarbeiten zu können. Je häufiger du deine Aufgaben ungestört innerhalb eines festen Zeitrahmens erledigen kannst, desto mehr wirst du dich an diese Art des Arbeitens gewöhnen. Zeit für alles andere ist danach.