

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 Überforderungserleben und Leistungsangst im Studium und ermöglicht einen Einblick in verschiedene Strategien im Umgang damit.



Anmeldung: info@pblu.ch
Durchführung: Dienstag, 24. November 2026, 17.00 – 18.30 Uhr
Ort: Walter-von-Moos-Promenade 4D, 6005 Luzern, 1. Stock, D153
Leitung: Mirjam Mosimann, M.Sc. eidg. anerkannte Psychotherapeutin
Psychologische Beratungsstelle Campus Luzern