**PSYCHOLOGISCHE STUDIERENDENBERATUNG LINZ**

4040 Linz, Altenbergerstraße 69 Tel. 0732/2468-7930

Hochschulfonds Gebäude, 1. Stock

**GRUPPENANGEBOT April 2022**

**(kostenlos**)

Eine Teilnahme an Präsenzgruppen ist nur nach den für den Gesundheitsbereich

vorgeschriebenen Corona-Regeln möglich.

* **Zappelig und unkonzentriert beim Lernen – Habe ich ADHS?**

**Termin:** Montag 4.4.2022 von 15.30 bis 18.30 Uhr - **vor Ort**

**Anmeldeschluss:** Donnerstag 31.3.2022

* **Effizient Lernen**

**Termine:** Montag 4.4.2022 und Freitag 8.4.2022von 8.30 – 12.00 Uhr - **per Zoom**
Die Anwesenheit am 1. Termin ist Voraussetzung für den weiteren Termin.

**Anmeldeschluss**: Donnerstag 31.3.2022

Da die gemeinsame Interaktion in allen unseren Gruppen ein zentrales Element ist, wird **permanente Video- und Audioteilnahme** vorausgesetzt.

* **Weil ich es mir wert bin! : Ressourcen entdecken für mehr Wohlbefinden im Alltag**

**Termine:** Donnerstag 7.4., 14.4., 21.4., 28.4. und 5.5.2022 von 8.00 bis 11.00 Uhr - **per Zoom**

Die Anwesenheit am 1. Termin ist Voraussetzung für die weiteren Termine.

**Anmeldeschluss**: Montag 4.4.2022

Da die gemeinsame Interaktion in allen unseren Gruppen ein zentrales Element ist, wird **permanente Video- und Audioteilnahme** vorausgesetzt.

* **Der Weg zum Wesentlichen: Zeitmanagement**

**Termin:** Montag 11.4.2022 von 8.30 bis 12.30 Uhr - **vor Ort**

**Anmeldeschluss:** Donnerstag 7.4.2022

* **Sexualität & Embodiment: 2 Tage Perspektivenwechsel, Selbsterfahrung und Austausch**

**Termine:** Donnerstag 21.4.2022 und Freitag 22.4.2022 - **vor Ort**

 von 9.00 bis 16.00 Uhr

Die Anwesenheit am 1. Termin ist Voraussetzung für den weiteren Termin.

**Anmeldeschluss**: Dienstag 19.4.2022

* **Wege aus der Prüfungsangst
Termine:** Montag 25.4., 2.5., 9.5., 16.5., 23.5., 30.5., 13.6. und 20.6.2022 - **vor Ort**

 von 13.00 bis 15.00 UhrDie Anwesenheit am 1. Termin ist Voraussetzung für die weiteren Termine.

**Anmeldeschluss**: Donnerstag 21.4.2022

* **Der Weg zum Flow: Stressbewältigung im Studium**

**Termine**: Donnerstag 28.4., 5.5. und 12.5.2022 von 9.00 – 12.00 Uhr - **vor Ort**

Die Anwesenheit am 1. Termin ist Voraussetzung für die weiteren Termine.

**Anmeldeschluss:**  Dienstag 26.4.2022

**Verbindliche Anmeldung:** per **E-Mail** (psychol.studber@jku.at) unter Angabe von Name, Geb.-Datum, Nationalität, Wohnadresse, Name der Uni/FH, Studienrichtung, Semesterzahl insgesamt seit Studienbeginn und Telefonnummer möglich.

Nähere Informationen finden Sie auf unserer Homepage unter <https://www.studierendenberatung.at/de/standorte/linz/gruppen/>