



Årsrapport 2019

Talent og udfordringer på studiet

- vi støtter studerende i Odense uanset uddannelse



Formandens Beretning for 2019

Samtaleboblens har nu eksisteret i 10 år som interessefællesskab i coaching og som frivillig, social forening. Jeg kigger tilbage og tænker på alle de spændende personer, der har været engageret i foreningens arbejde, dem der har været coaches for de studerende, vi har samtalt med igennem 10 år. Der har været mange forskellige udfordringer, som vi har hjulpet de unge studerende med. Det har været alt fra eksamensangst, til lavt, fagligt selvværd til personlige kriser, der påvirker studiet. Vi oplever at vores coachingsamtaler kan hjælpe med at fastholde de unge på deres studie. Dermed er Samtaleboblens til glæde og gavn for både de unge, uddannelsesstedet og samfundet

Vi er taknemmelige for den respons vi har modtaget fra de studerende, vi har haft samtaler med. Vi er ikke i tvivl

om, at der fortsat er et stort behov for coachingsamtaler og den effekt, det har for de studerende i deres liv fremover.

At være med i Samtaleboblens er en dynamisk proces med forventninger og drømme, både som frivillig, coach og de studerende som er en del af vores ambassadørkorps. Vi værdsætter det sociale fællesskab og den enkeltes engagement i foreningen meget højt. Der er mange opgaver og udfordringer, der skal tages vare på og prioriteres. Det kræver et engagement som ildsjæl og stor tålmodighed. Samtaleboblens ville heller ikke eksistere uden den daglige leders kæmpe indsats.

At samtale med de studerende omfatter koordination og aftaler, både i foreningen, men også den tid, der skal

afsættes til coachingsamtalerne. Samtaleboblens coaches har udvist stor fleksibilitet, da alt foregår i vores fritid eller på fridage.

Vi er glade for vores samarbejde med uddannelsesinstitutionerne i Odense Kommune. Tak til alle der har støttet den gode sag.

På Foreningens vegne

Bestyrelsesformand
Lene K Hvitved

Bestyrelsen



Lene Hvitved
Formand



Lone Dalager
Næstformand



Vibeke Kristensen
Bestyrelsesmedlem



Flemming Petersen
Bestyrelsesmedlem



Lene Simonsen
Bestyrelsesmedlem



Ann Kristensen
Suppleant



Anne-Grete Rask
Kasserer

Indholdsfortegnelse

- Side 4** Samtaleboblen
- Side 5** Veluxprojekt 2016 - 2019
- Side 6** Interview med en lærer ved Søhussskolen
- Side 7** Interview med leder fra Kold College
- Side 9** Reference
- Side 10** Årets aktiviteter
- Side 11** Foreningen i tal
- Side 12** Reference

VELUX FONDEN



Redaktion: Maj Wedderkopp,
Lene Simonsen,
Flemming Petersen

Grafik: Cecilie G. Kock

Samtaleboblen - et godt tilbud til unge studerende og et fagligt fællesskab



Samtaleboblen blev etableret i 2011 med det formål at hjælpe studerende i Odense gennem coaching. Så uanset om du er 18 eller 60 år, så har alle mulighed for at få gratis coaching gennem foreningen. Eneste forudsætning er, at du er studerende.

På den anden side er foreningens medlemmer. I Samtaleboblen bliver vi ofte kontaktet af interesserede, der ønsker at være en del af foreningen. Det er vi rigtig glade for, og vi holder gladeligt møder med alle, for at præsentere vores frivillige forening. Vi vil nemlig gerne have mange medlemmer, så vi for det første kan imødekomme de henvendelser, vi får fra studerende og for det andet kan vedligeholde vores stærke faglighed omkring coaching. Eneste forudsætning for at blive medlem af foreningen er, at din intention er at bidrage, enten som coach eller med andre kompetencer. I foreningen har vi udover coaches også medlemmer, som har andre kompetencer. Det kan være du er god til kommunikation, it eller til at skabe overblik over alle foreningens aktiviteter. Alle er velkomne!

Vi samarbejder med en lang række uddannelsesinstitutioner i Odense. Her bidrager vi bl.a. til at minimere fravær, øge motivationen eller sikre at de studerende kommer godt gennem studierne på trods af udfordringer undervejs. Alt sammen med det resultat, at underviserne kan koncentrere sig om at øge det faglige niveau og institutionerne kan koncentrere sig om at drive "forretningen".

Vores ønske er at samarbejde tæt med både ledelse, undervisere og vejledere, da vores erfaring er, at det øger brugen af coaching med det resultat, at den studerende får øget sin livskvalitet og en forbedring i den oplevede studietid.

Som studerende kan foreningen kontaktes via: www.studiecoach.dk

Foreningens coachmedlemmer brænder alle for coaching og færdighederne holdes ved lige gennem jævnlig træning i samtaleteknikker og afholdelse af faglige foredrag for hinanden.

2016-2019 Velux-projektet

Skolekonceptet:

I juni 2019 stoppede det 3-årige Velux-projekt med coaching i folkeskolen. Vi har valgt at fortsætte i skoleåret 2019/2020 og modtaget midler fra §18 Udviklingspulje og fondsdonation. Målet er, at finpudse konceptet, så det kan drives for færre økonomiske midler og mere effektivt med øget fokus på elevernes sociale og demokratiske dannelsesrejse. Samtalebollen takker alle, der har bidraget til projektet frivilligt, som ansat og især Velux Fonden, der så potentialet ved at folkeskolen har kæmpe gavn af professionel coaching og interaktive oplæg og workshops, der understøtter elevernes sociale kompetencer.

Konceptet bygger på tillidsfuldt samarbejde mellem de involverede parter og faglighed, der både er professionel og pædagogisk funderet ved undervisning og coaching. Der er kvalitet og effekt i workshops og særligt tilrettelagte oplæg i forhold til elevernes dan-nelse. Hertil fleksibilitet m.h.t. planlægning og afvikling under dialog med lærergruppen. Det nye koncept blev udviklet i efteråret 2019, så det er effektivt og økonomisk mindre krævende samt bygger på samhörigt samarbejde for en sag. Den langsigtede værdi i konceptet er stor, både økonomisk og samfundsmæssigt ved færre unge, der belaster det sociale system. Vores motto er at forebygge og være tilstede, når unge har behov for støtte, så de får indsigt i egen robusthed dvs. hjælp til selvhjælp.



Billede: Workshopteamet nov. 2019.
Bagerst: Torben Hjorth og Lasse Helvig og samlever
Midt: Henning van Veldhuizen, Randi Hedelund
Jeppesen, Lene Hvitved, Niklas Rendboe,
Forrest: Oliver, Vincent Koyo, Flemming Petersen,
Dennis Fließ



Billede: workshopteamet
præsenteres for 180 elever i
fællessalen.

Skoleår i udskolingen:	2016/17	2017/18	2018/19	2019 eft.	Summa
Oplæg i klasser	22	41	57	3	123
Workshopdage med tema	-	-	7	9	16
Intromøder	1	2	2	-	5
Forældreaften m. tema	2	2	1	-	5
Coachingsamtaler oa.:					
Elever deltaget i coaching	71	125	182	176	554/328
7. klasse:	-	-	2/52	45	99
8. klasse:	47	51/74	59/51	3	285
9. klasse:	-	73/51	75/65	2	266
Individuel (1 elev)	60	186	210	5	461
Gruppe m. (3 elever)	-	43	44	15	102
Procentfordeling Dreng/Pige	-	-	-	-	40/60
Individuelt m. lærer	-	-	5	-	5
Specialtræning m. elev	19	7	-	-	26
Supervision til forældre	2	1	1	-	4
Coachsessioner i alt:	81	288	260	20	649

Interview med en lærer ved Søhussskolen



Kim Lynbeck

Lærer i overbygningen på Søhussskolen i Odense

- Underviser i fagene musik, dansk, matematik, samfundsfag, historie og kristendom
- Hjælper Samtaleboblen med workshops til 180 elever i udskolingen, 2019.

Hvordan oplever du vores samarbejde på skolen?

Det er sindssygt godt, at vi arbejder med elevernes demokratiske dannelse på workshops og temaet "Det er ok, at være anderledes". Det er en gave til eleverne, hvor de fik mulighed for at høre om forskellige menneskers livshistorie, personligheder, kompetencer og få deres erfaringer med ind i elevernes dannelsesrejse.

Arrangementet i november ramte I rigtig, rigtig godt. Jeg plejer altid at høre, når eleverne keder sig eller synes det er langsomt, men denne gang har jeg intet hørt. Så I ramte sgu eleverne. Workshoppen med musik og arkitekten blev rost til skyerne.

Samtaleboblens strategi var, at alle blev medinddraget i arbejdet med organiseringen, lærerne med tema og eleverne med praktiske opgaver som keyhangers oa. for at skabe commitment og at gøre arbejdet nemmere for alle parter. Vi var ude i god tid og informationerne om de forskellige workshops blev præsenteret visuelt i fællesrummet tre uger før workshopdagen. 14 dage før afholdelse havde alle eleverne meldt sig og kunne fortælle de

andre elever, hvilken workshop de først skulle deltage på og anden gang, så der blev også snakket om det.

Din oplevelse af Samtaleboblens arbejde med eleverne?

Coachingsamtalerne giver eleverne mulighed for at lytte til hinanden, hvordan de har det og at der også er en verden her.

I gør det på den rigtige måde ved få besøg i løbet af skoleåret og I laver nogle super fede aktiviteter med eleverne og får dem til at reflektere over nogle ting, men også hvordan. Lærerne kan noget og I virker topprofessionelle, når I arbejder med eleverne, jeres remedier, klokke, visuelle tegninger og interaktivt gruppearbejde, der er kort, præcist og forståeligt. Vi kan se, når vi er færdige, så hænger der posters på de rigtige steder. Der er styr på tingene.

Det bedste er, når I har coachet eleverne i tremandsgrupper og jeg oplever, at det har stor værdi for 7. klasserne. Gruppesamtalerne rammer rigtig godt og det giver så meget mening, at tre elever får mulighed for at snakke sammen om det, der rører sig i undervisningen og hvor-dan de selv har det og oplever, at de ikke er de eneste, der havde det sådan.

Som eleverne siger, "det letter" og "nej, hvor er det rart at vide, at hun også har det sådan". Samtaleboblen fortæller, at når temaet er fundet, så spørger vi dem, hvordan de kan hjælpe hinanden og det tankevækkende ved tremandsgrupperne er, at de er i stand til at støtte hinanden og skabe handling - hvad næste skridt er, kan du snakke sammen med klassekammerater eller bede læren om at løse en konflikt.

I nævnes ved 9. klasse-eleverne i forhold til eksamenspres og skole-hjem-samtalerne for 8. årgang vedr. elevernes udfordringer. Skolen har skåret meget ned i 7. klasse med relationsdannelse, så Samtaleboblens oplæg og coachingsamtaler understøtter de manglende sociale kompetencer med at forstå andre.

Hvad hører du lærerne sige?

Hvis vi skruer projektet ordentlig sammen, som vi har gjort nu, så har det kæmpe værdi for os, fordi det aflaster og understøtter lærerne i deres travle hverdag. For eksempel i min 8. klasse med 26 elever, betyder det, at de får reflekteret over andet end dansk- og matematikundervisning, at der er andre ting der rører sig og giver dem muligheden for at fortælle andre, hvad der rører sig i dem og det er jo det, vi lærer af.

Er der noget vi skal være opmærksomme på?

I skal primært være opmærksomme på 7. klasserne, fordi de er sammenlagt fra tre skoler. Jeres primære fokusområde skal være 7. årgang og de har brug for at møde jer et par gange om året med gruppesamtaler og individuel coaching samt en workshopdag om "Noget med at være anderledes" og få succes. 9. klasserne skal tilbydes oplæg med karaktærræs og angsten for ikke at præstere og fortsat få mulighed for coachingsamtaler. Samtaleboblen fortæller, at projekts succes skyldes den gode relation med lærerne, medarbejderrepræsentation, Karin Nielsen, der har den tværfaglige kontakt i organisationen og en ledelse, der åbner døren op for nytænkning til gavn for elevernes trivsel.

Interview med faglærere fra Kold College



Jesper Hansen, faglærer og hovedforløbskoordinator ved svendeprøveholdene for kokke på Kold College

Jesper har koordinatorrollen for lærerteamet og den daglige ledelse. Skolen har fire årlige skift i hovedforløbene 1-2-3 og 100 elever ad gangen i teorilokaler og køkkener. Vi har kokke, smørrebrød og catering og i august uddannelses-er som sushikok og dessertkok dvs. vi har fyldt godt op med over 500 elever årligt.

Hvad får dig til at henvise dine elever til Samtaleboblen?

Vi oplever, at der er sker en udvikling med de unge mennesker som vi får på uddannelsen, og ikke til den bedre side med hensyn til eksamen. Jeg oplever dels at de bliver væsentligt mere nervøse og der kan være flere årsager til det, dels at det for nogle elever er den første store eksamen de skal til. Efter produktionsskolen stoppede har vi fået andre typer elever ind, og for dem er det her en stor ting. Førhen synes jeg ikke vi havde helt den samme mængde af elever, som var så nervøse, som vi oplever nu. Vi blev

anbefalet Samtaleboblen og sendte nogle elever afsted. Nu er det en fast procedure den første dag ved opstart og vi får snakket lidt omkring, at man skal være nervøs ud over det sædvanlige, det er ikke bare almindelig nervøsitet. Allerede den første dag, sidder elever med tårer i øjnene, og kniber sammen bare vi siger ordet eksamen. Samtaleboblen reagerer hurtigt ved henvendelser fra eleverne og eleverne kan gå fra undervisningen og samtale på skolen, når det passer. Vi har haft oplæg med eksamen, hvor elever skulle samles og det var ikke ideelt, så det, at de kan gå enkeltvis og få den støtte, de har brug for, det er præcis det, vi ønsker.

Hvordan oplever du eleverne efter de er blevet coachet?

Jeg spørger tit eleverne, hvad I laver ved samtalerne og det er sjovt, for jeg har endnu aldrig fået et konkret svar, det er altid, så snakkede vi lidt. I bund og grund tror jeg ikke at eleverne ved, hvad der sker, men det er tydeligt at se en forskel. Eksempelvis har vi haft en elev, hvor jeg tænkte holy crap, det var helt tåbeligt det her, og efter et længere coachingforløb gik vedkommende op til eksamen og fik 10. Det var så tydeligt at se, at der var en masse redskaber i værk, for jeg vidste, hun havde gået til coaching. Der er ingen tvivl om, som jeg siger til dem den første dag, at jeg ikke ved, hvad der foregår, men det hjælper, det er vel bare det, det handler om, så er jeg egentlig ikke så bekymret i den forstand. Vi kan sige tingene tusinde gange, men det er meget lettere for en fremmed udefra at sige noget og også have tiden til at lytte. Problemet er, at vi har 40 elever i køkkenet, som alle vil have lidt opmærksomhed og der er ingen tvivl om, at for os har det været en lethed i den forstand, at den bliver fralagt os, og samtidig ved jeg, at

de er i trygge hænder.

Eleverne har lige haft en specialeeksamen i fredags og der tror jeg, at en elev blev overrasket over, hvordan han reagerede. Han er normalt en rimelig cool gut, indtil to sekunder før eksamen. Det gjorde, at det ramlede for ham, selvom han er en god elev.

Hvad er det for problematikker du ser hos dine elever?

Typisk er det angst for eksamen og at det er stort for dem at bestå svendeprøven efter 4 år. Det er første gang de lykkedes med noget i livet, og det er ikke nogen lille eksamen. Der ligger lidt pres på fra arbejdsgiveren, når det forventes at eleven karaktermæssigt lever op til den seneste elev på arbejdspladsen, der fik en god karakter. Vi skal ikke glemme hierarkiet i kokkeverden, selvom det kun er eksamen.



Kold College - et køkken skabt til at lære - YouTube

Interview med faglærere fra Kold College

Er der forskel på alder, skoletrin oa.?

Den yngste er 18 år og den ældste, jeg har haft, var 62 år, man kan tage uddannelsen på alle alderstrin.

Vi har tradition for, at mange virksomheder hellere vil have nogle ældre elever end de helt unge. Fordelen er, at man lærer af hinanden, både socialt og fagligt, som en stor familie. Der er ikke forskel på problematikkerne om du er 20 eller 40 år med eksamen. For de ældre er det fordi, det er så lang tid siden, at de ikke kan huske, hvordan det var at gå til eksamen.

Fordel ved en coach undervejs i skoleforløbet eller i praktikken?

Mange ting ville være lettere, hvis coachingen startede tidligere, for der indgår også lavpraktiske ting som at kunne strukturere en hverdag og studieplan. Kokkefaget er lidt anderledes end på et universitet, hvor du er i skole hele tiden. Vi har eleverne i 10 uger, og så tager de hjem og dukker først op igen om et år og indgår hele tiden i nye klasser, men skolen har stadigvæk en læseplan på 4 år som jeg skal overholde. Det kunne være smart at lave et større samarbejde med Samtaleboblen, hvor vi kunne bruge dem i opstartsfasen eller i skoleperioden. Det vil i hvertfald gøre, at der er nogen, som lytter til eleverne undervejs i uddannelsen.

Har du selv prøvet at blive coachet?

Nej, men det er også hvad man lægger i ordet. Vi arbejder meget sammen og sparrer meget med hinanden, så kan man sige, at det er coaching i en form for mesterlære. Hvis du har stået sammen med en mester, så er du jo også blevet coachet igennem din uddannelse, i en vis forstand.

Vil du anbefale coaching til andre?

Jeg har kun erfaring med eksamen og jeg ved ikke, hvad det er I gør! Jeg kan kun sige, at det hjælper, det samme siger jeg til eleverne. Vi snakker om eksamen den første dag og dem, der er ved, de går i baglås, her handler det om at komme i gang med coachingen og bearbejde deres eksamensnervøsitet i skoleperioden på 10 uger.



Reference Studerende



Cecilie Hansen, 24 år
- Kokke elev på Kold College

Jeg kontaktede Samtaleboblen, da jeg følte, at jeg ikke havde styr på mine nerver og nervøsitet i forhold til, at jeg skulle til svendep prøve. At blive coachet var lidt overvældende for mig følelsesmæssigt og som person, da jeg normalt ikke åbner mig op, men jeg valgte at gøre det for min egen skyld, uden at være tvunget til det. Der har været både op- og nedture undervejs og jeg kan anbefale det til andre.

I er gode til at coache den vej, som folk har brug for og i forhold til at finde de problemer, som det enkelte menneske har ved fx at skulle til eksamen. Det har været en fornøjelse at blive coachet.

Lars Petersen, 46 år
- Elev på social- og sundhedsassistentuddannelsen, SOSU Fyn

Lige pludselig fik jeg præstationsangst og kunne ikke fortælle noget i klassen halvanden måned før jeg skulle op til eksamener, der skulle bestås.

Min uddannelseskoordinator fortalte om Samtaleboblen, og det har været godt at blive coachet og kræver noget af en. Jeg har lært at tænke på andre måder om mine udfør-dringer og på mig selv, som jeg ikke har gjort før. Pludselig giver det mening på en helt anden måde ved indsigt i de forskellige områder, hvor jeg mentalt ikke har været før og jeg er blevet nysgerrig på, hvad vil der ske, hvis jeg gør sådan.

Det bedste ved coachingen var, at coachen lyttede til mig og der var en at dele mine tanker med. Jeg har haft angst for flere problemstillinger i klassen og gået og spekuleret over uvæsentlige ting og fundet ud af, det som reelt er ligegyldigt. Samtalerne har betydet, at jeg er blevet mindre angst, mere positiv, mere glad, og tager tingene mere som



de kommer. Jeg valgte at starte forfra på nyt hold pga. sygefravær i halvanden måned, hvor jeg var kommet for langt bagud.

Det har været hårdt med en ny klasse, men det er gået godt. Jeg har bestået skoleopholdet og bestået specialfag og været oppe til to eksamener i medicinlære og naturfag om fysisk, kemi og matematik, hvor jeg scorede to 12-taller. De to 12-taller har betydet rigtigt meget for mig og jeg har kæmpet for det, jeg har læst, øvet mig og gjort meget ved forberedelsen til timerne, så jeg er ikke kommet sovende til dem. Jeg har fået en positiv energi og glæder mig til at skulle til eksamen senere på året og blive færdig med uddannelsen. Jeg har overvejet et par fag på HF senere.

Folk, som kender mig, siger det er fantastisk, den udvikling der er sket, og uheldigt at min far gik hen og døde, det har også påvirket mig, men alt i alt er det jo gået rigtigt godt. Samtalerne, og det at have en coach at sparre med, har været godt, i stedet for at jeg skal klare alting selv. Tror det er meget vigtigt og især for et en som mig, der bor alene og ikke har nogen derhjemme at snakke med. Det kan både være en faglig og personlig samtale.

Tit er det en selv, der holder tilbage, tro på at jeg kan godt, det er ok at være nervøs. Jeg kan anbefale Samtaleboblen til andre, for det er ikke sjovt at have præstationsangst og ikke kunne sige et ord, selvom man kan stoffet fagligt, men ikke kan få det ud og går i stå og i panik.

En fordel er, at man ikke skal op med den store pengepung og betale for samtalerne. Jeg er glad for den hjælp, jeg fik og ellers i værste tilfælde kunne det have gjort, at jeg måtte droppe uddannelsen og ikke kunne komme videre og det havde været et nederlag i stedet.

Årets aktiviteter



Sommerfest i Samtaleboblen



Donation, Søhusskolen



UCL studiestartmesse, Lene Hvitved



UCL studiestartmesse, Ambassadører Anne og Sisse

Måned	Aktivitet
Januar	Dialogmøde med Odense kommune §18
Februar	Generalforsamling
April	VUC-oplæg om eksamen Mental sundhed - netværk UCL frivilligmesse VUC-oplæg om eksamen
Maj	Frivilligbørs Havnekulturfestival Dialogmøde med Odense Kommune, borgerhuset
Juni	Sommerafslutning UCL studiemesse

Måned	Aktivitet
September	Gallafest for frivillige UCL studiemesse / EAL
November	Ungedag - center for mental sundhed Workshop på Søhusskolen, nyt koncept VUC-oplæg om eksamen UCL studiemesse
December	Julefest

FrivilligGalla
Flemming Petersen,
Lene Hvitved,
Vibeke Rendboe,
borgmester Peter Rahbæk Juel



Foreningen *i tal*

Data:

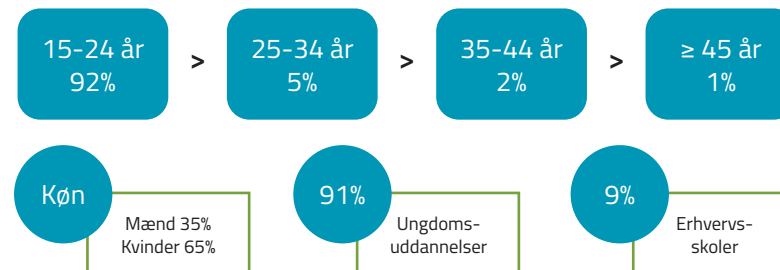
Coachingsamtaler	452 stk.
Udeblev / syg / afmeldt	15 %
Henvist til psykolog	0,4 %
Mænd	35 %
Kvinder	65 %

Studerendes behov for coachingsamtaler

Datamateriale udarbejdet på basis af henvendelser til foreningen og samtaler med studerende i Odense Kommune i 2019. Populationen af studerende i Odense udgør > 45.000 og Samtaleboblens segment af studerende på ungdoms- og erhvervsuddannelserne er 24.800 studerende. Den estimerede målgruppe af studerende i krise er 3.450 personer. Her har 90 personer modtaget 185 coachingsamtaler.

Folkeskolen har 21.800 elever og heraf den kommunale 17.500 elever. Samtaleboblens projekt omhandler 196 elever fra udskolingen på folkeskoler, der har modtaget 267 coachingsamtaler.

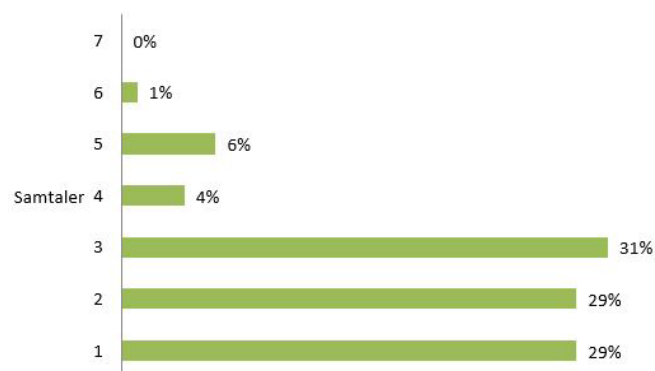
Aldersfordeling



Studerendes problemer

Rate	Studerendes problemer	Procent
1	Eksamensangst / nervøsitet	44
2	Studievalg og uddannelsesmål	10
3	Selvværd	8
4	Manglende motivation for studie	7
5	Stress	4
6	Få bedre balance psykisk / familie	4
7	Sorg over familiemedlem	3
8	Social angst	3
9	Angst ved fremlæggelse	2
10	Ro til mundtlig eksamen	1

Studerendes samtalebehov 2019



Studerendes samtalebehov

Coachingsamtaler pr. studerende ligger stabilt omkring 1-3 samtaler. Stabiliteten kan ikke direkte og entydigt forklares, da mange faktorer kan indvirke som eksempelvis, at de unge er gode til at adfærdskorrigere, en latent del af unge i målgruppen har ikke modet/evnen til at henvende sig eller at fagligheden hos de frivillige coaches er øget, så samtalerne er mere effektive og mere værdiskabende for de studerende.

"Oplevede eksamensangst og har fået det bedre med mig selv og mere selvtillid"

Kvinde, 19 år, Teknisk gymnasium, Kold College

"Mit selvværd og troen på mig selv var lav og allerede ved den første coach-ingsamtale, følte jeg mig grebet, som en faldskærm og føler nu en tryghed og fået troen på, at jeg kan godt."

Kvinde, 25 år, Sygeplejerske og Jordmoder, UCL

"Jeg var rigtig glad for mit coaching--forløb, særligt fordi coachen havde andre tilgangsmetoder og værktøjer end andre vejledere jeg har været hos."

Kvinde, 21 år, økonomistuderende

"Oplevede eksamensangst og har fået hjælp til at skabe struktur og slappe mere af."

Mand, 23 år, maskinmester, SIMAC

"Oplevede eksamensangst og coaching-samtalerne har givet mig mere ro på alle områder ved eksamen."

Kvinde, 46 år, catering, Kold College



**Træffes på telefon 24 83 61 45
Mandag til torsdag kl. 17.00-19.00**

Østre Stationsvej 15 - 5000 Odense C - tlf. 24 83 61 45 - sb@samtaleboblen.dk