

# GRUNDFÖRUTSÄTTNINGAR FÖR LYCKADE STUDIER

Vuxenutbildningen i Härryda

# En del lyckas med sina studier och andra misslyckas. Varför?

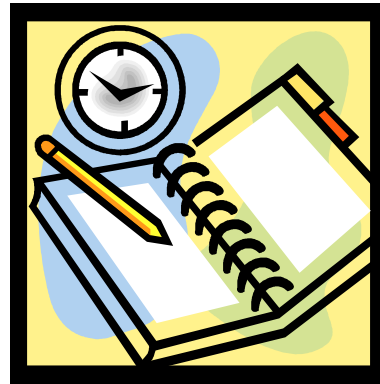
Jo, de som lyckas har **tydliga strategier** som du kan läsa om här.

De som misslyckas gör tvärtom.



# Tid att studera

- Se studierna som ett heltidsarbete.
- Lämna barnen i förskolan.
- Lär dig prioritera studierna under arbetsveckan!



# Skaffa dig en almanacka eller använd den i mobilen

- Planera dina studier, gör ett schema varje vecka.
- Följ det!!!



# Ordna en trevlig studieplats i hemmet

- Det ska vara mysigt att sitta där, inte avskräckande.



# Gå på alla lektioner

- Det blir mycket enklare då!



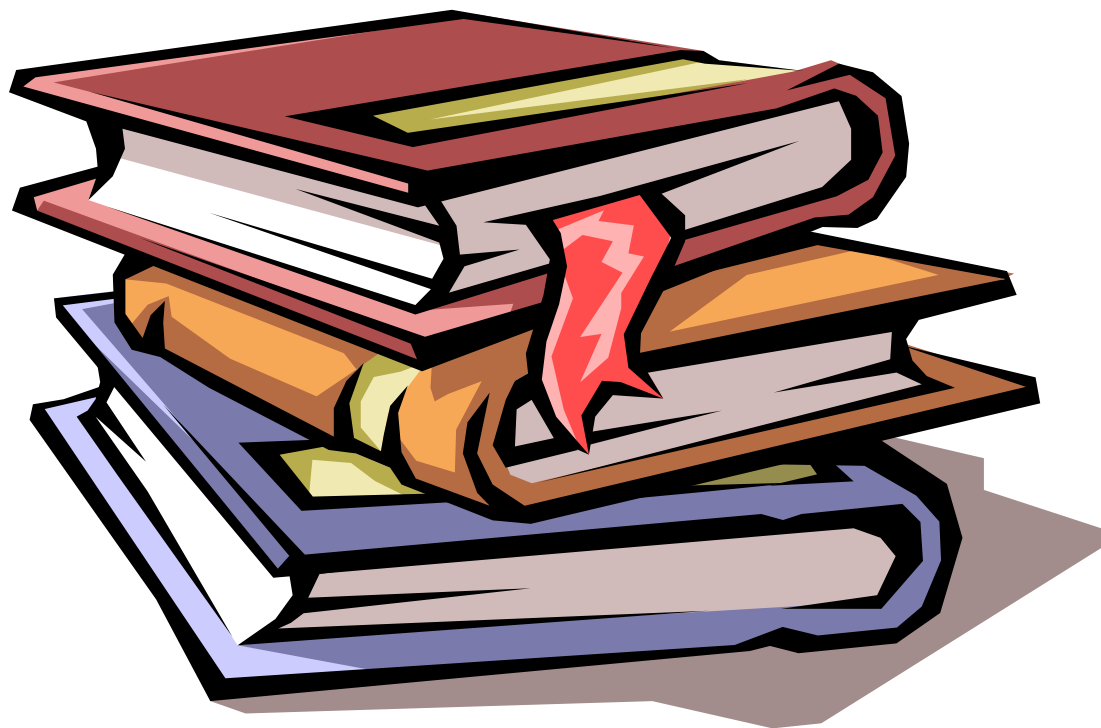
# Ge dig själv ledigt från studierna i ditt schema

- Följ det. Bestäm att du ska göra så och så då o s v.



**Skaffa dig en skolväska med plats för  
mappar och böcker.**

**Lägg upp mappar i datorn.**





# Skaffa dig en fin anteckningsbok

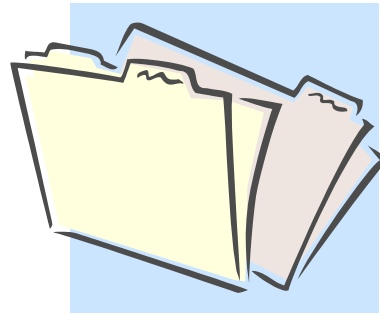


**Skaffa pennor, gärna med  
olika färger**



# Skaffa dig mappar

- En för varje ämne, både på datorn och i papper/ plast. Håll ordning!



# Tänk positivt!

- "Det här klarar jag!", "Det ordnar sig!"



**Var motiverad!**

# Undvik att gå runt bland kamrater och klaga över hur jobbigt allt är.

- Stress smittar även på dem som inte är stressade. Att älta stress leder bara till att du blir ännu mer stressad. Många stressade lägger ner större delen av sin studietid på att tala om sin stress istället för att studera vilket leder till ännu mer stress. **FOKUSERA DIG PÅ STUDIERNNA.** Är din studietakt för hög skall du tala med läraren om hur du drar ner på tempot och kanske sänker din ambitionsnivå.

# Ta ansvar!

- Lägg inte över ansvaret för dina studier på andra.

# Skaffa dig mailadresser

- Samla in dina kurskamraters kontaktuppgifter. Dialog och kontakt med kurskamrater är oerhört värdefullt för dina studieresultat.





# Gör en målbild av dig själv vad du gör om två år (lyckad bild)

- Se på dig och det du helst av allt vill göra i framtiden.

