

KARRIEREABEND ASIENWISSEN- SCHAFTEN

**THEMA: GESUND ERFOLGREICH STUDIEREN -
RESILIENZ STEIGERN UND DEINEN
LERNERFOLG POSITIV FÖRDERN**

Besonders in Krisenzeiten brauchen Studierende Orientierung, wie sie zielführend studieren können. Die psychische und physische Gesundheit ist dabei maßgebend. Die plötzlichen und einschneidenden Veränderungen in essenziellen Lebensbereichen durch die Maßnahmen während der Corona-Krise haben bei vielen Menschen zu einer Überlastung und Perspektivlosigkeit geführt. Diese Veränderungen haben auch Auswirkungen auf Studierende: Die Zahl der Studienabbrüche sowie die Zahl der Erwachsenen, die an psychischen Erkrankungen leiden, haben in dieser Zeit stark zugenommen. Mit dem Schwerpunkt der Veranstaltung wird den Studierenden eine Hilfe durch Experten aus den Bereichen Psychologie, Gesundheitscoaching und Physiotherapie geboten, die aus ihrer täglichen Berufspraxis nützliche Tipps und Impulse geben können, damit die Studierenden auch in Krisen „gesund“ bleiben können.

