

Psychologische Beratungsstelle der KH SoSe 2012

Anne Amann-Kaiser
Diplompsychologin
Psychologische Psychotherapeutin



- **Beratung/Begleitung** bei allen Fragen und Problemen im Studium und im privaten/persönlichen Bereich,
insbesondere: Lern- und Prüfungsprobleme
Schreibprobleme
Arbeitsstörungen
Fragen zur Studieneignung
- **Gruppenangebote und Vorträge** zu studienrelevanten Themenbereichen

Zimmer 1015, 1. Stock, rechts
Tel. 06131/28944-18
e-Mail: amann-kaiser@kh-mainz.de

Angebote auf einen Blick

Anwesenheitszeiten: Montag 9.30 – 18.00 Uhr
Mittwoch 9.30 – 18.00 Uhr
Freitag 9.30 – 13:30 Uhr

Sprechzeiten: Montag 12 – 13.00 Uhr
Mittwoch 13 – 14.00 Uhr

Einzelberatung: bei allen Problemen im Studium und im privaten Bereich
Termine nach Vereinbarung
in Einzelfällen Paarberatung möglich

Gruppenberatung: für Lerngruppen und/oder an einem speziellen Thema Interessierte

Semesterangebote Sommersemester 2012

Burnout bei Studierenden: Eine reale Gefährdung? Vortrag.

Sicher und erfolgreich in der Prüfung. 2 Vorträge.

Phantasie Reisen zur Förderung von Entspannung und Kreativität
Theorie und Selbsterfahrung. Ein Nachmittag.

Näheres zu den Angeboten s. Aushänge und folgende Seiten.

Vortrag zum Thema

Burnout bei Studierenden: Eine reale Gefährdung?

Inhalte:

- Der Begriff und seine Geschichte
- Das Phänomen
- Die Diagnose
- Symptome
- Ursachen
- Behandlung
- Vorbeugung

Ort und Zeit: werden mit den Interessenten abgesprochen,
wahrscheinlich ein Mittwochnachmittag im SoSe

Anmeldung erforderlich: bis 20.4. 12 per E-mail an:
amann-kaiser@kh-mainz.de
bitte mit zeitlicher Präferenz,
oder persönlich in Raum 1015

2 Vorträge zum Thema

Sicher und erfolgreich in die Prüfung

Inhalte:

➤ Vortrag 1:

Zeitplanung und Lernen

➤ Vortrag 2:

Umgang mit Prüfungsangst

Zeit. Wird mit Interessenten abgesprochen.
Geplant sind zwei Mittwochnachmittage

Ort: KH

Anmeldung erforderlich: bitte bis 20.4.12 per E-mail an
amann-kaiser@kh-mainz.de
bitte mit zeitlicher Präferenz
oder persönlich in Raum 1015

Theorie und Selbsterfahrung

Phantasiereisen: Förderung von Entspannung und Kreativität.

Inhalte:

- Phantasiereisen:
Sinn und Zweck
Ziele
Inhalte
- Wie schreibe ich selbst eine Phantasiereise
- Reisen zur eigenen Erfahrung

Zeit: Wird mit Interessenten abgesprochen.
Geplant ist ein Mittwochnachmittag.

Ort: KH

Anmeldung erforderlich: bitte bis 20.4.12 an:
amann-kaiser@kh-mainz.de, bitte mit
zeitlicher Präferenz oder persönlich in Raum 1015

Prüfungsprobleme?

Sie waren in diesem oder dem letzten Semester zu heftig im
Prüfungsstress?

Eine oder mehrere Prüfungen sind nicht so verlaufen wie Sie sich das
wünschten?

Eine oder mehrere Wiederholungsprüfungen stehen für Sie an?

Bevor es zu spät ist:

Kommen Sie in die Psychologische Beratungsstelle zur Lern- und
Prüfungsberatung!

Dipl.-Psych. Anne Amann-Kaiser

Zimmer 1015

Telefon 06131/ 28944 18

e-mail: amann-kaiser@kfh-mainz.de