

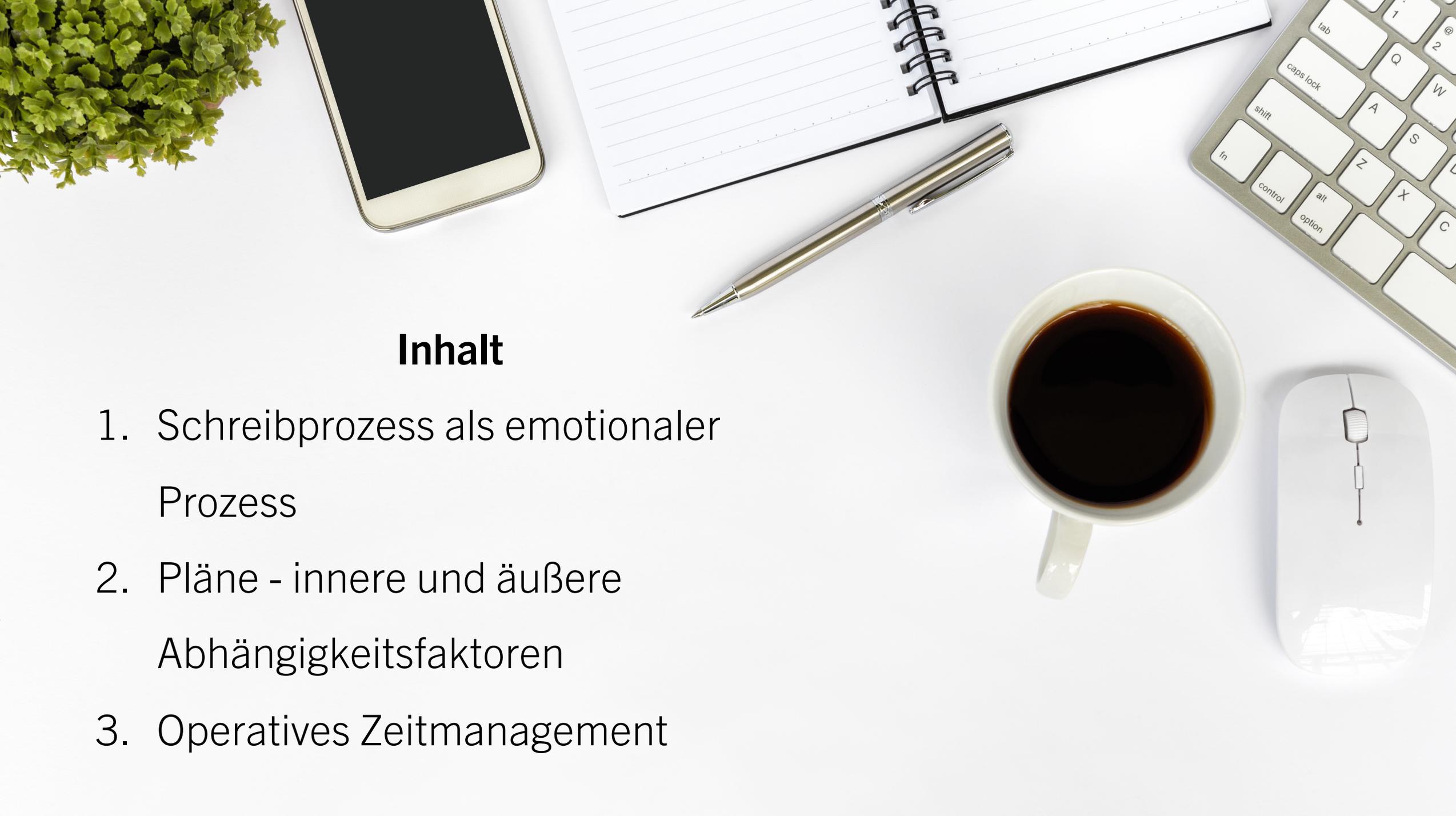
Emotionale Projektphasen und Zeitmanagement- Methoden

9. März 2023

Lange Nacht der Hausarbeiten – Germanistik

Ruprecht-Karls-Universität Heidelberg

Charlotte Carl M.A.



Inhalt

1. Schreibprozess als emotionaler Prozess
2. Pläne - innere und äußere Abhängigkeitsfaktoren
3. Operatives Zeitmanagement



Phasen einer Hausarbeit

**Emotionale Projektphasen/Emotional Cycle of
Change
nach Don Kelley/Daryl R. Connor**

Themenfindung, These

Uninformierter Optimismus

Recherche

Informierter Pessimismus

Textarbeit, Konzeptualisierung, Schreibbeginn

Das Tal der Verzweiflung

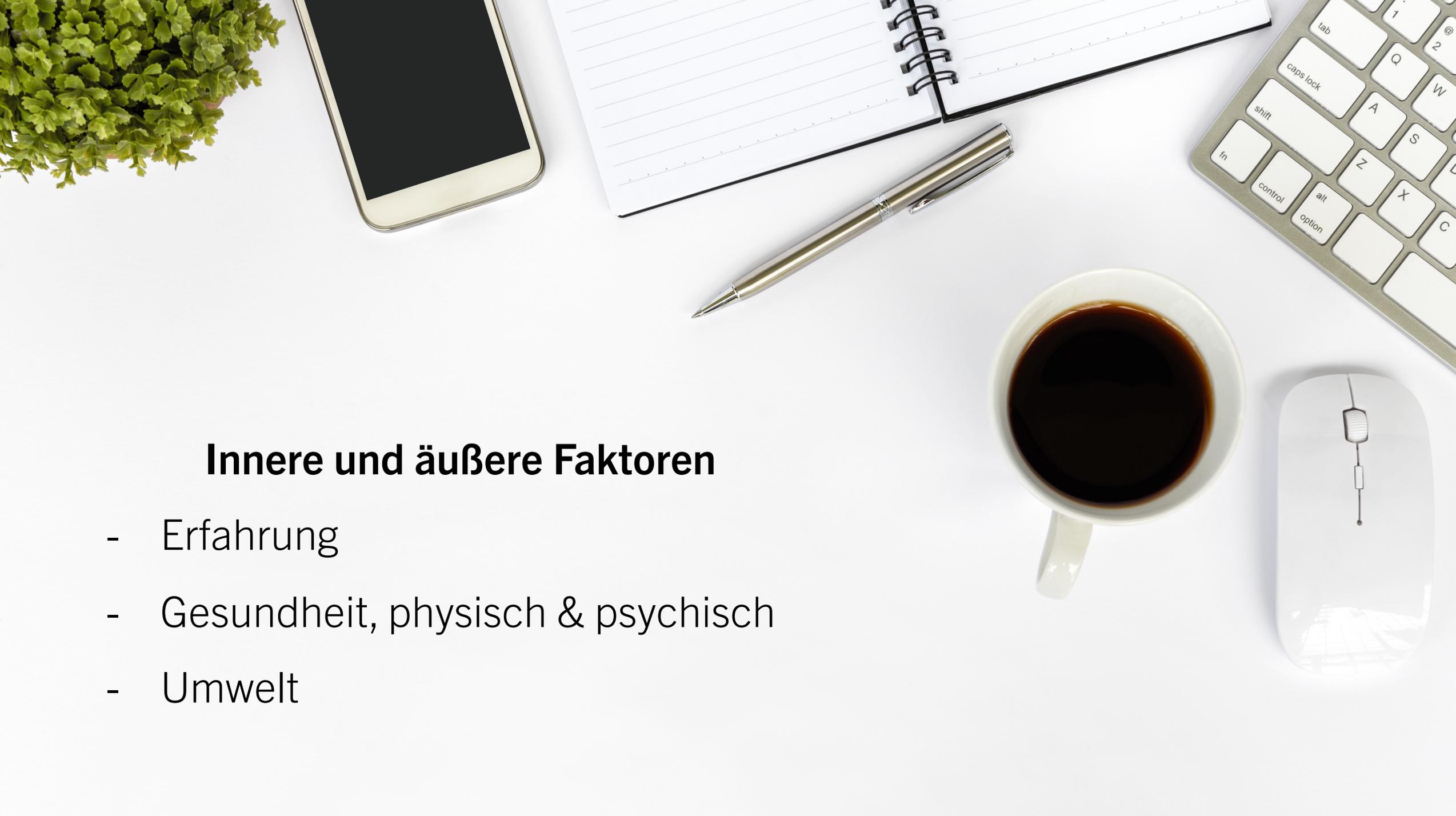
Schreiben

Informierter Optimismus

Abschluss

Abschluss



A top-down view of a desk with various items: a smartphone with a black screen, a spiral-bound notebook with lined pages, a silver pen, a white keyboard, a white mouse, and a white cup filled with dark coffee. A small green plant is visible in the top left corner.

Innere und äußere Faktoren

- Erfahrung
- Gesundheit, physisch & psychisch
- Umwelt

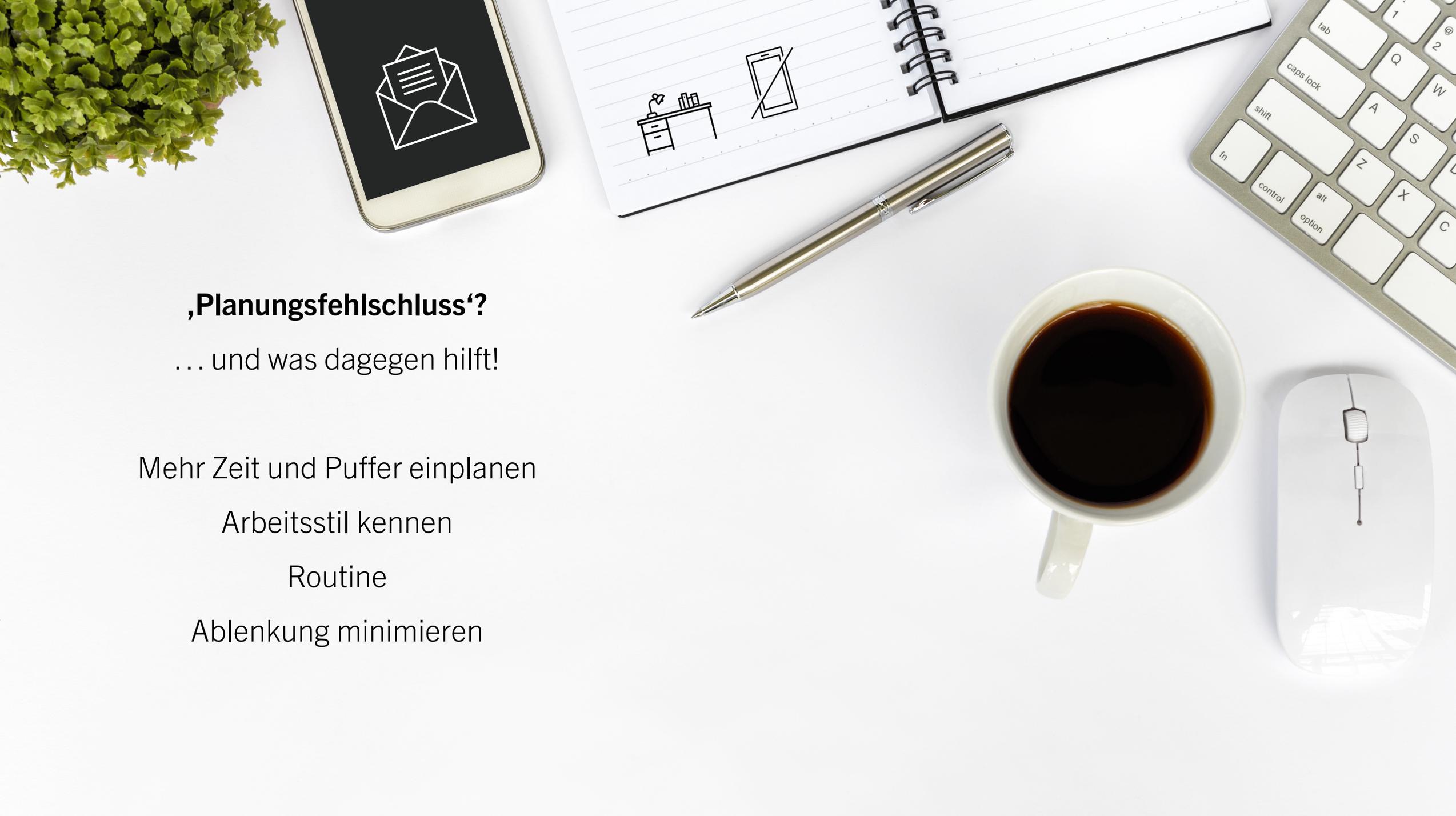


Zeitplan

Phasen einer Hausarbeit

**Emotionale
Projektphasen/Emotional
Cycle of Change
nach Don Kelley/Daryl R.
Connor**

Themenfindung, These	Uninformierter Optimismus	Wochen 1-2
Recherche	Informierter Pessimismus	Wochen 2-3
Textarbeit, Konzeptualisierung, Schreibbeginn	Das Tal der Verzweiflung	Wochen 3-4
Schreiben	Informierter Optimismus	Wochen 3-5
Abschluss	Abschluss	Wochen 5-6



„Planungsfehlschluss“?

... und was dagegen hilft!

Mehr Zeit und Puffer einplanen

Arbeitsstil kennen

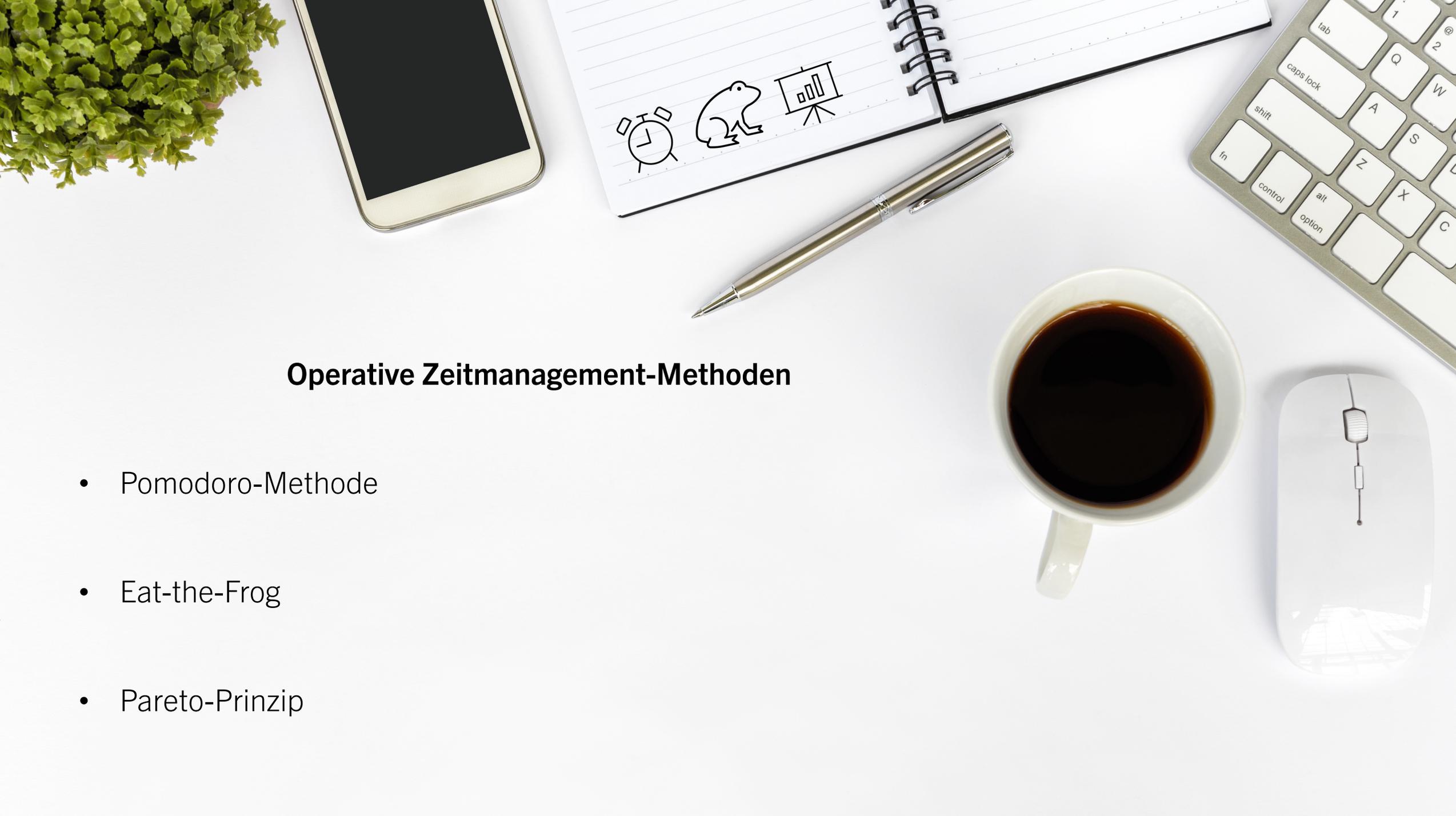
Routine

Ablenkung minimieren



„Monkey-Mind“

und **„Brain-Dump-List“**



Operative Zeitmanagement-Methoden

- Pomodoro-Methode
- Eat-the-Frog
- Pareto-Prinzip



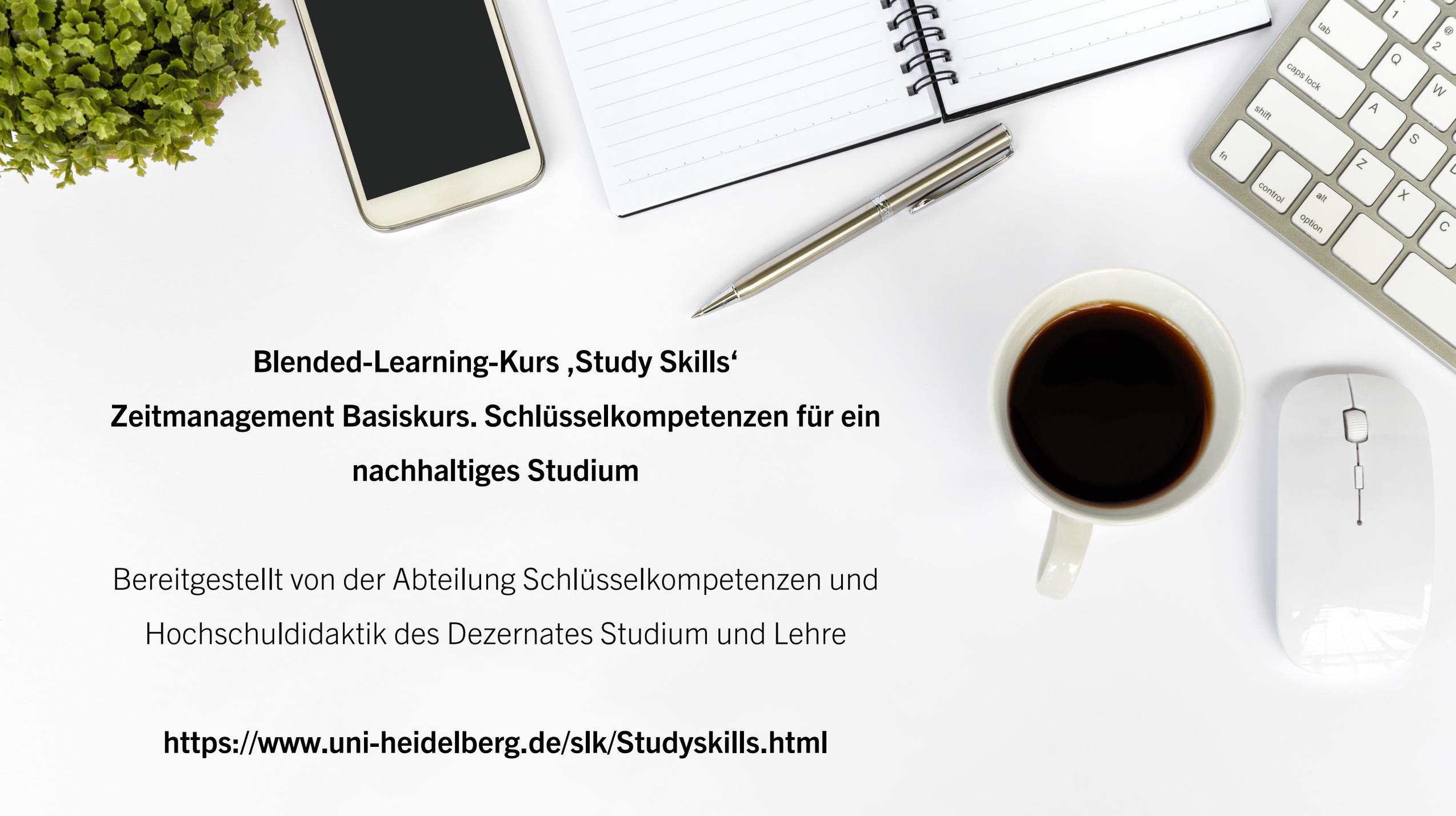
Operative Zeitmanagement-Methoden

- Pomodoro-Methode
- 25 Minuten Arbeitsphase, 5 Minuten Pause
- Zwei Stunden, 30 Minuten Pause
- Timer, Aufgabenplanung



Operative Zeitmanagement-Methoden

- Eat-the-Frog: Das Schwerste zuerst
- Pareto-Prinzip: Das Schwerste zuletzt



Blended-Learning-Kurs ‚Study Skills‘

Zeitmanagement Basiskurs. Schlüsselkompetenzen für ein nachhaltiges Studium

Bereitgestellt von der Abteilung Schlüsselkompetenzen und Hochschuldidaktik des Dezernates Studium und Lehre

<https://www.uni-heidelberg.de/slk/Studyskills.html>