

KURSE

Sommersemester 2020



Achtsamkeit

Beginn 27.04.2020

Aufmerksamkeits- und Konzentrationstraining

Beginn 05.05.2020

Coaching bei Prüfungsangst

Beginn 23.04.2020

Coaching bei Prüfungsangst – Crashkurs

Beginn 24.09.2020

Coaching bei Prüfungsangst – Online-Kurs

Infos www.pbs.uni-mainz.de/online-beratung

Depressionen vorbeugen

Beginn Kurs A 05.05.2020
Kurs B 22.06.2020
Kurs C 13.08.2020

Emotionsregulation

Beginn 24.06.2020

Schluss mit dem Aufschieben

Beginn Kurs A 06.05.2020
Kurs B 27.05.2020

Schreibblockaden überwinden

Beginn 09.06.2020

Schreibblockaden überwinden – Online-Kurs

Infos www.pbs.uni-mainz.de/online-beratung

Selbstwert stärken

Beginn Kurs A 28.05.2020
Kurs B 17.06.2020
Kurs C 16.07.2020

Soziale Kompetenz stärken

Beginn Kurs A 07.05.2020
Kurs B 31.08.2020

Strategien gegen Redeangst

Beginn 02.07.2020

Stressbewältigung

Beginn Kurs A 12.05.2020
Kurs B 16.07.2020

Stress Management for international students

Beginn 06.05.2020

Zeitplanung und Lernen

Beginn 05.06.2020

Zurück ins Studium

Beginn 27.04.2020

Weitere Informationen und
Anmeldung unter:
www.pbs.uni-mainz.de

ANMELDUNG NUR ONLINE MÖGLICH