

Name:  
Klasse:  
Datum:

## Lernen lernen



### Arbeitsauftrag Zeitfresser

#### Hilfe, mir läuft die Zeit weg!

Jeder kennt das: Man nimmt sich fest vor, für die Prüfung zu lernen. Kaum sitzt man am Schreibtisch, müssen zuerst E-Mails/WhatsApp-Nachrichten gecheckt und beantwortet werden. Danach braucht man unbedingt eine Tasse Kaffee. Wieder zurück, klingelt das Telefon, Facebook, Instagram...

Kennen Sie Ihre persönlichen Zeitfresser?

#### Arbeitsauftrag:

Kreuzen Sie in der folgenden Tabelle Zutreffendes an und ergänzen Sie gegebenenfalls weitere Punkte.

Mir läuft die Zeit weg, weil...	trifft zu	trifft nicht zu
1. ich mich von allem und jedem stören lasse		
2. ich mich gerne ablenken lasse		
3. ich nicht Nein sagen kann		
4. mir ein Plan und klare Ziele fehlen		
5. ich häufig Aufträge für andere erledige		
6. sich bei mir alles stapelt und ich ständig am Suchen bin		
7. ich erst etwas beende, wenn es perfekt ist		
8. ich unangenehme Aufgaben gerne vor mir herschiebe		
9. ich ständig telefoniere		
10. ich ständig online bin und viele E-Mails beantworten muss		
11. ich vieles gleichzeitig mache und dann auch mal etwas schief läuft		
12. ich vor dem Berg von Aufgaben gar nicht weiß, womit ich anfangen soll		
13. ich ständig unterbrochen und aus meiner Arbeit gerissen werde		
14. _____		