



Magdalena Lorenz

Zeitmanagement für Schüler

Organisation Motivation



Magdalena Lorenz wurde am 08.01.2003 in Klosterneuburg bei Wien geboren. Zwei Jahre später zog sie mit ihren Eltern nach Haslach an der Mühl. Sie hat vier jüngere Brüder und besucht das BG/BRG Rohrbach. Mit Zeitmanagement beschäftigt sie sich persönlich sehr gerne und hat schon früh eine Vorliebe für Kalender entwickelt.

Als der Wunsch, dieses Wissen über Zeitmanagement zu teilen konkreter wurde, begann sie ihr Buch "Zeitmanagement für Schüler" zu schreiben.

Zeitmanagement

1. Vorwort

Ich bin der größte Planungsfreak auf dieser Erde. Ich liebe Listen, Pläne, und Checklisten jeglicher Art und das Organisieren macht mir unheimlich großen Spaß. Da ich weiß, dass es nicht jedem so geht wie mir und es nicht allen so leicht fällt, sich zu organisieren, habe ich mich entschlossen, dieses Buch zu schreiben. Mein größter Wunsch ist es, irgend jemandem da draußen helfen zu können. Es ist so ein befreiendes Gefühl, sich zu organisieren, um mehr Zeit zu haben für genau die Dinge, die uns glücklich machen. Ich weiß natürlich, dass jeder Mensch anders funktioniert. Nur als kleine Warnung: Die Dinge, die für mich funktionieren, die ich euch in diesem Buch näher bringen möchte, müssen nicht zwangsläufig auch für euch funktionieren. Ihr müsst versuchen meine Worte so zu filtern, dass am Ende ein System herauskommt, welches für euch funktioniert. Ich möchte euch mitnehmen auf diese Reise und wünsche euch viel Spaß und Erfolg bei eurem Zeitmanagement.

Magdalena Lorenz

Inhaltsverzeichnis

1. Kapitel

1.1. Warum sollte man sich eigentlich organisieren?

2. Kapitel

2.1. Die tägliche Planung

2.2. Prokrastination

2.3. Die Wochenplanung

2.4. Das ToDo Buch

3. Kapitel

3.1. Haushaltsorganisation

3.2. Putzpläne

3.3. Morgenroutine

3.4. Abendroutine

3.5. Allgemeine Organisationstipps

4. Kapitel

4.1. Schulorganisation

4.2. Lerntypen erkennen

4.3. Lerntipps

4.4. Prüfungsvorbereitung

4.5. Schriftliche Prüfungen

4.6. Mündliche Prüfungen

4.7. Neues Schuljahr, neues Glück

5. Kapitel

5.1. Motivation

6. Kapitel

6.1. Akten sortieren

7. **Kapitel**

7.1. Stress

7.2. Tipps für ein besseres Zeitmanagement

7.3. Nein sagen

8. **Kapitel**

8.1. Die Zweifel

8.2. Die Angst

8.3. Der Erfolg

9. **Kapitel**

9.1. Organisation am Arbeitsplatz

9.2. Pufferzonen

10. **Kapitel**

10.1. Konzentration

11. **Kapitel**

11.1. Spontaneität

12. **Kapitel**

12.1. Lebensfreude

13. **Kapitel**

13.1. Die Pomodoro Technik

13.2. Wenn der Hintern brennt

14. **Kapitel**

14.1. Ordnung

15. **Kapitel**

15.1. Die Bucketlist

Danksagung

Interviews

Checklisten

1.Kapitel

1.1. Warum sollte man sich eigentlich organisieren?

Zeitmanagement: Viele hätten gerne ein besseres, aber wozu? Wie viel produktiver macht uns Zeitmanagement? Wollen wir uns nur organisieren, um das Beste aus uns herausholen zu können? Wir streben nach Höherem, Weiterem und Besserem. In unserer Gesellschaft gelten Menschen, die viel zu tun haben, generell als sehr produktiv, also ist es grundsätzlich erstrebenswert, „Stress“ zu haben. Doch um wie viel steigert das unsere Leistung tatsächlich?

Wenn man einen Überblick hat über seine Zeit und über die Dinge, die man zu tun hat, ist man fokussierter und motivierter. Außerdem kann man die Zeit, die einem übrig bleibt, besser nutzen und so langfristig glücklicher sein. Es bleibt einem mehr Zeit, um die Dinge zu tun, die einen glücklich machen, zu leben und die kleinen Dinge des Lebens zu genießen. Damit meine ich schlicht, dass ihr euch Zeit für etwas nehmt, das euch ausfüllt, etwas, das euch von innen heraus glücklich macht. Diese so unheimlich glücklich machenden und erfüllenden Dinge sind für jeden etwas Anderes, aber ich bin mir sicher, dass es für jeden etwas gibt, man muss es nur herausfinden. Überlegt euch also, bevor ihr mit dem Planen beginnt, welche Dinge das für euch sind. Denkt dabei an alles, was euch persönlich gut tut und glücklich macht, und nicht nach dem zu gehen, was das Umfeld vielleicht gut finden würde.

Schreibt also nur jene Dinge auf eure Liste, die in euch selber ein Gefühl von Lebensfreude auslösen. Für mich persönlich ist das Planen nicht nur eine Strukturierung des