



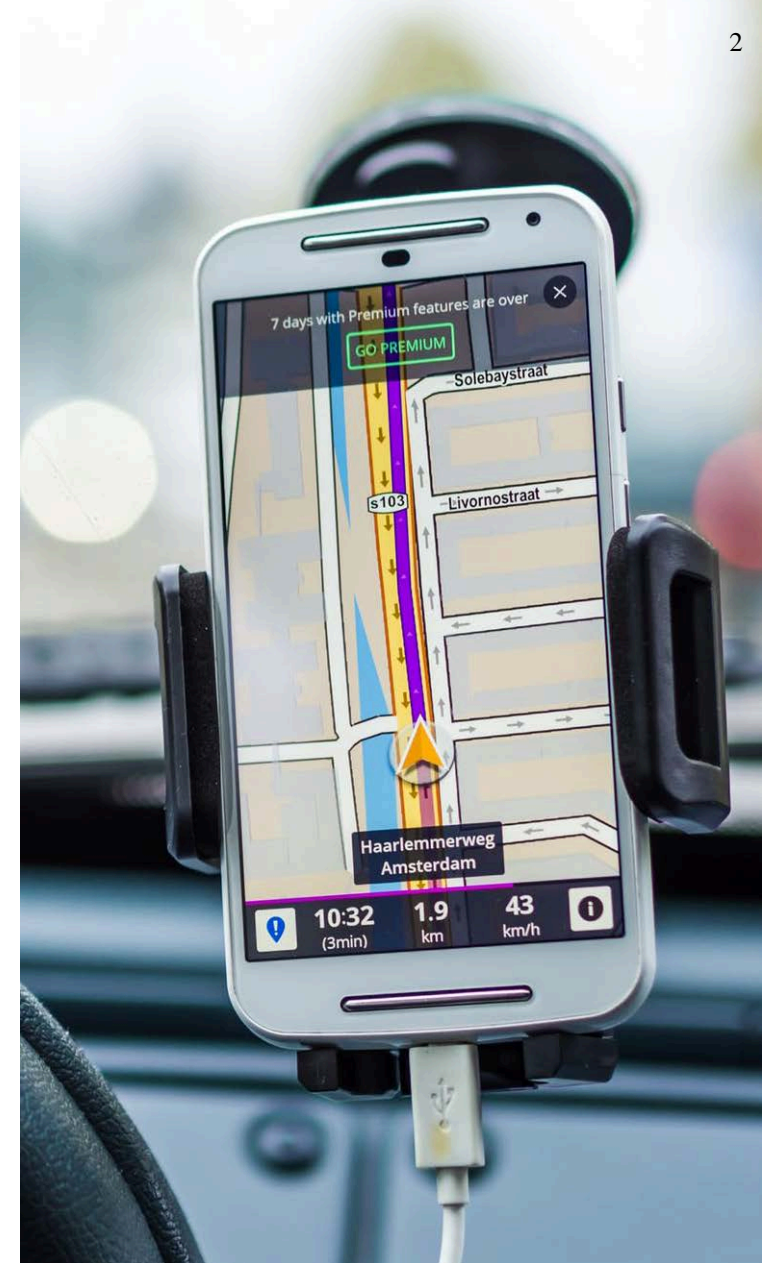
Workshop // 09.09.2021 //
10:45Uhr-13:00Uhr

STUDY-THINK-REPEAT

Studienzweifler*innen zwischen Zukunftslust und Zukunftsfrust

Agenda

1. Thematischer Einstieg
2. Methodische Impulse
 1. Reframing
 2. Handlungsperspektiven erarbeiten
 3. Handlungsfähigkeit & Entscheidungsfindung
3. Abschluss





Désirée Krüger



Dr. Katrin Ullmann



Mein „roter Faden“ ...

Chat: Sehe ich in meinem Lebenslauf einen roten Faden? Wenn ja, seit wann (Lebensalter)?

Bsp.: „Ja – seit ich 27 Jahre alt bin“

Austausch im Plenum: War es schwierig für mich, falls der rote Faden phasenweise nicht sichtbar war?

Norm-Biografie vs. Projekt-Ich

- **Norm-Biografie:** Vorstellung einer geradlinigen & planbaren Norm-Biografie herrscht weiter vor
 - hoher Druck vor Scheitern (z.B. falsche Berufswahl, Arbeitslosigkeit)
 - Vorstellung, es müsste nur **EINE** berufliche Grundentscheidung getroffen werden /
→ **Idee der Planbarkeit / Entscheidung wird mit Druck aufgeladen**
- **Projekt-Ich:** Berufsbiografie als dauerhafte Anpassungs- & Veränderungsleistung
 - Hohe Anforderungen durch kontinuierliches Selbstmanagement
 - Chance, auf Veränderungen reagieren zu können
→ **Idee der kontinuierlichen Veränderung / niemals ankommen**

Einflussfaktoren auf biografische Wege



Reframing, Handlungsperspektive,
Entscheidung

METHODISCHE IMPULSE



Methodischer Impuls: Study – think – repeat

**Der Umgang mit Ambivalenzen / Leben mit dem Projekt-
Ich im Wiederholungsschritt (Repeat):**

**Wie können wir überforderten Ratsuchenden, die sich
erneut für einen Weg nach einer ‚Fehlentscheidung‘
orientieren müssen, dabei helfen durch...**

Dreischritt

- 1. Neubetrachtung durch Reframing**
- 2. Erarbeitung von Handlungsperspektiven**
- 3. Umsetzung in Entscheidungsfindung**

Ablauf

Im Plenum:

- **Vorstellung möglicher Methoden**

In Kleingruppen zu Dreischritt:

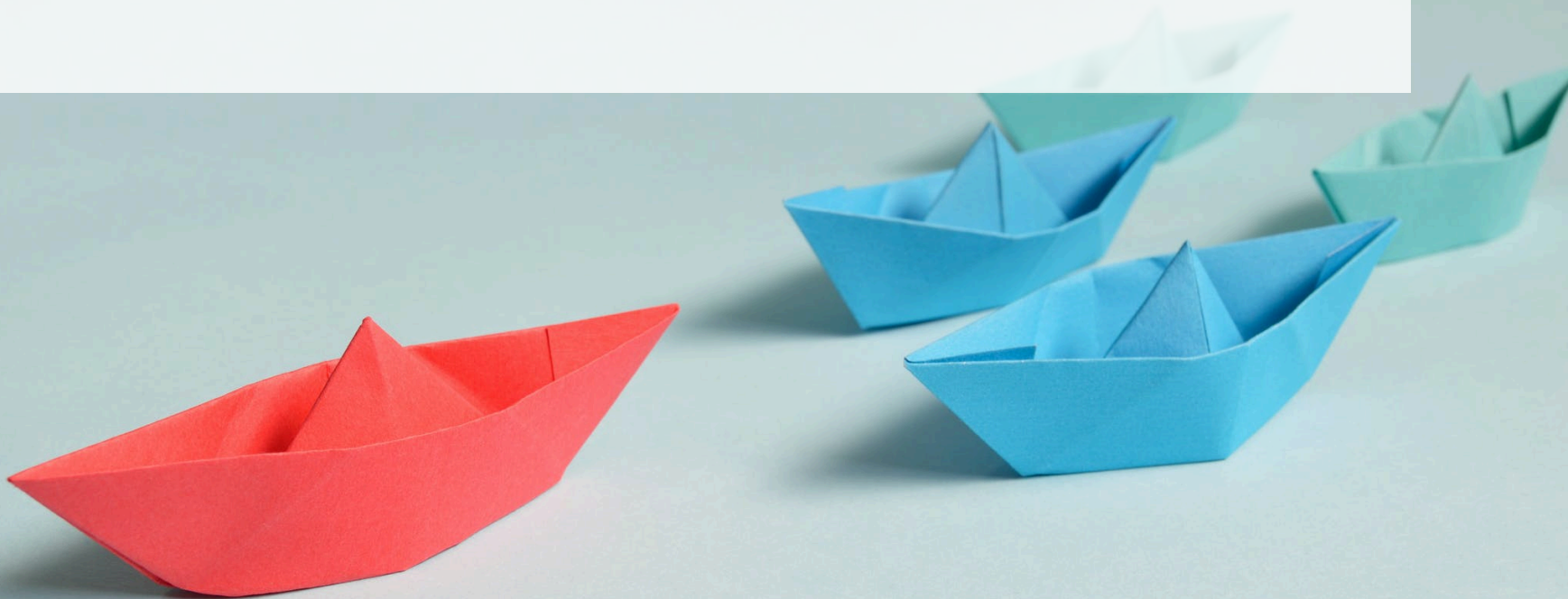
- **Praktische Erprobung einer Methode**

→ **Zuordnung in Kleingruppen**

Im Plenum:

- **Gemeinsames Fazit**

METHODENVORSTELLUNG



1. Reframing

→ Ziel: Reframing der überfordernden Situation;
Anerkennung der Anstrengung, welche der/die Einzelne leisten muss

Beispielhafte Methoden: Neue Perspektiven auf die aktuelle Situation

- Held*in der Kindheit
- Brief an sich selbst...

- *Für Fortgeschrittene: Inneres Team*

(Alle Methodenquellen finden sich auf den Arbeitsblättern)

2. Handlungsperspektiven erarbeiten

→ Ziel: Individuelle Handlungsperspektiven erarbeiten

Methodenpool:

- Grundeinkommen
- Vorteile von Nicht-Veränderung/Noch-nicht-Veränderung / 4 Fragen nach Dilts
- *Für Fortgeschrittene: Tetralemma*

(Alle Methodenquellen finden sich auf den Arbeitsblättern)

3. Übersetzung in Entscheidungsfindung & Handlungsfähigkeit

→ Ziel: Zwischen der/n Perspektive(n) entscheiden & diese in Handlung übersetzen

Methodenpool:

- Bücherstapel
- Von Stolpersteinen zu Steigbügeln
- *Für Fortgeschrittene: Entscheidungsspaziergang, Stuhlarbeit*

(Alle Methodenquellen finden sich auf den Arbeitsblättern)

Ablauf

In Kleingruppen zu Dreischritt

1. Methoden lesen & für eine entscheiden → 10min
2. Rollenverteilung: Berater*in, Ratsuchende*r, Beobachter*in (Eigener Fall, im Zweifel Fallbeispiel aus Methodenblatt) → 5min
3. Durchführung und Reflektion → 20min
4. *Bonus: Sammeln und Ergänzen der vorgestellten Methoden zum ausgewählten ‚Schritt‘ (eigene Good-Practices)*

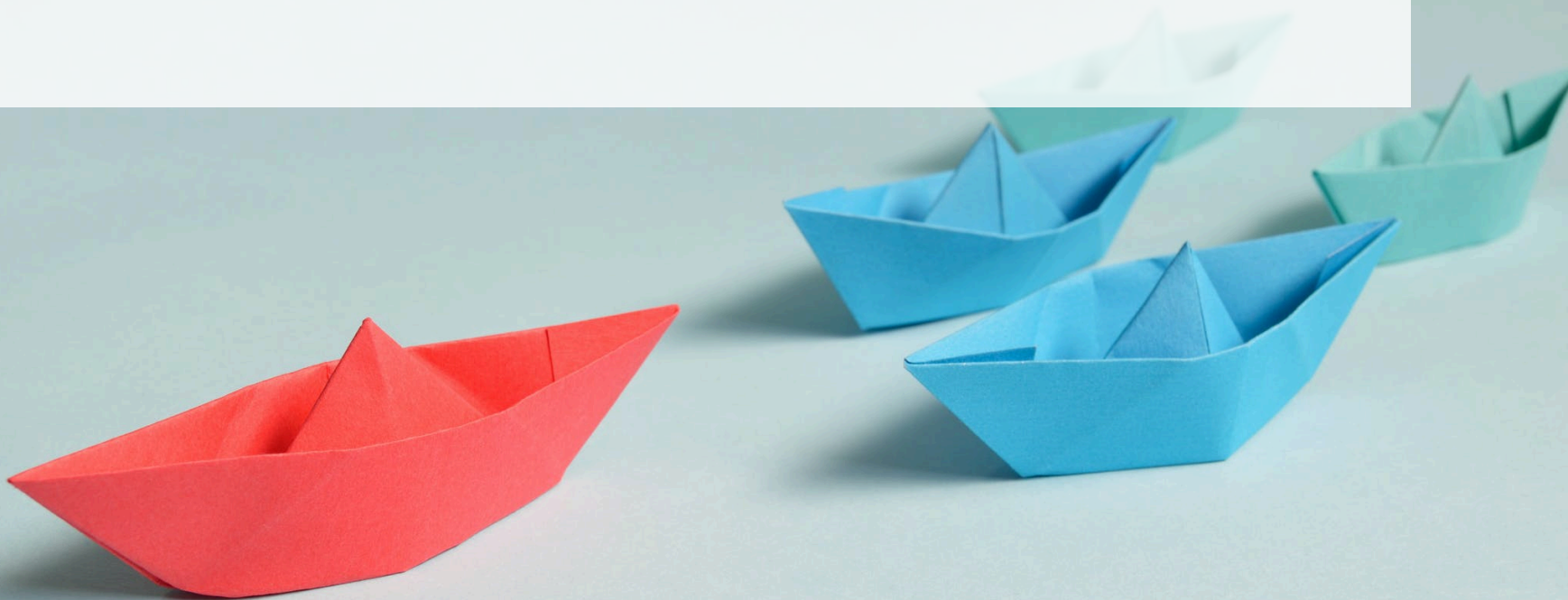
Zuordnung in Kleingruppen

→ 12:40Uhr Im Plenum: *Gemeinsames Fazit*

PAUSE & KLEINGRUPPEN- ARBEIT BIS 12:40!



PLENUM



Auswertung

Berichte aus den 3 Schritten:

Welche Erkenntnisse aus den Reflektionsrunden nehmen Sie zum Umgang mit den „Study-Think-repeat“ – Prozess-Schleifen mit? (Nur Erkenntnisse ;-)

- 1. Refraining**
- 2. Handlungsperspektiven**
- 3. Entscheidungsfindung / Handlungsfähigkeit**

**DANKE FÜR IHRE
TEILNAHME!**