

HERAUSFORDERUNGEN MEISTERN

Das Coaching-Programm an der Professional School

Lösungen entwickeln

Im Rahmen eines berufsbegleitenden Studiums warten zahlreiche Herausforderungen auf die Studierenden. Ein zentrales Thema ist die Balance von Arbeit, Privatleben und Studium.

Die Zeit, die für das Weiterbildungsstudium zusätzlich benötigt wird, muss an anderer Stelle eingespart werden. Hier ist ein gutes Zeit- und Selbstmanagement gefragt. Coaching bietet hier effektive Unterstützung. Neben der Klärung von Rollen und Aufgaben, kann das eigene Verhalten reflektiert und eine Lösung entwickelt werden. Aber auch persönliche Themen können bearbeitet werden. Eine Coaching-Sitzung kann z.B. in Konflikt- oder Entscheidungssituationen sinnvoll sein.

Karriere planen

Im Studium werden Kenntnisse und Fertigkeiten erworben, die neue berufliche Perspektiven schaffen. Durch die Arbeit mit einem erfahrenen Coach oder Karriereberater können persönliche und soziale Kompetenzen analysiert und weiterentwickelt werden. Ein Karrierecoaching ermöglicht hierbei die innere Motivation und eigenen Potenziale herauszuarbeiten und die nächsten Karriereschritte zu planen.

Lernen zu lernen

Auch Lernprozesse können im Rahmen des Coaching-Programmes begleitet werden. Eine Reflexion über das eigene Lernverhalten kann hilfreich sein, wenn es darum geht, die eigene Lernmotivation zu steigern. Gleichzeitig kann der Transfer des Gelernten gefördert werden. Insbesondere der Austausch mit Kommilitonen innerhalb eines Gruppencoachings kann die Leistungsfähigkeit positiv beeinflussen.

ALLEINE ODER IN DER GRUPPE ZUM ERFOLG

Die Coaching-Formate der Professional School

Studierende der Leuphana Professional School haben mit Antritt Ihres Studiums die Möglichkeit eines der folgenden Coaching-Formate kostenfrei zu belegen:

Karriereberatung/Coachingsitzung (90min)

Im Rahmen einer Karriereberatung oder Coaching-Sitzung erfolgt eine vertrauliche und persönliche Betreuung durch einen Coach aus unserem Coachpool. In einer 90-minütigen Sitzung zzgl. Vorgespräch werden erste Impulse zur Klärung des Anliegens gesetzt und Folgeschritte geplant.

Tandem- oder Gruppencoaching

Im Rahmen eines Tandem- oder Gruppencoachings können Erfahrungen und alternative Sichtweisen zu einem gemeinsamen Thema innerhalb einer Gruppe mit einem Coach kommuniziert und diskutiert werden. Unterschiedliche Perspektiven ermöglichen die Entwicklung eigener Lösungen. Eines der folgenden Formate ist kostenfrei:

- Tandemcoaching für 2 Personen
(2x 1,5 Std. oder 3x 1 Std.)
- Coaching in der Triade für 3 Personen (3x 1,5 Std.)
- Gruppencoaching für 6 Personen
(2x 3 Std)

Zusatzformate

Peer-to-Peer-Coaching, Coaching mit einem Zeittagebuch oder einzelne Karrieretage ergänzen das Coaching-Programm. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit an Coaching-Sitzungen auch virtuell, per Mail oder telefonisch mit einem Coach in Kontakt zu treten. Nähere Informationen zu unserem Angebot und aktuellen Terminen erhalten Sie auf der Internetseite der Professional School.

Kosten

Coaching-Sitzungen, deren Umfang über das definierte Angebot hinaus gehen, sind kostenpflichtig. Sehr gerne beraten wir Sie zur Wahl des optimalen Formates und evtl. Folgekosten in einem persönlichen Gespräch.

Leuphana Universität Lüneburg
Professional School
Birte Godau
Scharnhorststraße 1
21335 Lüneburg

Fon 04131.677-2290
birte.godau@inkubator.leuphana.de
www.leuphana.de/ps



LEUPHANA
Professional School

Coaching

Ein Angebot der Professional School der Leuphana Universität Lüneburg

