

In Kooperation mit



Weitere Informationen zum Projekt D1RECTIONS und zur Anmeldung findet ihr unter: <https://lnk.tu-bs.de/j7GLSY>



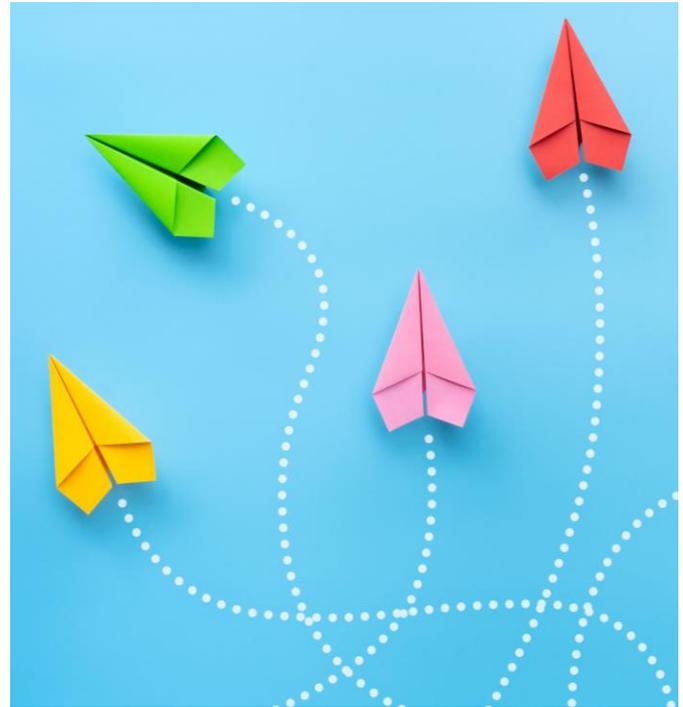
Für Fragen und weitere Informationen stehen wir euch auch gerne per E-Mail zur Verfügung.

**Projektleitung**  
Univ.-Prof. Simone Kauffeld

**Studiumsorientierte Gruppencoachings**

Dr. Britta Wittner  
[b.wittner@tu-braunschweig.de](mailto:b.wittner@tu-braunschweig.de)  
Tel. +49 531 391-2890

Technische Universität Braunschweig  
Institut für Psychologie  
Arbeits-, Organisations- und Sozialpsychologie  
Spielmannstraße 19  
38106 Braunschweig



Unterstützung für deinen  
erfolgreichen Start ins Studium

# Gruppencoaching

## Ziele des Coachings sind:

- » Studiumsrelevante Entscheidungen erleichtern
- » Klarheit über eigene Karriereziele und Schwerpunkte im Studium verschaffen
- » Persönliche Stärken & Schwächen analysieren
- » Berufliche Möglichkeiten aufdecken

Im Rahmen des Gruppencoachings setzt ihr euch mit verschiedenen studiumsbezogenen Fragen auseinander, z. B.:

- » Wo liegen meine Stärken?
- » Welche Erfahrungen habe ich bereits gemacht?
- » Was macht mich glücklich?
- » Welches Praktikum möchte ich machen?
- » Was möchte ich mit meinem Studium machen?
- » Wie sehen meine beruflichen Vorstellungen und Ziele aus?

Die Auseinandersetzung mit den persönlichen Fragen und Zielen wird durch die individuelle Recherche von Informationen und selbst gewählte Schwerpunkt-Sitzungen (z. B. Expert\*innenrunden, Hospitationen) unterstützt.



# Ablauf

Kennenlernen der Coaches und  
Zuteilung zu Coaching-Gruppe



7 aufeinander aufbauende Coaching-  
Sitzungen mit folgenden Inhalten

- Erarbeitung eines **Coaching-Ziels**
- Methoden und Übungen zur Förderung von **Selbstreflexion**
- Einbeziehen von **sozialer Unterstützung**
- Aktives **Informieren** über studiumsrelevante Themen (Nebenjobs, Auslandssemester etc.)
- **Vermittlung** von studiumsbezogenen Kompetenzen (Lerntechniken, Zeitmanagement etc.)
- Erarbeitung eines **Maßnahmenplans** für die Zeit nach dem Coaching



Reflexion über die Umsetzung der  
beschlossenen Maßnahmen

# Über D1RECTIONS

Im Kooperation mit der TU Braunschweig möchte die Otto von Guericke Universität Magdeburg ihre Studierenden dabei unterstützen, ihrem Studium eine Richtung zu geben und notwendige Schritte zu planen. Im Rahmen eines Gruppencoachings setzt du dich unter anderem bewusst mit eigenen Stärken, persönlichen Werten und deinem sozialen Unterstützungsnetzwerk auseinander. Auf diese Weise wirst du bei der erfolgreichen Bewältigung studiumsrelevanter Entscheidungen gefördert.