

Jetzt bist du dran!

Was bringst du mit?

Nur wenn du in diesem Kurs aktiv mitdenkst und mitarbeitest, kannst du Strategien entwickeln, die *für dich* persönlich in *deinem* Alltag hilfreich sind.

Deshalb notiere dir bitte deine Antwort auf die folgenden Fragen:

1. Was und wann prokrastinierst du tendenziell am meisten? Tippe direkt ins PDF!

2. Was könnte sich in deinem Leben verändern, wenn du nur 20 % so viel prokrastinieren würdest?

3. Was glaubst du, was dir helfen würde, weniger zu prokrastinieren?