

## WER WIR SIND



### Ina Schreiber (M.A.)

Ina.Schreiber@fb7.rwth-aachen.de  
Tel: 0241 80-96561  
Raum 018

Offene Sprechstunde:  
Dienstag 8:30 – 10:30 Uhr  
und Termine nach Vereinbarung



### Sebastian Lux (M.A.)

Sebastian.Lux@fb7.rwth-aachen.de  
Tel: 0241 80-96560  
Raum 017

Offene Sprechstunde:  
Donnerstag 15:00 – 17:00 Uhr  
und Termine nach Vereinbarung



### Sarah Hiss (M.Sc.)

Sarah.Hiss@fb7.rwth-aachen.de  
Tel: 0241 80-96562  
Raum 019

Offene Sprechstunde:  
Montag 10:30 – 12:00 Uhr  
und Termine nach Vereinbarung

## HIER FINDET IHR UNS

PHILOSOPHISCHE FAKULTÄT  
MENTORING-TEAM  
Theaterplatz 14, 52062 Aachen



GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium  
für Bildung  
und Forschung

Ausgezeichnet!

Wettbewerb exzellente Lehre



Mit uns aus dem Labyrinth!

# Aachener Mentoring Modell

## WAS IST DAS MENTORING-PROGRAMM FÜR STUDIERENDE?

Während des Studiums warten viele neue Herausforderungen auf die Studierenden. Nicht alle davon sind einfach zu meistern und können zudem das Lernen, die Studienleistung sowie das allgemeine Wohlempfinden beeinflussen. Zu solchen Herausforderungen gehören unter anderem ein neues Lebensumfeld, Leistungsdruck, persönliche Schwierigkeiten und Struktur- bzw. Zeitmanagementprobleme.

Unsere Aufgabe ist es, bei solchen Problemen und Schwierigkeiten zu beraten und zu unterstützen.

Erreichen könnt Ihr uns telefonisch, schriftlich oder persönlich während unserer offenen Sprechzeiten.

Weitere Informationen findet ihr auch unter:  
[www.philosophische-fakultaet.rwth-aachen.de/go/id/](http://www.philosophische-fakultaet.rwth-aachen.de/go/id/)

## WAS WIR DIR ANBIETEN

Ihr könnt Euch mit allen Schwierigkeiten und persönlichen Anliegen an uns wenden, die sich negativ auf Euer Studium auswirken.

In *Einzelgesprächen* habt Ihr die Möglichkeit über Eure Anliegen zu sprechen und gemeinsam mit uns *Lösungsstrategien* zu erarbeiten.

Gern bieten wir Euch eine *kontinuierliche Begleitung* auf dem Weg zur Lösungsfindung an.

Bei Bedarf vermitteln wir Euch Kontakte zu anderen beratenden Institutionen sowie zu psychotherapeutischen Beratungsstellen.

Darüber hinaus bieten wir mehrmals im Jahr Workshops zum Stressmanagement, zum Zeit- und Lernmanagement sowie zum Training sozialer Kompetenzen an.

## DAS UND MEHR KÖNNEN WIR BESPRECHEN

### Lern- und Arbeitssituation

- Prüfungsvorbereitung und Prüfungsmanagement
- Zeitmanagement
- Motivationsprobleme
- Schreib-, Rede- und Prüfungsängste

### Studiumsorganisation

- Tipps und Kontakte
- Fragen zur Studienfachwahl
- Stresssymptome

### Beziehungs-, Partner- und Familienprobleme

- Netzwerkbildung
- Kontaktschwierigkeiten

