

<<CoroNAH - Lernleben in der Pandemie>>

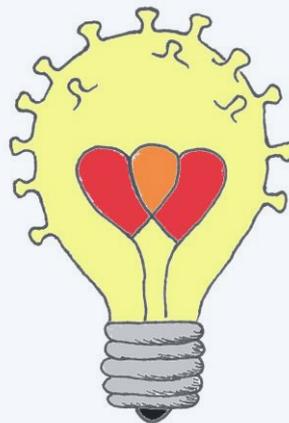
Die Welt des Studiums und damit das gesamte Lernleben hat in den letzten Monaten eine tiefgreifende Veränderung erfahren. Das schmerzt, macht uns unsicher und lässt manche von uns Schritt für Schritt unzufriedener werden. Dabei wirkt es auf alle Facetten des Lernlebens ein.

Aber: Was können wir tun? Aus dem Team rund um's Lernen lernen ist diese Reihe „**CoroNAH - mein Lernleben in der Pandemie**“ entstanden. Wir wollen uns aktiv mit Lösungsoptionen befassen und darüber ins Gespräch kommen. Gemeinsam wird alles leichter!

Wie? Wake-Up-Call: dienstags um 8.00 Uhr

- Ist da jemand; irgendjemand? Verbundenheit & **Einsamkeit** im Coronastudium (27.4.)
- Immer nur Bildschirm? Tapetenwechsel, Ausgleich und Hobby als **Kraftquelle** (4.5.)
- Covid-19 und psychische Folgen? **Resilienz** stärken und gesund lernen (11.5.)
- Wohin soll das alles führen? **Positive Ziele** und Motive (18.5.)
- Woher die Kraft nehmen? Schatzkistenarbeit als Schlüssel zur **Freude** (25.5.)
- Im Schlafanzug in der Vorlesung? Über **Planung und Struktur** als Helfer im Coronaalltag (1.6.)
- Was du heute kannst besorgen, das verschiebe nicht auf morgen! **Prokrastination** und Konzentrationsprobleme im digitalen Studium (8.6.)
- **Wünsch` dir was** (15.6.)

Es gibt jeweils fachlichen Input zum Lernen im Coronastudium und dann ganz, ganz viel Raum, um gemeinsam Fragen zu stellen und Erfahrungen auszutauschen!



Lasst uns gemeinsam coroNAH werden - wir freuen uns auf euch!

Ronja Serian & Merle Bening & Diethard Tauschel & Miriam Thye



Ein Forschungsprojekt der
Universität Witten/Herdecke und
des Integrierten Begleitstudiums
Anthroposophische Medizin (IBAM)

Fragen? Weitere Infos: miriam.thye@uni-wh.de