

Checkliste

LERNEN

- Mache ich mir zu Beginn eines Lernprozesses immer kurz Gedanken, was das größere Bild ist und verschaffe mir einen Überblick? (Scope your topic)
- Betreibe ich Active Recall und frage mich beständig beim Lernen, ob ich die Inhalte wirklich verstehe?
- Wiederhole ich meinen Lernstoff regelmäßig genug? (Denke an die Vergessenskurve)
- Erkläre ich meinen Lernstoff regelmäßig in eigenen Worten?
- Fühlt sich mein Lernprozess manchmal anstrengend und schwer an? (Das ist ein gutes Zeichen 😊)
- Habe ich einen täglichen Slot, an dem ich meine Notion-Aufschriebe und meine Anki-Karten wiederhole?
- Habe ich einen Termin in meinem Kalender notiert, um an diesen Tag zu überlegen, ob ich einen Klausurenplan brauche?
- Schaffe ich es, meinen Semesterplan einzuhalten?