# WER WIR SIND

# HIER FINDET IHR UNS

PHILOSOPHISCHE FAKULTÄT

Theaterplatz 14, 52062 Aachen

**MENTORING-TEAM** 



### Ina Schreiber (M.A.)

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

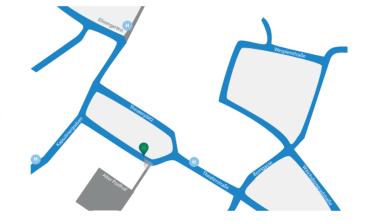
Offene Sprechstunde: Dienstag 8:30 – 10:30 Uhr und Termine nach Vereinbarung



# 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



und Forschung





Aachener Mentoring Modell

# Was ist das Mentoring-Programm für Studierende?

Was wir dir anbieten

Das und mehr können wir besprechen

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/ 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.

#### 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