



INFORMATIONEN ZUM COACHING AN DER SRH HOCHSCHULE HEIDELBERG

Coaching - die passgenaue Unterstützung!

Im Rahmen von „Exzell – das SRH Modell der exzellenten Lehre“ unterstützt die SRH Hochschule Heidelberg ihre Studierenden durch das Angebot von individuellen Einzelcoachings.

Diese vertrauensvolle Prozessbegleitung bewährt sich bei Lernschwierigkeiten und Prüfungsangst und unterstützt bei fehlender Motivation und bei der Klärung von Zielen, z.B. beim Übergang zum Praktikum oder ins Berufsleben. Die Coachings werden durch die Mentoren vermittelt. Jede/r Studierende kann sich in bis zu drei Einzelsitzungen unterstützen lassen – die SRH Hochschule Heidelberg übernimmt die Kosten dafür.

Was ist Coaching?

Coaching ist ein Dialog mit dem Ziel, Fähigkeiten (wieder) frei zu setzen. Es ist keine Beratung und keine Therapie, sondern Hilfe zur Selbsthilfe. Coaching eröffnet Wahlmöglichkeiten zu bisherigen Handlungsmustern.

Wie geht Coaching?

! lösungsorientiert

Die Lösung steht im Mittelpunkt: „Was kann ich tun, damit es mir morgen besser geht?“ Ein langwieriges Erforschen der Vergangenheit nach evtl. Problemursachen findet im systemischen Coaching nicht statt.

! wertschätzend

Ein Coach lässt sich wertschätzend auf die Perspektive seines Gegenübers ein. Systemisches Coaching geht davon aus, dass die erforderlichen Ressourcen zur Lösung vorhanden sind und durch das Coaching freigesetzt werden.

! diskret

Auch mit sehr wenigen Informationen über die Problemhintergründe kann Coaching erfolgreich durchgeführt werden. Ein systemischer Coach begleitet den Prozess aufmerksam beobachtend und erhält dadurch die für den Coaching-Erfolg wichtigen Informationen. Ein „Seelenstriptease“ wäre für den Coaching-Prozess eher hinderlich.



Wann hilft Coaching?

Coaching an der SRH Hochschule ist geeignet für psychisch stabile Studierende, die ihr Verhalten im Studienkontext optimieren möchten.

Beispiele

- „Ich habe eigentlich immer recht gut lernen können. Aber der Stoff, der jetzt für die Prüfungen verlangt wird, erscheint vor mir wie ein Berg. Wie soll ich den denn bloß bewältigen?“
- „Als wir uns in der Lerngruppe gegenseitig abfragten, konnte ich noch alles. Aber in der Prüfung war einfach alles weg.“
- „Ich habe den ganzen Tag eingeplant, um endlich zu lernen, aber stattdessen fange ich an, alte Mails abzulegen, noch rasch aufzuräumen...“
- „Ich hab verschiedene Ideen, was ich mal machen möchte, aber irgendwie ist mir mein Weg noch unklar...“
- „Ich finde, ich bin genau richtig für diese Stelle. Wenn ich das nur beim Bewerbungsgespräch gut rüberbringen könnte...“

AUSFÜHRLICHE INFORMATIONEN AUF UNSERER HOMEPAGE:

<http://www.fh-heidelberg.de/de/unsere-hochschule/akademie-fuer-hochschullehre/>



Dieser QR-Code verbindet Ihr Mobiltelefon direkt mit unserer Internetseite.

SRH Hochschule Heidelberg

Akademie für Hochschullehre an der SRH Hochschule Heidelberg

Ludwig-Guttman-Str. 6, Raum ARC 218 und 219

Tel. 06221/884110

akademie@fh-heidelberg.de

Ansprechpartnerin: Prof. Dr. Susanne Edinger

