

PSYCHOSOZIALE BERATUNG UND COACHING

an der HS Worms
by Studierendenwerk Vorderpfalz



Das Studium kann eine bereichernde Zeit mit vielen neuen Erfahrungen und Erlebnissen sein

Studieren kann aber auch zeitweise mit Belastungen einhergehen. Die meisten Aufgaben lösen wir mittels unserer Erfahrung und der Unterstützung anderer Menschen. Es gibt jedoch Schwierigkeiten, die uns überfordern und ratlos machen. Bewährte Lösungsstrategien greifen nicht mehr, führen nicht zum gewünschten Erfolg.

Als Coach und langjährige Therapeutin verfüge ich über professionelle Erfahrung im Umgang mit Herausforderungen und Schwierigkeiten, die im Alltag auftreten können und biete Ihnen in dieser wichtigen Lebensphase kompetente Hilfestellung an.

Mögliche Themen für Gespräche und Coachings

- Vermeidung von wichtigen Vorhaben oder Abgabeterminen
- Zeitmanagement
- Umgang mit Lern - und Konzentrationsproblemen
- Schreibblockaden
- Prüfungs - und Examensängste
- Studienstress
- Unzufriedenheit mit der persönlichen/ und oder Studiensituation
- Orientierungs - oder Motivationslosigkeit
- Geringes Selbstwertgefühl
- Paar - oder Familienkonflikte
- Beziehungsschwierigkeiten
- depressive Verstimmungen
- Abklärung psychischer Erkrankungen
- Abklärung von Suchterkrankungen
- Nicht genau zu wissen, warum, aber doch glauben,
- dass es gut wäre mit jemandem vertraulich zu sprechen.

Arbeitsweise

Ich möchte Sie unterstützen und motivieren, eigene Fähigkeiten zu entdecken und auszuweiten. Dies kann in einem Einzelgespräch, Coaching oder in mehreren Sitzungen erfolgen. Die Gespräche sollen dazu beitragen, den eigenen Weg, das Ziel wieder klarer zu sehen, eigene Lösungsstrategien zu entwickeln und umzusetzen.

Bei Bedarf kann ich Sie in weiterführende Beratungsdienste vermitteln.

Ich freue mich auf ein Gespräch mit Ihnen.

Claudia Koch

Dipl. Sozialpädagogin (FH)
Sozialtherapeutin
Verhaltenstherapie
Systemischer Coach

Gebäude O, 3. Obergeschoss
Zimmer 301

Sprechzeiten

Donnerstag 13:30 - 14:30 Uhr

Telefon während der
Sprechzeit:

+49 6241 50 94 97

Tel.: Praxis:

+49 6241 59 77 910

psb-wo@stw-vp.de