

## "Psychisch Fit Studieren" im Dezember

### ***Gut Studieren. Krisen überstehen. Zufrieden leben. Geht das?***

Ja! Und wie das geht, erfahrt ihr in dem Workshop "Psychisch fit studieren", der von Irrsinnig Menschlich e.V. durchgeführt wird.

In dem Workshop gibt es spannende Daten und Fakten rund ums Studium und seelisches Wohlergehen. Außerdem lernst du dort Menschen kennen, die im Studium psychische Krisen gemeistert haben, voll im Leben stehen und ihre Lebenserfahrungen mit euch teilen werden.

Ihr werdet mehr darüber erfahren, woran ihr psychische Krisen erkennen könnt, welche Bewältigungsstrategien es gibt und auch wie ihr Krisen vorbeugen könnt. Zudem bekommt ihr eine Übersicht, wo ihr Unterstützung sowie Hilfs- und Beratungsangebote findet - auch direkt an der Universität oder an der Hochschule Konstanz!

**Wann?** Am **Montag, den 12.12.2022 von 18 bis 20 Uhr.**

**Wo?** Der Workshop wird **online** stattfinden.

**Wie könnt ihr teilnehmen?** Schreibt dafür einfach eine Mail an **[kontakt@nightline-konstanz.de](mailto:kontakt@nightline-konstanz.de)**, dann bekommt ihr den Link zugesendet

Weitere Infos zum Workshop findet ihr auf der [Homepage von Irrsinnig Menschlich e.V.](#) oder im [Erfahrungsbericht](#) vom "Psychisch fit studieren"-Workshop.

