

Wie krieg' ich meine Zeit besser in den Griff?

JLU

NEUE WEGE. SEIT 1607.

Für wen ist das Angebot?

Kennst du das Gefühl, deine eigene Zeit nicht wirklich im Griff zu haben? Oder immer irgendwie hinterher zu sein? Wenn im Studium und Privatleben so viele Aufgaben auf dich zukommen, die du zeitlich gar nicht bewältigen kannst? Dann bist du bei uns richtig!

JUSTUS-LIEBIG-
UNIVERSITÄT
GIESSEN

Was bieten wir an?

Wir bieten ein Training für Zeitmanagement-Fähigkeiten in 2 unterschiedlichen Formaten an:

- einmal als **Gruppentraining vor Ort** (90 min; kleine Gruppen von max. 8 Teilnehmern) und
- einmal als **Online-Modul** (ganz entspannt von zuhause ;-).

Wo du am Ende landest, entscheidet das Los. In jedem Fall wirst du über **3 Wochen** hinweg verschiedene Strategien kennenlernen, die dein Zeitmanagement trainieren. Am Ende sagst du uns, wie gut es ist ;-)



Dieses Semester
kann es anders
werden!

Interesse geweckt?

Dann melde dich hier an (per Link oder QR-code):

<https://ww3.unipark.de/uc/inTime-Reg/>



*Karolina Pejic, B.Sc.,
& das Team der „Stressberatung für Studierende“*

Projektleitung: Sven Auerswald, M.Sc.
Kontakt: zeitmanagement@klinpsych-uni-giessen.de
Abteilung für Klinische Psychologie (Prof. Ch. Hermann)
Otto-Behaghel-Str. 10F
Justus-Liebig-Universität Gießen
35394 Gießen

