

Abi, Stress & Co



Die AbS-Sprechstunde **Abi, Stress & Co** richtet sich an alle Schüler und Schülerinnen, die sich durch das nahende Abitur gestresst fühlen und Schwierigkeiten haben mit dem Lernen, der Organisation und der Motivation für ihre Vorbereitung.

Die AbS-Sprechstunde wird in corona-Zeiten online, über zoom durchgeführt. Sie findet 14-tägig am **Mittwoch** von **14 bis 16 Uhr** statt und wird von einer schulexternen Beratungslehrerin des SIBUZ, Frau Ramharter, durchgeführt.

Die konkreten Themen von **Abi, Stress & Co** geben die Schüler und Schülerinnen vor. Abhängig davon, was im Zusammenhang mit dem Abitur in der Oberstufe stresst - Ängste, Konflikte, (Zeit-) Managementprobleme - können verschiedene Fragen und Probleme angesprochen und individuelle Lösungsansätze entwickelt werden.

Die Anmeldung zur AbS-Sprechstunde erfolgt entweder direkt über Frau Ramharter: silke.ramharter@senbjf.berlin.de oder über Frau Zymara (Sozialpädagogin, Hermann-Ehlers-Gymnasium).

Sollte es Schwierigkeiten mit dem online-Format geben, besteht die Möglichkeit bei Frau Ramharter einen Telefontermin oder einen gemeinsamen Spaziergang rund um das Hermann-Ehlers-Gymnasium zu vereinbaren.

Schüler und Schülerinnen, die aus unvorhergesehenen Gründen die gewünschte Beratung nicht wahrnehmen können, verpflichten sich den Termin rechtzeitig abzusagen.