

Zentrale Beratungsstellen, Psychosoziale Beratung und Angebote zum Thema Prüfungsangst

Die aufgelisteten Stellen beraten zum Thema Prüfungsangst und bieten Workshops an, u.a. zum Thema Prüfungsangst. Die Angebote richten sich an Studierende der Uni Bonn.

[Atemmeditation - Atemübung zum Entspannen](#)

Youtube-Video des Studierendenwerk Bonn

[Be EmPOWERed!](#)

Kostenlose Selbstlernangebote und Trainings zur Bewältigung des Studiums, u.a. zum Themenbereich Prüfungsvorbereitung, -stress und -angst.

[Bonner Graduiertenzentrum](#)

Online-Coaching in Deutsch oder Englisch für Promovierende, u.a. zu Stressmanagement, Selbstfürsorge, Selbstkritik, Vorbereitung auf herausfordernde Situationen während der Promotion.

[Flyer "Psychosoziale Beratung":](#)

Eine Auswahl der in Bonn zur Verfügung stehenden Beratungsstellen und Institutionen sind im Flyer „Psychosoziale Beratung“ gelistet.

[Healthy Campus Bonn](#)

Der Bereich Healthy Campus Bonn bietet zusammen mit verschiedenen Kooperationspartnern kostenfreie Angebote, Events und Informationen zu den Themen mentale, körperliche und soziale Gesundheit an. Ihr findet hier Workshops, Vorträge und Seminare u.a. zu Lernstrategien und Stressmanagement für Studierende, Promovierende und weitere Beschäftigte der Uni Bonn.

[Zentrale Studienberatung Uni Bonn](#)

Die ZSB bietet Studierenden und Promovierenden der Universität Bonn psychologische Unterstützung bei psychischen Belastungen und Problemen, die das Studium und die Promotion beeinträchtigen können – auch präventiv. Bei Bedarf beraten sie auch zur Psychotherapieplatzsuche und/oder verweisen an andere adäquate Stellen weiter.

Kontakt: E-Mail: zsb@uni-bonn.de, Telefon: +49 228 73-7080

[Webseite der Psychologischen Beratung](#)

E-Mail Psychologische Beratung: pb-zsb@uni.bonn.de

[RessourcenStark durchs Studium](#)

Workshopreihe der Zentralen Studienberatung & Healthy Campus

[Prüfungsstress ade!](#)

Dreiteiliger Workshop zu Strategien im Umgang mit Prüfungsstress

Termine im WiSe 25/26: 27.11., 04.12., 11.12., 18:30 – 20:00 Uhr

[Thriving under pressure: Effective strategies for time management and resilience](#)

Termine im WiSe 25/26: 25.11., 13:00 – 14:00 Uhr & 02.12., 13:00 – 16:00 Uhr

[„Be strong!“](#)

Bonner Studienbegleitprogramm, u.a. mit Angeboten zu den Themen Zeit- und Selbstmanagement, Lernstrategien, Prüfungsvorbereitung, Stressbewältigung und mentale Gesundheit.

Registrierung möglich ab dem 13.10.2025.

[Podcast Studierendenfutter: Stress lass nach! Wie man mit Prüfungsstress gut umgeht](#)

Ein Podcast der Universität Bonn. Link zur Folge.

[Psychosoziale Beratung des AStA \(Allgemeine Studierendenausschuss\) Uni Bonn](#)

Anschrift: Beratungsraum 6; Container des AStA (Parkplatz der Campomensa Poppelsdorf), Endenicher Allee 19, 53115 Bonn

Kontakt: E-Mail: psb@asta.uni-bonn.de, Telefon: +49 228 73-7034

[Studierendenwerk Bonn](#)

Verweis auf Psychologische Beratungsstelle (PBS) des Studierendenwerk Bonn. Das Angebot richtet sich an Studierende der Uni Bonn, der Hochschule Bonn-Rhein-Sieg, der Alanus Hochschule sowie an Promovierende, die noch eingeschrieben sind.

Anschrift: Adenauerallee 63, 53113 Bonn

E-Mail: pbs@studierendenwerk-bonn.de

Telefon: +49 228 73 7106

Studierendenwerk Bonn: [Gemeinsam gegen die Prüfungsangst](#)

Workshop zum Umgang mit Prüfungsangst und Gelegenheit zum Austausch

Termin: Donnerstag, 22.01.2026; 13:00 - 16:00 Uhr

Raum: Ulrich-Haberland-Saal, Auf dem Hügel 16, 53121 Bonn

Anmeldung bis Dienstag, 20.01.2026 per E-Mail an: workshops@studierendenwerk@uni-bonn.de

Studierendenwerk Bonn: [Schreibberatung](#)

Die Beratung richtet sich an Studierende aller Fachbereiche. Terminvergabe ab Ende April 2025.

[Fachschaft Jura](#)

Bei Prüfungsangst bietet das Referat „Internationales und Soziales“ Studierenden im Drittversuch Hilfestellung durch Erfahrungsberichte von Studierenden aus höheren Fachsemestern.

Kontakt: info@fsjurabonn.de