

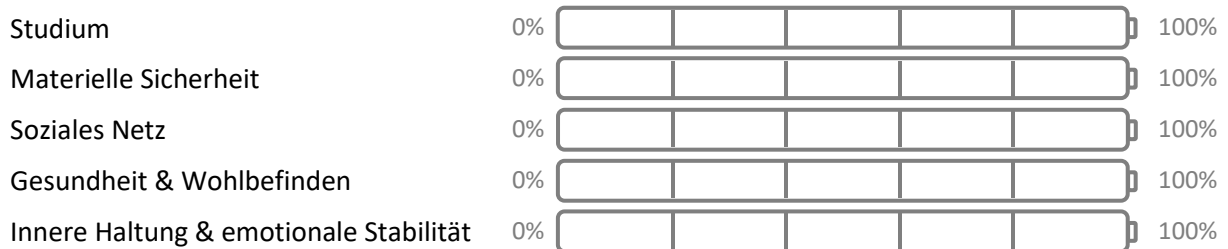


Notizzettel zum Webinar „Zweifel am Studium – Keine Panik!“

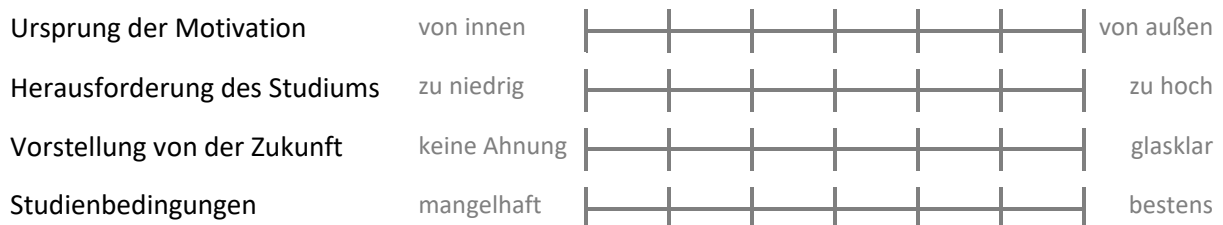
Ist-Zustand

- Irgendwas läuft nicht rund, aber ich weiß nicht wo die Ursache liegt.
- Ich überlege schon seit Längerem mein Studium abzubrechen.
- Ich will definitiv etwas Anderes machen.

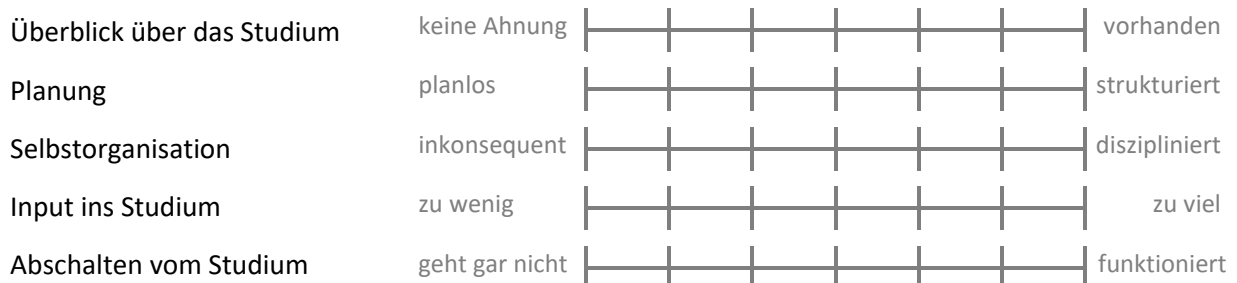
Faktor „Lebenssituation“



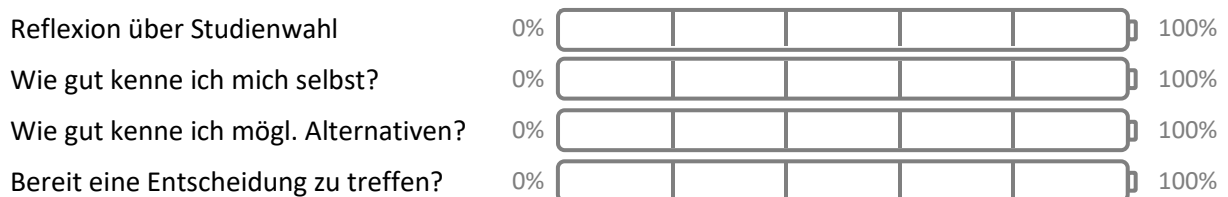
Faktor „Motivation“



Faktor „Selbstmanagement“



Faktor „Entscheidungsfindung“



Mögliche nächste Schritte

Kontakt suchen / Termin vereinbaren mit:

- Zentrale Studienberatung
- Fachstudienberatung
- PULS Studiensupport
- Psycholog. Beratung
- _____
- becks
- Sozialberatung
- Prüfungsamt
- Prüfungsausschuss

Information für Entscheidung:

- Studiengangsfinder
- Interessenstests (z.B. osa-Portal)
- Studienrecherche (z.B. studienwahl.de)
- Studiengangsuche (z.B. Hochschulkompass)
-



Notizzettel zum Webinar „Zweifel am Studium – Keine Panik!“

Linktipps und Zusatzmaterialien zum Bereich „Lebenssituation“

- Student Self-Reflection Tool (SRT): studienzweifler.com
- Buchtipps: [Eberle - Resilienz ist erlernbar](#), [Kalbheim - Resilienz](#)
- Thema Resilienz auf der Seite karrierebibel.de und resilienz.at

Linktipps und Zusatzmaterialien zum Bereich „Motivation“

- Infos Berufsaussichten: Alumnivereine, Berufsverbände, Messen, Stellenanzeigen, Agentur für Arbeit - z.B. [BerufeNET](#) oder [BerufeTV](#)
- Selbsttest zur Thematik Motivation: [Testbogen](#) und [Auswertung](#)
- Übersicht Praktikumsbörsen im Internet auf studienwahl.de

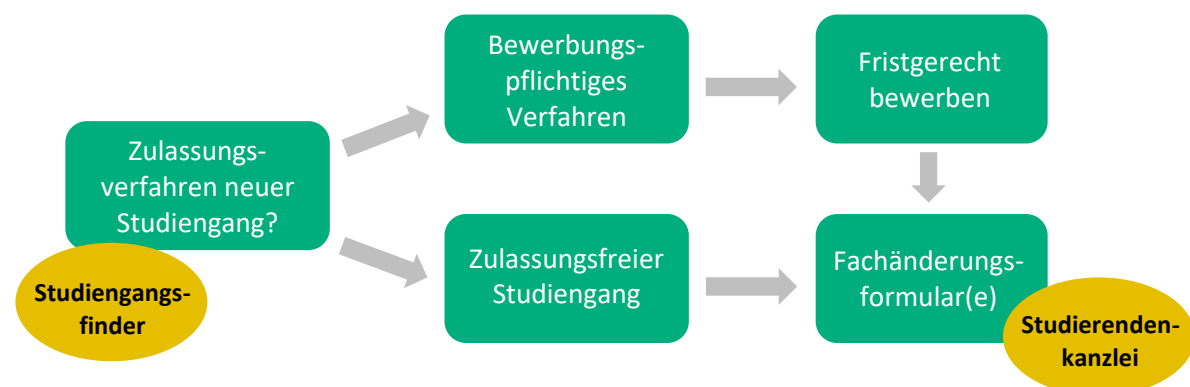
Linktipps und Zusatzmaterialien zum Bereich „Selbstmanagement“

- Infos zum aktuellen Studium: Fachstudienberatung, Fachschaft, Modulhandbuch
- Seite der Zentralen Studienberatung: [10 Tipps rund ums Studieren](#)
- Buchtipps: [Krengel - Golden Rules](#), [Allen - Wie ich Dinge geregelt kriege](#)
- YouTubeVideo: [TEDTalk - Im Kopf eines Profiaufstiebers \(Englisch\)](#)

Linktipps und Zusatzmaterialien zum Bereich „Entscheidungsfindung“

- Studiengänge in Deutschland: [Hochschulkompass](#)
- Online-Tests: [osa-Portal](#), [Test der Arbeitsagentur](#)
- Buchtipps: [Bolles - Durchstarten zum Traumjob](#), [Burnett & Evans - Mach, was du willst](#)
- YouTubeVideo: [TEDTalk - Design Your Life \(Englisch\)](#)
- Podcast: [Die Lösung - Der Psychologie-Podcast von PULS \(Folge: Entscheiden\)](#)
- Erfahrungsberichte Studienabbruch: studienabbruch-und-dann.de

Fachwechsel innerhalb der Uni Bayreuth



Anrechnung von Leistungen

