



Universität Regensburg

Mona Scheuermeyer
Zentrale Studienberatung

Zentrale Studienberatung

**Allgemeine Studienberatung und
Studienentscheidungsberatung**

Dr. Barbara Eiwan

Daniela Hodapp

Benno Jirschik / Ulrich Martzinek

Mona Scheuermeyer

**Psychologisch-
Psychotherapeutische Beratung**

Dr. Christine Häcker

Dr. Sybille Heintz

Dr. Hubert Hofmann

Lernberatung: *Kerstin Zimmermann*

Sekretariat: *Katrin Irmischer*

Studentenhaus, 2. Stock - Telefon: 0941/943-2219

eMail: studienberatung@ur.de

Zentrale Studienberatung: Kontakt



Sekretariat

Auskünfte, Anmeldung,
Terminvergabe, Infothek

Öffnungszeiten

Mo-Do 8-12 Uhr und 13-16 Uhr
Fr 8-12 Uhr

Offene Sprechstunden (ohne Terminvereinbarung)

Di 13-15 Uhr
Mi 15-16.30 Uhr
Do 13-15 Uhr

Wo?

Im Studentenhaus, 2. Stock
(Gebäude über der Pizzeria)

Allgemeine Studienberatung

Entscheidungsphase

- Studienmöglichkeiten, Bewerbung, Zulassung
- fachliche Anforderungen
- Studienstrukturen und Abschlüsse



Studienablauf

- Studiengestaltung und Studienprobleme (z. B. Prüfungen)
- Studienzweifel, Studien- oder Ortswechsel
- bei der Organisation eines Studiums mit Kind(ern)

Berufsvorbereitung

- Aufbau- und weiterführende Studiengänge
- Übergang vom Studium in den Beruf, Kontaktmöglichkeiten

Frauen- und familienspezifische Studienberatung

- Beratung in Studienfragen
- Fraueninfos („Schwarzes Brett“ mit Vorträgen, Veranstaltungen)
- Möglichkeit von Gruppentreffen
- Organisation von Gruppen, Seminaren, Vorträgen
- Kontaktmöglichkeiten zu berufstätigen Frauen (Netzwerke)
- „Studium und Kind“ (Elternzeit, Finanzierung, Kinderbetreuung)

Psychologisch-Psychotherapeutische Beratung

Beratung für Studierende in Krisen, z. B. bei

- Arbeitsschwierigkeiten, Prüfungsängsten, Leistungsschwäche
- Motivationsproblemen, Studienfachzweifeln, Lebensplanungskonflikten
- Partnerschaftsproblemen, Elternhauskonflikten, Vereinsamung
- Psychosomatischen Beschwerden, depressiven Verstimmungen und Suizidgedanken.

Alle Gespräche sind **absolut vertraulich!**



Universität Regensburg

Lernberatung

Lösungsorientierte Einzelgespräche

- effizientes Lernen
- Zeit- und Selbstmanagement
- Motivationssteigerung
- individuelle Unterstützung der Prüfungsbewältigung

Offene Lernsprechstunde Do, 14-15 Uhr, SH 1.31

Kontakt:
Kerstin.Zimmermann@ur.de

www.ur.de/studienberatung
studienberatung@ur.de
Tel. 0941/943-2219


ZENTRALE STUDIENBERATUNG

Organisiert lernen - sicher im Studium!

Termin: 18.11.2014 von 18 bis 21 Uhr s.t.

Referentin: Kerstin Zimmermann

Anmeldung: **E-Mail** bis 12.11.2014 an:

 kerstin.zimmermann@ur.de

Lernworkshop für Erstsemester

Sie erhalten praktische Unterstützung,
um auch lerntechnisch gut ins Studi-
um zu starten und effizient mit dem
neuen Alltag an der Uni umzugehen.

Termin: Di, 18.11.2014

Bild: Reflex Kommunikation und Marketing, Axel Rottzsch



Universität Regensburg

Kursangebot der ZSB

Gut vorbereitet – Prüfungen optimal bewältigen

Effektive Prüfungsvorbereitung, Optimales Verhalten in der Prüfung, Bewältigung von Prüfungsangst

Entspannungskurs: „Relaxation Techniques“

Übung alltagstauglicher Entspannungstechniken
Möglichkeiten und "Tricks" zur kurzfristigen Entspannung

Stimmbildung – Kurs für Studierende

Hintergründe über Stimmbelastungen/Stimmschonungen
Anregungen zur Arbeit mit der eigenen Stimme
Erweiterung der eigenen stimmlichen Ressourcen

Studentenwerk Niederbayern/Oberpfalz

Diese und viele weitere Fragen, beantworten Ihnen die Mitarbeiter des **Info – Punktes** des Studentenwerks Niederbayern/Oberpfalz.



WOHNEN



ESSEN + TRINKEN



BERATUNG



STUDIENFINANZIERUNG



KULTUR

Hier finden Sie uns:

Studentenhaus im Foyer
an der Universität Regensburg

Albertus- Magnus- Str. 4
93053 Regensburg

Telefon: 09 41/9 43-22 09
09 41/9 43-32 70

Öffnungszeiten:

Mo – Do 10.00 Uhr bis 16.00 Uhr
Fr 10.00 Uhr bis 15.00 Uhr