

Mentalstrategien

in Kooperation mit der CBS International
Business School und der Techniker
Krankenkasse (Webinar)

1

Webinar-Reihe

Leitung: Dr. Hendrik Wahler | Energie-Allee 1 | 55286 Wörrstadt

Teilnahmebedingungen

- > Der Kurs steht allen Studentinnen und Studenten der CBS International Business School sowie allen Studentinnen und Studenten aus Mainz offen
- > Die Teilnahme setzt eine Anmeldung voraus. Die Anmeldung kann entweder über das Online-Formular <http://www.mindyourlife.de/mentalstrategien> oder als Studentin bzw. Student der CBS International Business School direkt über das [Online-Career-Center](#) der CBS vorgenommen werden.
- > Die Teilnahme am Kurs ist erfolgreich abgeschlossen, wenn max. eine Sitzung gefehlt wurde.
 - > Alle Teilnehmer erhalten von der Techniker Krankenkasse ein Zertifikat über die erfolgreiche Teilnahme ausgestellt.

Termine

Sitzung	Datum + Uhrzeit	Thema
Sitzung #1	21.09.2020, 16:45 – 19:45	Stress im Studium
Sitzung #2	28.09.2020, 16:45 – 19:45	Stress und seine Auswirkungen
Sitzung #3	05.10.2020, 16:45 – 19:45	Die Einstellung macht's (Teil 1)
Sitzung #4	12.10.2020, 16:45 – 19:45	Die Einstellung macht's (Teil 2)
Sitzung #5	19.10.2020, 16:45 – 19:45	Sich vor Stress schützen
Sitzung #6	26.10.2020, 16:45 – 19:45	Zeit- und Lernmanagement
Sitzung #7	02.11.2020, 16:45 – 19:45	Prüfungsangst bewältigen
Sitzung #8	09.11.2020, 16:45 – 19:45	Resümee und Ausblick

Veranstalter

- > **CBS International Business School**
Rheinstraße 4L
55116 Mainz
- > **Die Reihe „Mentalstrategien“ wird als Webinar durchgeführt.** TeilnehmerInnen und Teilnehmer erhalten rechtzeitig vor Beginn der Reihe die Zugangsdaten zum Webinar-Raum per E-Mail
- > **Zur Teilnahme am Webinar werden benötigt:** Laptop mit Webcam und Mikrofon, idealerweise Headset. Außerdem wird ein Breitband-Internetzugang zur Teilnahme empfohlen (DSL oder besser)
- > Inhaltliche Rückfragen bitte richten an:
mindyourlife | Dr. Hendrik Wahler
06732 / 2779052
info@mindyourlife.de