

Psychisch fit studieren – Das Forum für Dich

Interaktives Online-Forum



Tausende Studierende
haben schon teilge-
nommen: Jetzt freuen
wir uns auf Dich!

GUT STUDIEREN.
KRISEN ÜBERSTEHEN.
ZUFRIEDEN LEBEN.
GEHT DAS?
UND WIE!

Donnerstag, 29. Oktober 2020
17:00 – 18:30 Uhr

Bei Interesse sendet bitte eine Mail
an Ariane Sennewald:

ariane.sennewald@uni-rostock.de

Ihr bekommt die Zugangsdaten dann
zugeschickt!

Gastgeber:
Universität Rostock

Die Universität Rostock und Irrsinnig Menschlich e.V. laden
Dich ein zum Austausch über die großen und kleinen Fragen
zur psychischen Gesundheit im Studium.

Was Dich erwartet:

- Warnsignale für psychische Krisen kennen lernen,
- Ängste und Vorurteile in Frage stellen,
- Herausfinden, wer und was Dir helfen kann, was Dich
stärkt und durch die Krise trägt
- Tipps zu Stress, Prüfungsangst ...
- Diskutieren, wie Du in Deiner Universität ein Klima
schaffen kannst, in dem es selbstverständlich ist,
über psychische Schwierigkeiten zu sprechen und
gemeinsam nach Lösungen zu suchen.

Du lernst Menschen kennen, die im Studium psychische
Krisen gemeistert haben, voll im Leben stehen und ihre
Lebenserfahrungen mit Dir teilen möchten.
Damit Du gut gewappnet bist für Dein Leben!

Teilnehmerzahl: 100

Dauer: 90 min

Über Irrsinnig Menschlich e.V.:

Psychische Erkrankungen beginnen oft schon im Jugendalter.
Doch häufig vergehen Jahre, bis Betroffene Hilfe suchen.
Die größte Hürde für sie ist die Angst, stigmatisiert zu werden.
Wir verkürzen mit unserer Präventionsarbeit in Schule, Studium
und Arbeit diese Zeitspanne und helfen jungen Menschen,
ihre Not früher zu erkennen, sich nicht zu verstecken und
Unterstützung anzunehmen.

www.irrsinnig-menschlich.de

IRRSINNIG] MENSCHLICH

Ausgezeichnet von:



BMW Foundation
Herbert Quandt

Gefördert von:



Beisheim Stiftung