

KURSE

Wintersemester 2022/23



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

ANMELDUNG ONLINE MÖGLICH

Achtsamkeit

Beginn 21.11.2022 (digital)

Aufmerksamkeits- und Konzentrationstraining

Beginn Kurs A 09.11.2022 (digital)
Kurs B 11.01.2023 (digital)

Coaching bei Prüfungsangst

Beginn 10.11.2022 (digital)

Coaching bei Prüfungsangst – Crashkurs

Beginn 26.01.2023 (digital)

Coaching bei Prüfungsangst – Online-Kurs

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

Depressionen vorbeugen

Beginn Kurs A 10.11.2022 (digital)
Kurs B 09.01.2023 (digital)
Kurs C 23.02.2023 (digital)

Emotionsregulation

Beginn Kurs A 08.11.2022 (digital)
Kurs B 12.01.2023 (digital)

International workshop: overcoming a bad mood

Start 25.11.2022

Online-Beratung bei anhaltenden körperlichen Beschwerden (iSoma)

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

Schluss mit dem Aufschieben

Beginn Kurs A 14.11.2022 (digital)
Kurs B 16.01.2023 (digital)

Schreibblockaden überwinden – Online-Kurs

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

Selbstwert stärken

Beginn Kurs A 03.11.2022 (digital)
Kurs B 09.01.2023 (digital)
Kurs C 07.02.2023 (digital)
Kurs D 09.02.2023 (digital)

Sicher und souverän dolmetschen (Germersheim)

Beginn 19.11.2022 (in Präsenz)

Soziale Kompetenz stärken

Beginn Kurs A 16.11.2022 (digital)
Kurs B 06.02.2023 (digital)

Strategien gegen Redeangst

Beginn 12.01.2023 (digital)

Stressbewältigung

Beginn Kurs A 08.11.2022 (digital)
Kurs B 10.01.2023 (digital)

Zeitplanung und Lernen

Beginn 01.02.2023 (digital)

Zurück ins Studium

Beginn 04.11.2022 (digital)