



**Workshop für
Studierende der
Beruflichen und
Betrieblichen Bildung**

Selbst- und Zeitmanagement

Studienorganisation und -motivation,
Stressbewältigung und Umgang mit
schwierigen Situationen



- ✓ Study-Life-Balance & individuelle Studienplanung
- ✓ Eliminieren von Zeitdieben und Setzen von Prioritäten
- ✓ Realistische Zeit- und Ablaufplanung im Studium
- ✓ Strategien zur Stressbewältigung & Umgang mit schwierigen Situationen im Studium

Termine:

Samstag, den 25. Oktober und
Sonntag, den 26. Oktober 2014

jeweils von 9-17 Uhr

Phil I, Raum E4

Bitte anmelden über Stud.IP:
<https://studip.uni-giessen.de>

Kontakt: Melanie Knaup, ZfL
melanie.knaup@zfl.uni-giessen.de

Dozentin: Sandra Rabung