

The background of the slide is a close-up photograph of wood grain. The wood has a warm, reddish-brown hue. On the right side, there are prominent concentric growth rings, creating a circular pattern that draws the eye. The overall texture is smooth but shows natural wood grain variations.

Psychologische Beratung

Einzelberatung

1. Schritt: Schnelles Orientierungsgespräch nach Anmeldung
2. Schritt: je nach Anliegen
 - Einzelgespräche
 - Gruppe, Workshop
 - Weiterverweisung an Externe

Gruppen

Themen: soziale Ängste, Aufschieben, ADHS, HOPES (für Studierende mit psychischen Erkrankungen)

Weitere Informationen unter www.uni-hamburg.de/psychologischeberatung

Workshops und Coachings

- verschiedene Workshops: Lernstrategien, Zeitmanagement, Prüfungsangst, Aufschieben, Selbstzweifel usw.
- Zumeist in Präsenz
- Gemeinsam mit Studienberatung
- Weitere Informationen und Anmeldung online unter www.uni-hamburg.de/woc

Offene Sprechstunde

- Immer montags von 11 bis 12 Uhr
- ohne Voranmeldung: telefonisch unter 040 42838 -8916

Krisenintervention

- Kontaktaufnahme über unser Anmeldeportal
- Im akuten Krisenfall 112

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!
Wir wünschen einen erfolgreichen Studienstart!