

# Mit 5 Minuten anfangen

Um den Ball ins Rollen zu bekommen und Startschwierigkeiten zu überwinden



**1** Überlege dir, welche Lernaktivität(en) du schon lange aufschiebst.



**2** Wähle eine Lernaktivität aus, die auf deiner Prioritätenliste ganz oben steht oder die dir am schwierigsten erscheint.



**3** Widme den Lerninhalten 5 Minuten deiner Zeit und tue danach etwas anderes ... oder mache weiter.