

**Von der Prüfungsangst zum Prüfungscoaching**

## **3,5 h für den Umgang mit einem sehr wichtigen Teil des Studienalltags - die Prüfung**

## **Wie kann ich strukturiert und gezielt mit Prüfungen und auch Prüfungsängsten umgehen, so dass ich mich nicht selbst an einem Prüfungserfolg hindere? Was brauche ich dafür?**

## **Wie erarbeite ich für mich einen „positiven Prüfungszustand“?**

## **Welche Techniken helfen mir für und in den nächsten Prüfungen?**

Das Seminar wird in jedem Semester sowohl in Bayreuth als auch an allen Hochschulstandorten angeboten.

Termine und weitere Informationen entnehmen Sie bitte den Ausschreibungen, die Sie unter den einzelnen Standorten finden.