

## Literaturempfehlungen zur Selbsthilfe im Studium

Folgende Bücher stehen Ihnen zur Ausleihe in der Bibliothek der PHB zur Verfügung. Bei Rückfragen oder sollten Sie individuelle Beratungsanliegen haben, wenden Sie sich gerne an die Psychologische Beratungsstelle der PHB (*E-Mail: [psychologische-beratung@phb.de](mailto:psychologische-beratung@phb.de); Tel.: 030/ 20 91 66 – 204*).

### Themenbereich Studienstart

Voss, R. (2016). **Studi-Coach. Studieren für Anfänger** (UTB Schlüsselkompetenzen, Bd. 3773, 2., überarbeitete Auflage). Konstanz, München: UVK Verlagsgesellschaft mbH.

### Themenbereich Prüfungsangst

Fehm, L. & Fydrich, T. (2013). **Ratgeber Prüfungsangst. Informationen für Betroffene und Angehörige** (1. Aufl.). s.l.: Hogrefe Verlag.

Walther, H. (2021). **Ohne Prüfungsangst studieren** (UTB Schlüsselkompetenzen, 3., überarbeitete und erweiterte Auflage). München: UVK Verlag.

### Themenbereich Schreibblockaden

Esselborn-Krumbiegel, H. (2015). **Tipps und Tricks bei Schreibblockaden** (Stark fürs Studium, Bd. 4318). Paderborn: Ferdinand Schöningh.

Kruse, O. (2007). **Keine Angst vor dem leeren Blatt. Ohne Schreibblockaden durchs Studium** (Campus concret, 12., völlig neu bearbeitete Auflage). Frankfurt/Main, New York: Campus Verlag.

### Themenbereich Selbstmanagement und Zeitplanung

Püschel, E. (2017). **Selbstmanagement und Zeitplanung** (Uni-Tipps, Bd. 3430, 2., aktualisierte und korrigierte Auflage). Paderborn: Ferdinand Schöningh.

### Themenbereich Redeangst

Steinbuch, U. (2005). **Raus mit der Sprache. Ohne Redeangst durchs Studium** (3. Aufl.). s.l.: Campus Verlag.

### **Öffnungszeiten der Bibliothek:**

Montag: 14.00 – 17.00 Uhr

Dienstag: 13.30 – 16.30 Uhr

Mittwoch: 10.00 – 12.30 Uhr und 13:00 – 16:00 Uhr

Donnerstag: 10.30 – 12.30 Uhr und 13:00 – 16:00 Uhr

Freitag: 10.00 – 12.30 Uhr

### **Psychologische Beratungsstelle für Studierende**

M.Sc. Psych. M.Sc. VT Anna-Maria de Veer

Tel.: +49(0)30/ 20 91 66 – 204

[Psychologische-beratung@phb.de](mailto:Psychologische-beratung@phb.de)