Alltagsroutinen…!?

Was heißt das eigentlich?

Beim Autofahren kann man merken, was eine *Routine*tätigkeit ist. Man muss dabei nicht mehr groß nachdenken: Schalten, Gas geben, bremsen, alles funktioniert reibungslos. So kann man sich voll und ganz auf die Verkehrssituation konzentrieren.

1. Überlege, bei welchen Abläufen, Tätigkeiten oder Handlungen Du *Alltagsroutinen* hast. Berichtet Euch gegenseitig.

2. Gibt es auch „störende“ *Alltagsroutinen*?

   Auf welche Alltagsroutine würdest Du auf keinen Fall verzichten wollen?

3. Tauscht Euch gegenseitig aus und diskutiert Vor- und Nachteile von Alltagsroutinen.

Alltagsroutinen

Vor- und Nachteile von Alltagsroutinen:

Vorteile

- Erfahrungen nutzen
- 100% Fertigkeit/Können - es geht einem leicht von der Hand
- Regelmäßigkeit / Struktur im Alltag
- Verlässlichkeit/ Sicherheit

...

Nachteile

- Trott - man denkt gar nicht mehr darüber nach
- Gefühl in einer „Mühle“ zu sein, wie ein Hamster
- Immer das Gleiche, es passiert nichts Neues.
- Man lernt nichts Neues mehr kennen.

...

Quelle: https://www.dwds.de/wb/Routine [abgerufen am 07.11.2020]