

# VIER NIEUWE Studietips voor studenten(huizen)

---

*Dus niet die standaard tips die je al kent zoals:*

- *houd een ritme... Ja duuhuuu vertel eens wat nieuws*
- *Stel niet uit.... Ja joehoeeee hoe dan?*
- *Haal afleiding weg... DE ZON! Die kan je toch niet weghalen?!*

*Deze tips zijn gebaseerd op het  
principe van sociale druk en hoe je  
deze kan benutten!*

Succes!

Namens Roos en huisgenootjes van het Nathan Straus  
huis

# TIP 1: CREËER GROEPSDRUK

## De THUIS-UB

### Optie 1

Als een huisgenoot niet thuis is, kan je vragen of diegene zijn/haar kamer gebruikt mag worden als UB. Wat tafels verplaatsen en klaar.

### Optie 2

Je kan ook je meer studieplekken maken op je eigen kamer of die van iemand anders. Bijvoorbeeld een stilleruimte en een kamer waar wel gepraat mag worden of muziek aan staat.

### Wat heb je daar aan?

Nou, als je huisgenootjes zien wat je aan het doen bent dan valt het wel op als je de halve dag op youtube zit..

## TELFON BELEID

Zet je telefoon op stil en ruil met die van een huisgenootje. Als je hem dan wil moet je het vragen... en die drempel is veeel groter dan wanneer hij gewoon op tafel ligt



# TIP 2: MAAK EEN DOELENBORD

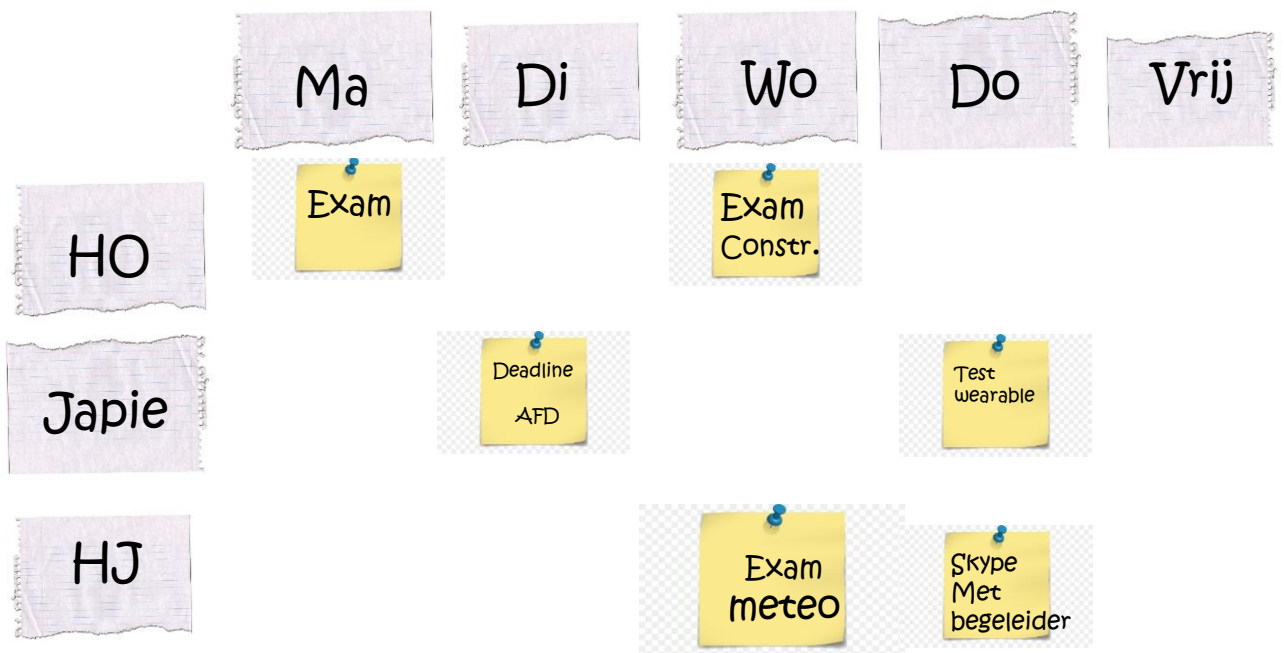
Waarom? Zodat je tegen je huisgenootjes kan zeggen:

“Je moest toch ook nog studeren voor dat vak?”

“Hoe gaat het met je deadline voor...?”

“Was het nog gelukt met die opdracht voor ....?”

En zodat je ze nog wat motivatie kan inpraten



	Ma	Di	Wo	Do	Vrij	Za	Zo
HO	hardlopen	Fietsen	Hardlopen	Online Ballet	Hardlopen	Fietsen	
Smik		Hardlopen		Hardlopen			
Fre	Fietsen met Chris	Hardlopen	X-Insta workout				
HJ1	Workout core	Ergo		Ergo			Ergo
HJ2			Hardlopen		Hardlopen		

# TIP 3: GEZAMENLIJK RITME

Echt heel gezellig pauze houden met al je huisenootjes. Maar als iedereen op een ander moment pauze gaat houden kan je natuurlijk gewoon met iedereen z'n pauze meedoen en de hele dag in de zon zitten...

DUS:

1. Spreek pauze tijden af
2. Trek iedereen van z'n studieplek als het zo laat is!
3. Maar zorg ook dat iedereen weer naar de studieplek als die pauzetijd voorbij is

Misschien gaat dit wat ver, maar je zou kunnen afspreken dat als iemand zich doordeweeks voor 9 uur nog niet heeft laten zien, die toch even uit zn bed getrommeld wordt.

Extra tip: Zorg dat je omstebeurt iets klaarmaakt voor de pauze. Bijvoorbeeld koffie, zelfgemaakte icetea, taart (goed excuus om te bakken) of bier en een borrelplank om 17:00



# TIP 4: SOCIALE DEADLINE

Je studiewerk is een grote hoop geworden. Ze zeggen dan wel: deel het op in stukjes en maak er haalbare doelen van. Maar hoe zorg je dat, als het stellen van een haalbaar doel is gelukt, je dat doel ook behaald?

1. Zoek een studybuddy (iemand die hetzelfde vak volgt maar het kan ook iemand anders zijn)
2. Spreek af wat (dus welk haalbaar doel) je gaat bereiken voor wanneer
3. Op het afgesproken moment ga je bellen/skypen/zoomen en geef je de ander een bijvoorbeeld een mini presentatie met een samenvatting van wat je hebt gestudeerd, of stuur je je aantekeningen. Daar heeft de ander dan ook meteen wat aan!
4. Is het gelukt? Nice. Is het niet gelukt? Dan heeft je buddy misschien nog wat bemoedigende woorden/ een goede uitleg/ zegt nog even dat je wat moet gaan doen met je luie reet

