QUICKSTART SACHSEN TRANSFER

zweifellos
Finde deinen Weg.

Zwischen Zweifel und Neubeginn

Instrumente zur Beratung von Studienzweifelnden und -abbrechenden mit psychischen Belastungen

TUBAF
Die Rohstoffuniversität. Seit 1765.

kowa
Kooperationsstelle Wissenschaft und Arbeitswelt
L E I P Z I G

Gefördert durch:
Bundesministerium für Forschung, Technologie und Raumfahrt

Bundesagentur für Arbeit
Regionaldirektion Sachsen

Freistaat SACHSEN

Herzlich Willkommen!

Sandy Mann
Quickstart Sachsen Transfer

sandy.mann@kowa-leipzig.de

www.kowa-leipzig.de/quickstart-sachsen-transfer

Isabell Hofmeister
Quickstart Sachsen Transfer

isabell.hofmeister@kowa-leipzig.de

www.kowa-leipzig.de/quickstart-sachsen-transfer

Weitere Ansprechpartnerinnen im Projekt

KOWA Leipzig:
Jana Wünsch
jana.wuensch@kowa-leipzig.de

TU Freiberg:
Dr. Theresa Wand
theresa.wand@grafa.tu-freiberg.de

Dagmar Ganz
Dagmar.Ganz@grafa.tu-freiberg.de

Zweifellos – Finde deinen Weg.

Eine Initiative der Projekte :

Quickstart Sachsen Transfer

www. studienabbruch-und-weiter.de

Queraufstieg Transfer

www.queraufstieg.de

Kompass M-V Transfer

www.kompass-mv.de

www.studienzweifel-los.de

Schwerpunkte des Projekts Quickstart Sachsen Transfer.

Transfer

- **Beratungs- und Coachinginstrumentarium** (Handreichung) für die Beratung von psychisch belasteten und erkrankten Studienzweifelnden und –abbrechenden
- **Ergebnisse und Erfahrungen** zu internationalen Studienabbrechenden
- **Öffentlichkeitsarbeit**

- **Fortbildungen, Blended Learning und E-Learning Formate** zur Erhöhung der Beratungsqualität
- **Prozesse, Netzwerkstrukturen und Materialien** für die Beratung und Orientierung
- **Information und Sensibilisierung** Beratender, Multiplikator:innen, Ratsuchender

Herzlich Willkommen!

Sandy Mann
Quickstart Sachsen Transfer

Isabell Hofmeister
Quickstart Sachsen Transfer

AGENDA

1. Einblick in die Beratungshandreichung
2. Einblick in das geplante Selbstlernangebot für Beratende
3. Rund-Eckig-Methode – Vorstellung und Übung

1

Einblick in die Beratungshandreichung

1 Einblick in die Beratungshandreichung

Aus der Praxis
für die Praxis

1 Einblick in die Beratungshandreichung

Aus der Praxis für die Praxis

Link zur **aktuellsten Version der Handreichung** (Überarbeitung der Verlinkungen):

https://www.kowa-leipzig.de/media/pages/downloads/8bae442cfa-1729234951/beratungs_coachinginstrumentarium.pdf

Link zum **Newsletter von Quickstart Sachsen Transfer**:

https://studienabbruch-und-weiter.de/newsletter/

1 Einblick in die Beratungshandreichung

Aus der Praxis
für die Praxis

- Handreichung fußt auf **Erfahrungswerten** aus vergangenen (Projekt)Tätigkeiten
- Analyse von 732 Beratungen mit 339 Studienzweifler:innen und –abbrecher:innen, die von 2015-2020 in den beiden Jobstarter-Projekten „Plan B“ und Plan B(eruf) der KOWA Leipzig beraten wurden (35-40% psychisch belastet)
- Anreicherung durch Supervisionserfahrungen
- **Welche Muster zeigen sich**? (Beratungsbeziehung, Eignung von Instrumenten und Methoden, Zeitpunkt /Ablauf etc.)
  Wie lässt sich das nachhaltig für andere (erfahrene und unerfahrene) Beratende **aufbereiten**, so dass die Ergebnisse **in der Praxis gut nutzbar** sind?
- **kontinuierliche Erprobung und Reflexion** der Inhalte der Handreichung während des gesamten Entwicklungsprozesses
- Anschließend **Pilotierung** (Testung und Anpassung) der Handreichung an 3 Hochschulstandorten mit erfahrenen Berater:innen

1 Einblick in die Beratungshandreichung

Welche Ratsuchenden nimmt die Handreichung in den Blick?

- **Kernzielgruppe** sind Studienzweifelnde und Studienabbrechende (also auch die, die bereits abgebrochen haben) mit psychischen Belastungen
- **psychische Belastung** umfasst nach unserer Auffassung ein **breites Feld**
  - erhöhtes individuelles psychisches Belastungserleben ohne Diagnose
  - aber auch diagnostizierte psychische Erkrankungen
- Viele beschriebene Methoden und Vorgehensweisen auch für Ratsuchende ohne diese Merkmale in der Beratung nutzbar
- Umgekehrt sind auch einzelne Abschnitte nutzbar für Studierende, die psychisch belastet sind, aber nicht am Studium zweifeln

1 Einblick in die Beratungshandreichung

Inhalte der Handreichung

- 4 große Kapitel:
  - Teil A „Grundlagen der Beratung von Studienzweifelnden und Studienabbrechenden mit psychischen Belastungen und einem besonders hohen Orientierungsbedarf“
  - Teil B „Modulares Coaching-Programm für die Beratung von Studienzweifelnden und Studienabbrechenden mit psychischen Belastungen“
  - Teil C „Tipps und Kniffe im Überblick“
  - Teil D „Alphabetische Übersicht über Instrumente und Methoden in der Beratung von Studienzweifler:innen und Studienabbrecher:innen“

1 Einblick in die Beratungshandreichung

Teil B: „Modulares Coaching-Programm“

- Welche Schritte werden für die Beratung beschrieben?
  - **Grundlegendes Prinzip „Selbstwirksamkeit stärken - Ressourcen ankern“**
  - **3 Phasen der Beratung**
    - *Einstiegsphase*
    - *Mittelphase und*
    - *Abschlussphase*

- Innerhalb dieser Phasen finden sich **11 Module** in Reihenfolge dieses ideal-typischen Beratungsprozesses
  - auch: wie kann eine **Verweisberatung** aussehen, wenn ich selbst nicht oder nicht mehr der oder die richtige Ansprechpartner*in für ein Anliegen bin

- Handreichung bietet zudem **3 Exkurse**:
  - Umgang mit starker psychischer Belastung und/oder Suizidalität
  - Umgang mit starken Emotionen
  - Selbst- und Prozessreflexion der Beratenden

Hinweise zum vorgeschlagenen Beratungsablauf

- **Flexibilität** der Module!!!
  - nicht nötig, alle Bestandteile eines Moduls umzusetzen, wenn für Beratungsprozess nicht benötigt bzw. bei eigener Institution nicht umsetzbar
  - Module auslassen oder sich einem bestimmten Modul besonders widmen, wenn der Schwerpunkt der Beratung dies erforderlich macht
- Vorgeschlagene Methoden und Instrumente = **Empfehlungen aus der Praxis für die Praxis** → Ausrichtung des Einsatz an Ratsuchenden und Beratenden selbst

Hinweise zum vorgeschlagenen Beratungsablauf

- **Vernetzung unterschiedlicher Beratungsakteure untereinander** ein wichtiger Bestandteil (Modul „Verweisberatung“) für
  - fundierte und vor allem selbstbestimmte Entscheidung für oder gegen einen Berufsweg der Ratsuchenden
  - passgenauen Verweis, wenn eigenes Beratungsangebot erschöpft ist/nicht das richtige für das Anliegen ist

B.2 Übersicht zu Kooperationsmustern und möglichen Modulen in der Beratung

Modul	Titel	Die informationssuchende Beziehung	Die orientierungssuchende Beziehung	Die selbstunwirksame Beziehung	Die besuchende Beziehung	Die stark belastete Beziehung
Durchgängiges Prinzip: Selbstwirksamkeit stärken - Ressourcen ankern		X	X	X	X	X
Modul 1: Arbeitsatmosphäre schaffen		X	X	X	X	X
Modul 2: Arbeitsbündnis herstellen		X	X	X	X	X
Modul 3: Umgang mit Studienzweifeln und Studienabbruch		[X]	[X]	X		X
Modul 4: Standort bestimmen		X	X	X	X	X
Modul 5: Informieren und Orientierung geben		X	X	X	X	X
Modul 6: Interessen, Potentiale und Handlungsspielräume identifizieren			X	X		
Modul 7: Entscheidungsfindung und Handeln			X	X		
Modul 8: Antreiber und Bremser aufdecken				X	X	[X]
Modul 9: Matching		X	X	X		
Modul 10: Zusammenfassung und Abschluss		X	X	X	X	X
Modul 11: Verweisberatung		[X]	[X]	[X]	[X]	X
Exkurs: Umgang mit starker psychischer Belastung und/oder Suizidalität						X

B.2 Übersicht zu Kooperationsmustern und möglichen Modulen in der Beratung

Modul	Titel	Die informationssuchende Beziehung	Die orientierungssuchende Beziehung	Die selbstunwirksame Beziehung	Die besuchende Beziehung	Die stark belastete Beziehung
Durchgängiges Prinzip: Selbstwirksamkeit stärken - Ressourcen ankern		X	X	X	X	X
Modul 1: Arbeitsatmosphäre schaffen		X	X	X	X	X
Modul 2: Arbeitsbündnis herstellen		X	X	X	X	X
Modul 3: Umgang mit Studienzweifeln und Studienabbruch		[X]	[X]	X		X
Modul 4: Standort bestimmen		X	X	X	X	X
Modul 5: Informieren und Orientierung geben		X	X	X	X	X
Modul 6: Interessen, Potentiale und Handlungsspielräume identifizieren			X	X		
Modul 7: Entscheidungsfindung und Handeln			X	X		
Modul 8: Antreiber und Bremser aufdecken				X	X	[X]
Modul 9: Matching		X	X	X		
Modul 10: Zusammenfassung und Abschluss		X	X	X	X	X
Modul 11: Verweisberatung		[X]	[X]	[X]	[X]	X
Exkurs: Umgang mit starker psychischer Belastung und/oder Suizidalität						X

*Innerhalb einzelner Phasen **dominieren unterschiedliche** Themen*

*Dauer einzelner Phasen und Einsatz einzelner Module auch **abhängig von der Art des Kooperationsmusters** zwischen ratsuchender Person und Berater*in*

1 Einblick in die Beratungshandreichung

Beispiel:
Modul 3 „Umgang mit Studien-zweifeln und Studienabbruch“

B.3.2.3 Modul 3: Umgang mit Studienzweifeln und Studienabbruch

Kurzbeschreibung:

Studienzweifel und Studienabbruch werden von jedem Ratsuchenden anders bewertet. Manche betrachten es als Antreiber für ihren weiteren Weg oder sind froh, aus einer belastenden Situation aussteigen zu können. Viele, die in die Beratung kommen, erleben die Zweifel und Gründe für den Abbruch ebenso wie dieses Ereignis selbst als belastenden Zustand. Diese Erfahrungen sind eng mit Misserfolgserleben, dem Abwerten der eigenen Person oder auch der Furcht vor den Reaktionen der Familie verknüpft.

Wichtig ist in diesem Fall, für eine erste emotionale Entlastung der Ratsuchenden zu sorgen. Häufig haben Ratsuchende das Gefühl, als einzige:r im Studium versagt zu haben. Einen Anknüpfungspunkt an dieser Stelle, aber auch im weiteren Beratungsprozess, stellt das Umdeuten der als belastend empfundenen Situation dar. Durch motivierende Gesprächsführung kann zu einem Reflektieren des Prozesses des Studienzweifels oder -abbruchs angeregt werden (siehe rechte Box). Von Bedeutung ist hierbei, dass die Ratsuchenden selbst zu tieferen Erkenntnissen gelangen und Beratende durch gezielte Fragen unterstützen. Auch der Austausch mit Studienzweifelnden und -abbrechenden, die sich in einer ähnlichen Situation befinden oder diese gar bereits überwunden haben, können in diesem Zusammenhang für einen positiveren Umgang mit der Thematik sorgen. Sollte kein peer-to-peer möglich sein, kann für eine weitere Abmilderung auch die Beschäftigung mit den [DZHW-Studien] nützlich sein. Dies kann verdeutlichen, dass Studienzweifel und -abbruch sehr viele Studierende betreffen und sogar Gegenstand der Forschung geworden sind.

Mögliche Instrumente und Methoden, die zum Einsatz kommen könnten:

- [DZHW-Ergebnisse]
- Clearing-Tool
- Reframing
- Peer-to-Peer-Austausch

Umdeutung der Studienzweifel oder des Studienabbruchs (vgl. Wehrle, M., 2018):

- *Höhen und Tiefen*
  - *Was werden Sie an Ihrem Studium am meisten vermissen? Und was am allerwenigsten?*
  - *Welches waren die schönsten Momente in Ihrem Studium? Und wie können Sie diese positive Energie in Ihre Zukunft mitnehmen?*
  - *Welches waren die schlechtesten Momente – und was werden Sie in Zukunft deshalb anders machen?*
- *Reframing*
  - *Wie müssten Sie Ihren Studienabbruch bewerten, um die nächsten Jahre garantiert unglücklich zu werden?*
  - *Mal angenommen, es wäre nicht zu dem Studienabbruch gekommen: Wären Sie dann garantiert bis zur Rente in diesem Beruf geblieben?*
  - *Man könnte Ihren Studienabbruch durch zwei Brillen betrachten: zum einen als Unglück, zum anderen auch ein wenig als Glück. Für welche Sichtweise wollen Sie sich auf längere Sicht entscheiden?*
- *Erkenntnisgewinn*
  - *Man spricht ja von einer Ent-Täuschung. Welche Täuschung wurde durch den Studienabbruch aufgehoben und durch eine Einsicht ersetzt?*

1 Einblick in die Beratungshandreichung

Beispiel:
Modul 8 „Antreiber und Bremser aufdecken“

B.3.3.4 Modul 8: Antreiber und Bremser aufdecken

Kurzbeschreibung:

Mitunter kommen Ratsuchende trotz gründlicher Situationsanalyse, einem umfassenden Wiss
che Optionen oder geplanter nächster Schritte nicht ins Handeln. Sie hängen quasi auf der Stu
scher Überlegungen fest. Der Förderung der **Selbstwirksamkeit** durch gezielte Methoden k
noch einmal eine besondere Bedeutung bei. Denn nur, wenn die ratsuchende Person die Übe
sitzt, Veränderungen selbst leisten zu können, wird sie diese auch angehen (siehe hierzu
Selbstwirksamkeit stärken - Ressourcen ankern).

Auch die Grundhaltung als Berater:in gegenüber den Rats chenden ist von entscheidender
einen wichtigen Sinn erfüllen, der den Ratsuchenden selbst oft wussi ist. Bloc
werden (vgl. Nolle, 2021, S. 173), da eine Veränderung zum aktuelle
weder den Berater:innen noch Ratsuchenden bewusst sein müssen).
suchenden, denen empathisch begegnet werden sollte. Die inneren Antei
Anteil womöglich gern in die Veränderung möchte, einer oder verschiedene
Beratung kann zu einem Aufdecken dieser Widerstände und damit auch der ma
dung kommen können, sind die Arbeit mit dem **Inneres Team**, die **Problem-Löse-Ba**
ist also schon ein wertvoller Schritt getan.

In der Beratung können Sie so den Widerstand thematisieren. Sprechen Sie dazu zunäch
wechseln. Indem ein Thema „von oben“ betrachtet wird, kann ein anderer Zugang ermöglic
Methoden hier eher komplexer und für die Ratsuchenden eher ungewohnter Natur sind, sollt
kann man zunächst darauf hinweisen, dass man als Berater:in den Eindruck hat, dass der/die Kl
recherchiert oder sich überlegt hat, aber es aktuell einen oder mehrere Anteile gibt, die (noch) nicht in die Veränderung möchte
vielleicht noch nicht gehört wurden, aber wichtig sind und zunächst Platz in der Beratung benötigen. Man kann an dieser Stelle zu einer der Methoden ein
den und diese zunächst kurz vorstellen. Auch kann es hilfreich sein darauf hinzuweisen, dass die Methode nicht zu Ende geführt werden muss, wenn die
ratsuchende Person sie als unangenehm und zu belastend empfindet, um die Eigenverantwortung des/der Klient:in zu stärken.

Was wird angesprochen?

- Grundhaltung als Berater:in
- Empfehlungen zu möglichen Methoden in der Arbeit mit Blockaden
- Wenn eine Idee besteht, woran eine Stagnation liegen könnte: Empfehlungen zum Umgang damit
- Eigene Grenzen als Berater:in beachten: nicht alle Blockaden können oder sollten gar in einer Beratung bearbeitet werden!

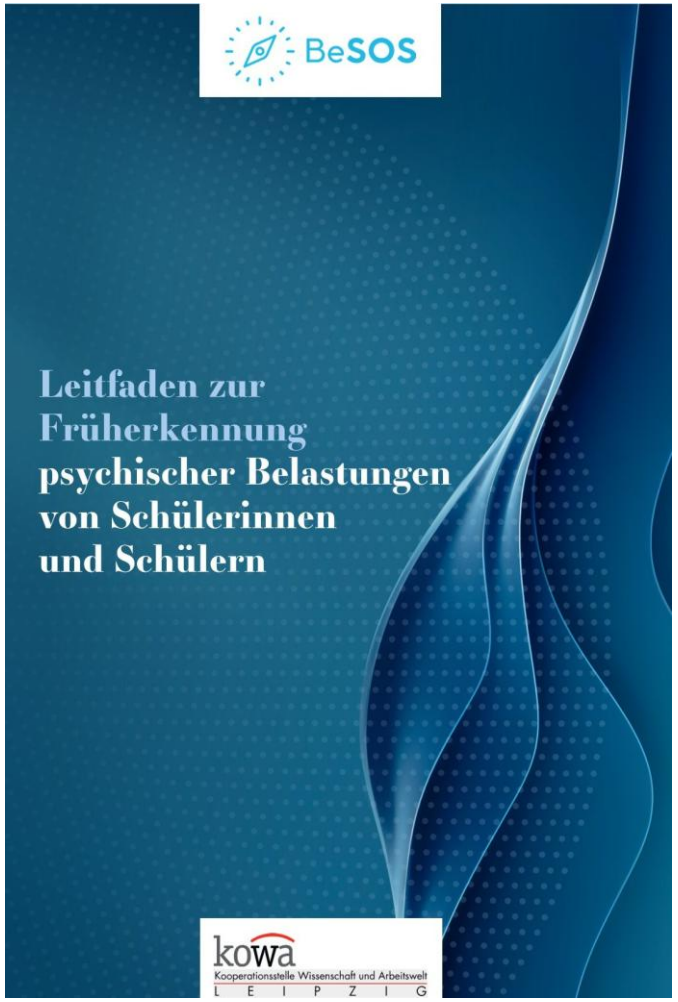
1 Einblick in die Beratungshandreichung

Leitfaden für Lehrkräfte / Berater*innen BO

Ziele

Prävention psychischer Belastung und Erkrankung bei Kindern und Jugendlichen

Förderung der psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in den Bereichen Schule und Berufsorientierung



1 Einblick in die Beratungshandreichung

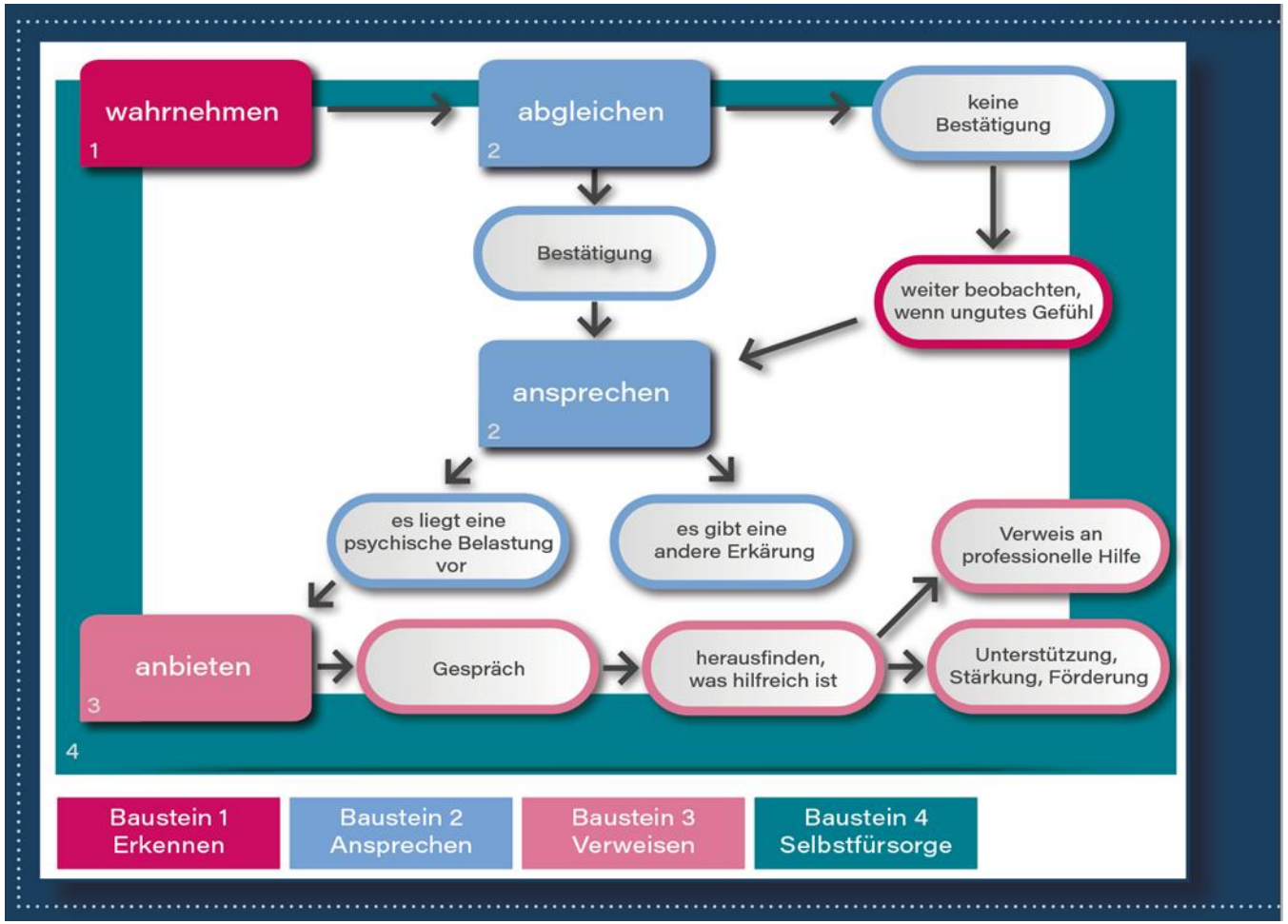
Leitfaden für Lehrkräfte / Berater*innen BO

Lehrkräfte und Berater*innen BO sollen unterstützt werden:

- Schüler*innen besser zu verstehen und dadurch pädagogisch oder beratend angemessener zu handeln
- auf wahrgenommene Belastungen hilfreich zu reagieren und unterstützend in Beziehung zu gehen
- psychische Belastung möglichst früh zu erkennen und anzusprechen
- ihren Handlungsspielraum zu nutzen aber auch ihre Grenzen zu achten

1 Einblick in die Beratungshandreichung

Leitfaden für Lehrkräfte / Berater*innen BO



1 Einblick in die Beratungshandreichung

Leitfaden für Lehrkräfte / Berater*innen BO

0 Einleitung
Hier erfahren Sie, warum es wichtig ist, psychische Belastungen zu erkennen.

1 Baustein 1 Erkennen
Hier bekommen Sie Hinweise, woran Sie psychische Belastungen erkennen können.

2 Baustein 2 Ansprechen
In diesem Bereich erhalten Sie Anregungen, wie Sie Schülerinnen und Schüler auf mögliche psychische Belastungen ansprechen.

3 Baustein 3 Verweisen
Dieser Bereich enthält Hinweise auf Fachkräfte, an die Sie Schülerinnen und Schüler sowie deren Eltern verweisen können.

4 Baustein 4 Selbstfürsorge
Hier geht es um Ihr eigenes Wohlbefinden und was Sie dafür tun können.

5 Anhang
Hier finden Sie Vorlagen, empfehlenswerte Links und Literatur.

1 Einblick in die Beratungshandreichung

Leitfaden für Lehrkräfte / Berater*innen BO

Frühwarnzeichen	Sichtbar in Schule und Beratung
Veränderungen in der Stimmung (unangenehme Gefühle, Traurigkeit, niedergedrückt sein, hoffnungslos, Ängste, Schuldgefühle, Unzufriedenheit …)	weniger Reden, weniger Beteiligung, Desinteresse an früher beliebten Aktivitäten (AGs, Fächer, Hobbys), stilles Dasitzen, abwesend oder leer im Blick, keine Reaktion auf Lob oder Ermutigung – alles wirkt „egal“, schnelles Hochgehen bei banalen Dingen (z. B. Kritik, Regeln), Sarkasmus, Beleidigungen oder Provokationen, Wutausbrüche, manchmal scheinbar „aus dem Nichts“, Konflikte, Weinerlichkeit, Klagen über Bauch-/ Kopfschmerzen oder „nicht können“, häufiges Seufzen, Stimmungsschwankungen, Unruhe, vermehrte Fehler oder „Chaos“
Unklares Gefühl der Erschöpfung ohne körperlich krank zu sein	träge Bewegungen, lustlos oder verzögert, Aufgaben werden zäh bearbeitet, selbst einfache Dinge brauchen deutlich länger, Gedankensprünge, kurze, einsilbige Antworten, leisere Stimme als sonst, häufiges In-die-Leere-starren oder „wegdriften“, schnell überfordert von Reizen (z. B. Lärm, Gruppenarbeiten), niedrige Frustrationstoleranz, „Ich bin einfach nur müde“, „Das ist mir zu anstrengend“, „Ich kann nicht mehr“
…	…

1 Einblick in die Beratungshandreichung

Leitfaden für Lehrkräfte / Berater*innen BO

Definition	Angststörungen bei Kindern und Jugendlichen
• wiederkehrendes Auftreten von Ängsten ohne reale Gefahr oder unangemessen stark bei nur geringer Bedrohung • Betroffene leiden unter der hohen Intensität der Angst • die Angst ist irrational, also der Situation nicht angemessen • die Angst beeinträchtigt die Bewältigung des Alltagslebens und zum Beispiel die Erfüllung der schulischen Aufgaben	• fast doppelt so viele Mädchen wie Jungen entwickeln Angststörungen • Auslöser durch Einflussfaktoren der Pubertät und sich ändernde Entwicklungsaufgaben • Panikstörung üblicherweise erst im Jugendalter .....
Wie kann sich das in Schule / Beratung zeigen?	**Angststörungen vs. Pubertät**
• Angespanntheit, Nervosität • häufiges Rückversichern • starke Reaktion auf etwas, wofür es keinen objektiven Grund gibt • Abfallen der Leistung, besonders in Prüfungssituationen • auffällige Schüchternheit im Umgang mit anderen Personen • häufiger Ausfall wg. Bauch-/ Kopfschmerzen, Widerstand, in die Schule zu gehen (Elternbefragung!)	• häufig werden Symptome als Persönlichkeitseigenschaften wahrgenommen (verstärkt die Symptomatik, da nichts dagegen unternommen wird) • Entstehung der Symptome verläuft über längeren Zeitraum, daher werden sie oft von den Erkrankten und den nahen Angehörigen nicht wahrgenommen • Veränderungen des Körpers in der Pubertät können Entstehung begünstigen

1 Einblick in die Beratungshandreichung

Leitfaden für Lehrkräfte / Berater*innen BO

https://www.kowa-leipzig.de/media/pages/downloads/fd950a9ed0-1749106327/leitfaden-zur-frueherkennung-psychischer-belastung-von-schuelerinnen.pdf

SCAN ME

2

Einblick in das geplante Selbstlernangebot für Beratende

2 Einblick in das geplante Selbstlernangebot für Beratende

Überblick

Beratungskompetenz stärken - Toolbox für die Beratung von psychisch belasteten Studienzweifelnden und -abbrechenden

- digitales Lernangebot
- basiert auf dem im Projekt Quickstart Sachsen plus entwickelten Beratungs- und Coachinginstrumentarium
- vermittelt praxisnahe Methoden und Werkzeuge, um Ratsuchende in herausfordernden Situationen kompetent zu unterstützen
- flexibel, ortsunabhängig und in eigenem Tempo

2 Einblick in das geplante Selbstlernangebot für Beratende

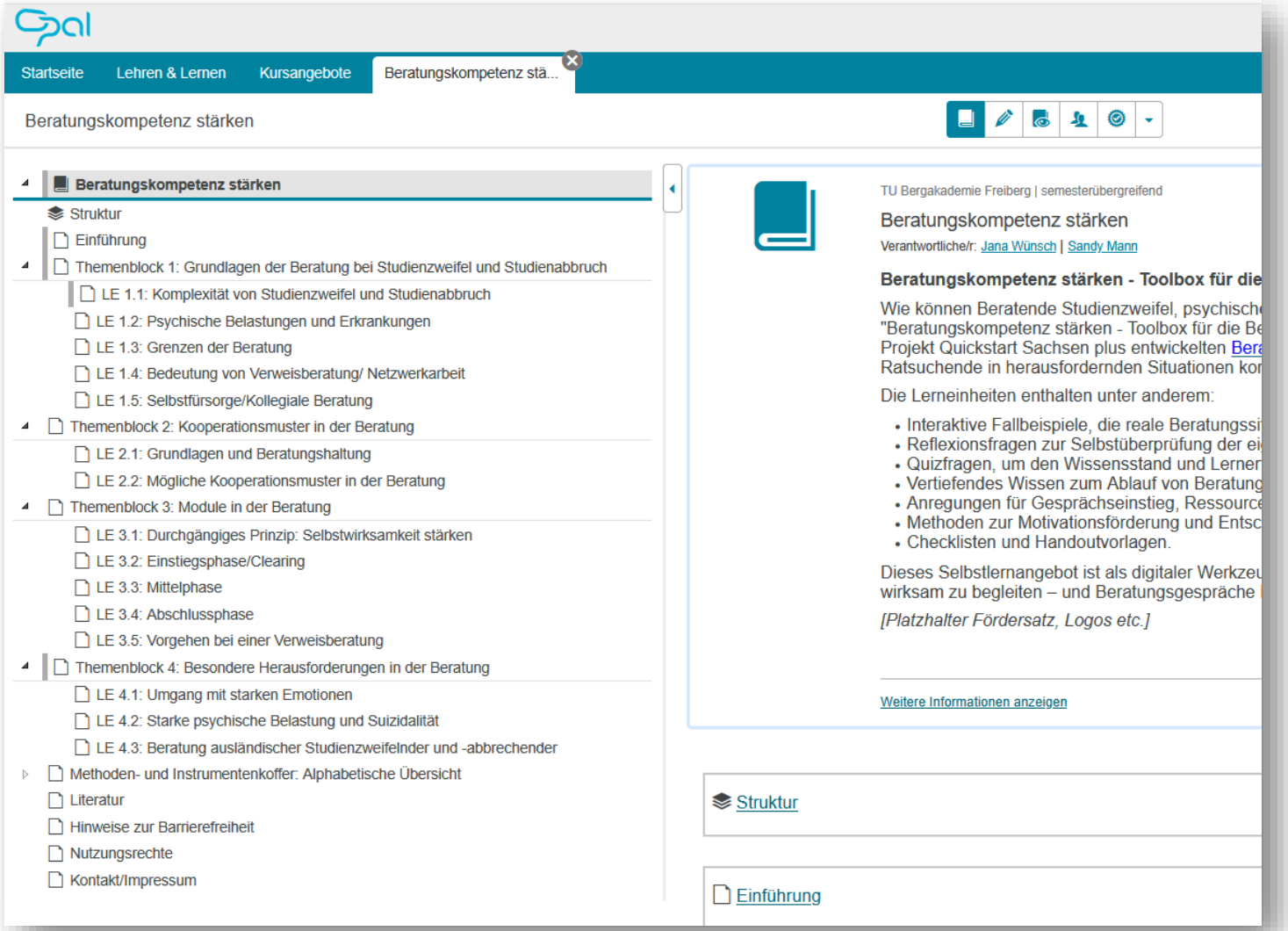
Überblick

Die Lerneinheiten enthalten unter anderem:

- Interaktive Fallbeispiele, die reale Beratungssituationen greifbar machen
- Reflexionsfragen zur Selbstüberprüfung der eigenen Haltung und Herangehensweise
- Quizfragen, um den Wissensstand und Lernerfolg zu prüfen
- Vertiefendes Wissen zum Ablauf von Beratungen und zu möglichen Kooperationsmustern in der Beratung
- Anregungen für Gesprächseinstieg, Ressourcenanalyse und Zielentwicklung
- Methoden zur Motivationsförderung und Entscheidungsunterstützung
- Checklisten und Handoutvorlagen

2 Einblick in das geplante Selbstlernangebot für Beratende

Struktur des Selbstlern-angebots



2 Einblick in das geplante Selbstlernangebot für Beratende

Beispiel-
inhalt

Mögliche Kooperationsmuster

in der Beratung von psychisch belasteten Studienzweifelnden und – abbrechenden

2 Einblick in das geplante Selbstlernangebot für Beratende

Beispiel-
inhalt

2 Einblick in das geplante Selbstlernangebot für Beratende

Beispiel-
inhalt

2.1 Die informationssuchende Beziehung

Gut zu wissen

Im Folgenden erfahren Sie zunächst etwas über die **Merkmale der informationssuchenden Beziehung**.

Danach wenden wir uns dem **Fallbeispiel von Mira** zu. Hier erfahren Sie, weshalb Mira in die Beratung kam und worin sich die informationssuchende Beziehung deutlich machte. Zudem **erfahren Sie** von der Beraterin, worauf sie sich **in der Beratung fokussierte** und **welche Module** sie aus dem Beratungs- und Coachinginstrumentarium **besonders empfiehlt**.

2 Einblick in das geplante Selbstlernangebot für Beratende

Beispiel-
inhalt

Erstgespräch mit Madeleine

Schilderung der Beraterin

Schilderung der Beraterin

Als Madeleine zu mir kam, war es **von Anfang an deutlich**, dass sie sich in einer **sehr unsicheren und belasteten Situation** befand. Es fiel ihr **schwer, ein klares Anliegen** zu formulieren, was für mich ein Hinweis darauf war, dass sie mit vielen inneren Widersprüchen zu kämpfen hatte. Sie hatte starke Zweifel an ihrem Studium und fühlte sich psychisch belastet, konnte aber noch nicht richtig benennen, was sie sich von der Beratung erhoffte. Sie saß **eher passiv** da, schien in ihren Gedanken gefangen und **erzählte**

Gedanken der Ratsuchenden

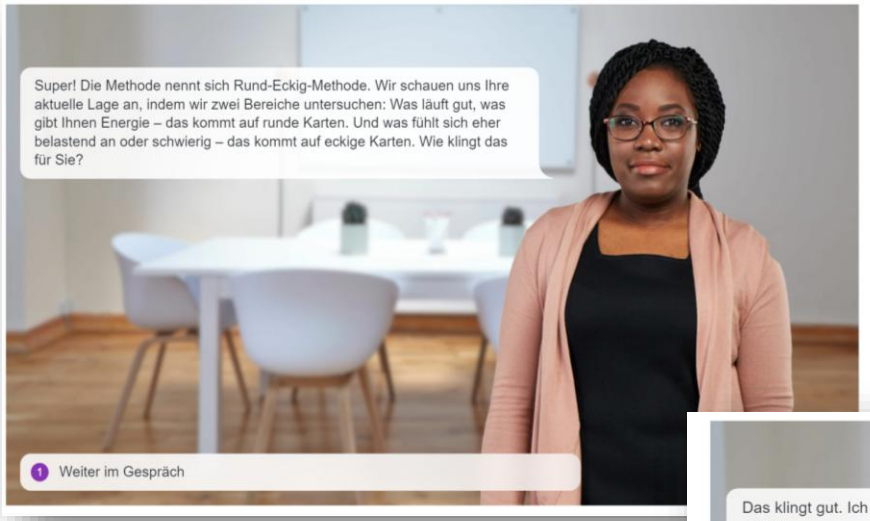
Hinweise auf Merkmale der selbstunwirksamen Bez...

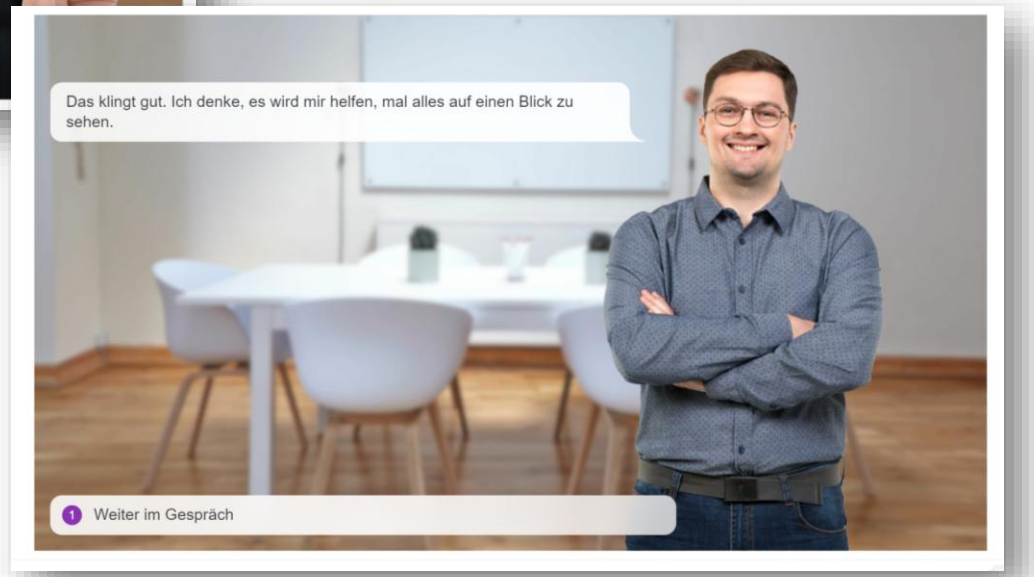
1 von 1

Weiter

2 Einblick in das geplante Selbstlernangebot für Beratende

Beispiel-
inhalt

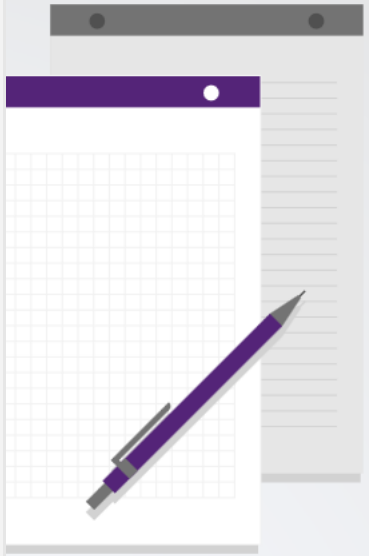




2 Einblick in das geplante Selbstlernangebot für Beratende

Beispiel-
inhalt

Reflexionsfragen



Nehmen Sie sich bewusst ein paar Minuten **Zeit zur eigenen Reflexion**.

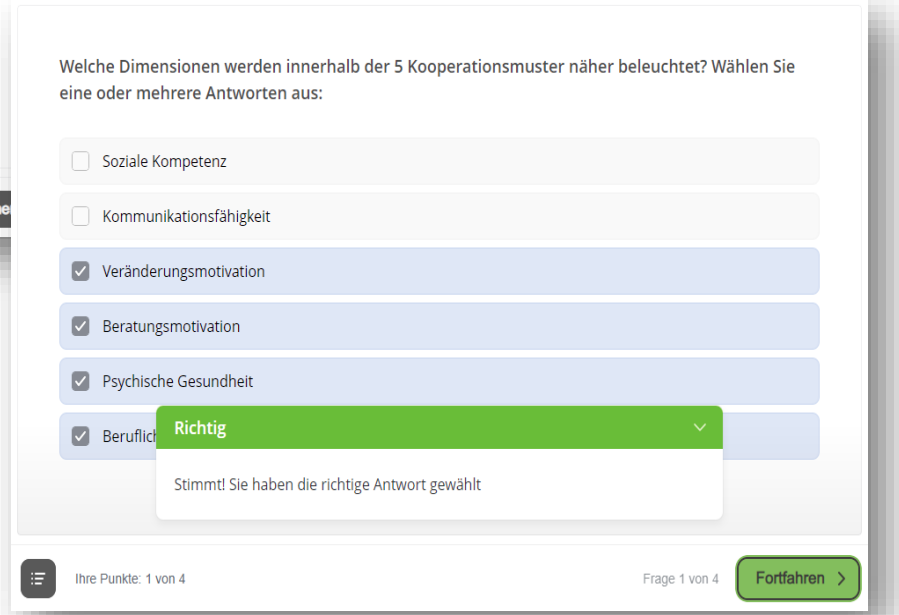
Legen Sie sich einen Zettel und einen Stift bereit und **notieren** Sie sich **Ihre Gedanken** zu folgenden Fragen und nutzen Sie dafür **im Methoden- und Instrumentenkoffer: Alphabetische Übersicht den „Reflexionsbogen“** :

Erinnern Sie sich zunächst an einen „einfachen“ Beratungsfall aus Ihrer Beratungspraxis. Gehen Sie diesen gedanklich durch. Überlegen Sie nun, welches Kooperationsmuster in dieser Beratung vordergründig gewesen sein könnte.

Erinnern Sie sich nun an einen „schweren“ Beratungsfall aus Ihrer Beratungspraxis. Gehen Sie diesen gedanklich ebenfalls durch und überlegen, welches Kooperationsmuster in dieser Beratung vordergründig gewesen sein könnte

2 Einblick in das geplante Selbstlernangebot für Beratende

Beispiel-
inhalt



2 Einblick in das geplante Selbstlernangebot für Beratende

Beispiel-
inhalt

Kurzbeschreibung

1 / 2

Checkliste Erstgespräch

- Kurzbeschreibung
  - Checkliste "Erstgespräch"
- Weitere Informationen

Checkliste "Erstgespräch"

Eine Checkliste für das Erstgespräch dient u.a. der Erfassung von Basisinformationen sowie von bisher genutzten Beratungsangeboten der Ratsuchenden. Hieraus kann eine Anliegen- und Auftragsklärung, aber auch die Einschätzung für eine eventuelle Verweisberatung erfolgen (vgl. KOWA Leipzig, 2019, S.19). Solch eine Liste kann als Gedankenstütze im Beratungsgespräch dienen, aber auch im Nachgang zur eigenen Reflexion des Gesprächs genutzt werden. Zudem kann eine Erweiterung der Informationen im Beratungsverlauf erfolgen und die Dokumentation unterstützt werden.

Als zu erfassende Eckpunkte, die im Erstgespräch thematisiert werden können, empfehlen sich folgende (jedoch sollten die Eckpunkte ebenso an die institutionellen Rahmenbedingungen und Erfordernisse angepasst sein):

- Gründe für einen Studienabbruch
- Bereits genutzte Beratungsangebote
- Familiäre, finanzielle und mobilitätsbezogene Rahmenbedingungen (da diese wichtig für eine spätere Entscheidungsfindung sein könnten)
- Psychische und physische Gesundheitsaspekte, die eine Rolle spielen könnten
- Aktuelle Prioritäten der Ratsuchenden
- Aktueller Stand der beruflichen Orientierung

Im Projekt „Plan B (eruf) – Berufliche Perspektiven nach Studienabbruch" der KOWA Leipzig ist eine solche Arbeitshilfe entstanden und kann frei und bearbeitbar von Anderen genutzt werden (Download hier).

Checkliste Beratung

Entscheidung zum Studienabbruch gesichert? ☐ Ja ☐ nein	
Gründe für Studienabbruch? ☐ Leistungsprobleme ☐ Finanzielle Probleme ☐ Mangelnde Studienmotivation (Gap bzgl. Erwartungen und Identifikation) ☐ Studienbedingungen ☐ Prüfungsversagen ☐ Berufliche Neuorientierung ☐ Familiäre Probleme ☐ Krankheit	
Bereits genutzte Beratungsangebote?	

Was sagen Eltern/Familie/Freunde?	
Finanzierung? - im Studium - derzeit - Überbrückung? - während der Ausbildung	
Mobilität ☐ Führerschein ☐ Auto ☐ Arbeiten auch im Landkreis ☐ (überregional)	
Prioritäten derzeit, z.B.: ☐ Arbeitsplatzsicherheit ☐ Vereinbarkeit Beruf und Familie ☐ Weiterentwicklung	

3

Rund-Eckig-Methode – Vorstellung und Übung

3 Rund-Eckig-Methode – Vorstellung und Übung

Rund-Eckig-Methode

Alphabetische Übersicht über Instrumente und Methoden in der Beratung von Studienzweifelnden und Studienabbrechenden

D.36 Rund-Eckig-Methode

Zeitlicher Umfang: *In der Beratung*	+ bis ++	**Je nach Tiefgang und Variante im Gespräch ca. 15 bis 30 Minuten.**	Weiterführende Literatur:	[Übersicht zu den Faktoren eines Studienabbruchs aus dem Clearing-Tool]

Kurzbeschreibung:

Die Methode eignet sich gut, um kreativ und ohne viel Aufwand in die Klärung der Situation der Studienzweifelnden und –abbrechenden einzusteigen und diese zu visualisieren. Pohl und Fallner (2010, S. 191 f.) beschreiben die Rund-Eckig-Methode[17] in ihren Ausführungen als eine Übung, die sich auf positive (runde) und negativ assoziierte (eckige) Entwicklungen der Situation der Ratsuchenden fokussiert. „Rund" und „eckig" dienen dabei nicht nur als sprachliche, sondern auch als visuelle Metaphern. Benötigt werden dafür im Vorfeld folgende Arbeitsmittel:

- *runde und eckige Moderationskarten*
- *Stifte, Pinnnadeln oder Klebeband*
- *Flipchart*

Für eine Situationsanalyse kann die zugrunde liegende Leitfrage an Ratsuchende dabei lauten: „Was läuft aktuell *rund* im Studium und der derzeitigen Situation und wo läuft es momentan *eckig*, welche Situationen werden als schwierig oder belastend erlebt?". Anliegen werden so thematisiert und intuitiv den beiden Formen durch das Notieren auf den entsprechenden Moderationskarten durch die Ratsuchenden zugeordnet. Für Situationen, die als nicht eindeutig zuordenbar empfunden werden, kann zudem eine weitere Flipchart-Form hinzugefügt werden. Als Gedankenstütze für Beratende kann die Methode darüber hinaus mit der Übersicht zu den Faktoren eines Studienabbruchs aus dem Clearing-Tool ergänzt werden (siehe „Weiterführende Links"). Diese Übersicht hat dabei eher anregenden Charakter für mögliche Fragestellungen zur Situation der Ratsuchenden.

Die Methode bietet einen Rahmen für die (Selbst)Reflexion der aktuellen Situation, welcher neben der Thematisierung negativer Aspekte vor allem auch positive Bestandteile sichtbar machen kann und diese würdigt. Im Anschluss an diese Art der Situationsanalyse lässt sich die angefertigte „Rund-Eckig-Mindmap" zudem Fortführen, in dem im Gespräch mit den Ratsuchenden überlegt wird, welche „eckigen" Gegebenheiten sich ggf. auch in „Runde" überführen lassen könnten, welche Ressourcen den Ratsuchenden dafür zur Verfügung stehen oder welche Unterstützungsangebote hilfreich sein könnten.

Coaching-Modul:	**Modul 4: Standort bestimmen**	Tipps und Kniffe – Rubrik:	**Die Situation der ratsuchenden Person erfassen und eine erste Entlastung bieten**

[17] Pohl, M., Fallner, H. (2010): Coaching mit System. Die Kunst nachhaltiger Beratung. Wiesbaden: VS Verlag.

3 Rund-Eckig-Methode – Vorstellung und Übung

Aufbau der Methodenbeschreibungen

- Zeitlicher Umfang in der Beratung und/oder der Netzwerktätigkeit
- Weiterführende Links und Literatur
- Da, wo vorhanden, Beispiele aus der Praxis
- Kurzbeschreibung
- Verlinkung zu empfohlenen Coaching-Modulen und Teil C „Tipps und Kniffe“

Alphabetische Übersicht über Instrumente und Methoden in der Beratung von Studienzweifelnden und Studienabbrechenden

D.36 Rund-Eckig-Methode

Zeitlicher Umfang:			Weiterführende Literatur:	
In der Beratung	+ bis ++	**Je nach Tiefgang und Variante im Gespräch ca. 15 bis 30 Minuten.**		[Übersicht zu den Faktoren eines Studienabbruchs aus dem Clearing-Tool]

Kurzbeschreibung:

Die Methode eignet sich gut, um kreativ und ohne viel Aufwand in die Klärung der Situation der Studienzweifelnden und –abbrechenden einzusteigen und diese zu visualisieren. Pohl und Fallner (2010, S. 191 f.) beschreiben die Rund-Eckig-Methode[17] in ihren Ausführungen als eine Übung, die sich auf positive (runde) und negativ assoziierte (eckige) Entwicklungen der Situation der Ratsuchenden fokussiert. „Rund“ und „eckig“ dienen dabei nicht nur als sprachliche, sondern auch als visuelle Metaphern. Benötigt werden dafür im Vorfeld folgende Arbeitsmittel:

- *runde und eckige Moderationskarten*
- *Stifte, Pinnnadeln oder Klebeband*
- *Flipchart*

Für eine Situationsanalyse kann die zugrunde liegende Leitfrage an Ratsuchende dabei lauten: „Was läuft aktuell *rund* im Studium und der derzeitigen Situation und wo läuft es momentan *eckig*, welche Situationen werden als schwierig oder belastend erlebt?“. Anliegen werden so thematisiert und intuitiv den beiden Formen durch das Notieren auf den entsprechenden Moderationskarten durch die Ratsuchenden zugeordnet. Für Situationen, die als nicht eindeutig zuordenbar empfunden werden, kann zudem eine weitere Flipchart-Form hinzugefügt werden. Als Gedankenstütze für Beratende kann die Methode darüber hinaus mit der Übersicht zu den Faktoren eines Studienabbruchs aus dem Clearing-Tool ergänzt werden (siehe „Weiterführende Links“). Diese Übersicht hat dabei eher anregenden Charakter für mögliche Fragestellungen zur Situation der Ratsuchenden.

Die Methode bietet einen Rahmen für die (Selbst)Reflexion der aktuellen Situation, welcher neben der Thematisierung negativer Aspekte vor allem auch positive Bestandteile sichtbar machen kann und diese würdigt. Im Anschluss an diese Art der Situationsanalyse lässt sich die angefertigte „Rund-Eckig-Mindmap“ zudem Fortführen, in dem im Gespräch mit den Ratsuchenden überlegt wird, welche „eckigen“ Gegebenheiten sich ggf. auch in „Runde“ überführen lassen könnten, welche Ressourcen den Ratsuchenden dafür zur Verfügung stehen oder welche Unterstützungsangebote hilfreich sein könnten.

Coaching-Modul:	Modul 4: Standort bestimmen	Tipps und Kniffe – Rubrik:	Die Situation der ratsuchenden Person erfassen und eine erste Entlastung bieten

[17] Pohl, M., Fallner, H. (2010): Coaching mit System. Die Kunst nachhaltiger Beratung. Wiesbaden: VS Verlag.

3 Rund-Eckig-Methode – Vorstellung und Übung

Rund-Eckig-Methode

- Zur **Klärung der aktuellen Situation**
  - Wenig aufwändig
  - Auf viele Beratungsanliegen adaptierbar
  - Kreative und visuell unterstützende Methode
- Methode **fokussiert auf positiv (runde) und negativ (eckige) assoziierte** Entwicklungen einer Situation
- Rund und Eckig dabei sprachliche als auch visuelle Metapher, daher
  - Runde sowie eckige Moderationskarten (ggf. weitere Form)
  - Sowie Stifte für die Beratung bereitlegen

3 Rund-Eckig-Methode – Vorstellung und Übung

Rund-Eckig-Methode

- Zur **Klärung der aktuellen Situation**
  - Wenig aufwändig
  - Auf viele Beratungsanliegen adaptierba
  - Kreative und visuell unterstützende Me
- Methode **fokussiert auf positiv (runde) und** Entwicklungen einer Situation
- Rund und Eckig dabei sprachliche als auch visuelle Metapher, daher
  - Runde sowie eckige Moderationskarten (ggf. weitere Form)
  - Sowie Stifte für die Beratung bereitlegen

Virtuelle Beratung:
Whiteboard-Funktion nutzen und runde sowie eckige Form einfügen → ermöglicht gemeinsames Arbeiten

Telefonische Beratung:
Zettel und Stift nutzen und runde sowie eckige Form aufzeichnen und ausfüllen (Ratsuchende*r sowie Beratende*r)

3 Rund-Eckig-Methode – Vorstellung und Übung

Rund-Eckig-Methode

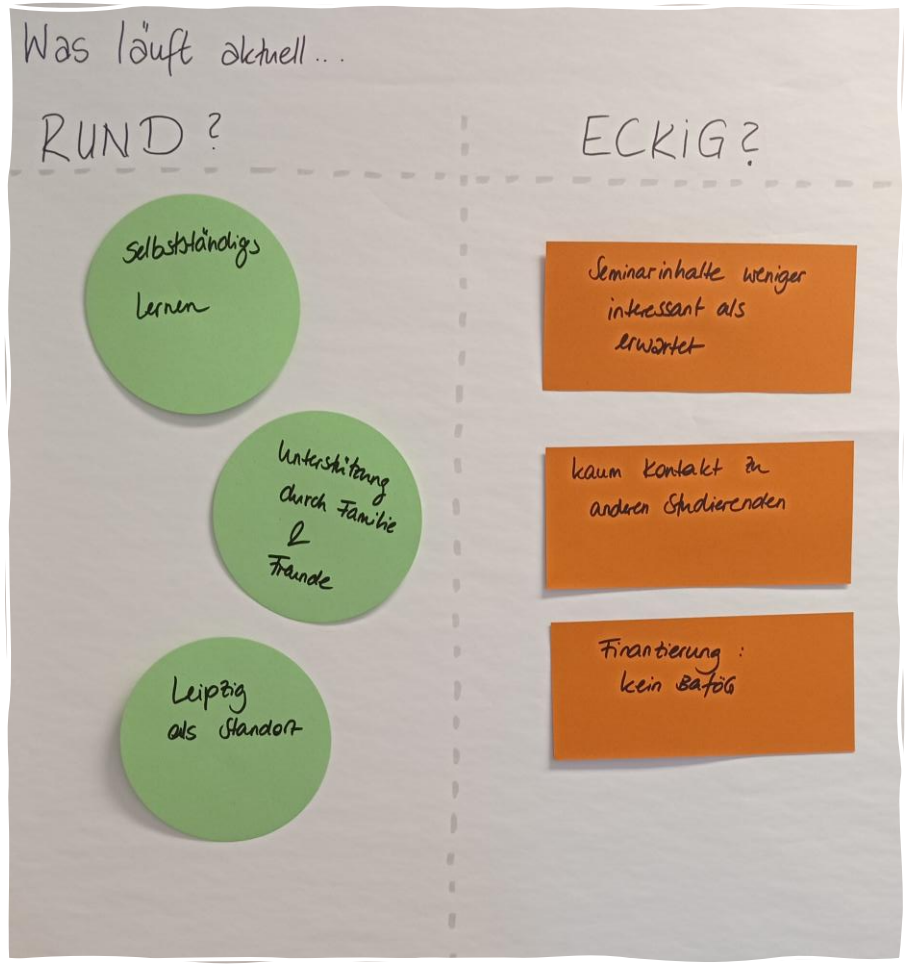
- Leitfrage an Ratsuchende: **„Was läuft aktuell rund im Studium und der derzeitigen Situation und wo läuft es momentan eckig, welche Situationen werden als schwierig oder belastend erlebt?“**

- Ratsuchende **notieren Stichpunkte intuitiv** auf entsprechenden Moderationskarten → Für Situationen, die als nicht eindeutig zuordenbar empfunden werden, kann zudem eine weitere Moderationskarten-Form hinzugefügt werden

- Methode = Rahmen für die (Selbst)Reflexion der aktuellen Situation,
  - Thematisierung negativer Aspekte, **UND**
  - vor allem auch Thematisierung **positiver Bestandteile**

3 Rund-Eckig-Methode – Vorstellung und Übung

Rund-Eckig-Methode



Als **Gedankenstütze** für Beratende kann die Methode darüber hinaus mit der **Übersicht zu den Faktoren eines Studienabbruchs aus dem Clearing-Tool** ergänzt werden

3 Rund-Eckig-Methode – Vorstellung und Übung

Rund-Eckig-Methode

Mehrwert der Methode:

- Rahmen für die **(Selbst)Reflexion** der aktuellen Situation,
- Sichtbarmachung und Würdigung vor allem auch **positiver Aspekte**
- **Fortführung** der angefertigten „Rund-Eckig-Mindmap“ **möglich**, in dem im Gespräch mit den Ratsuchenden überlegt wird,
  - welche „eckigen“ Gegebenheiten sich ggf. auch in „Runde“ überführen lassen könnten,
  - welche Ressourcen den Ratsuchenden dafür zur Verfügung stehen,
  - oder welche Unterstützungsangebote hilfreich sein könnten

3 Rund-Eckig-Methode – Vorstellung und Übung

Partnerarbeit

Benötigtes Material:
- Zettel
- Stift

Arbeitsauftrag: Erproben Sie die Rund-Eckig-Methode.

Finden Sie sich in **Zweiergruppen**. Fragen Sie Ihren Partner/Ihre Partnerin (*und visualisieren Sie auf einem Blatt Papier*):

- Was läuft aktuell rund in der Beratung (von psychisch belasteten Studienzweifelnden und –abbrechenden)? (Was noch?)
- Was läuft eckig? (Was noch?)
- Welche eckigen Dinge wiegen am schwersten (Rangfolge bilden)?
- Welche runden Dinge geben am meisten Kraft, wirken am meisten unterstützend (Rangfolge bilden)?

Tipp: *Wechseln Sie zwischen den Fragen hin und her und fokussieren abwechselnd runde und eckige Aspekte (das verhindert einen negativen Fokus)*

3 Rund-Eckig-Methode – Vorstellung und Übung

Ihre Rückmeldungen

- Was fanden Sie interessant?
- Was möchten Sie später gern für sich vertiefen?
- Welche Fragen kamen Ihnen während dessen?
- In welchen Settings könnte man diese Methode einsetzen/ wo nicht?

QUICKSTART SACHSEN TRANSFER

zweifellos
Finde deinen Weg.

Herzlichen Dank für Ihre Teilnahme!

TUBAF
Die Rohstoffuniversität. Seit 1765.

kowa
Kooperationsstelle Wissenschaft und Arbeitswelt
L E I P Z I G

Gefördert durch:
Bundesministerium für Forschung, Technologie und Raumfahrt
Bundesagentur für Arbeit
Regionaldirektion Sachsen
Freistaat SACHSEN