

# Verantwortung Tag 3 • Persönliche Verbindung

**RAK-Definition:** Verantwortung bedeutet, dass Sie zuverlässig die Dinge tun, die von Ihnen erwartet oder verlangt werden.

In dieser Lektion untersuchen die Schüler Verantwortung aus der Perspektive von etwas, mit dem wir alle zu kämpfen haben: dem Aufschieben.

## Wöchentliche Ziele

Die Schüler werden:

- ☐ Analysieren Sie sowohl persönliche als auch unternehmerische Verantwortlichkeiten.
- ☐ Bewerten Sie ihre Gemeinschaft unter dem Gesichtspunkt der Verantwortung.

## Ressourcen / Materialien

- ☐ **VIDEO:** [Im Kopf eines Meister-Zauderers | Tim Urban](#)

## Reflektieren / Bewerten

**Leistungen:**

- ☐ Tägliche Teilnahmepunkte
- ☐ **Eintrag im Verantwortungsjournal:** Was sabotiert meine Zeit und bringt mich dazu, etwas aufzuschieben? Was kann ich tun, um erfolgreich zu sein, wenn es darum geht, Dinge zu tun, die ich eigentlich nicht tun möchte?

## Aktie

**Diskussionsstarter:**

Aufschub bedeutet, dass wir Dinge aufschieben, die von uns verlangt oder erwartet werden.

- Fällt es Ihnen leicht, die von Ihnen erwarteten oder geforderten Dinge umzusetzen, oder stellen Sie fest, dass Sie sie aufschieben oder aufschieben?
- Was passiert, wenn wir zögern?
- Warum zögern Menschen Ihrer Meinung nach, wenn sie wissen, dass sie etwas zu tun haben?



## Inspirieren

**Betrachten:** [Im Kopf eines Meister-Zauderers | Tim Urban](#)

**Diskussion in großer Gruppe:**

- Was halten Sie von der Analogie des Sprechers? Haben Sie schon einmal den „Affens der sofortigen Befriedigung“ oder das „Panikmonster“ erlebt?



## Ermächtigen

Führen Sie die Schüler durch Strategien, die ihnen helfen können, ihre Zeit besser zu verwalten. Bitten Sie die Schüler, mitzuteilen, was sie tun, um ihre Zeit und ihren Zeitplan zu verwalten. Fügen Sie diese dann zur Liste hinzu:

- [Die Pomodoro-Technik](#)
- [Probieren Sie Apps aus, mit denen Sie die Produktivität verfolgen können, z. B. 30/30](#)
- [Führen Sie eine Zeitprüfung durch, um zu sehen, wo Ihre Zeit tatsächlich vergeht](#)
- [Erstellen Sie eine Eisenhower-Box, um Ihre Aktivitäten zu priorisieren](#)



Bitten Sie die Schüler, zu üben **eins** dieser Strategien für die nächste Woche und berichten über ihre Ergebnisse.