

Att dagligen föra en lärjournal

Introduktion

En mycket värdefull sak som du kan göra i ditt lärande är att föra en daglig lärjournal. Några av er har aldrig tidigare fört journal/dagbok/loggbok och vill inte starta med det nu heller. Det är upp dig hur bra det blir, varför inte göra en test?

Fördelar

Vilka är då fördelarna med en lärjournal:

Den utgör din första registrering av ditt intryck av ämnet. När du börjar utforska ett ämne ser du saker och ting med öppet sinne. Senare när saker och ting blivit välkänt kommer du inte att lägga märke till en del saker. Det är där både intressant och värdefullt att registrera vad du tänkte och kände när du först lärde känna det ämne du studerar.

Du håller reda vad du gör när du tillämpar ämnet både på ett strukturerat och ett ostrukturerat sätt. Detta är värdefullt för att utvärdera ditt lärande och att se om och i så fall vad som kan förbättras.

Du noterar hur du känner för det du gör varje dag. Hela "känslområdet" är mycket viktigt för lärandet. Genom att skriva ner och notera eventuella negativa känslor kan du samtidigt få hjälp att undersöka vad som orsakar dem, och det kan hjälpa dig att lösa upp problemen. Att skriva ner positiva känslor kan uppmuntra dig och få dig att arbeta vidare.

Saker att göra

Vad skall då finnas med i den dagligt förda lärjournalen:

Numrera alla sidor och datera varje uppgift som du för in i lärjournalen. Detta gäller oberoende av om du använder en anteckningsbok eller ett ordbehandlingsprogram i din dator.

Notera i lärjournalen vad du gör varje dag, både på ett formellt och ett informellt sätt. Tag med så många detaljer som möjligt.

Skriv hur du känner för det som händer, notera särskilt speciellt positiva och negativa känslor.

OBS – En lärjournal är inte detsamma som föreläsninganteckningar!!!