

**Modul Schlüsselkompetenzen  
WiSe 2024/25**

**Übungsblatt 3 – Zeit- & Selbstmanagement**

Modulverantwortliche:

Romy Thomm

Fachbereich Informatik | Hochschule Trier

Abgabetermin:

19.11.2024

**Abgabe von:**

Name, Vorname:

---

Matrikelnummer:

---

**Aufgabe 1: Selbsteinschätzung – Welcher Zeit-Typ bist Du?**

- a) Ordne Dich einem oder mehreren Zeittypen (Mischform), die wir in der Vorlesung besprochen haben, zu und begründe Deine Wahl mit drei Beispielen aus Deinem Alltag.
- b) Reflektiere, welche Vorteile Dein Zeit-Typ hat und welche Herausforderungen er mit sich bringt.

**Zeitfresser halten Dich davon ab, effektiv und produktiv zu arbeiten. Ablenkungen lauern überall. Ehe Du Dich versiehst, hast Du Dich bereits völlig verzettelt.**

- 3

### Aufgabe 3: Zeitplanung

Nenne mindestens drei Vorteile für eine schriftliche Zeitplanung und erläutere diese Vorteile.

#### **Aufgabe 4: Prioritätensetzung im Studium**

- a) Beschreibe, warum Prioritäten im Studium wichtig sind, und nenne ein konkretes Beispiel.
- b) Erkläre, welche Folgen entstehen können, wenn Prioritäten nicht richtig gesetzt werden.

### Aufgabe 5: Vorteile des Selbstmanagements

Nenne und erläutere drei konkrete Vorteile des Selbstmanagements für Studierende. Beziehe Dich dabei auf typische Studienanforderungen.

[Gehe auf Vorteile wie Stressreduktion, Effizienzsteigerung oder bessere Work-Life-Balance ein und verknüpfe diese mit Beispielen aus dem Studium, z. B. Klausurvorbereitung, Gruppenarbeiten oder Nebenjobs]