



Stress im Studium?

- Du könntest Deine Fähigkeiten eigentlich besser nutzen?
- Schwierigkeiten bei der Prüfungsvorbereitung?
 - Startschwierigkeiten an der Uni?
 - Zu viel zu tun und zu wenig Zeit?
- Unzufrieden mit dem Studium?
- Persönliche Probleme, die das Studium beeinträchtigen?

Stressbewältigung von Studierenden für Studierende

„bevor aus kleinen Problemen große Probleme werden“

Wir bieten u.a.:

- Analyse der individuellen Studien- & Lebenssituation
- Lösungsorientierte Beratung bei aktuellen Problemen/Schwierigkeiten
- Verdeutlichung persönlicher Stärken & Fähigkeiten
- Training von Lern- & Arbeitstechniken (z.B. Vorbereitung auf Referate, Prüfungen)
- Zeitmanagement & Stressbewältigung

in mehreren vertraulichen und **kostenfreien** Gesprächen mit einem persönlichen Coach (speziell geschulte Psychologiestudierende in höheren Semestern).

Nähere Informationen/Anmeldung unter: stress@psychol.uni-giessen.de

Eure Ansprechpartnerin:

Dipl.-Psych. Christine Koddebusch,

Abteilung für Klinische Psychologie und Psychotherapie