

Abschlussübungen zu Training III

Mit einem Text arbeiten

- **Setze in die Lücken passende Derivate* der Wörter in Klammern ein. Beachte die Groß- und Kleinschreibung des jeweils neu gebildeten Wortes.**
- **Finde alle Fehler bei der höflichen Anrede und korrigiere diese.**
- **Formuliere die unterstrichenen Begriffe im Nominalstil.**
- **Getrennt oder zusammen? Entscheide dich für die korrekte Schreibung der in Großbuchstaben geschriebenen Wörter und setze sie richtig ein.**

* das Derivat:
Ableitung

Neigen sie zum Prokrastinieren?

„Gäbe es die letzte Minute nicht, so würde niemals etwas fertig“, wusste schon US-Autor Mark Twain – und sprach damit Generationen von prokrastinierenden Menschen aus der Seele. Kaum jemand, der das Phänomen der Prokrastination* oder Aufschieberitis nicht aus eigener _____ (erfahren) kennt. Schließlich gibt es für jeden von uns die eine oder andere _____ (notwendig) auf der To-do-Liste, die einen so sehr stresst oder auch nervt, dass man sie einfach unentwegt _____ (VORSICHERSCHIEBT).

* die Prokrastination:
Erledigungsblockade,
Handlungsaufschub

Aufschieberitis: Ein hausgemachtes Problem

Besonders perfide ist natürlich, dass diese unerledigten _____ (verpflichten) einen trotzdem ständig _____ (gedenken, Adj.) quälen und verfolgen und man diese „Mental Load“ bis zu ihrer _____ (erledigen) unentwegt mit sich _____ (HERUMTRÄGT). Es kommt auch vor, dass man sogar andere, auch nicht erfreulichere Aufgaben lieber _____ (ÜBERNIMMT), als das anzugehen, was man eigentlich tun sollte oder müsste. Menschen, die gerade eine Abschlussarbeit für Universität oder FH verfassen müssen, putzen schlagartig häufig sehr gründlich ihre Küche. Und bevor man seinen Lohnsteuerausgleich macht, der einem _____ (voraussehen, Adj.) gutes Geld einbringt, aber einige Stunden am Schreibtisch kostet, trifft man sich lieber mit einem Bekannten, dessen nervige Art man eigentlich auch schlecht aushält. Als Ausrede dafür können aktuelle Forschungsergebnisse dienen, die besagen, dass Prokrastination zum Teil anerzogen sei und womöglich vererbt sein kann. Ein geringer Trost, schafft die Aufschieberitis doch nicht selten Stress, Frust und Probleme und man kann sich derart daran gewöhnen

* perfide:
gemein,
heimtückisch

_____, dass man sich zu bestimmten Dingen grundsätzlich nur schwer aufrufen kann.

Dass man sich damit unnötig selbst das Leben schwer machen kann, zeigt eine Erfahrung, die auch nicht wenige erleben, die lieber morgen als heute aktiv werden. Ringt man sich nämlich doch dazu durch, den inneren Schweinehund zu _____ (ÜBERWINDEN) und die ungeliebte Aufgabe endlich anzugreifen _____, ist man oftmals verwundert, wie rasch sie eigentlich erledigt werden konnte. Und diese lächerliche Kleinigkeit hat man nun ewig vor sich hergeschoben und sich deshalb ständig mit einem schlechten Gewissen gequält?

Natürlich gibt es auch Menschen, die mit großer Konsequenz immer gleich alles abarbeiten, was eben erledigt gehört, ohne sich zu beklagen oder sich selbst durch ständiges Aufschieben im Weg zu stehen. Angeblich.

Und was schieben sie so auf?

Schieben sie häufig etwas vor sich her? Was sind das für Aufgaben, die sie so sehr nerven? Was sind ihre liebsten Ersatzbeschäftigungen für lästige To-dos? Und gibt es vielleicht sogar etwas, das sie eigentlich jetzt gerade dringender tun müssten, als diesen Artikel zu lesen? Posten sie es im Forum!

Daniela Herger: Neigen Sie zum Prokrastinieren? In: derstandard.at, 22. 5. 2023