

Über den Sinn handschriftlicher Notizen

Beitrag von „CDL“ vom 13. August 2025 18:06

Alles, was mir persönlich, also privat, wichtig ist und über reine Alltäglichkeiten wie Einkaufslisten, Termine, etc. hinausreicht wird handschriftlich notiert. In der Reha habe ich mir so gerade- trotz aller Reader, die es vielfach zum Mitnehmen gab mit den Präsentationsfolien- ein ganzes Notizbuch vollgeschrieben mit neuem Input, sowie dessen Bezug zu mir und daraus resultierenden Ansätzen zur Umsetzung, damit ich weiter gesünder werden kann. So kann ich jetzt zuhause gut weiterarbeiten, konnte aber auch in der Reha bereits ganz anders mitarbeiten, nicht nur, weil ich meine Notizen immer parat hatte, sondern auch, weil ich das neu Gelernte ganz anders verinnerlichen konnte dank der Mitschrift.