



## 8. Nachtschicht@UBS

Kampf der „Aufschieberitis“ oder wie man den inneren Schweinehund besiegt

Bereits zum 8. Mal rief die Universitätsbibliothek Salzburg am 24.01.2019 gemeinsam mit der ÖH Salzburg zum Kampf gegen den inneren Schweinehund auf.

Alle Interessierten waren eingeladen unvollendete, aufgeschobene Arbeiten in einer gemeinsamen Schreibnacht in der Hauptbibliothek voranzutreiben oder sich auf bevorstehende Prüfungen vorzubereiten. Die Erfahrung der letzten „Nachtschichten“ hat gezeigt, „geteiltes Leid ist halbes Leid“.



Der Prokrastination, landläufig auch „Aufschieberitis“ genannt, wurde mit dieser langen Nacht des Schreibens und Lernens der Kampf angesagt. Ein kompetentes Team von BibliothekarInnen leistete Hilfe zur Selbsthilfe für Studierende aller Fachrichtungen.

Entspannungs- und Konzentrationseinheiten verhalfen zu Topleistungen und das auch noch nach Mitternacht!

Und wenn der Schweinehund drohte die Oberhand zu gewinnen, dann unterstützten ExpertInnen der psychologischen Studierendenberatung mit wertvollen Tipps und Tricks, um aus dem Formtief zu kommen.



Weitere fotografische Eindrücke finden Sie in der [Bildergalerie](#).