

Fatima (24) – Student i tvil

Bakgrunn

Fatima studerer psykologi og har alltid vært flink og pliktoppfyllende. Nå kjenner hun på utmattelse og tvil. Hun vurderer å ta permisjon, men er redd for konsekvensene.

Uro

Hun er redd for å ha valgt feil og føler skyld for å ikke “klare det”.

Hvordan bekymringen arter seg

- Søvnproblemer og stress
- Grubling og selvkritikk
- Lav motivasjon og konsentrasjonsvansker
- Følelse av å være fanget

Kontakt med karriereveiledning

Fatima fant selv frem til karrieresenteret ved universitetet etter å ha sett en plakat på campus. Hun booket en samtale via studentportalen, og håpet å få hjelp til å sortere tankene. På karrieresenteret møter hun karriereveilederen Simen.