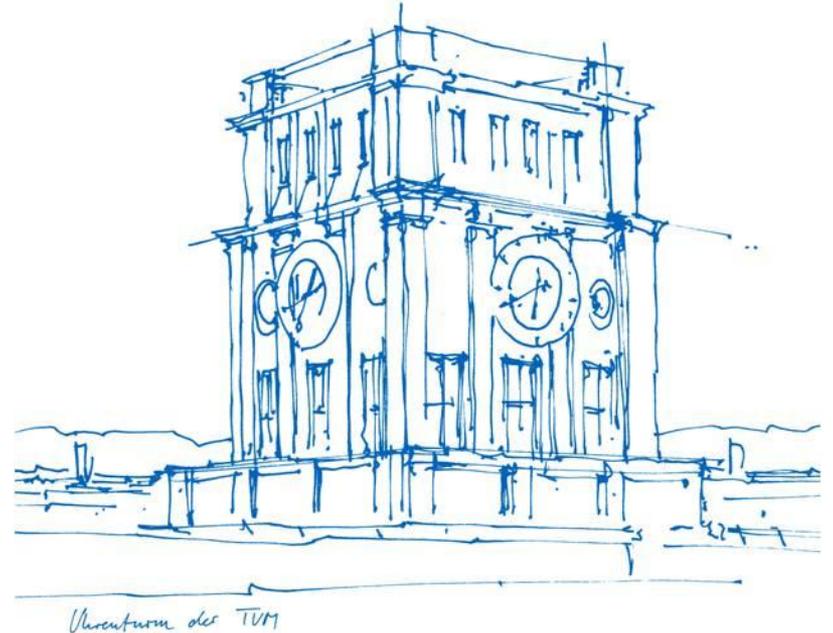


# Herzlich Willkommen zur Vorstellung des TUM Lern- und Prüfungscoachings!

**Referentin: Kirsten Bannert**

Technische Universität München  
TUM Center for Study and Teaching  
Studienberatung und -information

München, 29. September 2025



# Reflexion zum Einstieg

Wenn Sie an das vor Ihnen liegende Studium denken....

- Welche **Erwartungen** bringen Sie mit?
- Welche möglichen **Herausforderungen** kommen Ihnen in den Sinn?

# Agenda & Ablauf

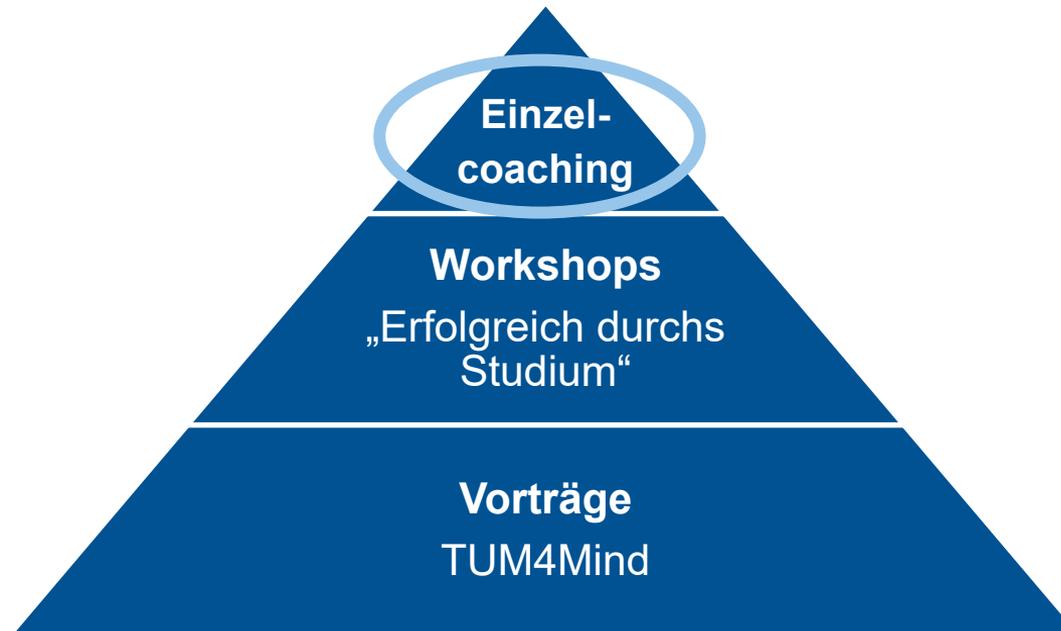
- **Was** bieten wir an?
- **Wie** läuft das Einzelcoaching ab?
- **Wer** ist das Lern- und Prüfungscoaching Team?
  
- 20 Minuten Vortrag
- 10 Minuten Q & A

# TUM Lern- und Prüfungscoaching

Wir begleiten Sie in allen Situationen, in denen Sie im Studium nicht so vorankommen, wie Sie es sich wünschen.

Wir unterstützen Sie in herausfordernden Zeiten – damit Sie Ihr Studium zufriedenstellend meistern können.

# Unsere Formate im Überblick



## Anlässe für ein **Einzelcoaching** können sein:

- Nicht ins Lernen kommen, Aufschiebeverhalten
- Mangelnde Motivation oder Willenskraft
- Selbstzweifel und Gefühle der Überforderung
- Umgang mit Stress und Prüfungsangst
- Das Gefühl, im Studium allein unterwegs zu sein
- u.v.m.

# Einzelcoaching – Das Wichtigste auf einen Blick:

- ✓ **Homepage:** TUM Lern- und Prüfungscoaching  
<https://www.tum.de/lern-und-pruefungscoaching>
- ✓ **Email an:** [coaching@cst.tum.de](mailto:coaching@cst.tum.de) → Erstgespräch
- Coaching in Deutsch und Englisch
- in Präsenz am Stammgelände oder online
- insgesamt bis zu 8 Sessions
- kostenlos und vertraulich



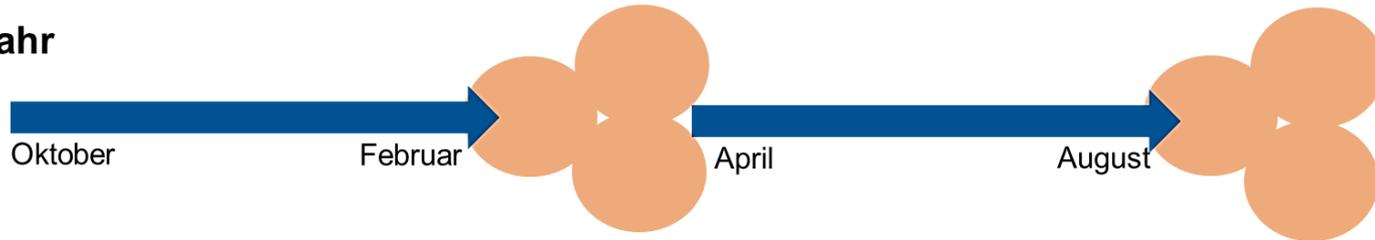
Foto: Peter Orre

# Ein Semester ist kürzer als Sie denken...

## Schuljahr



## Studienjahr



# Drei Take Home Messages

1. Organisieren Sie sich frühzeitig!
2. Besuchen Sie unseren Workshop „Das Semester meistern: Wie Sie eine gute Balance zwischen Anspruch und Realität finden“ am Montag, 10.11. 2025 | 18:00 – 19:30 Uhr | online via Zoom
3. Nutzen Sie unsere Unterstützungsangebote: Be smart – get support!

# Infos & Kontakt

## Einzelcoaching:

<https://www.tum.de/lern-und-pruefungscoaching>

Email: [coaching@cst.tum.de](mailto:coaching@cst.tum.de)



## Lern-Workshops:

<https://www.tum.de/studium/hilfe-und-beratung/hilfe-im-studium/lern-workshops>



## TUM4Mind Vorträge:

<https://www.tum.de/studium/hilfe-und-beratung/gesundheit/tum4mind>



# Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Das Team vom Lern- und Prüfungscoaching  
wünscht Ihnen einen guten Start ins  
Wintersemester!

