

AB5

Ihre persönlichen Ablenkungsstrategien

Schnelle Ablenkung (z.B. Radio hören)...

Ablenkung, die etwas länger dauern kann (z.B. ins Schwimmbad gehen)...

Ablenkung, die (beinahe) gratis ist (z.B. ein Buch lesen)...

Ablenkung, die etwas teurer ist (z.B. Konzertbesuch)...