

Jetzt bist du dran!

# Abgespaced!\*

Spaced Retrieval Practice ist wirklich unheimlich effizient! Wie willst du es für dich nutzen? Denke jetzt gerne alle Dinge, die du in den nächsten Wochen lernen musst oder willst – für eine Prüfung, für die Arbeit, oder im Privaten. Notiere dir bitte deine Antwort auf die folgenden Fragen:

**1. Wann kannst du regelmäßig, möglichst oft – gerne täglich! - lernen? (Notiere deine Antwort vielleicht am besten in deinem Kalender.) Es reicht, wenn du Zeitfenster von 10-15 Minuten findest.**

**2. Welche Themen willst du in diesen Zeitfenstern lernen? Wechsele die Themen immer wieder ab und lasse die Abstände größer werden. Vielleicht kannst du dir gegen Ende sogar freie Tage gönnen.**

**3. Wie genau willst du in diesen Zeitfenstern lernen? Denke an die Lernziele und daran, dass du aktiv sein musst. Elaboriere und/oder prüfe dein Wissen, indem du mit Karteikarten lernst, Aufgaben rechnest usw.**

\*Übrigens schreibt man „abgespaced“ scheinbar so: „abgespact“. Das finde ich allerdings grausam und darum nutze ich hier die falsche Schreibweise!