

Psychologische Beratung

Jetzt auch an der HTW Berlin

Text: Nikolaj Sprenger
Foto: HTW Berlin


An unserer Hochschule gibt es nun eine eigene Psychologische Beratung. Diese wird von Nikolaj Sprenger betreut. Die Beratungsstelle wurde eingerichtet, um Studierenden einen zeit- und ortsnahen Anlaufpunkt für deren Probleme zu ermöglichen.

Im Laufe des Studiums fühlt man sich manchmal orientierungslos, blockiert und ohnmächtig. Die persönlich und berufliche Entwicklung ist vielen Turbulenzen unterworfen. Die Beratung an der Hochschule bemüht sich, die beiden Aspekte ausreichend zu beachten.

Viele Studierende suchen die Beratung auf, um ihre Prüfungsängste oder Blockaden beim Schreiben und Lernen zu überwinden. In vertraulichen Einzelgesprächen wird mit den Ratsuchenden das Problem gemeinsam analysiert, um individuelle Lösungsmöglichkeiten zu entwickeln. In einigen Gesprächen geht es um die Unterstützung bei Lern- und Arbeitsproblemen, während andere wiederum Wege aus einer aktuellen Krise suchen. Ziel der Psychologischen Beratung ist es, eine niedrigschwellige Anlaufstelle zu bieten, damit sich Probleme nicht zu anhaltenden Störungen entwickeln und eigene Ressourcen wieder nutzbar werden.

Ein weiteres Angebot der Psychologischen Beratung sind Workshops,

in dem Studierende mit anderen Betroffenen, z. B. bei Prüfungsangst, hilfreiche Methoden einüben, um ihre Angst vor schriftlichen und mündlichen Prüfungen zu reduzieren. Die aktuellen Workshops werden auf der Homepage der Beratungsstelle angekündigt.

Nikolaj Sprenger ist Diplom Psychologe und hat in den letzten Jahren bereits in der Psychologischen Beratung der FU Berlin gearbeitet. Er versucht zeitnah einen Termin für ein erstes Beratungsgespräch zu ermöglichen. Dieser kann per Mail oder telefonisch vereinbart werden. Die Gespräche sind kostenlos und unterliegen der Schweigepflicht. 

Kontakt

Internet:

http://www.htw-berlin.de/Studium/Studienberatung/Psychologische_Beratung.html

Anschrift:

Treskowallee 8, 10318 Berlin
Hauptgebäude Raum 145

Telefon: 030 50192315

E-Mail: nikolaj.sprenger@htw-berlin.de

Prüfungsangst kann man reduzieren

11.06.2009 – 16.07.2009

(Do. 16.00 - 18.30 Uhr)

Ein Workshop der Psychologischen Beratung der HTW

Gruppenangebot zur Prüfungsvorbereitung:

- { strukturierte Prüfungsvorbereitung
- { transparente Planung
- { Überprüfen von Erwartungen
- { Auseinandersetzung mit der Angst
- { Prüfungssimulation

Information und Kontakt:

Nikolaj Sprenger; tel.: 030. 5019 - 2315

http://www.htw-berlin.de/Studium/Studienberatung/Psychologische_Beratung.html