

# Workshop Leistungsangst

## Umgang mit Angst bei Leistungssituationen im Studium

Leidest auch du unter Angst bei Leistungssituationen im Studium? Beschleicht dich schon Stunden, Tage oder Wochen davor ein ungutes Gefühl? Oder möchtest du bei Leistungsnachweisen (z.B. Prüfungen, Referaten oder Vorspielen) einfach ein wenig gelassener werden?

Der Workshop gibt eine Einführung zu Leistungsangst im Studium und ermöglicht einen Einblick in verschiedene Strategien im Umgang damit.



**Anmeldung:** info@pblu.ch  
**Durchführung:** Donnerstag, 08.Mai 2025, 18:00-19:30 Uhr  
**Ort:** Sentimatt 1, 6003 Luzern, Raum 133  
**Leitung:** Catherine Irniger, M.Sc. Psychologin  
Psychologische Beratungsstelle Campus Luzern