

Snelle tips om te starten met studeren

5 minuten plan

Moeite om te beginnen? Deze aanpak kan helpen.

Spreek met jezelf af dat je voor vijf minuten aan een studietaak gaat beginnen. Na vijf minuten kun je voor jezelf afwegen of je bereid bent om er nog eens vijf minuten aan vast te plakken. Deze aanpak is echt vrijblijvend bedoeld. Je hoeft dus niet nogmaals vijf minuten aan de slag. Wel is het zo dat veel studenten de studietaak nog best vijf minuten kunnen volhouden, nu ze er eenmaal aan begonnen zijn.

Stukje bij beetje benadering

Heb je een studieachterstand opgebouwd? Ben je ontmoedigd en weet je niet waar te beginnen? Geen nood! Begin aan een concreet stukje van je studieklausuur dat voor jou haalbaar is, bijvoorbeeld het lezen van een pagina of het mailen van een studiegenoot. Daarna kun je voor jezelf afwegen of je nog door wilt gaan. Schrijf dan voor jezelf nog een aantal concrete klussen op die je kunt bedenken. Zo maak je die lastige berg met studieklassen steeds kleiner!

Supertip: doe je smartphone uit als je deze tips gaat uitproberen!