26.4.2025

Author

FRIEDERICI, Dennis-Pascal

Title

Eine Untersuchung mit Studierenden über den Umgang mit ihrer Zeit / von Dennis-Pascal Friederici

Publication year

2018

Source/Footnote

In: die hochschullehre : interdisziplinäre Zeitschrift für Studium und Lehre. - Hamburg. -19 (2018) 6, S. 277 - 298, Internet: http://www.hochschullehre.org/?dl_id=157

Inventory number

47662

Keywords

Wissenschaftliche Literatur ; Studentenschaft : Studienverhalten

Abstract

In einem Seminar zu wissenschaftlichen Arbeitstechniken bearbeiteten Studierende u. a. das Thema Zeitmanagement. Ein wesentlicher Schritt zur effizienteren Nutzung der eigenen Zeit bestand dabei darin, sich des eigenen Verhaltens bewusst zu werden. Diese bewusst gewordenen Verhaltensmuster werden persönlichen Zielen gegenübergestellt, woran ein individueller Entscheidungsprozess über das weitere Vorgehen anknüpfte. Die vorliegende Studie bestand im Kern aus einer einwöchigen, intensiven Selbstbeobachtung mit stündlicher Aufzeichnung der Aktivitäten. Die Teilnehmer/-innen bekamen außerdem vor und nach dieser Intervention und noch einmal sieben Wochen später einen standardisierten Fragebogen ausgehändigt, der messen sollte, ob Veränderungen in der Planung, Zielsetzung, Organisation und Zeitnutzung verursacht wurden. Die Auswertung der Daten zeigte zwar eine signifikante Änderung in der Zeitnutzung, jedoch keine in den anderen Bereichen. (HRK / Abstract übernommen)