

Tagungs-Dokumentation GIBeT Tagung Hamburg 2015

Vorträge:

- Achtsamkeit und Intuition im Prozess der Beratung (*Prof. Dr. Heinrich Dauber*)
- Alter Sokratischer Dialog und Bologna-Prozess: Philosophische Kompetenzen und Methoden und die alten und neuen Aufgaben der Orientierungsberatung (*Carsten Schlüter-Knauer*)
- Introvision: Eine Methode zur Förderung der Achtsamkeit in der Beratung (*Prof. Telse Iwers-Stelljes*)
- Prüfungsangst - Erstgespräch und Erstintervention (*Dr. Timo Nolle*)
- Schnellintervention bei Prüfungsangst und Blackout (*Dr. Timo Nolle*)

Workshops:

- Kleine Standortanalyse-Inspirationen für einen stimmigen Weg zu sich selbst
- Schreibcoaching, Zeitmanagement, Prüfungsangst - welche Unterstützung benötigen Studierende im Studium?
- Online-Kommunikation als best practice in der schriftlichen Beratung von Studieninteressierten und Studierenden
- Vom Erstkontakt zur Entscheidungsfindung - Austausch zu Konzepten und Angeboten zur Studienwahl
- Morgen fange ich an!? Gruppenangebote gegen Prokrastination im Studium
- Die Studienberatung unterwegs im Web 2.0
- Chatberatung – welche technischen Möglichkeiten gibt es? Ein Hands-on-Workshop für alle, die Spaß am Ausprobieren haben
- Endlich in Sicherheit! - Flüchtlinge in der Studienberatung
- Freiberufliche in der Studienberatung-Chancen, Risiken und Nebenwirkungen
- „Moderne“ Studienberatung?! - Coaching für Studierende
- Studienberatung mit dem Inneren Team
- Das Thema Aufschieben in der Psychologischen Beratung an Hochschulen
- E-Beratung in der Psychotherapeutischen Beratungsstelle der JGU
- Fortbildungskonzept für StudienfachberaterInnen
- Studierenden-Service-Center (SSC) - Typen, Beispiele, Austausch
- Laufbahnentscheidungen
- Studium ohne Abitur - Neue Beratungskonzepte
- Sexuelle Diskriminierung an der Uni - ein (Tabu-)Thema?!
- A Capella Improvisation

„Zwischen Autonomie und Abhängigkeit – Beratung an modernen Hochschulen“

Tagung der GIBeT 02.09.2015

(zu Dokumentationszwecken überarbeitete Vortragsfassung vom 06.09.2015)

Heinrich Dauber

Achtsamkeit und Intuition im Prozess der Beratung

Biografische Vorbemerkung – meine ‚Studienberater‘

Als ich anfang, mich im Alter von 15/16 unter dem Einfluss älterer Freunde mehr für Mädchen als für die Schule zu interessieren, wurden meine Zeugnisse immer schlechter. Als mein Vater mir daraufhin Druck machte, - es war sowieso klar, dass ich nur zu wählen hatte zwischen einem Medizin- oder Jurastudium, um die Nachfolge eines der beiden im Krieg gefallenen Brüder meiner Mutter anzutreten -, verweigerte ich mich vollends der Schule, sodass ich mit einem Abidurchschnitt von 3,9 die Schule verlassen durfte. Aber studieren konnte ich damit weder Medizin noch Jura, noch meinen Traum von Forstwirtschaft verwirklichen. Der Berater des Arbeitsamts, den ich daraufhin aufsuchte, meinte nach allerlei kleinen Tests, ich hätte ein gutes räumliches Vorstellungsvermögen und solle es deshalb mit Architektur probieren. Die ganze übrige Welt um mich herum meinte, ‚vielleicht reicht es ja zum Grund- und Hauptschullehrer‘.

In meinem ersten Semester an der PH in Heidelberg fand ich in einem kleinen Dörfchen im Odenwald ein Zimmer bei der Witwe Ölschlägel. Wenn ich abends mit meinem Moped ankam, stand ein Essen auf dem Tisch und sie tröstete mich regelmäßig und sagte: „Ei, Herr Dauber, aus Bobbele were Kinner und aus Kinner were Leut und aus Ihnen wird aach noch mal etwas.“ (Das war meine zweite Studienberaterin).

Nach vier Semestern war ich dann mit 20 ‚fertiger‘ Lehrer mit einem Einserexamen in der Ersten Staatsprüfung. Nach einem Jahr glücklichen Lehrerdaseins beschloss ich, weiterstudieren zu wollen. Da wandte sich mein Vater (hinter meinem Rücken) schriftlich an den Prof., bei dem ich an der PH meine Zulassungsarbeit geschrieben hatte, und trug ihm seine Zweifel vor, ob ich denn wohl auch ein ‚richtiges‘ akademisches Studium (d.h. an einer Universität) ‚schaffen‘ könne. Der bat meinen Vater inständig, mir dies zu gestatten, da es mir nicht an Begabung fehle. (Heute würde man von Potential reden. Das war mein dritter ‚Studienberater‘.)

Warum erzähle ich diese Anekdoten aus einer anderen Zeit?

Diese, meine eigenen Geschichten fallen mir manchmal ein, wenn ich selbst Studierende berate, die von ihren Problemen mit der Schule erzählen oder dass sie eigentlich von zu Hause ausziehen wollen, aber noch kein eigenes Geld haben oder nicht sicher sind, ob sie eine weitere Ausbildung und ein Studium auch schaffen werden. Dann denke ich über meine eigenen Wege und Umwege nach und entdecke dahinter ein Muster:

Wann immer ich in meinem Leben die Gelegenheit hatte, selbst zu entdecken, was ich schon konnte und was mich herausforderte, entwickelte ich Interesse und Leistungsbereitschaft. Wann immer andere mir testierten, was ich nicht konnte und auch in Zukunft vermutlich nicht könne, verweigerte ich mich jeder weiteren inhaltlichen Herausforderung und blockte innerlich ab. Eine Folge waren jahrelange Alpträume von Prüfungssituationen, in denen ich um meine Autonomie kämpfte.

Dann wird mir bewusst:

Je mehr wir Kinder, Jugendliche, junge und ältere Erwachsene vor allem unter einer *Defizitperspektive* sehen, beraten, diagnostizieren und ‚fördern‘, also der Fokus unserer Aufmerksamkeit darauf gerichtet ist, *was ihnen (noch) fehlt*, um ihren Platz in der Gesellschaft zu finden, desto eher übersehen wir, welche *unentdeckten und ungeahnten Möglichkeiten und Potentiale* in ihnen stecken und verpassen so vielleicht die Chance, dass sie diese Möglichkeiten selbst entdecken und selbstbestimmt verwirklichen.

Unsere Aufgabe als Studienberater besteht (aus meiner Sicht) nicht darin, einen volkswirtschaftlichen Auftrag für einen sich unvorhersehbar rapide verändernden Arbeitsmarkt zu erfüllen. Wohl werden wir unserer Aufgabe nach bestem Wissen und Gewissen nachkommen. Dennoch sind wir selbst schlecht beraten, wenn wir uns auf scheinbar ‚objektive‘ Daten verlassen, seien es die Schulnoten oder die Arbeitsmarktstatistiken. (Der langjährige ‚Kordinator‘ der Pisa-Studien, Manfred Prenzel, spricht im Zusammenhang der Zuweisung von Studienplätzen aufgrund von Abiturnoten von einer ‚Art der Verwahrlosung‘ und plädiert neuerdings für persönliche Gespräche unter vier Augen (DER SPIEGEL 24/2015, 54ff.).

Zwei der erwähnten ‚Studienberater‘ meines Lebens hatten keine professionelle Beratungsausbildung, aber intuitives Vertrauen in mich als Person, in einen jungen Menschen, der selbst noch nicht wusste, wie und wohin sich sein Leben entwickeln würde - ‚*feeling-in-between*‘, mitten zwischen *einer Statuspassage* und *einer persönlichen Identitätssuche*: Wo gehöre ich hin? Und: Wer bin ich und was kann ich werden?

Achtsamkeit und Intuition als modische Schlüsselkonzepte

Gibt man bei Google als Stichwort ‚Achtsamkeit und Beratung‘ ein, werden ca. 340 000 Verweise angezeigt, beim Stichwort ‚Intuition in der Beratung‘ sind es schon 370 000. Fast täglich erscheinen neue Artikel und Bü-

cher. Offenbar liegen beide Begriffe im Trend der Zeit; ich vermute, weil darin ein zunehmendes Unbehagen mit traditionellen Konzepten zum Ausdruck kommt, die rasche Lösungen auf wissensbasierter Planung und mit rational kalkulierten Zielvorgaben versprechen. Während einerseits der Einfluss von Big Data wächst und der Geltungsbereich informationsgestützter Steuerungssysteme keine Grenzen mehr zu kennen scheint, steigt andererseits auch die Nachfrage nach personbezogener, personaler Beratung.

Dann geht es in Medizin, Psychotherapie, Pädagogik und Organisationsentwicklung nicht mehr vorrangig um neue *Lösungsstrategien* und Techniken, sondern auch um grundlegend *andere Haltungen*. Die Bewusstmachung und dialogische Reflexion eigener und fremder Erfahrungen gewinnt an Bedeutung.

Die Fähigkeit zu Ungewissheitstoleranz, zum Umgang mit nicht vorhersehbaren und oder völlig steuerbaren Situationen, wird als neue Kompetenz mit hohem Stellenwert entdeckt (Dauber 2012). Bewährte Problemlösungszyklen werden ergänzt durch Formen selbstreflexiver Einsicht und meditativer Präsenz. Das klingt vielversprechend und ist bei näherem Hinschauen so neu doch nicht. Aber offensichtlich ist ein neuer Arbeitsmarkt für soziale Dienstleister mit einem neuen Kompetenzprofil entstanden, dem *des achtsamen und intuitiven Beraters*, der sich an seinem Wissen und seiner Erfahrung orientiert. Die (nach meiner Kenntnis) fundierteste Auseinandersetzung mit dem Konzept der Achtsamkeit stammt von Michael Huppertz, Achtsamkeit. Befreiung zur Gegenwart, 2009.)

Achtsamkeit in der Beratung

Die hier vorgeschlagene Arbeitsdefinition von Achtsamkeit (vgl. Dauber in Zimmermann u.a., S. 197-208) umfasst bezogen auf die *innere Haltung des Beraters* ebenfalls vier Dimensionen, die sich nicht nur als innere Haltungen, sondern auch als unterscheidbare *Bewusstseinsmodi* definieren lassen:

Das englische Wort für Achtsamkeit (*Mindfulness*) steht in pädagogischen Kontexten sprachlich zwischen *aware-ness* (‚bewusste Wahrnehmung‘) und *conscious-ness* (‚bewusstes Gewahrsein‘). Also: Ich nehme etwas wahr und bin mir meiner Wahrnehmung selbstreflexiv bewusst.

Ich schlage vor, *vier Bewusstseinsmodi von praktizierter Achtsamkeit des Beraters* zu unterscheiden:

- Achtsamkeitspraxis als bewusste Wahrnehmung von äußeren Sinneseindrücken (Sehen, Hören, Riechen, Tasten, Schmecken) im *Modus von spüren*
- Achtsamkeitspraxis als bewusste Wahrnehmung von inneren Prozessen (Gefühle, Gedanken, Assoziationen, Phantasien) im *Modus von empfinden*.

Über Achtsamkeit i.e.S. hinaus gehört dazu auch:

- Achtsamkeitspraxis als bewusstes Gewahrsein von äußeren Sachverhalten und Kontextbedingungen aus der exzentrischen Position des Beobachters *im Modus von analysieren*
- Achtsamkeitspraxis als bewusstes Gewahrsein von inneren Prozessen in der Selbstreflexion / Meditation aus der exzentrischen Position des inneren Zeugen *im Modus von reflektieren*.

Vereinfacht lassen sich daraus (auch) für die **Praxis der Beratung** folgende Fragen ableiten:

- a) Was sehe ich, höre ich, spüre ich mit meinen *Sinnen* (Körpersprache, Tonfall etc.)?
- b) Welche *Gefühle, Gedanken, Phantasien* empfinde ich dabei?
- c) In welchem *äußeren Kontext* befinde ich mich? Um welche Themen geht es?
- d) In welchen *inneren Kontexten* befinde ich mich? Was sind meine Arbeitshypothesen? Welche innere Bedeutung gebe ich diesen (kognitiven und emotionalen) Konzeptualisierungen? Mit welchen will ich arbeiten, welche gebe ich auf, weil sie mich einengen und behindern?

Diese verschiedenen Ebenen können durch gezielte *Techniken und Interventionen auch bei den Ratsuchenden* angesprochen und angeregt werden:

„Spüren Sie bitte einmal für einen Moment, wie Sie atmen?

Was hat sich jetzt in Ihrer Körpersprache, Sitzposition etc. verändert?

Kennen Sie dieses Gefühl aus anderen Situationen (Prüfungssituationen etc.)?

Seit wann kennen Sie dieses Problem (Orthographie etc.)?

Wie bringen Sie diese Themen in Verbindung?

Last but not least: Wie geht es Ihnen *jetzt und hier* in der Beratungssituation, am Anfang und am Ende?“

Die erste Herausforderung: selbstreflexiv-achtsame Wahrnehmung

Auf dem Hintergrund meiner Lebens- und Berufserfahrung stellt selbstreflexiv-achtsame Wahrnehmung die erste Herausforderung dar. Manchmal habe ich ein paar Vorabinformationen über den Menschen, der meine Beratung sucht; seinen Namen, wer ihn geschickt hat, seine Stimme am Telefon. Was also, ‚glaube‘ ich, schon vorweg zu ‚wissen‘, was vermute ich, was dieser Mensch vermutlich braucht und wie ich ihm ‚helfen‘ kann?

Wie kann ich eine vertrauensvolle Beziehung, einen guten ‚Rapport‘ herstellen?

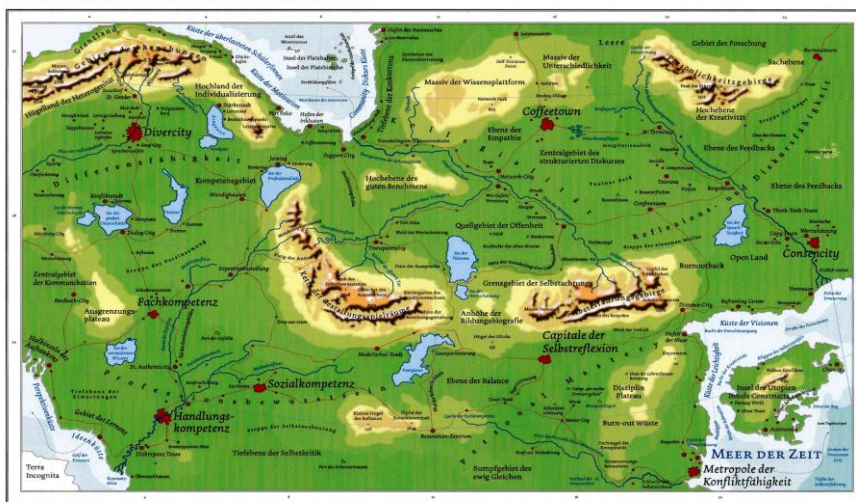
Das bedeutet für die ersten Minuten des Beratungsgesprächs, in einem doppelten inneren Fokus intensiv zuhören. Was *höre* ich von dem, der Rat sucht und was *erzählen* mir die verschiedenen Stimmen meines ‚eigenen inneren Teams‘, zu dem auch meine eigenen inneren Zweifler und beratenden Unterstützer gehören?

Also: zuhören, statt reden. Paulo Freire, der brasilianische Volkspädagoge und Verfasser der ‚Pädagogik der Unterdrückten‘ (eines der wichtigsten Bücher in der Pädagogik der 70er Jahre) und einer der großen Lehrer meines Lebens, hat mir ein ums ander mal gesagt: ‚Heinrich, if you want to be an educator, you have to listen. And then you listen again and again... And then you may say one word and you listen again.‘

Der Einstieg in die Beratung: Kontaktaufnahme

An der Uni Kassel habe ich vor 13 Jahren mit Kolleginnen und Kollegen ein (später mit einem ersten Preis für Exzellenz in der Lehre prämiertes) Projekt initiiert, das sich inzwischen als für alle Lehramtsstudierenden im ersten Studienjahr verpflichtendes Seminar etabliert hat: ‚Personale Kompetenzen im Lehrerberuf.‘ Am Ende dieses 1 ½ tägigen Seminars, in dem die Studierenden in Handlungssituationen beobachtet werden, steht ein zeitlich begrenztes Feedbackgespräch durch die Seminarleiter. Können in diesen ca. 15 Minuten nicht alle offenen Fragen für beide Seiten befriedigend geklärt werden, gibt es die freiwillige Möglichkeit bzw. Verpflichtung, sich mit einer psychologischen Therapeutin oder mir zu einem ‚erweiterten Beratungsgespräch‘ zu verabreden (Bosse/Dauber u.a. 2012). In der Praxis dieser Gespräche hat sich für mich folgendes Eröffnungsritual bewährt: An der Wand des Besprechungszimmers hängt eine von österreichischen Kollegen entwickelte große Landkarte der Professionalität:

LANDKARTE DER PROFESSIONALITÄT



Meist hole ich mir vor Beginn des Gesprächs noch einen Kaffee/Tee und frage: ‚Wollen Sie auch eine Tasse?‘ Wenn ich dann nach zwei Minuten zurückkomme, sind meine Gesprächspartner fast immer in das Studium dieser Karte vertieft, sodass meine erste Frage auf der Hand liegt: ‚Wo sind Sie gerade? Was spricht Sie auf dieser Karte an?‘ Ich gebe Ihnen der Lesbarkeit halber einen Ausschnitt:



Frage an das Publikum/ den Leser/ die Leserin:

„Auf welchem Wanderweg sind *Sie* gerade unterwegs? Wo wollen Sie hin? Welchen Herausforderungen sehen *Sie* sich zurzeit gegenüber?“ Man könnte diese Fragen als Einladung zu *spontanem lautem Nachdenken* verstehen (in ähnlicher Weise: Wagner, 2012, 156).

Ich weiß nicht, ob Sie diesen Einstieg in ihrem Kontext für geeignet halten oder welche Eröffnungsrituale sich für Sie bewährt haben. In jedem Fall sind Sie damit konfrontiert, dass Ihr ratsuchender Gesprächspartner/ Klient eine mehr oder weniger bewusste Vorstellung davon hat, wie er sein Leben sieht und sein Studium gestalten will. Diese Alltagsvorstellung unterscheidet sich zunächst einmal von Ihren (auch mehr oder weniger bewussten) Vorstellungen eines gelungenen Studiums als professionelle Berater. (Vieles wird davon abhängen, ob Sie in der Allgemeinen Studienberatung oder der psychologischen Beratung arbeiten, ob diese beiden Arbeitsfelder an Ihrer Universität getrennt oder zusammengelegt sind.)

Bewusstmachung verschiedener Arbeitsmodelle

Im Anschluss an Zwiebel und Weihschede (2015) gehe ich davon aus, dass nicht nur in der psychotherapeutischen Praxis, sondern auch in der Beratungssituation verschiedene ‚Arbeitsmodelle‘ aufeinander treffen: das lebensweltliche Selbstverständnis des Ratsuchenden, der sich ein persönliches Erklärungsmodell seiner Situation zurecht gelegt hat und ein semiwissenschaftliches Deutungsmuster des professionellen Beraters, das zwar nicht wissenschaftlich differenziert ist, aber ebenfalls von biografischen Erfahrungen geprägt ist und durch überindividuelle Deutungs- und Erklärungsmodelle angereichert wurde. Je nach eigenem Ausbildungsstand und theoretischem Hintergrund gehören dazu ein bestimmtes Menschenbild, Wertvorstellungen, psychologische und pädagogische Annahmen, Theorien und Kenntnisse über soziale Felder etc.

Die ‚Kunst‘ der Beratung besteht nun darin, diese verschiedenen ‚Arbeitsmodelle‘ nicht miteinander zu konfrontieren, sondern komplementär miteinander ins Gespräch zu bringen.

Praktisch gewendet: Wie kann der Ratsuchende innerhalb *seines* Selbstverständnisses so wahrgenommen und ‚verstanden‘ werden, dass er sich nicht in seiner Autonomie in Frage gestellt und gefährdet sieht? Und wie kann der Berater seine Erfahrung und sein Hintergrundwissen so einbringen, dass sich für den Ratsuchenden ein *erweiterter Horizont*, eine *weiterführende Perspektive* eröffnet?

Jüngere, weniger erfahrene Berater unterschätzen meiner Erfahrung nach diese Schwierigkeit und ‚glauben‘ dann, relativ schnell Probleme identifizieren und Lösungsvorschläge anzubieten zu können. Diese Gefahr besteht selbst dann noch, wenn solche Vorschläge nicht nur durch eigene Einfühlung, sondern auch durch äußere Daten (wie z.B. objektivierte Leistungsnachweise) oder beobachtete Verhaltensweisen abgesichert zu sein scheinen.

Für den langfristigen Beratungserfolg entscheidend ist am Ende immer, ob die Ratsuchenden selbst neue, für sich integrierbare Deutungsmuster gefunden haben, die mit ihrem inneren Erleben in Einklang stehen.

Deshalb bleibt Beratung oft ein un abgeschlossener Prozess mit offenem Ausgang, mit dem man auch als Berater lernen muss, gelassen umzugehen. Auch Beratung muss (im Jargon der Gestalttherapie) ‚verdaut‘ werden.

In dieser Hinsicht unterscheiden sich *Beratungssituationen* grundlegend von *Prüfungssituationen*, an deren Ende eine bewertende Entscheidung steht. Aber selbst in Prüfungssituationen ist es für Studierende oft wichtiger, das Gefühl mitzunehmen, in ihren eigenen Erfahrungen und Überlegungen bestätigt und anerkannt worden zu sein, anstatt nur mitgeteilt zu bekommen, ‚gut gelernt‘ und deshalb eine ‚gute Note‘ bekommen zu haben.

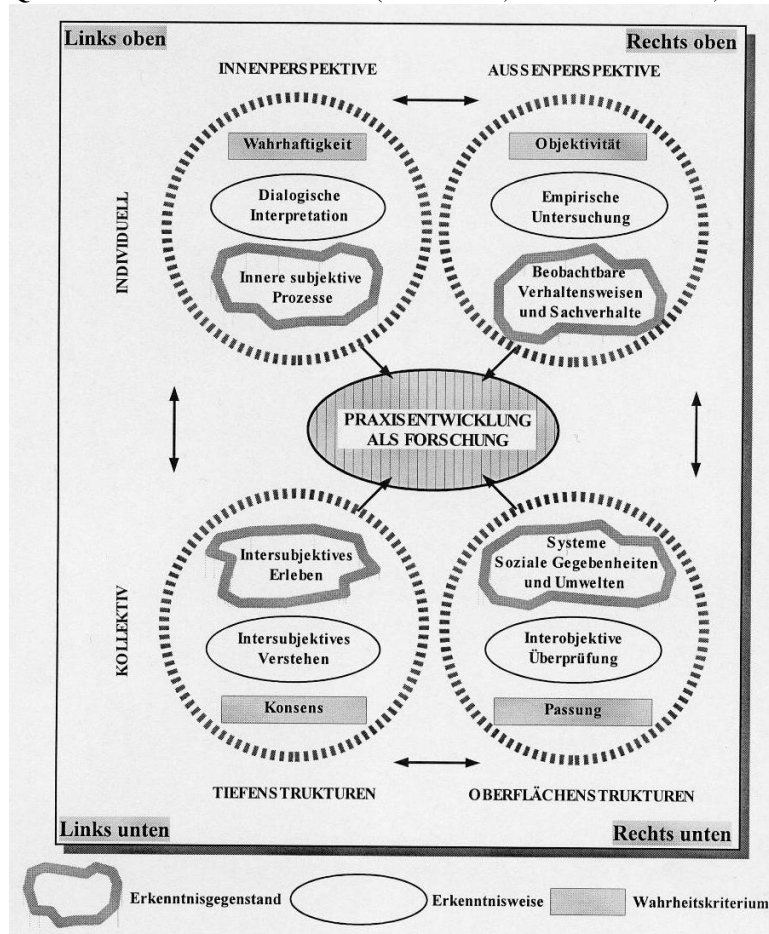
Die Wahl des thematischen Schwerpunkts: Worum geht es ‚eigentlich‘?

Da die Anlässe zu einer Studienberatung fast immer aus einer *Wechselwirkung verschiedener Faktoren zwischen der Person des Ratsuchenden und seinem Studien- und Lebenskontext* entstanden sind, geht es nach Herstellung einer akzeptierenden, wertschätzenden und nicht bewertenden Kontaktaufnahme im *zweiten Schritt* der Beratung darum, gemeinsam herauszufinden, auf welchen Ebenen diese Faktoren angesiedelt und mit welchen Themen bzw. Fragestellungen sie verbunden sind.

Um die im Zentrum der Beratung stehenden Fragen und Themen herauszufinden und zu ‚verorten‘, verwende ich oft das sog. *Quadrantenmodell von Ken Wilber* (Wilber 1997). Wilber unterscheidet vier Dimensionen der Wirklichkeit, die sich auf jeweils unterschiedliche Erkenntnisgegenstände beziehen: Die beiden linken ‚Quadranten‘ beziehen sich auf äußerlich nicht beobachtbare innere Prozesse in Individuen (oben links) und Gruppen/Kollektiven (unten links), die nur durch Verfahren dialogischer Interpretation und intersubjektiven Verstehens erschließbar sind.

Die beiden rechten ‚Quadranten‘ beziehen sich auf objektiv beobachtbare Verhaltensweisen eines Individuums (oben rechts) sowie soziale Gegebenheiten und interobjektiv überprüfbar systemische Sachverhalte (unten rechts).

Quadrantenmodell Ken Wilber (zitiert nach; Fuhr/Dauber 2002, S. 22)



Für das Verständnis dieses Quadrantenmodells von WILBER muss auf einige einschränkende Bedingungen hingewiesen werden:

Es handelt sich bei dem Modell um eine *kognitive Landkarte*, die man zur Orientierung in der Beratung verwenden kann. Diese Landkarte sollte allerdings nicht mit dem *Gebiet* (der "Realität" in der Beratungssituation) verwechselt werden. (Die Karte ist nicht die Landschaft.)

Die Erkenntnisse, die wir nach dieser Landkarte vier Dimensionen zuordnen können, hängen miteinander zusammen: Innere subjektive Prozesse spiegeln sich meist in bestimmten Verhaltensweisen wider, sie wirken auf systemische Dynamiken und beruhen häufig auf kulturellen Werten und Normen etc. - ohne dass wir jedoch von ursächlichen Zusammenhängen in einem strengen Sinn ausgehen könnten. Die vier Dimensionen lassen also *Unterscheidungen* zu, bedeuten aber keine *Trennungen*.

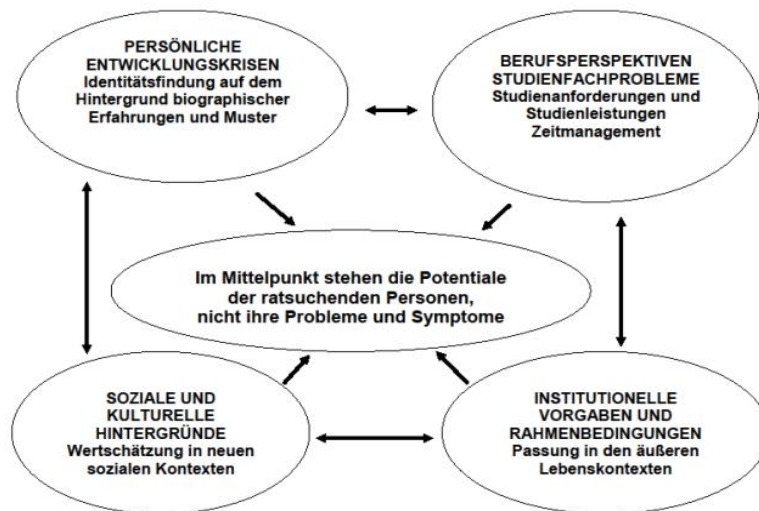
Erkenntnissen über "innere" Realitäten (linke Quadranten) kann eine ebenso eigenständige Gültigkeit zugesprochen werden wie denen über "äußere" Realitäten; subjektive und intersubjektive Erkenntnisse sind also keineswegs mehr oder weniger verzerrte Widerspiegelungen des "Tatsächlichen", d.h. der rechten Perspektiven, denn sie kommen auf andere Weise zustande und unterliegen anderen spezifischen Wahrheitskriterien.“ (Fuhr/Dauber 2002, S.20f.)

Jeder dieser Erkenntnisgegenstände erfordert ihre *eigenen Herangehensweisen zur Erkenntnisgewinnung* (auch Erkenntnisweisen): Dialogische Interpretation, empirische Untersuchung, intersubjektives Verstehen und interobjektive Überprüfung. Unter dem Einfluss ökonomischen und medizinischen Denkens haben große Teile der gegenwärtigen Erziehungswissenschaft und Psychologie sich Forschungs- und teilweise Beratungsmethoden verschrieben, die sich als ‚evidenzbasiert‘ bezeichnen, obwohl sie nur die quantitativ messbaren Dimensionen der sozialen und pädagogischen Wirklichkeit auf der rechten Seite erfassen können.

Evident, aus dem Lateinischen, ist etwas, was ‚offensichtlich‘ ist und Gewissheit in der Wahl der Mittel verspricht. Eine empiristisch verkürzte Sicht auf Menschen und die Welt ist ‚offensichtlich‘ unvollständig und *für personale Beratungsprozesse kontraproduktiv*. Auch als Berater müssen wir lernen, mit Antinomien, Widersprüchen und Ungewissheiten zu leben. Sind unsere Gefühle und Körperempfindungen etwa keine ‚evidenzbasierten‘ Wirklichkeiten, die ernstgenommen werden wollen?

Verschiedene Wirklichkeiten und Blickrichtungen zu Beginn eines Beratungsgesprächs

Auf dem Hintergrund meiner Erfahrung ist es hilfreich, zu Beginn eines Beratungsgesprächs durch die Einnahme verschiedener *Perspektiven zunächst die Bereiche zu identifizieren*, in denen *aus der Sicht der Ratsuchenden* die Probleme angesiedelt sind. Die Kunst des Beraters besteht wiederum darin, das Rhizom, das ‚unterirdische‘ Wurzelgeflecht dieser Bereiche zu erkennen, vorsichtig miteinander zu verknüpfen und ins Bewusstsein zu heben. Mit anderen Worten: Es geht darum, *die Geschichten hinter den Geschichten zur Sprache zu bringen*. Angewandt auf die Beratungssituation könnte das Grundmodell Wilbers folgendermaßen konfiguriert werden:



Zur Veranschaulichung, wie sehr die unterschiedlichen Themenbereiche und Perspektiven miteinander verflochten sind, habe ich mich entschlossen, ein ausführliches Beispiel über den Beratungsprozess eines ehemaligen Studenten in den Vortragstext einzufügen. In dieser Intensität und zeitlichen Dauer ist dieses Beispiel nicht direkt auf die alltägliche Praxis der Beratung an Universitäten übertragbar. Vielleicht ist dieses Beispiel aber in seiner Komplexität geeignet, die Grundprinzipien mehrdimensionaler und mehrperspektivischer Beratung besser zu verdeutlichen als dies durch ein nur stichwortartiges Protokoll eines kurzen Gesprächs möglich wäre. Gleichzeitig wird an diesem Beispiel deutlich, dass von komplexen, insbesondere psychologisch orientierten Beratungen keine kurzfristigen Wirkungen erwartet werden dürfen und ‚gelungene‘ Beratungsgespräche ihre ‚Wirkung‘ oft erst nach längerer Zeit entfalten.

Wie Fritz Perls, einer der Begründer der Gestalttherapie, sagte: „Don’t push the river. It flows by itself.“

Praxisbeispiel der Beratung eines Referendars (M.), ehemaliger Student von H.D.

M. bittet telefonisch um ein Beratungsgespräch als Fallbesprechung. Wir vereinbaren, dass er als Grundlage des Gesprächs zuerst seinen ‚Fall‘ zu Papier bringt.

„Im Folgenden möchte ich dir gern berichten, wo es momentan bei mir ‚knirscht‘. Ich habe insgesamt 6 Klassen/Kurse. Mit 5 Klassen komme ich sehr gut aus (Fachoberschule, Einzelhändler und Berufliches Gymnasium in den Fächern Wirtschaft und Englisch). Nur eine Klasse bereitet mir Sorge: eine Berufsfachschulklasse 10, die ich in Englisch unterrichte.

Ich berichte dir nun vom heutigen Tag, 5. Schulstunde in dieser Gruppe, da ich heute ein Schlüsselerlebnis hatte, was mich dazu bewogen hat, dich zu kontaktieren.

Die Stunde geht freundlich los. Ich bespreche die Noten vor der Tür, die Tür ist dabei offen und ein Tisch, sowie zwei Stühle, stehen im Flur. So habe ich die Klasse im Blick, was bei der Gruppe erforderlich ist. Die gesamte Notenbesprechung verläuft bis 3 Minuten vor Schluss der Stunde gut. Dann fliegt etwas in Richtung Türrahmen, genau da, wo ich gerade mit der letzten Schülerin sitze und zerspringt in 1000 Teile. Vermutlich war es ein Bonbon, denn Plastikteile waren nicht auf dem Boden zu sehen. Jetzt das Komplizierte: im Flur waren drei weitere Schüler und ein Kollege. Der Kollege vermutete, dass das „Geschoss“ von diesen ausging, weil der Kollege nur diese Schüler im Blick hatte. Die Wucht, in der das Bonbon aber am Rahmen zerschellte kann nur aus einer kurzen Distanz geworfen worden sein und aus einem bestimmten Winkel. Ich stehe auf, gehe in meine Klasse und frage sie, ob dieses Geschoss aus der Klasse kam. Keiner antwortet – wie kann es auch anders sein. Ich frage

ein zweites Mal und wieder keine Antwort. In der Situation war ich noch entspannt und habe mich nicht aufgeregt. Die Stunde war vorbei.

Nun das, was sich in meinem Kopf auf mehreren Ebenen abspielt:

Erste Ebene: Das Geschoss kam von Burak, er war mit seiner Note unzufrieden (eine 5), obwohl ich ihm ausführlich erläutert und gezeigt habe, warum seine Leistung so schlecht ist. Er hat oft gestört und zweimal Mitschüler abgeworfen, wofür er erst Strafarbeiten und dann für das Nicht-Erfüllen der Strafarbeiten zwei 6en kassierte. Nun ist meine erste Vermutung, dass Burak ein Ventil „gelüftet“ hat, sowie im Sinne einer Revanche: dem zahlen wir es heim.

Zweite Ebene: Ich bin nicht streng genug als Lehrer und hätte Burak schon längst in die Schranken weisen müssen, schon längst ein Elterngespräch oder Abteilungsleitergespräch oder Klassenlehrergespräch mit ihm zusammen führen müssen. Ich kann mich nicht durchsetzen und bin zu locker als Lehrer.

Dritte Ebene: die professionelle Ebene. Burak sieht das ganze wie ein Spiel mit dem Titel „mal sehen, wie weit wir bei Hr. B. gehen können – lasst uns mal die Grenzen austesten“. Ich mache mir bewusst, dass die Notenbesprechung echt gut lief und viele Gespräche gut liefen. Burak stiftet die anderen an und es entwickelt sich aus der Gruppendynamik heraus ein Gebilde, das den Unterricht fachlich in den Hintergrund rücken lässt und den Fun in den Vordergrund. Es hat nichts mit mir als Person direkt zu tun, sondern mit meiner Rolle als Lehrer. Die Klasse will keine Verantwortung übernehmen, so wie ich es will. Die Klasse will, dass es beim lustigen Spiel und einem bequemen Unterricht bleibt, in dem man „chillen“ kann.

Hintergrund des Falls (Kurzprotokoll des Beratungsgesprächs):

M. beginnt unmittelbar mit der Schilderung einer Situation, in der er als 12jähriger mit einem Freund auf dem Zissel (einem Volksfest) in Kassel von einem anderen Jungen bedroht wurde, der von ihnen verlangte, Geld herauszugeben, was sie sich weigerten. Zwei Stunden später tauchte dieser Junge mit einer Gruppe von ‚Freunden‘ (mit verschiedenem Migrationshintergrund) wieder auf, umzingelte sie und nahm ihnen gewaltsam ab, was sie hatten. Der Versuch, diese Bande am nächsten Tag in Begleitung seiner Eltern ausfindig zu machen, scheitert. Das mit dieser Situation verbundene Grundgefühl (‚Ich bin Opfer, ich kann mich nicht wehren, ich kann nichts tun...‘) taucht in Situationen von Lärm und latenter Aggressivität im Klassenzimmer wieder auf. Dann greift M. zum ‚normalen Repertoire‘ von Strafarbeiten, aus dem Raum entfernen etc. Schon wenn er daran denkt, steigt sofort die innere Spannung und das Gebot auf, die Klasse nicht sich selbst überlassen zu dürfen.

So geschehen in der geschilderten Situation, als er im Einzelgespräch mit einer Schülerin vor der offenen Klassenzimmertür saß und neben ihm ein aus dem Klassenraum geworfenes Bonbon zerplatzt: Gefühle von Bedrohtheit, Ohnmacht, das Gefühl, von den Schülern nicht akzeptiert zu werden.

Der Klassenleiter, ein erfahrener älterer Kollege, rät ihm, Geduld mit sich zu haben, da sein professionelles ‚Repertoire‘ noch nicht ausreicht und versichert ihm, dass die Klasse ihn möge. Er selbst findet, dass so etwas in seinem Unterricht nicht geschehen darf. ‚Ich fühle mich dann wie im freien Fall‘. Während er erzählt, drückt er sich immer wieder mit beiden Händen auf das Brustbein. Ich schlage vor, diesem Impuls, ohne ihn zu interpretieren, weiter zu folgen. Die Hände wandern zum Bauch. Er atmet aus, entspannt sich und folgt dem nächsten Impuls, aufzustehen und durch den Raum zu gehen. Dabei beruhigt er sich und sagt: ‚Im Klassenzimmer gehe ich auch auf und ab, rede zu schnell und *fühle mich nicht mehr kontrolliert* – bin nicht mehr perfekt-professionell. Wenn ich mich bewegen kann, werde ich ruhiger‘.

Wir sprechen kurz über die Doppelbedeutung von *fühle mich nicht mehr kontrolliert* im Sinne von ‚habe mich nicht mehr unter Kontrolle‘ und ‚werde von außen kontrolliert‘.

Spontan kommt, was M. eine ‚*erste Ergänzung*‘ nennt: In seiner Familie hieß die Botschaft immer: ‚sei perfekt!‘ ‚mach’s Deinen Eltern recht‘. ‚Ich weiß seit langem, dass ich einmal zu Hause ausziehen muss und freue mich schon, wenn ich endlich hinter mir die Tür meiner eigenen Wohnung zu machen kann. *Ich bin dabei, wenn ich dann mal ausziehe, erwachsen zu werden*‘.

Ich übersetze diesen Satz spielerisch ins Englische (eines seiner Fächer): ‚I’m just about moving out to get adult‘, - eine Prozessbeschreibung und ein Selbststapel. Meine Botschaft lautet ganz schlicht: Das ist o.k. Du bist ganz o.k. Es geht jetzt darum, Dir bewusst zu machen, an welcher Stelle Deines Wegs Du gerade bist und Du ‚dabei bist‘, Dich zu verändern.

Wir ziehen eine kleine Zwischenbilanz, um die verschiedenen Bereiche: Kindheitserfahrungen, als Lehrer in der Schule, als Referendar vor dem Examen und als ‚Kind‘ in der Familie einerseits zu unterscheiden und andererseits nach dem tieferliegenden, verbindenden Muster zu suchen.

Spontan kommt eine ‚*zweite biografische Ergänzung*‘:

Vor dem Studium machte M. ein Praktikum in der Industrie und absolvierte einen ‚Antreiber Test‘. Das Ergebnis hieß: ‚Sei perfekt, mach’s allen recht, beeil Dich‘. Das war auch immer die Botschaft seines Vaters.

Dann taucht als ‚*dritte Ergänzung*‘ die Frage auf: ‚Wie stark bin ich im Vergleich zu meinem Vater? Ich habe nie gegen ihn rebelliert. Gönne ich denn meinen Schülern gar nicht, aufmüpfig zu sein? Erlaube ich ihnen nicht, was ich mir selbst nie erlaubt habe‘?

M. berichtet weiter, dass in seiner Schule ein gutes Kooperationsklima herrscht, er auf Verständnis bei erfahrenen Kollegen stößt, die z.T. mit den gleichen Problemen (Disziplinlosigkeit etc.) zu tun haben, er z.T. auch im Studienseminar persönliche Wertschätzung erfährt. Kollegiale Fallberatung ist an der Schule mit Unterstützung des Schulleiters informell etabliert, wird aber aus zeitlichen Gründen von ihm derzeit nicht genutzt.

Rückblick des Referendars nach 3 Jahren – inzwischen im Schuldienst

„Heute im Jahr 2015 kommen mir rückblickend auf das Ereignis von vor drei Jahren folgende Gedanken: Schüler, die Gegenstände durch die Gegend schmeißen, sollte man darauf aufmerksam machen, das zu unterlassen. Selbst wenn diese Dinge heute in einer Situation X Richtung Pult fliegen würden, oder mich gar treffen würden, nähme ich diese Situation nicht sofort persönlich. Schüler können verschiedenste Gründe haben, dies zu tun. Vielleicht ist einer der vielen möglichen Gründe auch eine aus der Situation heraus entstandene Aggression gegen mich. Jedoch gegen den Lehrer, der ich bin, nicht gegen den Menschen der ich bin. Das habe ich dazu gelernt.

Schülern von heute würde ich in ruhigem Ton sagen, dass sie erstens alt genug sind, selbst zu entscheiden, ob sie sich anstrengen möchten oder nicht. Ist dies nicht der Fall, werden sie ggf. sitzen bleiben. Dann müssen sie noch ein Jahr mehr zur Schule gehen und verlieren kostbare Zeit. Wem dies aber egal ist, den sehe ich nach den Sommerferien wieder. Ihnen das zu sagen und klar zu machen ist mein Job. Mich ständig darüber aufzuregen oder gar aufzureiben, ist nicht mein Job, sondern führt langfristig zur inneren Zermürbung und Burnout möchte ich nicht bekommen. Das habe ich verstanden.

Bewegung im Klassenzimmer: heute stehe ich oft am Pult, bewege mich aber auch, wenn ich das möchte. Ich habe mich davon frei gemacht, irgendwo sitzen zu „müssen“. Wenn ich das möchte, sitze ich auch mal 90 Minuten. Das entscheidet meine Tagesform. Die Zwänge des Referendariats haben sich nach der Prüfung des 2. Staatsexamens aufgelöst. Das habe ich loslassen können und fühle mich jetzt wohl und angekommen.

Ich bin ausgezogen von zu Hause und bin erwachsen geworden und der Lehrer geworden, der ich immer sein wollte und der ich auch wirklich BIN. Und dieser Lehrer ist bei weitem nicht immer voll-kommen, sondern lernt immer besser mit seinen inneren Widersprüchen zu leben und dabei aber auch zu sehen, was alles GUT läuft. Today I am a good enough teacher!

Das Verhältnis zu meinen Eltern ist heute beiderseits durch großen Respekt im Sinne eines positiven und wertschätzenden Charakters geprägt. Meine Eltern sind stolz auf mich und meinen Werdegang. Sitze ich heute am Schreibtisch und werde unruhig („sei perfekt“) oder stehe in der Klasse und weiß einmal nicht weiter („mach’s allen recht, beeil dich“), atme ich ein paar Mal durch und mache mir bewusst: ok, du musst jeden Tag an deinen Mustern arbeiten. Es sind aber Muster der Vergangenheit. Heute bist du stark genug und gut genug. Du kannst dich deinen Mustern widmen, sie anschauen und lächeln. Sie gehören zu dir und machen deine Persönlichkeit aus. Mit deinem Vater haben sie aber nichts mehr zu tun. In Situationen, in denen er heute noch hektisch wird, bringe ich ihn runter und beruhige ihn. Jetzt sind es NUR noch die Situationen, die ich ALLEINE zu bewältigen habe und in denen ich mir sage: Du kannst das schon, du bist stark und gut genug diese und jene Schwierigkeit auf DEINE Weise zu lösen... ganz in Ruhe.

Heute ist mir klar: man unterrichtet immer in der unterrichtlichen Umgebung, die man sich selbst schafft. Betritt man den Klassenraum hektisch und unterrichtet hektisch, erhöht sich die Wahrscheinlichkeit, dass die Schüler ähnlich reagieren. Freue ich mich auf den Unterricht und begegne den Schülern positiv und wertschätzend, ist das keine Garantie dafür, dass dieser Funke in dieser Stunde auf die Schüler überspringt; aber eines ist sicher: langfristig spüren und verstehen sie, dass man sie gerne unterrichtet und dann kommen sie auch gerne zu einem in den Unterricht.“

Der Verlauf dieses Beratungsgesprächs lässt sich auch als Auflösung eines inneren Konflikts durch mentale Selbstregulation und Introversion nach Wagner (201) beschreiben.

Verschiedene Rollen und Interventionsformen

In der alltäglichen Beratungspraxis, so sagte ich, treffen zunächst verschiedene Arbeitsmodelle von Ratsuchenden und Beratern aufeinander: Was Ratsuchende als ihr ‚Problem‘ definieren und wofür sie eine rasche Lösung suchen, interpretieren professionelle Berater auf dem Hintergrund ihrer Ausbildung und ihres professionellen Selbstkonzepts als komplexe ‚Symptomatik‘. Dementsprechend werden sie verschiedene Rollen einnehmen und Interventionsstrategien wählen.

Ich vermute, dass im Blick auf die *Qualität von Beratern* ähnliches gilt wie für die Qualität von Gruppenleitern, bei denen Vergleichsstudien gezeigt haben, dass deren ‚ideologisch-theoretische‘ Orientierung/ Ausbildung weniger Einfluss auf ihre Verhalten hat als ihre persönlichen Kompetenzen (Yalom 1992, 475). Oder wie Carl Rogers immer wieder betont hat: *‘Die Person des Therapeuten (wie des Beraters) ist sein wichtigstes Werkzeug‘*.

Intuition in der Beratung

Ruth Cohn, die Begründerin der Themenzentrierten Interaktion, beginnt ihren berühmten Text über Intuition vor 40 Jahren mit den programmatischen Sätzen:

„1. Intuition ist ein Faktum, und 2. Sie kann trainiert werden“ (Cohn 1975, 134).

Das war damals nicht unumstritten und ist es auch heute nicht.

Merkmale intuitiven Bewusstseins

„Intuitives Bewusstsein“ zeichnet sich aus durch

- spontan auftauchendes Wissen,
- schnelle Entscheidung (im Gegensatz zu abwägend rationalem, algorithmischem Vorgehen mit bilanzierender Entscheidung),
- Einfälle/ Entscheidungen, die auch nachträglich nur begrenzt begründbar sind.
- Intuitionen sind weitgehend unbewusst („aus dem Bauch heraus“) und können mit Körperreaktionen verbunden sein,
- intuitive Prozesse und Einfälle sind in hohem Maße vom persönlichen Erfahrungshintergrund abhängig,
- unter Begründungs- oder Legitimationsdruck sind intuitive Prozesse nur beschränkt abrufbar und deshalb so gut wie nicht planbar,
- Intuition setzt Offenheit für unerwartete Möglichkeiten voraus,
- intuitive Prozesse kommen leichter in Gang, wenn jemand über ein gewisses Maß an Ungewissheitstoleranz und hinreichend verlässliches Vertrauen in die eigene Erfahrung und Selbstwirksamkeit verfügt,
- intuitive Prozesse lassen sich eher mit heuristischen Konzepten (Modulation, Intonation, Resonanz etc.) als mit kausal-empirischen Begriffen fassen.

Intuition ist eine impulsive psychische Funktion, die aus einem *Zusammenspiel von bewussten (bw) und unbewussten (ubw) inneren und äußeren Ebenen der Wahrnehmung und Erfahrung* beruht und einen *erlebbaren und beschreibbaren Bewusstseinszustand* ermöglicht, aus dem heraus spontan gehandelt werden kann.

Dabei folgen Intuitionen nach meinem Verständnis in der Regel einer *inneren Prozesslogik* von

- weitgehend *bewusste* äußere und innere **Wahrnehmung** im *Modus von nicht-bewertender Achtsamkeit*
- weitgehend *unbewusste* analogische **Verknüpfung** der aktuellen Wahrnehmungen **mit früheren Erfahrungen** im *Modus emotional-körperlicher Resonanzbildungen*
- weitgehend *bewusste* *kognitiv-emotionale Bewertung* dieser Verknüpfungen (*déjà vu*: passt- passt nicht)
- weitgehend *unbewusstes* **inneres Loslassen** dieser inneren Verknüpfungen von Wahrnehmungen und eigenen analogen Erfahrungen im *Modus von innerem Leerwerden*
- weitgehend *un- oder vorbewusster Aufbau* einer **spontanen Handlungsreaktion**, die zu einer **Entscheidung** bzw. **Interventionshandlung** führt.

Intuitive Handlungen/ Entscheidungen können reflektierende **Analysen** der Kontextbedingungen und eine **Selbstreflexion** der eigenen inneren Prozesse nicht ersetzen, beziehen jedoch andere Bewusstseinsdimensionen mit ein, sind schneller und häufig ebenso erfolgreich oder sogar erfolgreicher als eine rational-kalkulatorisch abgewogene Bilanzen der Entscheidungsfindung.

Übergreifende, „grundlegende“ Haltungen des Beraters: die eigenen humanistischen Grundannahmen und Werte

Auf meinem eigenen Ausbildungs- und Erfahrungshintergrund, der *Humanistischen Psychologie und Pädagogik*, in deren Mittelpunkt das *Erleben der Person* steht, gehe ich in Anlehnung an Ruth Cohn (Cohn 1975, 120f.) von folgenden Grundannahmen aus:

Ich akzeptiere mich, wie ich bin mit all meinen Schwächen und Stärken, Ideen und Gefühlen, Fähigkeiten und Begrenztheiten, inklusive dem Wunsch, mich selbst zu ändern. Ich nehme mich, meine Mitmenschen, meine Umwelt ernst und respektiere alle Tatsachen so, dass sie den Freiheitsraum meiner Entscheidungen vergrößern. Ich bin nicht allmächtig; ich bin nicht ohnmächtig. Ich bin ein autonomer Mensch und gleichzeitig in Abhängigkeit verbunden mit allem, was mich umgibt. Meine Autorität kommt aus der *Anerkennung dieser Realität*, der *Spannung zwischen selbstbestimmter Autonomie und abhängiger Verbundenheit*, nicht aus der Unterwerfung unter Dogmen, soziale Rollen und Rituale.

Übergreifendes Ziel meiner Arbeit als Berater ist, selbstbestimmte und vor allem selbst-bewusste personale Bildungsprozesse anzuregen und zu unterstützen anstatt fremdbestimmte institutionelle Selektions- und Zuweisungsprozesse zu legitimieren.

Einerseits wollen die Universitäten möglichst alle Studierenden behalten und Studienabbrüche vermeiden, da davon auch ihre finanziellen Zuweisungen abhängen, andererseits gibt es eine Tendenz, den Durchlauf durch

kürzere Studienzeiten zu erhöhen. Aber wie wir aus der Lernforschung wissen, lassen sich persönliche Wachstums- und Reifungsprozesse nicht technisch beschleunigen. Es ist darum aus meiner Sicht auch kein Erfolgskriterium für gute Studienberatung, wenn sie daran gemessen wird, wie viele Studierende ihr Studium nach einer Beratung *abgebrochen* haben. (Ich kenne allerdings auch Grenzfälle aus der Beratung von Lehramtsstudierenden. Als mir einmal ein Studierender erklärt hat, mit Gefühlen ‚habe er prinzipiell nichts am Hut‘, habe ich ihm ironisch geraten, Hufschmied zu werden, da Pferde auf gefühlte Unachtsamkeit sehr direkt reagieren.)

In meiner eigenen Beratungspraxis ist mir - auf mich selbst bezogen - wichtig, zwischen Empathie („Mitempfinden“) und Identifikation („Nachempfinden“) zu unterscheiden. Die griechische Wortwurzel *empathiein* meint: sich in die Gefühle eines anderen hineinversetzen, sich aber nicht damit zu identifizieren (lat. *identificare*, sich zu eigen machen), sich nicht mit der anderen Person gleichzusetzen und deren Gefühle und Lösungsversuche nicht auf dem Hintergrund der eigenen Erfahrungen zu beurteilen.

Sharing, ein Konzept aus dem Psychodrama, eröffnet die Möglichkeit, zu sagen: ‚Diese Erfahrung kenne ich auch. Ich kann Ihre Gefühle nachvollziehen, auch wenn ich eine andere Geschichte habe und Sie Ihre eigene Lösung finden werden.‘

Hier geht es um ‚selektive Selbstoffenbarung‘ von Seiten des Beraters, die im Zweifelsfall besser ist als völlige Abstinenz oder oberflächliches nicht-direktives Spiegeln (vgl. dazu: Pörksen/ Schulz von Thun, 2014).

Diese Gratwanderung halte ich für eine schwierige Herausforderung an das Verhalten des Beraters/der Beraterin, die jeweils im Einzelfall nur achtsam-intuitiv angegangen werden kann.

Die praktische Verschränkung von Achtsamkeit und Intuition

In pragmatischer Absicht lassen sich Achtsamkeit und Intuition kategorial vergleichend aufeinander beziehen.

BEWUSSTSEINSMODI von ACHTSAMKEIT	PROZESSPHASEN von INTUITION
<i>Ziel: Erkenntnisgewinnung</i>	<i>Ziel: Entscheidungsfindung</i>
Was sehe, höre, spüre ... ich, ohne es zu interpretieren?	Was nehme ich wahr, ohne es zu bewerten?
Was empfinde ich dabei?	▲
Was ist in diesem Rahmen/ in diesem Kontext möglich und ‚stimmig‘?	Was davon kenne ich aus eigenen früheren Erfahrungen?
Was sind meine Arbeitshypthesen? Was habe ich übersehen?	Passen die Muster meiner inneren Verknüpfungen zu diesem Kontext?
	Loslassen der bewussten inneren Handlungsimpulse?
	Welche spontane Entscheidung taucht auf?

Fazit:

Trainieren Sie sich in Achtsamkeit.

Lernen Sie Ihre eigenen Arbeitsmodelle hinterfragen und mit wechselnden Perspektiven zu spielen.

Trauen Sie Ihren Gefühlen.

Vertrauen Sie Ihren Erfahrungen und den daraus erwachsenen intuitiven Kompetenzen.

Und last but not least: Ertragen Sie Erfolge und Misserfolge mit Humor.

Auch für uns als Berater gilt: *Umwege erhöhen die Ortskenntnis.*

Literatur

Cohn, Ruth (1975): Zur Grundlage des themenzentrierten interaktionellen Systems (1974), in: Von der Psychoanalyse zur Themenzentrierten Interaktion. Stuttgart (Klett-Cotta), S.120 -128

diess.: Training der Intuition (1966), in: a.a.O., S.134 -144

Dauber, Heinrich (2009): Grundlagen Humanistischer Pädagogik – Leben lernen für eine humane Zukunft. 2., völlig überarbeitete Auflage, Bad Heilbrunn (Klinkhardt)

Bosse, Dorit/ Dauber, Heinrich/ Döring-Seipel, Elke/ Nolle, Timo (2012): Professionelle Lehrerbildung im Spannungsfeld von Eignung, Ausbildung und beruflicher Kompetenz, Bad Heilbrunn (Klinkhardt)

Dauber, Heinrich (2012): Fallstricke und Chancen von Achtsamkeitspraxis in pädagogischen Kontexten, in: Zimmermann, Michael/ Spitz, Christof/ Schmidt, Stefan (Hrsg.) (2012): Achtsamkeit. Ein buddhistisches Konzept erobert die Wissenschaft, Bern (Huber), S. 197-208

Dauber, Heinrich (2012): Ungewissheitstoleranz als neue ‚Schattenkompetenz‘. Brauchen wir ein ‚Recht auf Inkompetenz‘? In: Bewusstseinswissenschaften 18.Jg., Heft 2, 2012, S. 6-19

Dauber, Heinrich (2014): Intuitive Modulationskompetenz in der Leitung von Gruppen – ein pragmatisches Ausbildungsmodell, in: Bewusstseinswissenschaften, 20.Jg., Heft 2, 2014, S.15 – 36

Freire, Paulo (1970): Pädagogik der Unterdrückten. Bildung als Praxis der Freiheit, Reinbek bei H. (roro Tb)

Fuhr, Reinhard/Dauber, Heinrich (2002): Praxisentwicklung im Bildungsbereich – ein integraler Forschungsansatz, Bad Heilbrunn (Klinkhardt)

Hänsel, Markus (2014): Intuition als Schlüsselkompetenz im 21. Jahrhundert. Wissenschaftliche Grundlagen, berufliche Anwendung und transrationale Weiterentwicklung, in: Bewusstseinswissenschaften. Transpersonale Psychologie und Psychotherapie 2/2014, 15-36

Huppertz, Michael (2009): Achtsamkeit. Befreiung zur Gegenwart. Achtsamkeit, Spiritualität und Vernunft in Psychotherapie und Lebenskunst. Paderborn (Junfermann)

Pörksen, Bernhard/ Schulz von Thun, Friedemann (2014): Kommunikation als Lebenskunst. Philosophie und Praxis des Miteinander-Redens, Heidelberg (Auer)

Wagner, Angelika C. (2011): Gelassenheit durch Auflösung innerer Konflikte, Stuttgart (Kohlhammer)

Wilber, Ken (1997): Die vier Gesichter der Wahrheit. Ein erkenntnistheoretischer Überblick zu transpersonalen Studien, in: Transpersonale Psychologie und Psychotherapie 1/97, S. 4-17

Yalom, Irvin D. (1992): Theorie und Praxis der Gruppenpsychotherapie, Stuttgart (Pfeiffer bei Clett-Cotta)

Zwiebel, Ralf/Wehschede, Gerald (2015): Buddha und Freud – Präsenz und Einsicht. Über buddhistisches und psychoanalytisches Denken, Göttingen (Vandenhoeck & Ruprecht))

Prof. Dr. Heinrich Dauber
Hohe Straße 32
34376 Immenhausen

Heinrich.Dauber@gmail.com
<http://www.heinrichdauber.de>

Zur Zukunft des Akademikerarbeitsmarktes. Was man über Prognosen und den richtigen Umgang damit wissen sollte, Nürnberg, Mannheim. Online unter: <http://www.wegeins-studium.de/fileadmin/daten/Downloads/memorandum.pdf> (Stand Juni 2007)

Schultheis, F. U.a. (Hg.), (2008): Humboldts Altraum. Der Bologna-Prozess und seine Folgen, Konstanz
Schumann, Michael (2003): Struktureller Wandel und Entwicklung der Qualifikationsanforderungen, in: SOFI-Mitteilungen 31/2003, S.105–112

Carsten Schlüter-Knauer

Alter Sokratischer Dialog und Bologna-Prozess

Philosophische Kompetenzen und Methoden und die alten und neuen Aufgaben der Orientierungsberatung¹

Die vermehrte Profilbildung von Hochschulen, die Internationalisierung und der Strukturwandel der Gesellschaft im Umbau von der Industrie- zur Wissensgesellschaft bieten den objektiven

Hintergrund einer Komplexitätserweiterung im Hochschulsystem, der in diesem Bereich den Trend zu schwerer überblickbaren Verhältnissen verstärkt. Auf der subjektiven Seite entsprechen dieser neuen *Unüberschaubarkeit* die vermehrten Probleme protrahierter Adoleszenz, die weniger festgelegten Geschlechterrollen, insgesamt der Trend zu „Bastelbiographien“.² Insofern besteht ein objektiver und subjektiver Bedarf für kompetenzstärkende Orientierungsberatung, den etwa private Vermittlungs- und Profilentwicklungsdienstleister für die finanzstärkeren stu-

1 Erweiterte und veränderte Version des am 5.9.2008 auf der Herbsttagung der Gesellschaft für Information, Beratung und Therapie an den Hochschulen (GIBeT) im Workshop „Philosophische Kompetenzen und Methoden in der Orientierungsberatung“ unter dem Titel „Der Laches als Ablauftypus der Gesprächsführung“ gehaltenen Referats an der Christan-Albrechts-Universität zu Kiel. Aufgabenstellung des Vortrags war es, ein Verständnis für die Anlage des Laches als altgriechische Orientierungsberatung zu entwickeln und umgekehrt das generelle methodische Potential dieses antiken Dialogs für die Orientierungsberatung einfürend offenzulegen.

2 Als Klassiker für die Bestimmungen reflexiver Modernität siehe hierzu etwa Ulrich Beck 1986: 205 ff.

dieninteressierten Schülerinnen und Schüler bereits abzudecken versuchen, der aber im Massengeschäft der Abiturientenberaterinnen und -berater der Arbeitsagenturen ebenso ‚ankommt‘ wie in den Zentralen Studienberatungen der Hochschulen.

Philosophische Methoden können in der Orientierungsberatung verwandt werden, um den *selbständigen* rationalen Umgang Ratsuchender mit Komplexität einzuüben und ihre dafür erforderliche analytische Kompetenz zu fördern. Dazu *muss* es gehören, das Bildungsziel der Studierwilligen bewusst zu machen, um durch das Selbstfinden von Entschlussgründen zu einer langfristig wirksamen Studienmotivation beizutragen. Dazu *kann* es gehören, auch ihr jeweiliges Selbstkonstrukt kritisch zu befragen, um die Bereitschaft zu erzeugen, gedanklich von eigenen Auffassungen und Positionen abzurücken und Alternativen zu erwägen. Denken aus unterschiedlichen Perspektiven kann dann dabei helfen, eigene Auffassungen von sich selbst und den eigenen Fähigkeiten realistisch einzuschätzen, ungewohnte Wege und Umwege zur Ermöglichung der Bildungswünsche in Augenschein zu nehmen, um schließlich eine reflektierte Studienentscheidung zu fällen. Insofern berührt die Orientierungsberatung auch das Selbstbild und die Persönlichkeitsbildung.

In den Zeiten des fundamentalen Umbruchs der Bildungslandschaft durch das Bachelor-Master-System bekommt das noch einen besonderen emanzipativen Akzent. Unter der Voraussetzung der Verhinderung einer flächendeckenden Einführung von Studiengebühren,

die die bisher ungebrochene erhebliche soziale Selektivität des deutschen Bildungssystems vertiefen, hat die Einführung des Bachelors – alle deutschen Probleme der Studienreform eingestanden – nämlich *auch* ein bildungsverbreiterndes *Potential*. Denn insbesondere die kürzeren – *in der Zeitdauer* einer Ausbildung vergleichbaren, nach Akkreditierung garantiert studierbaren und wenigstens intentional berufsbefähigenden Bachelorstudiengänge – können nun sogar solchen begabten Jugendlichen den Gedanken an ein Studium näher legen, deren sozialer Horizont dies bisher lediglich als Hirngespinnst gelten ließ. Das hat die Beratungspraxis der letzten Jahre jedenfalls an meiner Fachhochschule zunehmend erwiesen und ist keine bloß theoretische Annahme oder Setzung. Eine gut ausgebaute öffentliche Orientierungsberatung hat hierbei *auch* eine hauptsächlich ermutigende Aufgabe, indem sie diese jungen Menschen, jedoch ebenso die älteren Studieninteressierten mit Berufspraxis auf Stärken und Fähigkeiten *und* realisierbare Optionen aufmerksam macht. Die weiterhin auf die Bewahrung sozialer Exklusivität für ihre Kinder setzenden Kreise schärfen stattdessen z. Zt. das Instrument finanzieller Restriktionen, obwohl die gegenwärtige Eliteforschung gezeigt hat, dass Bildung der Unteren den Status der Oberen bisher keineswegs gefährdet hat und dies wohl auch in Zukunft nicht erreicht (vgl. zu letzterem Hartmann 2002).

Aber bereits das massenhafte Ausbrechen aus bisher sozial und traditionell vorgegebenen Rollenmustern und die Herstellung eines offenen Entscheidungsraums für die Ausrichtung des in-

dividuellen Bildungsprozesses und dessen Art der Gesellschaftsorientierung ist zugleich ein klassisches Konzept gesellschaftlicher und politischer Veränderung, das geschichtlich – jedenfalls für freie männliche Bürger – mit der erstmaligen Erfindung der Demokratie in der Antike übereinging.

Ein wichtiger Ansatz unter anderen kann für die heutige Orientierungsberatung deshalb die hierfür modifizierte Methode des sokratischen Dialogs sein. Ihr ist es sogar möglich, im Beratungsverlauf Zeitrestriktionen als Erfordernis angeleiteter Eigenarbeit in den intellektuellen Suchprozess einzubeziehen und damit diesem Mangel auch positive Seiten abzugewinnen. Der hinsichtlich des Beratungszwecks funktionale sokratische Dialog in der Orientierungsberatung unterscheidet sich ohnehin vom modernen funktionalen sokratischen Dialog in der Praxis von Psychotherapeuten, sonstigen Lebensberatern und Seelsorgern,³ setzt aber unter der Voraussetzung knapper Beratungsressourcen vermehrt auf den Einbezug eigener Arbeitsschritte von Klientinnen und Klienten. Das entspricht dem mündigkeits- und klientenorientierten Ansatz und dem nichtpaternalistischen Leitbild Zentraler Studienberatungen. Dies Leitbild und dieser Ansatz unterscheiden sich von Ansätzen gesamtgesellschaft-

lich oder partikularinteresseorientierter Nachfragesteuerung (Werbung für spezielle Fächer, z. B. MINT-Fächer) beziehungsweise vom Hochschulmarketing (Werbung z. B. für Hochschulen bestimmter Regionen anstelle von Beratung oder als ein diese überlagerndes Interesse).

Insofern ergeben sich besonders unter der Beachtung und Reflexion eines Kompetenzansatzes methodisch-inhaltliche Berührungspunkte der modernen Klienten- und Mündigkeitsorientierung von Zentralen Studienberatungen, deren Orientierungsberatung die Klienten in ihrer Wahl unterstützen und sie nicht bevormunden soll, zum genuinen sokratischen Dialog der klassischen Antike.

Der wohl bald nach der Hinrichtung des Sokrates 399 v. Chr. im zeitlichen Kontext mit der *Apología Sokrátus* [zwischen 395 u. 390 v. Chr.] verfaßte platonische Dialog *Láches*⁴ gilt als eines der eindringlichsten Beispiele für die Ausübung des sokratischen Dialogs und resultiert in der für Beraterinnen und Berater immer wichtigen Metaintention, die Erzieher zu erziehen: „uns aber in unserem jetzigen Zustande zu belassen, dazu rate ich nicht“ (XXI.: 201 St.). Er ist deshalb ein besonders geeigneter Leitfaden, um Orientierungsberaterinnen und -berater mit diesem Denken und Vorgehen vertraut zu machen und sie mit einer negativen Dialektik anzu-freunden, deren Positives eher indirekt ist, indem sie den Klientinnen und Kli-

3 Siehe dazu ausführlich und auch für uns außerordentlich instruktiv Harlich H. Stave-mann ²2007. Im Rückgriff auf Herbert Schnädelbachs (1977) und Jürgen Habermas' (1988) Differenzierung von Diskurstypen werden hier explikativer und normativer sokratischer Dialog unterschieden und durch den funktionalen sokratischen Dialog ergänzt.

4 Platons *Láches* wird hier in der Übersetzung von Gustav Schneider angeführt (1922), jetzt in dem gut greifbaren Nachdruck der Platon-Gesamtausgabe von Otto Apelt 1988.

enten hilft, erwägend selbst den eigenen Weg zu finden. Ausgesprochenes Ziel des dialogischen Verfahrens ist es dabei, „in Zukunft mit reiflicherer Überlegung“ als bisher zu verfahren, so lässt Platon den Feldherrn Nikias diese Intention des Sokrates charakterisieren (XIII.: 188 St.). Dabei ist ein Hauptkennzeichen des Dialogs sein Ringen um die Offenheit des Erwägungsraums und -diskurses und seine Abgrenzung zu agonalen strategischen Diskursformen, in denen es um die diskursive Form unterlaufende Durchsetzungsabsichten von Gesprächsteilnehmern geht (vgl. I.: 178 St., XXII. f.: 195 St., XXX.: 200 St.). Dafür finden sich hier nicht nur die negative Dialektik, sondern auch so wichtige methodische Mittel wie das moderierend-erwägende Metagespräch, die Reflexion der Diskursvoraussetzungen, Mittel wie der Verweis auf die Anerkennung des Anderen (das explizite Nichtbeschämen des Anderen, vgl. XXII.: 195 St.) und Konfliktmoderation im Umgang mit Leidenschaften und Gefühlen im Gespräch (ebd.), die Diskussion der Wissenssemantik sowie von Hochwörtern und Bildungsansprüchen als soziale Abstandsattitüden (vgl. XXVI.: 197 St.) und dergleichen mehr.

Der sokratische Dialog ist Ausdruck einer historischen Konstellation im östlichen Mittelmeerraum des 5. Jahrhunderts v. Chr., in der das philosophische Gespräch als kommunikative und beratende Praxis im politischen Horizont von Polisdemokratien in Zustimmung *und* Ablehnung allererst entwickelt wurde. Denn obzwar sich Philosophen wie Empedokles auch demokratisch engagierten und wie der Sophist Pro-

tagoras eine demokratische Pädagogik unterstützten,⁵ so haben sich Platon und in moderaterer Weise Aristoteles außerordentlich wirkungsmächtig mit der Philosophie von der Demokratie abgegrenzt. Letzteres wird den genuinen Intentionen des historischen Sokrates⁶ vermutlich nicht entsprochen haben, der seiner Stadt auch im politischen Amt des Prytanen und militärisch als Hoplit gedient hat, obwohl er nicht als Redner in der Volksversammlung hervortrat.⁶ Im berühmt-berüchtigten Arginusenprozess scheint er jedenfalls auf der Seite einer zunächst demotischen Mehrheit der Ekklesia gegen die manipulativen Absichten einer sozial eher höhergestellten Ratsmehrheit gestanden zu haben. Hierbei hat er offensichtlich versucht, formale Verfahrensweisen der Volksgerichtsbarkeit zu schützen, konnte sich aber nicht durchsetzen.⁷ Zu seinen Schülern werden sowohl entschiedene Demokraten wie Chairephon und radikale Feinde der Demokratie wie Kritias gezählt. Seine die Mitbürger häufig irritierenden Gespräche auf der Agora pp. verstand er gleichwohl als selbstge-

5 Vergleiche insgesamt Eric A. Havelock 1957 / ²1964.

6 S. in diesem Sinne für die Sokrates-Forschung exemplarisch Gregory Vlastos: „there can be no doubt that Socrates' preference for Athenian law is a preference for Athens democratic constitution“ (1994: 92), dagegen insbesondere die Sicht von Isidor Feinstein Stone (1988 / 1990), der Sokrates als Feind der Demokratie zu präsentieren sucht.

7 Der Forschungsstand zum Arginusenprozess findet sich bei Andreas Mehl (1982), siehe auch die sehr plausible Darstellung von Adalberto Giovannini 2002.

wähltes öffentliches Amt, das das Gemeinwohl durch die Hilfe zur Selbstaufklärung der politischen Subjekte und insbesondere der Jugendlichen über ihre Denk- und Handlungsvoraussetzungen zu fördern beabsichtigte. Hieraus wurde einer der zentralen Anklagepunkte im Prozess gegen ihn, der mit seiner offensichtlich selbstprovozierten Verurteilung zum Tode endete.⁸ Im *Láches* Platons, der als einer von Platons sokratischen Dialogen aufgefasst wird, durchdringen sich vermutlich frühe Elemente der platonischen Demokratiekritik mit einigen Zügen des historischen Sokrates. Auch finden sich vereinzelt noch positive Anklänge des demokratischen Zeitgeistes in Athen, was von den späteren Dialogen Platons so nicht mehr gesagt werden kann. Inhaltliches Thema des von Platon wahrscheinlich bald nach dem Prozess gegen Sokrates geschriebenen *Láches* ist im Übrigen die Jugenderziehung. Es geht darum, aus eigener Entscheidung auf der Basis rationaler Abwägung den Bildungsprozess der Subjekte bewusst zu gestalten. Womit die Subjekte – die in den Diskurs einbezogenen Söhne – die Ausrichtung der Formung ihrer körperlichen und geistigen Fähigkeiten dann selbst verantworten würden. Konkret geht es um die Diskussion der Frage, welche Fähigkeiten und welches Wissen, ja – letztlich

– welche charakterliche Disposition der Subjekte als geeignet betrachtet werden, um wiederum der politischen Gemeinschaft zu nutzen und um durch glückende Anwendung den Subjekten gesellschaftliche Anerkennung zu verschaffen und wahrscheinlich ihre gesellschaftliche Integration zu bewirken und diese erfolgreich auf Dauer zu stellen. Durch die Art der damaligen gesellschaftlichen Synthese bedingt waren vornehmlich militärisch bedeutsame Fähigkeiten gefragt, kriegerisch wichtiges Wissen und die Ausbildung der Charakterdisposition der Tapferkeit. Die subjektiven Voraussetzungen der politischen Gemeinschaft sind damals übrigens ein explizites Thema der politischen Theorie, wie *unter anderem* das von Thukydides zu politikanalytischen Zwecken im Perikles-Epitaphios modellierte Idealbild der attischen Demokratie belegt, deren Bürger sich nach seinen Worten zu „unabhängigen Persönlichkeiten“ ausbilden sollen, was einen fundamentalen Unterschied zum spartanischen Bildungs- und Ordnungsmodell markiere.⁹ Und der zeitlich zwischen 425/24 und 418 v. Chr. fingierte Dialog *Láches* Platons endet im Widerspruch zu den Vorwürfen der Ankläger im Prozess gegen Sokrates im Jahr 399 v. Chr. und trotz seiner offenen negativen Dialektik mit der expliziten Bitte athenischer Bürger, dass Sokrates künftig an der Bildung ihrer Söhne mitwirken möge, gerade um deren Mitwirkungskompetenz an der politischen und militärischen Selbstbehauptung der Polis sicherzustellen. Zwar ist dies im ge-

8 Diogenes Laertios konnte noch die Anklageschrift des Meletos gegen Sokrates zitieren, die nach dem Zeugnis des Favorinus im Archiv Athens aufbewahrt worden sei: „auch vergeht er sich an der Jugend, indem er sie verführt“ (um 200-250: II.: 40). Siehe zum Forschungsstand über den Sokratesprozess Peter Scholz 2000.

9 Thukydides, *Ho pólemos tôn Peloponnesion kai Athenaion* [~ 430-400 v. Chr.]: II., Kap. 41.

nannten Dialog ein Oberschichtdiskurs, jedoch war bereits der historische Sokrates kein Aristokrat, sondern ein Banause, ein Handwerker. Was die Ausstrahlungswirkung des Diskurses im *Láches* sinnfällig macht, in dem dort eher der Erwerb der demokratischen Mittelschichtkompetenzen des Hoplitenkampfes und der Tapferkeit sachinhaltlich präferiert werden – für die schlagend das als vorbildlich beschriebene Verhalten des Sokrates auf dem Rückzug nach der Schlacht bei Delion (425 v. Chr.) benannt wird –, als die aristokratischen Kompetenzen der Reiterei und der Fechtkunst, die die sogenannten Schönen und Guten für sich beanspruchten (und für die der Experte Nikias im *Láches* anachronistisch wirbt). Und *besonders ihre militärische Mitwirkung* als freie Ruderer der Trieren war für die Unterschicht der Theten, der kleinen Leute, überhaupt die Voraussetzung ihrer politischen Partizipation und zum Ende des fünften Jahrhunderts v. Chr. die Basis für die Revision zweier oligarchischer Umstürze und für die Durchsetzung der Rückkehr Athens zur Demokratie. In der vereinten Abwehr gegen das drohende Makedonendiktat stattete die attische Demokratie nach der Reform der Ephebie durch das Gesetz des Epikrates von 336 v. Chr. schließlich *alle* achtzehnjährigen Bürger – auch die Kinder der Theten – staatlicherseits mit einer teuren Hoplitentrüstung aus und schulte sie intensiv und erfolgreich in dem Erwerb der für den Hoplitenkampf erforderlichen Fähigkeiten.

Trotz aller kritischen Vorbehalte – Sklavenhaltergesellschaft, keine Mitwirkung der Frauen – ist es wichtig, sich historisch erstmalig Grundzü-

ge zu vergegenwärtigen. In den vielen griechischen Bürgergesellschaften dieser Zeit – zur Zeit des Aristoteles dürften etwa die Hälfte der griechischen Poleis Demokratien gewesen sein (vgl. Hansen 2007) – hatte sich die Partizipation als Herrschaftstechnik von Adligen (durch die so mögliche Erzeugung einer größeren Anhängerschaft, als sie andere Adlige aufzubringen vermochten) allmählich zur politischen Partizipation der Stadtbürger entwickelt. Was mit einer Änderung der Kampfweise übereinging, Zunächst löste die Hoplitaphalanx Schwerbewaffneter den adligen Einzelkampf ab, schließlich lernten die ärmeren Bürger insbesondere Athens, das schwierig zu bedienende hochtechnische Kampfinstrument der Triere erfolgreich koordiniert einzusetzen. Kommunikationsprozesse der Bürger zumeist auf der Agora, aber auch auf den Trieren als Schulen der Demokratie generierten jetzt Macht und schufen so erst eine politische Bürgerschaft. An Bord wird jetzt räsoniert, schreibt der große Komödiendichter Aristophanes.¹⁰ Voraussetzung wurde die Anerkennung des Mitbürgers als politisches

10 Vgl. Aristophanes, *Die Frösche*, *Bátrachoi* (405 v. Chr.): Vers 1076. Zugleich greift Platon Aristophanes' – z. Zt. des Prozesses Jahrzehnte zurückliegende – kritische Charakterisierung des Sokrates als Sophist in der Komödie ‚Die Wolken‘, *Nephélai* (423 v. Chr.), scharf an und unterstellt Aristophanes eine Mitverantwortung für den Geist der Anklage gegen Sokrates, vgl. Platon, *Apología Sokrátus*: 19 St.; siehe dazu Ivo Bruns 1896: 191 f., 198. – Durch den lapidaren Hinweis auf Platons Kindheit zur Zeit der Aufführung der ‚Wolken‘ gelingt es Eric A. Havelock (1972), den gezwungenermaßen konstruktiven Charakter der platonischen

Kosubjekt, auf dessen Zustimmung und Unterstützung nun alle Politiken angewiesen waren. Die bewusste Menschenbildung und -formung wurde explizites Thema der Theorie und des Diskurses, so beim Sophisten Protagoras, so äußerlich in den Plastiken, so im Drama. Statt der hierarchisch-herrschaftlichen Integration mit den Adelswerten Alter, gesellschaftliche Stellung und Autorität wurden nun Kritik und Kommunikation die Basis einer politischen Integration zur Bürgerschaft mit einer zumindest egalitären Tendenz. Was sich noch im *Láches* ausdrückt, wenn die Koexistenz von Bildung und Vermögen – deren politischen Vorrang der demokratiekritische sogenannte ‚Alte Oligarch‘ (*Pseudo-Xenophon*) zwischen 430 und 424 v. Chr. so resignativ wie vergeblich einfordert¹¹ – und ebenso das Alter vom Sokrates des Platon nur noch uneigentlich als argumentative Legitimitätsbasis anerkannt und durch den Ausgang und die Durchführung des Dialogs explizit widerlegt werden.

Herodotos veranschaulicht den neuen – politischen – Wertekanon bereits mit dem Mittel des Dialogs, den

schen Aristophaneskritik gleichsam im Vorübergehen zu verdeutlichen.

11 Vgl. *Pseudo-Xenophon, Athenaion politeia*: I., Kap. 5 ff.; III., Kap. 13. Das analytisch hochinteressante Werk dieses anonymen demokratiekritischen Autors – der wahrscheinlich einer der Trierarchen Athens und deshalb vermögend war und in der Literatur wegen seiner politischen Ansichten auch der *Alte Oligarch* genannt wird – fand sich bei den Schriften Xenophons, weshalb die Rezeptionsgeschichte den Verfasser auch als *Pseudo-Xenophon* bezeichnet.

er Jahrzehnte vor Platon in verdeutlichenden und interpretierenden Teilen seiner Geschichtserzählungen einsetzt, und schreibt ihn dem Athener Solon im fiktiven Disput mit dem Lyderherrscher Kroisos zu: Denn nicht mehr die Prachtentfaltung und die Machtmittel dieses Potentaten hätte Solon als Maß der menschlichen Dinge beziehungsweise des besten Lebens akzeptiert – wie es traditionellen Adelswerten entsprechen hätte und in vorpolitischen Gesellschaften zu erwarten gewesen wäre. Vielmehr führe er exemplarisch einen Mitbürger an, Tellos aus Athen, der in einer wohlgeordneten politischen Gemeinschaft leben durfte, gesunde und „vortreffliche“ Kinder und Enkel hatte und schließlich als Bürgersoldat seiner Stadt für seine Mitbürger den Helden Tod sterben durfte und dafür von ihnen mit dem Staatsbegräbnis am Ort seines Todes geehrt wurde (Herodotos, 430–425 v. Chr.: I., Kap. 30). Wir dürfen dieses Lehrbeispiel wohl eher als die Perspektive der Athener in der zweiten Hälfte des fünften Jahrhunderts v. Chr. verstehen (und nicht so sehr als die des frühen sechsten Jahrhunderts v. Chr., in die Herodotos mit seiner Erzählung solche Vorstellungen projiziert): Das höchste erreichbare Glück in der nunmehr politischen Welt ist also die individuelle – auch generative – Entfaltung eines normalen Menschen als gleichberechtigtes und geachtetes Mitglied seines politischen Kollektivs.

Um diese generative Entfaltung geht es im *Láches* den älteren Athenern Lysimachos und Melesias. Beide sind Söhne von in der demokratischen Stadt berühmten Vätern und sehen doch im

Alter ihr eigenes Leben mittlerweile als verfehlt an. Denn ihre verdienten Väter hätten es gerade wegen ihres öffentlichen Engagements an der expliziten Erziehung ihrer Kinder fehlen lassen: sie ließen „uns in den Tag hineinleben“ (II.: 179). Das Thema reicht trotz des individuellen Negativbeispiels zweier misslungener Leben über die Besonderheit hinaus und wird in seiner allgemeinen Bedeutung für das politische Kollektiv der Athener eingeführt: denn „die Mehrzahl der Väter“ halte es so (I.: 179). Um dies Schicksal den eigenen Söhnen zu ersparen, werden als kompetente Berater zwei prominente Feldherren der Stadt herangezogen. Diese sollen herausfinden, „durch welche Unterrichtsgegenstände oder Beschäftigungen sie [die Söhne von Lysimachos und Melesias; CSK] recht tüchtige Männer werden können“ (II.: 179). Im letzteren Sinne: Tüchtigkeit oder Tauglichkeit für etwas ist in diesem Kontext auch das damals übliche Verständnis der im Dialog häufig bemühten Tugend, was eher prosaisch als die uns vertrautere idealistisch-moralische Tugendauffassung ist (s. Andreas Bächli / Andreas Graeser 2000: 216 ff.). Die Feldherrn empfehlen Melesias und Lysimachos, auch Sokrates als zusätzlichen Berater hinzuziehen. Dem wird gefolgt, interessanterweise auch nach Rücksprache mit ihren Söhnen über das freie pädagogische Wirken des Sokrates. Die Voraussetzungen gelingender Beratung entwickelt am Anfang des Dialogs *Láches* Lysimachos im Einvernehmen mit Melesias gewissermaßen als Auftrag der Klienten. Es sind: ein offenes Gespräch sowie ehrliche und kompetente Berater. Diese Voraussetzungen

werden dann von den Teilnehmern respektive von Sokrates immer wieder als metadialogische Maßstäbe zur immmanenten Kritik und zur Lenkung des Gesprächs genutzt. Beide Voraussetzungen werden in der Realität der Bürgerkommunikation Athens allerdings als fraglich gekennzeichnet. Denn viele würden „anders reden, gegen ihre Überzeugung“, um im Medium des Gesprächs *etwa* ihre Dominanzabsichten verdeckt zu verwirklichen (I.: 178). Letzteres unterstellen sich die beiden berühmten Feldherren gegen Ende des Dialogs gegenseitig. Der hinzugezogene Sokrates demonstriert eine provokante und doch zielgerichtete *Unwissenheitshaltung* und damit das Ethos des Beraters, der Fragen stellt, statt mit schnellen Antworten zu glänzen (vgl. V.: 181). Die Paradoxie ist, dass genau dies Verhalten Anforderungen des Tiefenlernens operationalisiert. Vermeintliches Expertenwissen könne übrigens auch vorgetäuscht sein, wirft einer der Experten, nämlich *Láches*, ein (vgl. VIII.: 184). Ein Einwand, der durch die Aporien, in die der Dialog beide Experten führt, auf diese zurückfällt, die zudem in der Frage, ob die Fechtkunst ein nützliches Unterrichtsgebiet für die Söhne sei, von vornherein widersprüchliche Expertenmeinungen präsentieren. Die Fechtkunst sei für den modernen Massenkampf in der Phalanx irrelevant, behauptet *Láches*, der als demotisch gesinnter Soldat eingeführt wird. Hier kommt es ja vielmehr auf die Vereinigung zum militärischen Kampfkörper zu Stoß und Druck und auf die unbedingte Disziplin im gemeinsamen Standhalten an, denen die Phalanx ihre damals beispiellose militärische Kraft verdank-

te (vgl. dazu Delbrück 1900). Während hingegen der reiche und im damaligen Sinne konservative Soldat Níkias getreu dem alten Adelsethos des Einzelkampfes und der individuellen Fertigkeiten eher den pädagogischen Nutzen der Fechtkunst bzw. militärisch ihre Bedeutung nach einer Auflösung des Kampfkollektivs zu Verfolgung oder Flucht herauszustreichen versucht.

Der Streit der Experten begründet die Vertiefung der gemeinsamen Untersuchung, die methodisch-inhaltlich nunmehr durch die Exposition der Entscheidungsregeln durch Sokrates eingeleitet wird, während Platon zu Beginn des Dialogs mit den Worten Lysimachos' die formal-inhaltlichen Voraussetzungen des beabsichtigten Diskurses umreißt. Dies stellt sich – wohl überwiegend platonisch als ursprünglich sokratisch – durch die Problematisierung des Mehrheitsentscheids dar, die Platon Sokrates in vornehmlich suggestiver Weise den Mund legt (vgl. IX: 184 ff.). Denn ist nicht ganz und gar im Gegensatz dazu – wie damals alle wissen – der Entscheid per Mehrheitsregel *das* Hauptinstrument, welches in der politischen Stadt nach der demokratischen Beratung die Entscheidung ermöglicht – auch über Expertenauffassungen, soweit sie das politische Kollektiv betreffen? Die Frage des gelingenden Lebens, zumal in seiner Bedeutung für das Kollektiv der Bürgergemeinde, ist eben nicht mit dem instrumentellen Fachwissen etwa eines Schiffbauers zu vergleichen, auch wenn Platon und auch Xenophon dies immer wieder als die Auffassung Sokrates' suggerieren. Denn sie ist eher eine politisch-ethische als eine technische Frage. Pro-

tagoras bringt in einem Mythos und in einem Logos – für die allerdings Platon die nicht unproblematische Quelle ist – die demokratische Grundauffassung auf den Punkt, dass in solchen Fragen alle Bürger Experten seien resp. sich die Frage nach der Expertenschaft gegenstandsangemessen erübrige¹² (was Lysimachos aber als Grundannahme bereits am Anfang des *Láches* bestreitet, indem er die Möglichkeit der offenen Aussprache grundsätzlich – und nicht nur methodisch – auf einen engen Kreis ausgesuchter Bürger begrenzt). Was nach der durchgeführten politischen Beratung also die abschließende Entscheidung des politischen Kollektivs und nicht etwa die der Experten selber erfordert oder im Anschluss an die Beratung in eigener – individueller – Sache wiederum die Entscheidung der von der Entscheidung Betroffenen – wofür im Fall der attischen Familien primär die Väter bedeutsam sind, die Söhne erst sekundär. Jedoch wurden die Söhne von Lysimachos und Melesias um ihre grundsätzliche Einwilligung in die von den Vätern quer zum allgemeinen Brauch geplante Ausrichtung ihrer Erziehung und Bildung gebeten, was eine generative Egalisierungsdynamik und einen Egalisierungsansatz in den politischen Bildungsdiskurs einführt, wie ihn weitaus später Platons *Staat* mit der komödienhaften Karikatur des demokratischen Menschen als eine der durch die Demokratie bedingten gesellschaftlichen Auflösungserscheinungen der Gemeinschaftsordnung kritisiert

12 Vgl. Platon, *Protagóras* [vermutlich 399-393 v. Chr.]: 320 St. ff.

hat¹³ (letzteres war als die Zersetzung der althergebrachten Eunomie bereits das große politische Grundsatzthema des ‚Alten Oligarchen‘). Im Dialog *Láches* wird die Frage der Ertüchtigung der Söhne für ein gelingendes Leben jedenfalls im zeitlichen Kontext mit dem Dialog *Protagóras* und der von Protagoras dort vertretenen demokratischen Pädagogik ausgerechnet durch das *Negativbeispiel der väterlichen Lebensführung* radikal zugespitzt und damit kenntlich, aber auch durch die den Lesern mittlerweile bekannten Lebensschicksale beider Feldherrn und des Sokrates. Die Entscheidungen der Subjekte sind trotz der Problematisierung des Mehrheitsentscheids im *Láches* auch dortselbst nicht mehr hintergebar, denn die Entscheidung, ob oder welchem/n Experten gefolgt werden soll, können und müssen die betroffenen Subjekte bzw. die Beraten selbst fällen.

Unabhängig von der Frage des Letzentscheids bleibt das soeben bereits angesprochene Problem, das Experten Expertenwissen nur vortäuschen können. Hier werden von Sokrates gewissermaßen als Synthesis Prüfkriterien vorgeschlagen: Die Beglaubigung der Professionalität der Berater erfolge durch den Nachweis bewährter Lehrer der Lehrer. Autodidakten prüfe man durch ihre Arbeitsergebnisse (vgl. X. f.: 185 St. f.).

Inhaltlich aber stiften die divergierenden Expertenmeinungen augenblicklich eine produktive Verwirrung, die durch gemeinsames inhaltliches

Durchgehen der Diskussionsvoraussetzungen auf die breit explizierte Eingangsfragestellung zurückführt. Die Frage wird durch Sokrates vom konkreten Fall gelöst, um desto grundsätzlicher mit einem geradezu universalistischen Anspruch aufgegriffen zu werden: wenn das gelingende Leben in der demokratischen Bürgergesellschaft behandelt werden soll, dann ginge es damit vorgeblich um die Tugend oder Tauglichkeit überhaupt (eine in der Sache durchaus problematische Generalisierung). Um den so ‚makroskopisch‘ ausgeweiteten Gegenstand wiederum diskursorientiert prüfen zu können, wird er aus erkenntnispragmatischen Gründen ‚mikroskopisch‘ verkleinert und anhand der Teiltugend der ‚Tapferkeit‘ untersucht, für die beide Feldherrn erneut als Experten dienen, die Sokrates als Diskussionsleiter befragt und damit gleichsam in der paradigmatischen politischen Rolle eines Schiedsrichters oder aber sogar eines Aisymneten agiert (eines Geraderichters – wie Solon – in der griechischen vor- oder frühpolitischen Geschichte, da es nicht nur um einen sportlichen Agon, sondern um eine grundsätzliche politische Frage für das Überleben damaliger politischer Kollektive geht).

Jetzt wird aus der inhaltlichen Fülle des Dialogs nur noch ein Aspekt aus dem Part des Feldherrn Láches als exemplarisch für die Verdeutlichung des zentralen Argumentationsstrangs herausgegriffen. Mit dem als exemplarisch eingeführten Teilthema Tapferkeit knüpft der Dialog eng am Selbstbild des attischen Bürgersoldaten an. Und Láches ist unbestreitbar tapfer (ein Wissen, das die Hörer oder Leser des rea-

13 Vgl. Platon, *Politeía* [~387-367 v. Chr.], VIII.: 562e St. Vgl. dazu grundsätzlich Schlüter-Knauer 1991: 136.

len Dialogs voraussetzen dürfen). Seiner vorherigen Position zur Fechtkunst adäquat, definiert er Tapferkeit als das hoplitische Standhalten in der Phalanx. Was nun folgt, ist eine Hinführung auf alternative Definitionen – aber durch das Abverlangen einer ganz allgemeinen Definition (s. XVI. ff.: 190 St. ff.). Worum ein im theoretischen Denken *noch nicht* so geschulter Kopf wie Laches *zunächst* überfordert gewesen muss, auch wenn Laches eine starke praktische Intelligenz und ebenfalls Neigung zum philosophischen Denken zeigt (vgl. zu letzterem Ingenkamp 1967). Walter Bröcker weist darauf hin, dass eine hinführende Verständigung über das Wesen der Sache – in der Terminologie heutiger Beraterinnen und Berater heißt das: klientenangemessen – auch durch eine Reihe von Beispielen, aus denen dann ihr Gemeinsames klar wird, möglich und angebracht gewesen wäre (1964: 61). Womit das Verfahren an und für sich die Eingangsbedingungen eines offenen Dialogs konterkariert und die auch methodische Klientenorientierung als Desiderat offenbart. Hier findet sich wahrscheinlich bereits Platons Lenkungsanspruch wieder und das weitere Erfordernis einer darauf bezogenen Methodenreflexion, für die die zahlreichen Metagespräche dieses Hauptteils auch gute – ungenutzte – Gelegenheiten geboten hätten. Ob das nun eine unabsichtliche oder absichtliche Gedankenführung bzw. Beeinflussung der anderen Gesprächsteilnehmer ist, bleibt dunkel. Im argumentativen Hauptteil, d. h. in der Durchführung des Diskurses häufen sich suggestive Analogieschlüsse, Mutmaßungen etc. bis hin zur

Unterstellung von bloßer Rhetorik und Eristik (aber dieser Vorwurf wird nicht gegen Sokrates, sondern von den Feldherren gegeneinander erhoben). Damit ist aber zugleich eine Grundsatzkritik am Dialog offen dargelegt. Auch wenn die Figur des Sokrates für Platon unantastbar bleibt, verweist der Dialog immanent auf die ständige Reflexion seiner Ausgangsvoraussetzungen und verdeutlicht, dass der Weg der Beratung das Ziel ist, indem die jeweiligen Selbstbilder kritisch befragt werden und in einem übergreifenden Sinne der konkrete dialogische Weg selbst. Die Ausbildung von Urteilskraft und Unterscheidungsvermögen lösen sich so von den Diskursprotagonisten ab und lassen nicht sachangemessene Verkopplungen und fragwürdige Analogien ganz deutlich hervortreten, die bestimmt schon den Zeitgenossen Platons auffielen und wohl auch auffallen sollten.

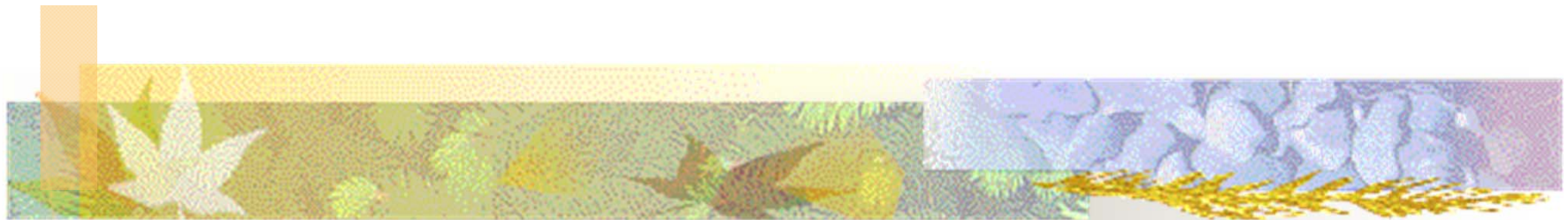
Insofern führt der Dialog wie beansprucht auf die Erfordernisse 1) der stetigen Selbstreflexion gerade auch der Berater auf ihr Tun und 2) des Perspektivenwechsels zu Super- oder Beobachterperspektiven, um dem Risiko professioneller Deformationen des Beratungsprozesses zu begegnen, das ganz offenbar, wie bereits der antike Dialog Laches exemplarisch vor Augen führt, nur eingeschränkt, nicht ausgeschaltet werden kann und auf das vor dem Hintergrund der vermehrten professionellen Aufgaben der Orientierungsberatung an den Hochschulen in der Gegenwart ebenfalls anhaltend geachtet werden muss.

Literatur

- Aristophanes (1968): Antike Komödien; [Die Acharner; Die Ritter; Die Wolken; Die Wespen; Der Friede, Die Vögel; Lysistrate; Die Thesmophoriazusen (Die Weiber am Thesmophorenfest); Die Frösche; Die Ekklesiazusen (Die Weibervolksversammlung), Plutos (Der Reichtum)]; hrsg. und übers. von Hans-Joachim Newiger (Neubearb. d. Übers. v. Ludwig Seeger), München.
- Bächli, Andreas/Graeser, Andreas (2000): Grundbegriffe der antiken Philosophie. Ein Lexikon, Stuttgart.
- Beck, Ulrich (1986): Risikogesellschaft. Auf dem Weg in eine andere Moderne, Frankfurt/Main.
- Bröcker, Walter (1964): Platos Gespräche, Frankfurt/Main.
- Bruns, Ivo (1896): Das literarische Portrait der Griechen im fünften und vierten Jahrhundert vor Christi Geburt, Berlin; angeführt nach der 2. Aufl., Hildesheim 1961.
- Burckhardt, Leonhard/von Ungern-Sternberg, Jürgen (Hrsg.) (2000): Große Prozesse im antiken Athen, München.
- Clausen, Lars/Schlüter-Knauer, Carsten (Hrsg.) (1991): Hundert Jahre „Gemeinschaft und Gesellschaft“. Ferdinand Tönnies in der internationalen Diskussion, Opladen.
- Delbrück, Hans (1900): Geschichte der Kriegskunst im Rahmen der politischen Geschichte. Bd. 1: Das Altertum; nach der Neuauflage des Nachdrucks (1964) der 3. Aufl. (Berlin 1920); Berlin/New York 2000.
- Diogenes Laertios [entstanden um 200-250]: Βίοι καὶ γνῶμαι τῶν ἐν φιλοσοφίᾳ εὐδοκίμησάντων [Leben und Meinungen berühmter Philosophen]; angeführt nach der Übersetzung und Edition von Otto Apelt (Leipzig 1921) in der Neuedition von Klaus Reich unter Mitarbeit von Hans Günther Zekl, Hamburg 1998 (zuerst 1967).
- Giovannini, Adalberto (2002): Xenophon, der Arginusenproß und die athenische Demokratie, in: Chiron, 32.2002, S. 15–50.
- Habermas, Jürgen (1988): Nachmetaphysisches Denken. Philosophische Aufsätze, Frankfurt/Main.
- Hansen, Mogens Herman (2007): Folkets flertal ønsker krig, in: *Politiken* vom 6.3.2007, 2. Kultur, S. 1 und 3.
- Hartmann, Michael (2002): Der Mythos von den Leistungseliten. Frankfurt/Main u.a.
- Havelock, Eric A. (1957): The liberal temper in greek politics, New Haven, Con./London; angeführt nach der 2. Aufl. 1964.
- Havelock, Eric A. (1972): The Socratic self as it is parodied in Aristophanes' Clouds, in: *Yale Classical Studies*, 22. 1972, S. 1–18.
- Herodotos [430–~425 v. Chr.]: *Historías apódexis*; angeführt nach der Übersetzung von Walter Marg und Gisela Strasburger u. d. T. und der Autorangabe: Herodot, Geschichten und Geschichte, 2 Bde., Zürich/München, Bd. 1. Buch 1–4 (übers. Walter Marg): 1973, ²1990, Bd. 2. Buch 5–9 (übers. von Walter Marg und Gisela Strasburger): 1983.
- Ingenkamp, Heinz Gerd (1967): Laches, Nicias und die Platonische Lehre, in: *Rheinisches Museum für Philologie*, Neue Folge, 19.1967, S. 234–247.
- Kalinka, Ernst (1913): Die pseudoxenophontische ΑΘΗΝΑΙΩΝ ΠΟΛΙΤΕΙΑ. Einleitung – Übersetzung – Erklärung, Leipzig/Berlin.

- Mehl, Andreas (1982): Für eine neue Bewertung eines Justizskandals. Der Arginusenprozess und seine Überlieferung vor dem Hintergrund von Recht und Weltanschauung im Athen des ausgehenden 5. Jahrhunderts v. Chr., in: Zeitschrift der Savigny-Stiftung für Rechtsgeschichte, 99.1982, S. 32–80.
- Platon [nach 399 v. Chr.]: Laches; angeführt in und nach der Übersetzung von Gustav Schneider in der Edition von Benno von Hagen u. d. T.: Platons Dialoge Laches und Euthyphron, 2. durchges. Aufl., Leipzig 1922, S. 1–56 [in: Platon, Sämtliche Dialoge, hrsg. von Otto Apelt, Bd. 1, Hamburg 1988].
- Platon [vermutlich 399–393 v. Chr.]: Protagoras; angeführt nach der Übersetzung und Edition von Otto Apelt u. d. T.: Platons Dialog Protagoras, 2. durchges. Aufl., Leipzig 1922 [in: Platon, Sämtliche Dialoge, hrsg. von Otto Apelt, Bd. 1, Hamburg 1988].
- Platon [zwischen 395 u. 390 v. Chr.]: Apologia Sokrátus, angeführt in und nach der Übersetzung und Edition von Otto Apelt u. d. T.: Apologie des Sokrates und Kriton, 2. durchges. Aufl., Leipzig 1922, S. 1–71 [in: Platon, Sämtliche Dialoge, hrsg. von Otto Apelt, Bd. 1, Hamburg 1988].
- Platon [~387–367 v. Chr.]: Politeia; angeführt nach der Übersetzung und Edition von Otto Apelt u. d. T.: Der Staat, 6., der Neuübersetzung 3. Auflage, Leipzig 1923 [in: Platon, Sämtliche Dialoge, hrsg. von Otto Apelt, Bd. 5, Hamburg 1988].
- Pseudo-Xenophon [entstanden zwischen 430–424 v. Chr.]: Athenaion politeia, in: Kalinka 1913, S. 64–83.
- Schlüter-Knauer, Carsten (1991): Intuition und Dialektik. Eine These zur Idee des Normalbegriffs, in: Clausen/Schlüter-Knauer 1991, S. 131–170.
- Schnädelbach, Herbert (1977): Reflexion und Diskurs. Fragen einer Logik der Philosophie, Frankfurt/Main.
- Scholz, Peter (2000): Der Prozess gegen Sokrates. Ein ‚Stundenfall‘ der athenischen Demokratie, in: Burckhardt/von Ungern-Sternberg 2000, S. 157–173, 277–279.
- Stavemann, Harlich H. (2007): Sokratische Gesprächsführung in Therapie und Beratung. Eine Anleitung für Psychotherapeuten, Berater und Seelsorger, 2. vollständig überarbeitete und erweiterte Aufl., Weinheim/Basel (zuerst Weinheim 2002).
- Stone, Isodor F. [=Feinstein] (1988): The Trial of Socrates; angeführt nach der Übersetzung von Andreas Wittenburg u. d. T.: Der Prozess gegen Sokrates, Wien 1990.
- Thukydides [entstanden nach 430 - 400 v. Chr.]: Ho pólemos tôn Peloponnesíon kai Athenaíon; angeführt nach der Edition: August Horneffer/Gisela und Hermann Strasburger u. d. T.: Der Peloponnesische Krieg, Lizenzausgabe Essen o. J. (zuerst 1957), und der Edition: Georg Peter Landmann u. d. T.: Geschichte des Peloponnesischen Krieges, München 1991 (zuerst Zürich/München 1976).
- Vlastos, Gregory (1991): Socrates. Ironist und moral philosopher, Cambridge u. a.
- Vlastos, Gregory (1994): The historical Socrates and Athenian democracy, in: ders.: Socratic Studies, hrsg. von Myles Burnyeat, Cambridge/New York/Melbourne, S. 87–108.

Introvision: Eine Methode zur Förderung der Achtsamkeit in der Beratung



Prof. Telse A. Iwers-Stelljes, MHEd.



Übersicht

- Konfliktlagen Studierender: Organisation, Inhalte, Phasen
- Entscheidungen
- Übung zur konstatierenden Wahrnehmung
- Analyse von Konflikten
- Übung zur Analyse von Konflikten
- Auflösung von Konflikten
- Introvision
- Achtsamkeit und Introvision



Konfliktlagen Studierender

Tino Bargel et al (2008):

Studierendensurvey 2008: Studierende sind effizienzorientierter als vor Bologna

- Hoher Erfolgs- und Bewährungsdruck
- Belastungen durch Leistungsdruck haben zugenommen
- Die Studierenden setzen sich selbst mehr unter Druck
- Insgesamt hat der Stress in der Studierendenschaft zugenommen



Konfliktlagen Studierender

Margret Bülow-Schramm:

Zeichnet in ihrer USUS-Studie (Untersuchung von Studienverläufen und Studienerfolg 2008 bis 2012) folgende Entwicklungslinien auf:

- Generische Kompetenzen gewinnen an Gewicht, da fachliche Kompetenzen einer immer schmaler werdenden fachlichen Basis entspringen



Konfliktlagen Studierender

- Die Studierenden sehen den Gap zwischen ihren Interessen und ihren beruflichen Chancen deutlicher
- Der Übergang zum Masterstudium wird sehr druckerzeugend wahrgenommen
- Die Notenqualität wird in Relation zu diesem Übergang bedeutsam, unabhängig davon wären die Studierenden auch mit Noten mittleren Niveaus zufrieden



Konfliktlagen Studierender

Trotz dieser wettbewerbsorientierten Perspektive halten die Studierenden an inhaltlichen Freiräumen im Studium fest. Sie wollen über den Tellerrand hinausblicken, wenngleich die Bedingungen es kaum zulassen

Studienziele sind:

Eine allseitig entwickelte Persönlichkeit mit den Elementen

- der Entfaltung der eigenen Persönlichkeit,
- des Erwerbs fundierter beruflicher Kompetenzen und
- des Handelns in eigener Verantwortung (Bülow-Schramm 2012)



Konfliktlagen Studierender

Zu Beginn des Studiums lernen die Studierenden ihren Gewohnheiten aus der Schulzeit entsprechend, im Laufe des Studiums nimmt die Sehnsucht nach deep-level-learning zu. Herkunftsressourcen nehmen in der Entwicklung der Studienstile eine geringe Rolle ein, sie werden eher durch die Auseinandersetzung mit dem Studium geprägt.

- Die Zuversichtsentwicklung im Studium korreliert mit dem Vertrauen in die eigene Lern- und Organisationsfähigkeit
- Die Studierenden bedürfen eines immanenten Blicks auf die Ambivalenzen des Studiums statt des Kritisierens der Organisationsstrukturen im Allgemeinen.



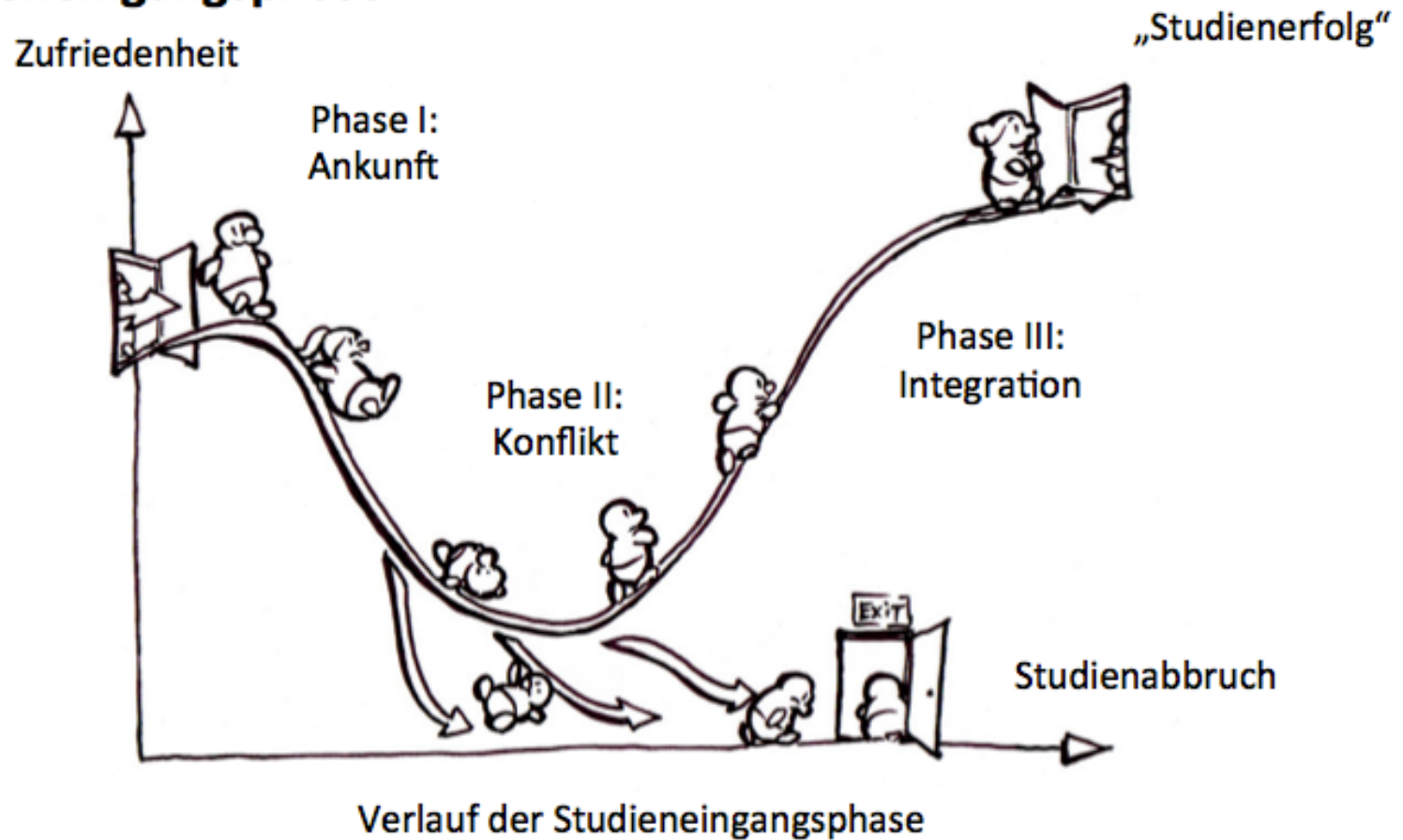
Konfliktlagen Studierender

Universitätskolleg der Uni Hamburg (seit 2012)

- Darin im Handlungsfeld Akademisches Lernen das TP 32: RIO
- Reflexion, Integration, Orientierung für Studierende im ersten Semester
 - Erziehungswissenschaft
 - Jura
 - Sozialökonomie

Konfliktlagen Studierender

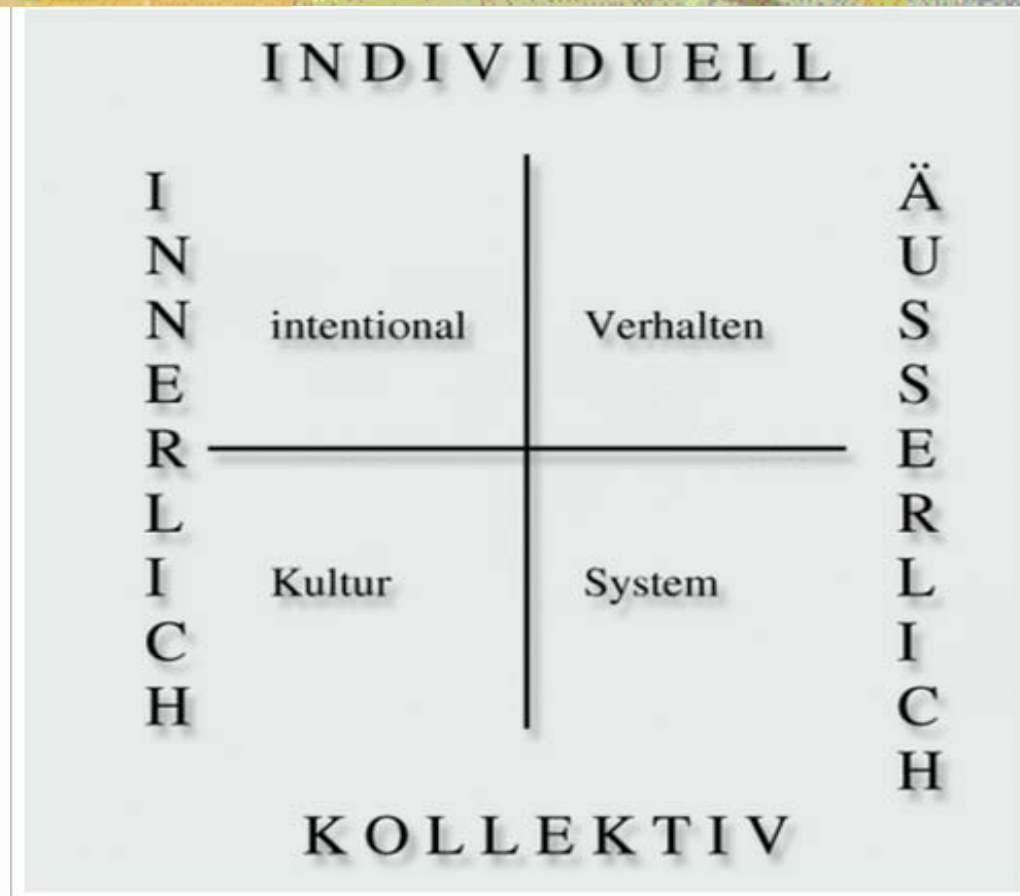
Studieneingangsphase





Konfliktlagen Studierender

- Insgesamt fühlen sich die BA-MA-Studierenden deutlich belastet
- Obgleich sie an ähnlichen Zielen festhalten wie die Studierenden früherer Jahrgänge
- Der Studieneingang scheint dabei in seiner Dreischrittigkeit von besonderer Bedeutung



Studierende zeigen in beiden Bereichen im Laufe des Studiums eine Bewegung hin zum Innerlichen



Konflikte & Entscheidungen

Reflexionsspanne in Prozessen der Entscheidung, der Orientierung und Integration kann graduell alle erdenklichen Weiten einnehmen

- Es müssen nicht immer ausgewachsene Konflikte und ihre Wahrnehmung sein, die diese Prozesse beeinflussen oder verhindern
- Es können auch ganz kleine Bewegungen sein




Konflikte & Entscheidungen

Manchmal sind sie kaum wahrnehmbar.

Manchmal gehen sie einher mit

- latenter Unruhe oder Anspannung,
- leichtem Druck oder Gereiztheit,
- Verunsicherung oder Sorge,
- Überforderungswahrnehmung...

Diese inneren Bewegungen beeinflussen graduell unterschiedlich die situative Wahrnehmung und Handlungsplanung.



Als **konflikthaft** werden sie aber manchmal erst wahrgenommen, wenn sie an externen Begebenheiten entfaltet werden, z. B. in einer Situation des **AKTIV-WERRDEN-MÜSSENS**, des **ENTSCHEIDEN-MÜSSENS**

■ in Prozessen

- des Wählens
- des Organisierens
- des Interagierens
- der verantwortlichen Gestaltung all dieser Prozesse

■ Studierende befinden sich in der Studieneingangsphase in ebensolcher Lage



Ausgangslage der Studierendenberatung

Grundlegend stellt sich für die Studierenden und deren beraterische Unterstützung die Frage:

- Wie kann man mit graduell unterschiedlich schwierigen Situationen umgehen?



Ausgangslage der Studierendenberatung

In schwierigen Situationen auftretende „innere Konflikte, Ängste, Ärger, Stress und Blockaden werden meist als nicht beeinflussbar erlebt, sondern eher als etwas, über das wir nicht verfügen können.

Unangenehme Gefühle stellen sich einfach ein, die Gedanken drehen sich im Kreis oder eine passende Reaktion fällt einem nicht ein“ (Wagner, Kosuch & Iwers-Stelljes in Druck).



Ausgangslage der Studierendenberatung

- Selbststeuerung scheint unmöglich
- Prozesse der inneren Selbstregulation können nicht aktiviert werden
- Der Handlungsspielraum ist eingeschränkt



Beratungsziel

- Erregungsabbau
- Abbau der Spannungen, welche die Selbstregulation verunmöglichen
- Wiederherstellung der Handlungs- und Entscheidungsfähigkeit
- Wiederherstellung von Gelassenheit

Beratungsziel

Gelassen

Gedanken: Wahrnehmen,
so sein lassen können

Gefühle:
besonnen

Alarmiert und angespannt

Gedanken:
Eingreifen, überschreiben,
blockieren
nicht sein lassen können

Gefühle:
überschwappend



Reflexion von inneren Konflikten:

- Kleine Übung
- Wie entstehen innere Konflikte?
- Warum entstehen innere Konflikte?
- Was bewirken sie?
- Übung
- Wie kann ich sie erkennen?
- Übung



Wertfreie achtsame Wahrnehmung meint, die Dinge so wahrzunehmen wie sie sind.

- Dies bezieht sich nach Dauber (2015) zunächst auf alle Sinne, Gedanken und Empfindungen
- Und im Weiteren auf innere Prozesse, auf äußere Prozesse in der Beobachterperspektive und innere Prozesse in der Beobachterperspektive
- Diesen Weg beschreiten wir mit dem Verfahren der Introvision



Eine kleine Übung:

- Lauschen Sie einmal hinein in den Klangteppich der Alltagssinfonie



Diese Wahrnehmung ist

- Konstatierendes, aufmerksameres Wahrnehmen
- Bewertungsfrei
- Fokussiert
- Nicht ausklammernd → weitgestellt




Ausgangspunkt der Entstehung innerer Konflikte
ist ein Zustand innerer Ruhe - eine glatte
Meeresoberfläche

- Ohne Verzerrung von Wahrnehmungen und inneren Bewegungen kognitiver oder emotionaler Art durch hemmende, blockierende, verzerrende Eingriffe

Wagner (2011) bezeichnet diese Kognitionen als epistemisch

(epistéme, griech. Wissen, Erkenntnis, Einsicht)

- 
- „Im Alltag sind epistemisch gültige Kognitionen im subjektiven Erleben gekennzeichnet durch das damit verbundene Gefühl von „So ist es“ – ein Gefühl des Konstatierens, feststellend, selbstverständlich, nüchtern, unspektakulär, sozusagen mit leiser innerer Stimme gesprochen“ (Wagner 2011, 59)
 - Diese Kognitionen können wahr, falsch oder als vielleicht wahr/falsch wahrgenommen und klassifiziert werden.

Entstehung der ersten Wellen



Abbildung aus: Wagner, 2011



Das Konstatieren hört auf durch

1. Erste auftretende Widersprüche

- Zwischen zwei Informationen
- Zwischen zwei Erwartungen (Du schaffst das schon! Belaste mich nicht mit deinen Nöten!)
- Zwischen zwei Handlungsoptionen (z. B. Wehre ich mich gegen Bologna? Gehe ich den konformen Weg?)

2. Inkongruente Kognitionen

- Z. B. Sollvorstellungen, die inkongruent mit den eigenen Bedürfnissen sind



Das Konstatieren hört auf durch

3. Unauflösbare Diskrepanzen zwischen Ist- und Soll-Kognitionen

- „Es läuft nicht so, wie es soll!“
- Hilflosigkeit oder Kontrollverlust

4. Leerstellen


- Keine Ahnung, wie es weitergeht

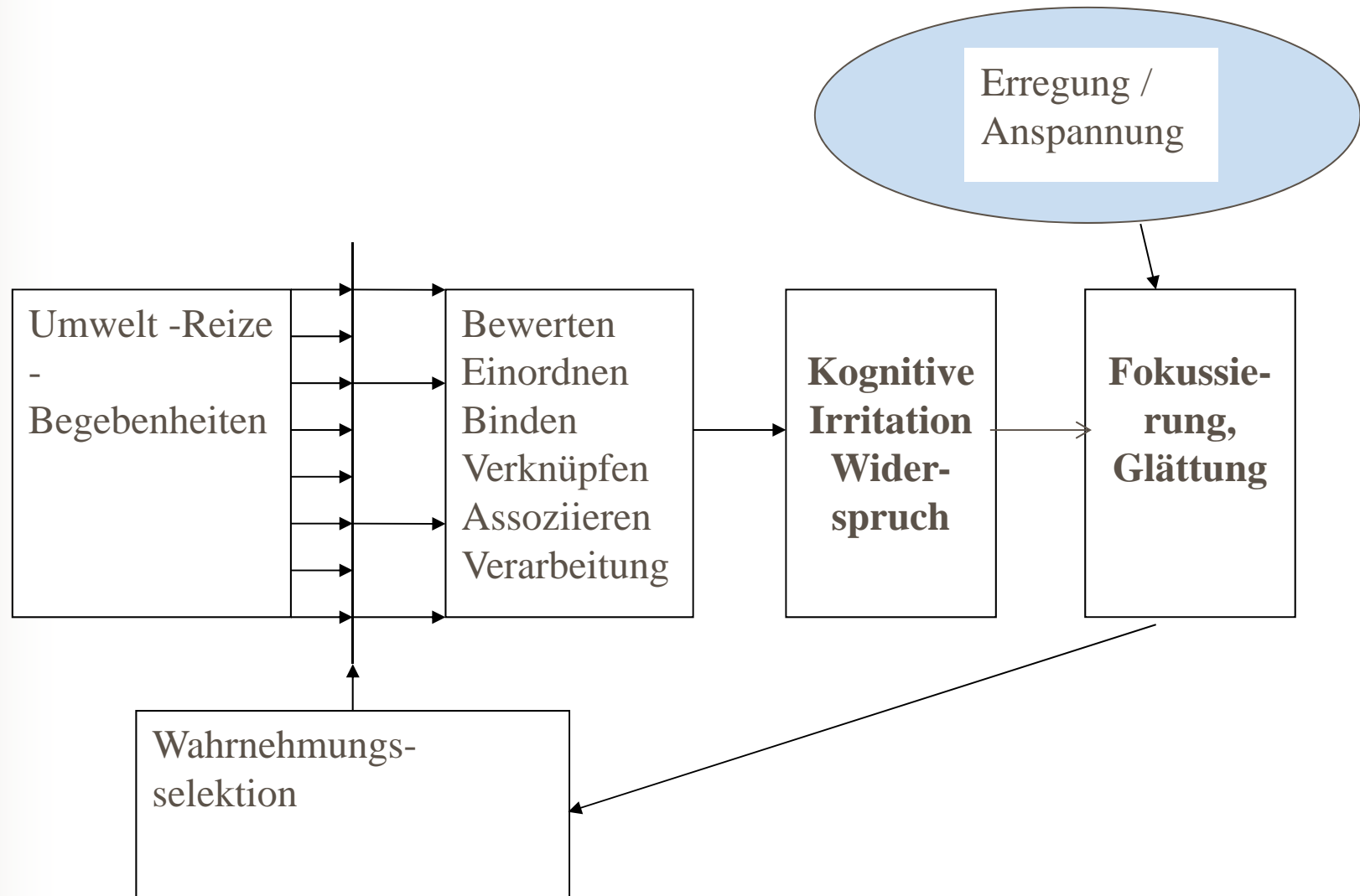


Durch diese inneren Spannungen kommt es zu einem Eingreifen in die bisher gelassenen Abläufe

- Innerhalb des Prozesses wird nun eine Kognition, die einen sicheren Ausgang anmuten lässt, hervorgehoben
- Durch Koppelung von physiologischer Erregung an diese Kognition

= Introferenz (introferre= hineintragen; vgl Wagner, 2011)

- 
- Diese eine Kognition wird dadurch dringlich hervorgehoben,
 - Emotional markiert
 - Und in der subjektiven Wahrnehmung vor andere gestellt
 - Es kommt zu Fokussierungen / Fixierungen auf bestimmte Inhalte
 - Und zunächst zu einer Glättung des Prozesses



Warum dieses introferente Eingreifen?

- Wenn ein Wahrnehmungsprozess stecken bleibt oder eine Information nicht einzuordnen ist (Leerstelle),
- eine Information mit bisherigen Wissensbeständen unvereinbar ist
- oder im Widerspruch mit den eigenen Bedürfnissen steht oder auch
- am Ende einer graduell sehr unterschiedlichen Skala, eine Kognition eine existentielle Bedrohung mit sich bringt ...



entstehen Ausblendungsversuche:

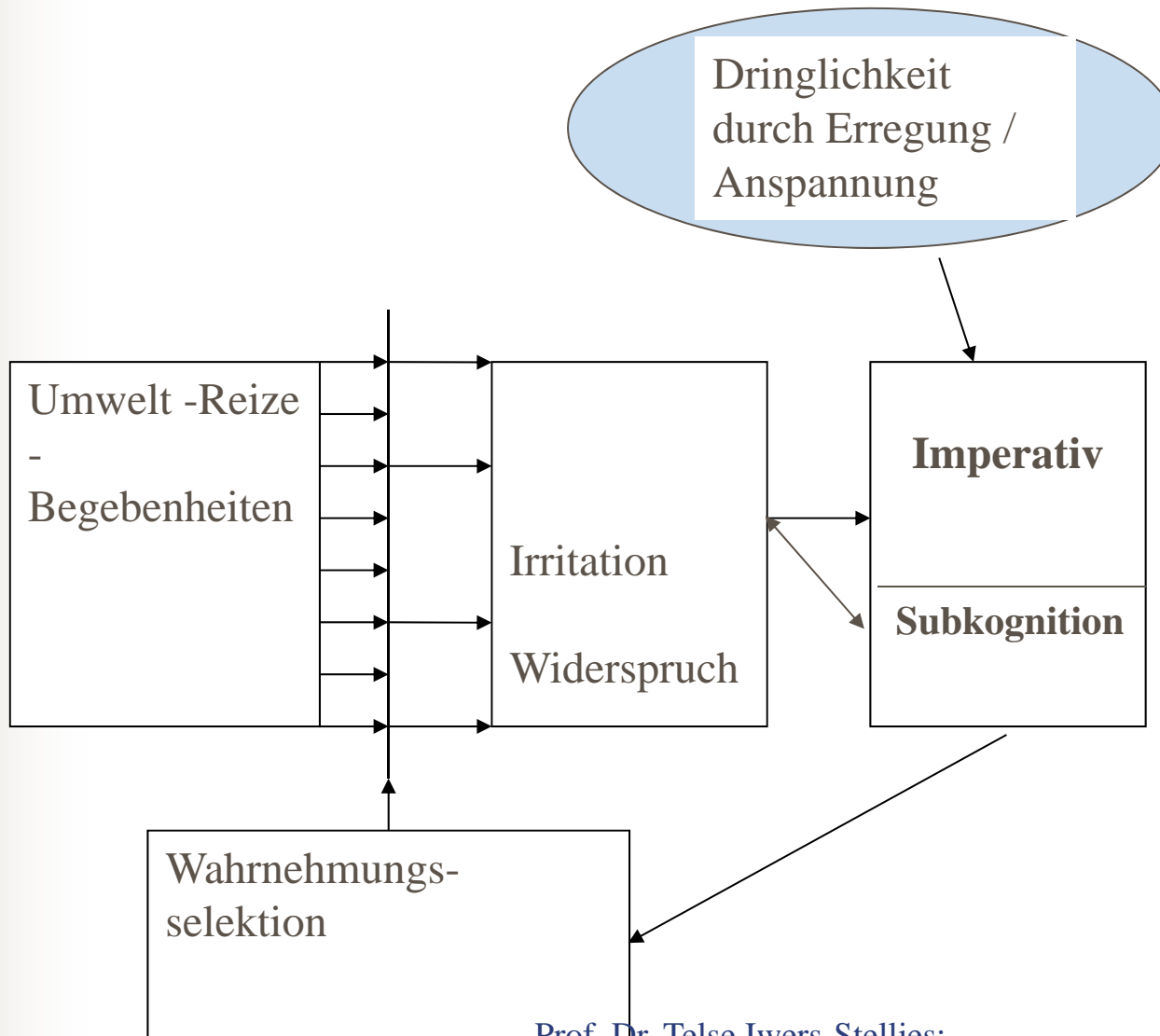
- Die irritierende Kognition wird ausgeblendet, blockiert, überschrieben von einer anderen Kognition.
- Damit die Überschreibende auch überliegend bleibt, wird ihr Dringlichkeit durch physiologische Reaktionsbindung beigemessen.
- Meist ist es eine Kognition (nahezu) gegenteiligen Inhalts.



Subjektive Imperative

- Entstehung eines „Muss-darf-nicht-Syndroms“ (Wagner, 2011)
- Entwicklung innerer Paradigmen, Gebote = imperativische Vorstellungen

→ Imperierung und Subkognition





Dieser Prozess bewirkt gedanklich

- Das Hervorheben von Kognitionen gegenüber anderen, die ausgeklammert werden müssen und eine Fixierung auf diese Kognitionen – das Muss-Darf-Nicht-Syndrom
- Die Wahrnehmung wird auf diese Kognition und auf das Einhalten deren Überlegenheit gelenkt
- Kognitive Kapazitäten zur Wahrnehmung weiterer Aspekte der Situation sind stark eingeschränkt




Dieser Prozess bewirkt emotional

- Zunehmende Erregung durch die an die durchzusetzende Kognition gebundene emotionale Markierung
- Die noch gesteigert wird, wenn die durchzusetzende Kognition in Frage gestellt wird, d. h. die mit dem Muss-darf-nicht-Syndrom verbundenen subjektiven Imperative gefährdet sind



Dieser Prozess bewirkt aktional

- Die Einengung des Verhaltensspielraumes, denn die Handlungen richten sich an den entstandenen Imperativen aus
- Zugleich können Handlungsfolgen, die zum Schutz der Imperative notwendig wären, manchmal nicht aktiviert werden

- 
- Dieser Prozess kann in vielen verschiedenen alltagsweltlich mehr oder weniger relevanten Situationen auftreten zwischen kaum wahrnehmbarer leichter Irritation hoch bedeutsamer Erregung.
 - Von einem inneren Konflikt sprechen wir innerhalb unserer Theorie dann, wenn die Verletzung des subjektiven Imperativs, d. h. das Hervorkommen der unterdrückten Gedanken und Gefühle passieren könnte oder sogar geschieht.



Insgesamt entsteht ein graduell unterschiedlich intensiv aufgeladenes Selbsterleben mit Aspekten von

- sich im Kreis bewegenden Gedanken
- erhöhter Erregung
- eingengter Situationswahrnehmung
- Handlungsverzögerungen oder sogar -abbrüchen



Introferentes Eingreifen verändert den Psychotonus.

1. Absolute innere Ruhe
2. Versunkenheit, Flow-Erleben
3. Beginnende Entspannung, Versenkung
4. Alltagswachbewusstsein
5. Anstrengung, Volition
6. Akuter Konflikt
7. Eskalierender akuter Konflikt

(vgl. Wagner, 2011)



Ein introferenter Prozess kann schon im
Alltäglichen stattfinden und dabei sehr kleine
innere Wellen bewegen

Übung:

- Kleine Reise auf dem Weg hierher
- Unterschiedliches Erleben – unterschiedlicher
Psychotonus



Subjektive Imperative: Erscheinungsformen und begleitende Aspekte

- Vernetzung
- Konfliktformen
- Konfliktumgehungsstrategien
- Sprachliche Indikatoren



Vernetzung

- Auf der Ausführungsebene beinhalten subjektive Imperative oft überschaubare Themenbereiche.
- Sie sind meist verbunden mit imperativischen Vorstellungen bedeutenderen Inhalts und
- können in Teilen bis hin zu subjektiven Katastrophenannahmen und dazugehörigen Kernimperativen führen.



```
graph TD; A[Ich muss einen angemessenen Weg gehen!]; A --- B[Ich muss meiner Gemeinschaft treu bleiben!]; A --- C[Ich darf nichts Eigenes wagen!]; A --- D[Ich muss integriert bleiben!]; A --- E[Ich darf nicht ausgeschlossen sein!]; A --- F[Es darf nicht sein, dass ich allein bin!];
```

Ich muss einen angemessenen Weg gehen!

Ich muss meiner Gemeinschaft treu bleiben!

Ich darf nichts Eigenes wagen!

Ich muss integriert bleiben!

Ich darf nicht ausgeschlossen sein!

Es darf nicht sein, dass ich allein bin!



Konfliktformen

- Realitätskonflikt: Widerspruch zwischen Erwartungen und Realität
- Entscheidungskonflikt: Zwei imperativische Vorstellungen konfliktieren miteinander
- Möglichkeitskonflikt: Widerspruch zwischen Erwartungen und Antizipationen
- Umsetzungskonflikt: Leerstellen
- Konflikt-Konflikt



Konfliktumgehungsstrategien

- Umgang mit dem Konflikt als Ganzen: Ignorieren, Abwerten, Bagatellisieren
- Emotionale Umgehungen: Sich selbst beruhigen oder auch sich beklagen
- Kognitive Umgehungsstrategien: Theoretisieren, Etikettieren, Realität umdeuten



Übung:

1. Wiederaufgreifen der Erinnerung auf dem Weg hierher
2. Standbild auf einen Erregungsanstieg
3. Inneres Suchen nach Imperativen, Netzen, Formen, KUS, inneren Konflikten



Regulation von inneren Konflikten:


- Wie kann ein innerer Konflikt beendet werden?
- Wie kann ein Imperativ aufgelöst werden?



Was also ist zu tun? Nichts.

d. h. nicht mehr introferent eingreifen, einzelne Kognitionen nicht mehr hervorheben gegen andere, keine Subkognitionen entstehen lassen

- Aber wie ist das Nichts zu erreichen?

- 
- Imperativische Vorstellungen können beendet werden, d. h. die introferenten Überschreibung von Subkognitionen wird beendet
 - indem die imperativische Vorstellung in einer konstatierenden Prozessreflexion analysiert wird und
 - die unterliegende Kognition aufmerksam konstatierend wahrgenommen wird.

→ Introvision



Kern der Introvision ist das KAW:

- Konstatierend
- Konstanter Fokus
- Aufmerksam
- Weitgestellt
- Kognition am Rande nicht aktiv ausblendend
- Wahrnehmend statt repetierend
- Aktive Suche nach Problemlösungen später



Der Ablauf einer Introvision

- **Phase 0 (Vorbereitung und Einstimmung)**
- Entspannung, Raum schaffen (durch KAW oder andere Entspannungsmethoden)
- **Phase 1: Den konfliktauslösenden Kern finden**
- Schritt 1: Durch Nachträgliches Lautes Denken die entscheidenden Konflikte aktivieren.
- Schritt 2: Die damit verbundenen „Muss-Darf-Nicht“-Vorstellungen erkennen (Imperative)
- Schritt 3: Den darin enthaltenen konfliktauslösenden Kern finden und konstatieren
- Schritt 4: Die Imperativkette bis zum Anfang zurückverfolgen




Der Ablauf einer Introvision

- Für alle 4 Schritte gilt
- kontinuierlich dazu beitragen, dass Konfliktumgehungsstrategien nicht zum Zuge kommen („abschneiden“, beenden)
- auftretende Überlegungen zur Problemlösung auf später vertagen
- **Phase 2: Den konfliktauslösenden Kern eine Weile lang aufmerksam konstatierend wahrnehmen**
- Schritt 5: KAW auf den konfliktauslösenden Kern anwenden
- Schritt 6: Nachklingen lassen
- Schritt 7: KAW-Aufgabe entwerfen



Auswirkungen der Introvision

- Die Wahrnehmung der Subkognition muss nicht mehr zwingend ausgeklammert werden.
- Der zugrunde liegende Konflikt, die Leerstelle, die Emotion darf sein.
- Die Möglichkeit einer Imperativverletzung besteht nicht mehr
- Die Dringlichkeit wird von der überliegenden Kognition abgekoppelt.

- 
- Es wird etwas nicht mehr getan
 - Was ist zu tun: ENDLICH NICHTS, um alles gewahr zu werden, was in der Situation ist
 - Dieses Gewährsein ermöglicht, alle mir bedeutsamen Aspekte, Bedürfnisse, Regungen in einem Entscheidungsprozess wahrzunehmen und abzuwägen




KAW: Ein Übungsprogramm, wie es die KlientInnen erlernen

- Konstatieren zunächst von Sinneseindrücken
- Weit- und Engstellen - Perspektivveränderung
- Weit gestellt mit konstantem Fokus -
- Konstatieren zunächst von inneren Wahrnehmungen
- Das Zentrum des Angenehmen bzw. des Unangenehmen



Weitere Schritte:

- Standbildtechnik einer konflikthaftern Situation, z. B. einer schwierigen Entscheidungssituation
- Introvision auf sichtbar werdende innere Konflikte

- 
- Aktuelle Forschungsergebnisse zeigen, dass die Verschränkung von KAW-Übungsprogrammen und anschließender Beratung sehr erfolgreich ist.
 - Damit werden innere Bewegungen des Festhaltens gelöst und innere Konflikte aufgelöst, zugleich aber auch eine Praxis der Achtsamkeitsförderung vermittelt

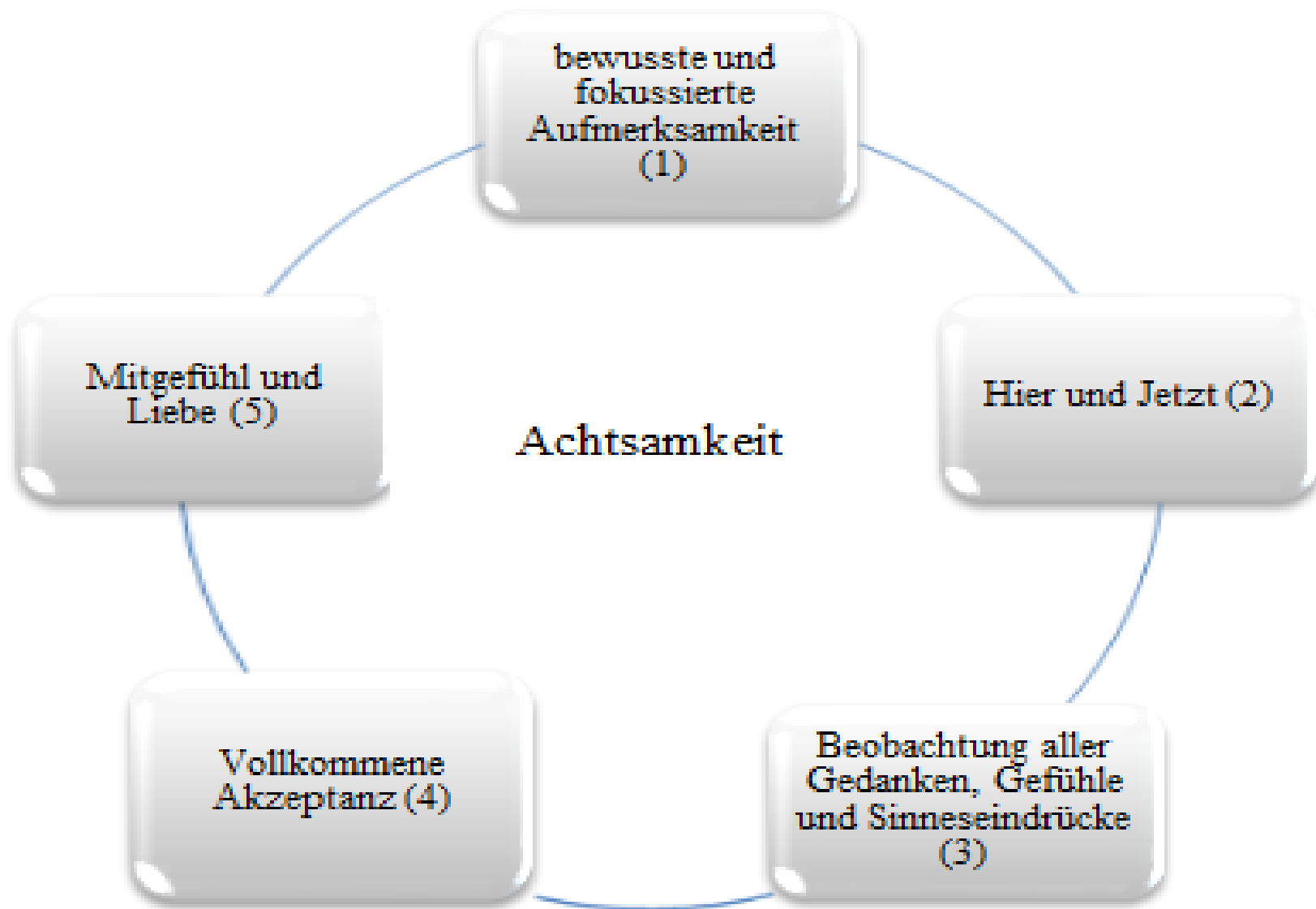
Introvision und Achtsamkeit & Intuition nach Dauber (2015)

Achtsamkeit - Erkenntnisgewinn

- Was sehe, höre, spüre ich, ohne es zu interpretieren?
- Was empfinde ich dabei?
- Was ist in diesem Kontext möglich und stimmig?
- Was sind meine Arbeitshypothesen, was habe ich übersehen?

Intuition – Entscheidungsfindung

- Was nehme ich wahr, ohne zu bewerten?
- Was davon kenne ich aus eigenen früheren Erfahrungen?
- Passen die Muster meiner inneren Verknüpfungen zu diesem Kontext?
- Loslassen des bewussten inneren Handlungsimpulse
- Welche spontane Entscheidung taucht auf?





Introvision und Achtsamkeit

- Bewusst fokussierte Aufmerksamkeit: KAW beginnt mit der Fokussierung auf alle am Konflikt beteiligten Wahrnehmungen, ohne Konzentrationsbewegungen, kein mutwilliges Ausklammern (weite und enge Aufmerksamkeit verfügbar haben = mittlerer Modus, Perls 1978)
- Hier und Jetzt: Bezug ist immer der aktuelle Bewusstseinsinhalt ebenso wie die Körperwahrnehmung
- Beobachtung aller Gedanken, Gefühle und Sinneseindrücke im Modus des Konstatierens
- Vollkommene Akzeptanz der inneren Prozesse
- Ermöglichung intensiver Gefühlswahrnehmung

Exemplarische Forschungsergebnisse

- Wirksamkeitsprüfungen haben wir z. B. vorgenommen
- Beim Abbau von Rede- und Prüfungsangst (Berckhan et al., 1993)
- Bei reaktiven Depressionen (Iwers-Stelljes, 1997)
- Bei der Reduktion von Schreibblockaden (Möller, 2008)
- Im beruflichen Aufstieg von Frauen (Wagner et al., 2013)

Exemplarische Forschungsergebnisse

- Viele Wirksamkeitsstudien bezogen sich auch auf den Zusammenhang von inneren Blockaden mit körperlichen Symptomen bzw. Beschwerden und deren Reduktion, z. B.
- Bei der Reduktion von Nackenverspannungen (Pereira Guedes, 2006)
- Bei der Reduktion von Tinnitus (Buth, 2008)
- Bei der Verbesserung von Hörfähigkeit bei Alters- und Lärmschwerhörigkeit (Buth, 2004; Wagner et al., 2005)



Introvision und Achtsamkeit

„Achtsamkeit beschreibt eine Haltung, in der die Aufmerksamkeit konsequent auf die Erfahrung des Augenblicks gerichtet wird. Der gegenwärtige Moment wird mit einer nicht wertenden, bewussten Aufmerksamkeit in seiner Vollständigkeit betrachtet. Alle aufkommenden Gedanken, Gefühle und körperlichen Empfindungen werden akzeptiert und dann losgelassen“ (Tammena & Iwers-Stelljes 2014 unter Bezug auf Michalak, Heidenreich & Williams, 2012, S. 6).



Achtsamkeitsdimensionen

Theoretische Untersuchungen von

- Buddhismus: gelenkte, ruhige Aufmerksamkeit auf alle äußeren und inneren Reize mit dem Ziel der die Entwicklung von Mitgefühl und die Überwindung des individuellen und gesellschaftlichen Leidens
- Christliche Mystik: Überwindung von Dualität; Meister Eckhardt: Gelassenheit führt zu einer inneren Distanz zu den eigenen Bestrebungen



Neue Entwicklungen in der Psychotherapie

- Anstatt negative Gedanken oder Selbstbilder zu analysieren, werden die Gedanken und Gedankenkonstrukte als solche erkannt und wertfrei bewusst wahrgenommen; sie verlieren dadurch an Bedeutung (vgl. Weiss & Harrer, 2010, S. 17). Die Beziehung zum Erlebten (z.B. zu negativen Emotionen) wird demnach verändert und nicht das Erlebte selbst.



Jon Kabat-Zinn (2008, 2009), Pionier der Achtsamkeitsintegration in die Psychotherapie

formulierte vor buddhistischem Hintergrund eine Definition von Achtsamkeit, die durch drei Merkmale gekennzeichnet ist:

- Die Aufmerksamkeitslenkung auf die Bewusstseinsinhalte des jetzigen Moments (1),
- das bewusste Zurückkommen in das Hier und Jetzt (2) und eine
- nicht wertende Haltung gegenüber den Bewusstseinsinhalten (3) und
- eine *„liebende und mitfühlende Komponente“* und ein *„Gefühl der offenherzigen, freundlichen Gegenwart und des Interesses“* (4) (Kabat-Zinn, 2009, S. 108).



Literatur:

- Bargel, T. ;Ramm, M. & Multrus F.(2005). Studiensituation und studentische Orientierungen 10. Studierendensurvey an Universitäten und Fachhochschulen. studiensituation_studentetische_orientierung_zehn (besucht am 31.8.2015)
- Bülow-Schramm, M. (1012). Vortrag gehalten auf der Konferenz: Zwischen Resignation und Revolte. Soziale Lage und politisches Bewusstsein von Studierenden. <https://www.youtube.com/watch?v=1A3NfzdPKAs>
- Iwers-Stelljes, T.A. (2008). Gelassen und handlungsfähig. Bad Heilbrunn: Klinkhardt.
- Kabat-Zinn, J. (2008). *Zur Besinnung kommen: Die Weisheit der Sinne und der Sinn der Achtsamkeit in einer aus den Fugen geratenen Welt*. Freiamt: Arbor Verlag.
- Kabat-Zinn, J. (2009). Achtsamkeitsbasierte Interventionen im Kontext: Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft. In Heidenreich, T.; Michalak, J. (Hrsg.), *Achtsamkeit und Akzeptanz in der Psychotherapie. Ein Handbuch*. (3. Auflage) (S. 103-139) Tübingen: dgvt Verlag.
- Michalak, J.; Heidenreich, T.; Williams, J. M. G. (2012). *Achtsamkeit*. Göttingen: Hogrefe Verlag.

Literatur:

- Perls, F. (1978). *Das Ich, der Hunger und die Aggression. Die Anfänge der Gestalttherapie*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Staemmler, F. (1999). Entdeckungen - Was es in einer Gestalttherapie zu lernen gibt Gestaltkritik, 2. url: http://www.gestalt.de/staemmler_entdeckungen.html
- Tammena, J. & Iwers-Stelljes, T.A. (in Vorb.). Achtsamkeit in der Beratung.
- Wagner, A.C. (2011). Gelassenheit durch Auflösung innerer Konflikte. Stuttgart: Kohlhammer.
- Weiss, H.; Harrer, M. E. (2010). Achtsamkeit in der Psychotherapie. Veränderung durch „Nicht-Verändern-Wollen“-ein Paradigmenwechsel? In: *Psychotherapeutenjournal* (1), 14-24.

Prüfungsangst – Erstgespräch und Erstintervention



03.09.2015 GIBeT-Tagung, Hamburg
Workshop mit Dr. Timo Nolle
Servicecenter Lehre
Universität Kassel

Prüfungsangst

Wie kommen Studierende in die Beratung?

- Misserfolgserlebnisse
- Erfolglose Versuche, das Problem selbst zu lösen
- Erklären sich den „doppelten“ Misserfolg meistens mit einem persönlichen Defizit →
- Anliegen: →



Selbstabwertung/Selbstzweifel/Druck
„Sie sollen das schaffen, was ich nicht geschafft habe!“

Ziele für ein Erstgespräch

- Pacing
- Anliegen und Auftrag klären (Worum geht's? Kann/will ich das leisten?)
- Druck raus nehmen bei Studierenden →
Selbstbeziehung verbessern
- Selbstreflexion anregen für
Interventionsansatz

GRMPFL Modell

- Es gibt eine Erklärung. Mein Gegenüber versteht mich.
- Ich bin gesund; mein Notfallsystem arbeitet zuverlässig.
- Ich bin nicht bescheuert, faul, undiszipliniert, dumm etc.
- Das, was ich tue, um mich selbst „abzuschalten“, kann ich positiv nutzen.
- Zusammenhänge verstehen vs. lineare, personenbezogenen Ursachenzuschreibung
- → Aufbau von Sicherheit und Selbstvertrauen durch selbstwertdienliches Lernen.

MDLPC

Mehrdimensionales Lern- und Prüfungscoaching

Kognitiv/Faktisch:

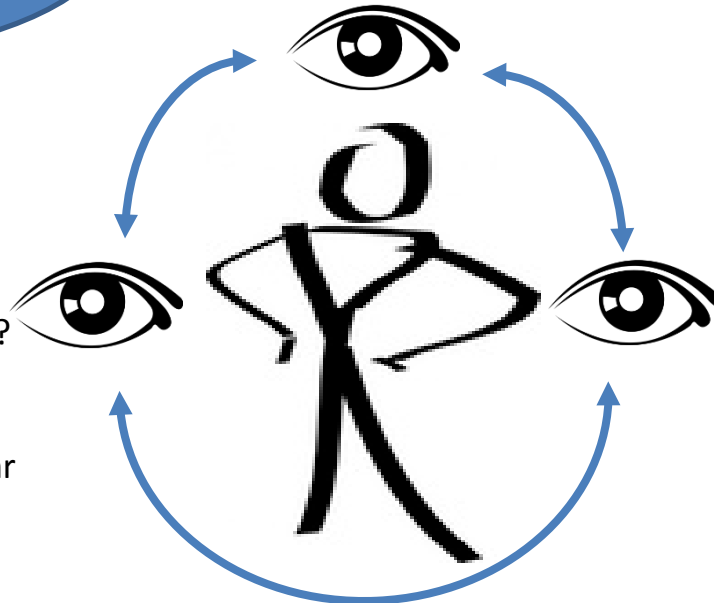
- Passt die Lerntechnik zum Inhalt?
- Fühlt sich die Person in dem Gebiet sicher?
- Hat die Person genug Zeit zum Lernen?

Lerntechnikanalyse,
Zeitplanung, Visualisierung
des Fortschritts, 3 Säulen
Modell

Anti-Blackout-Training,
Mental-Training, PEP,
EMDR, Selbstwerttraining

Emotional/Mental:

- Wie erlebt sich die Person in der Prüfung?
- Wie erlebt sich die Person beim Lernen?
- Kann die Person auf ihr Potential zugreifen?



Motivational/Bedürfnisse:

- Wofür will die Person studieren?
- Lohnt sich der Aufwand? (Kosten-Nutzen-Bilanz)
- Was ist die nächste Aufgabe nach der Prüfung? (Ambivalenzkonflikt?)
- Hat die Person die Erlaubnis für Erfolg? (Loyalitätskonflikt?)

ZRM, Ziel-Aufstellungen,
Praktika, Aufbau einer
anziehenden Vision

Fragen??

Anregungen??

Bemerkungen??

Kritik??

Dr. Timo Nolle

Universität Kassel

tnolle@uni-kassel.de

0561/804-3625

Anti-Blackout-Training (ABT)

**Schnellintervention bei
Prüfungsangst und Blackout**



03.09.2015 GIBeT-Tagung, Hamburg

Dr. Timo Nolle

Servicecenter Lehre

Universität Kassel

Prüfungsangst

Wie kommen Studierenden in die Beratung?

- „Zuhause konnte ich noch alles und in der Prüfung war alles weg.“
- „Ich war plötzlich nicht mehr ich selbst.“
- „Mein Therapeut hat mir gesagt, ich soll mehr an mich glauben. Aber die, an die ich geglaubt habe, die saß nicht in der Prüfung.“
- „... das war wie ein Tunnel... und dann war da nur noch der Gedanke: Das ist jetzt das Ende!“
- „... und dabei lerne ich jedes Mal vorher viel mehr als meine Kommilitonen und erkläre denen immer alles..... und in der Prüfung ist das dann futsch. ich kann wirklich nicht noch mehr lernen.“



Prüfungsangst

- Problem Trance!
- Können es sich nicht erklären - Hilflosigkeit
- Entweder-oder Zwickmühle: entweder ich bin sicher oder ich bin unsicher, ich habe darauf keinen Einfluss
- Versuchen erfolglos durch noch mehr Lernen das Problem zu lösen

MDLPC

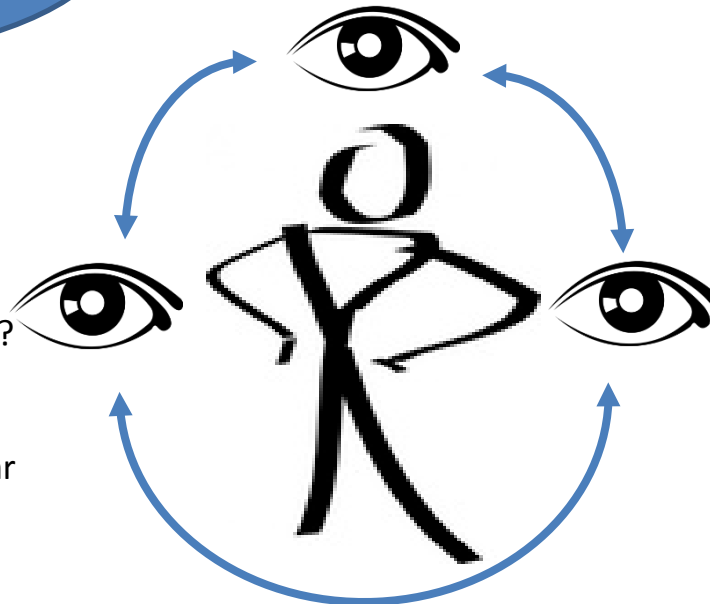
Mehrdimensionales Lern- und Prüfungscoaching

Anti-Blackout-Training,
Mental-Training, PEP,
EMDR, Selbstwerttraining

Emotional/Mental:

- Wie erlebt sich die Person in der **Prüfung**?
- Wie erlebt sich die Person beim **Lernen**?
- Kann die Person auf ihr Potential zugreifen?

Kognitiv/Faktisch



Motivational/Bedürfnisse

Voraussetzungen für Schnellintervention

- Kognitiver Bereich: Die Studierenden können den Inhalt für die Prüfung → mit ABT löst man keine Prüfungsaufgaben
- Motivationaler Bereich: keine motivationalen Lösungsblockaden im Hintergrund → Loyalitätskonflikte, ambivalente Studienwahlmotivation
- Generell bei Trance und Phantasiereisen: keine psychotischen Klienten (*„Entgleiten Ihnen manchmal Gedanken zu Angstgedanken oder negativen Phantasien, die Sie dann nicht mehr unter Kontrolle haben?“*)

Was ist ein Blackout?

- Ein unwillkürliches Erlebensmuster mit emotionalen, kognitiven und körperlichen Elementen
- Erleben = fokussierte Aufmerksamkeit
- Unwillkürlich = etwas passiert wie von selbst: Gedanken, Gefühle, Körperreaktionen
- Muster = verschiedene Elemente sind durch Wechselwirkung verbunden und beeinflussen sich.

Was passiert beim ABT?

- Dissoziation / Beobachten des Blackoutmusters
- Assoziation den Ressourcen des Idealmusters
- Verwandlung von entweder-oder in sowohl-als-auch (Gleichzeitigkeit)
- Somatische, kognitive und emotionale „Umlenkpunkte“ entdecken

ABT

Blackout

- In ein Loch verkriechen
- „Du bist Scheiße, dumm wie Bohnenstroh.“
- Ellenbogen auf Tisch
- Nach vorne gebeugt
- Kopf runter
- Atmung angehalten
- Blick durch Tisch hindurch
- Raum wird eng
- 12 Jahre alt



- Hoch auf uns
- Tiger auf Mauer
- Luft
- Mega Geil

„Die Mauer“

- 23 Jahre, Handballabwehr
- „Versuchs doch!“
- Es reicht, wenn ich alles gebe
- Mega Geil!
- Musik: Andreas Bourani - Auf uns
- Tiger
- Satt sitzen
- Aufrecht
- In den Bauch atmen
- Beine ausgestreckt
- Blick nach vorne
- 25 Jahre alt, verdiene eigenes Geld

Rezept: 1x tgl. und bei Bedarf

- Versenkung in den Blackout ca. 10 Sekunden
- Wechsel in den Idealzustand mit Hilfe der Umlenkpunkte
- Verstärken des Idealzustands, ca. 20 Sekunden

Vielen Dank für die Aufmerksamkeit

Dr. Timo Nolle

Universität Kassel

tnolle@uni-kassel.de

0561/804-3625

MANAGEMENTORS®

GIBeT Herbsttagung 2015

**Kleine Standortanalyse –
Inspirationen für einen stimmigen Weg zu sich selbst**

3. September 2015

INHALT

Einführung

Modelle und Theorien

Standortanalyse

Umsetzungsimpulse

Abschluss

INHALT

Einführung

Modelle und Theorien

Standortanalyse

Umsetzungsimpulse

Abschluss

BRAINSTORMING ZUR STANDORTANALYSE

Leitfragen:

- Was stelle ich mir unter einer Standortanalyse vor?
- Was können Anlässe oder Motive für eine Standortanalyse sein?
- Welche Wünsche, Erwartungen, Vorbehalte, Zweifel, Gedanken zur Standortanalyse habe ich?

GRÜNDE FÜR DEN DERZEITIGEN „STANDORTANALYSEN-BOOM“

- Luxus des Nachdenkenkönnens: freie Zeitkapazitäten vorhanden - anstatt 7-Tage-Arbeitswoche zur Sicherung des Überlebens
- Änderung unserer Lebensform: Kleinfamilien oder Singles anstatt Großfamilien; zusätzlich räumliche Trennung
- Religion: sie verliert als „Richtungsgeber“ an Bedeutung
- Virtuelle Welt und Informationsflut: Visualisierung der ganzen Welt vs. Orientierungslosigkeit
- Qual der Möglichkeiten: totale Freiheit vs. Qual der Möglichkeiten
- Lebensphasen: Durchdenken des eigenen Lebens und Daseins

INHALT

Einführung

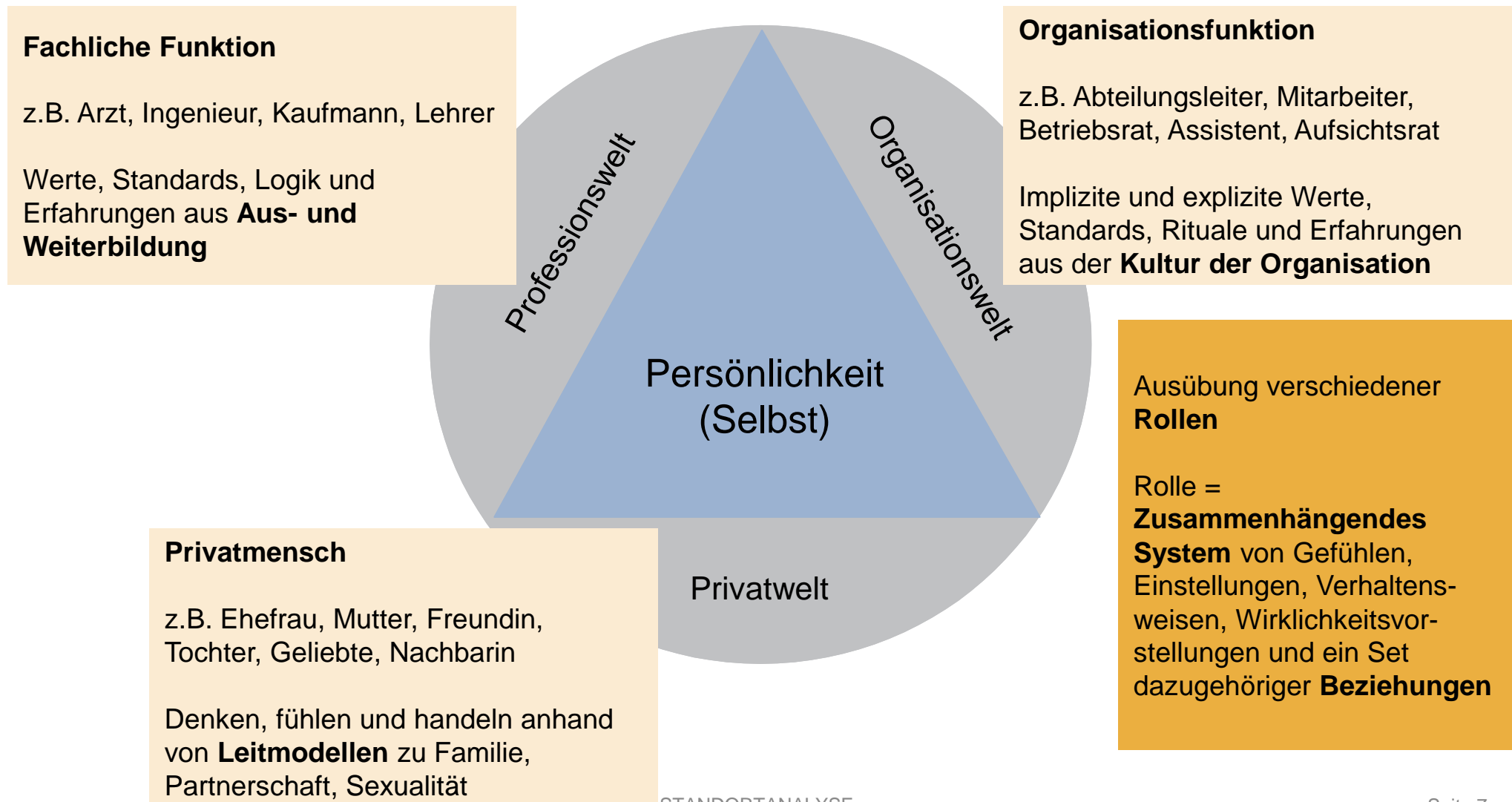
Modelle und Theorien

Standortanalyse

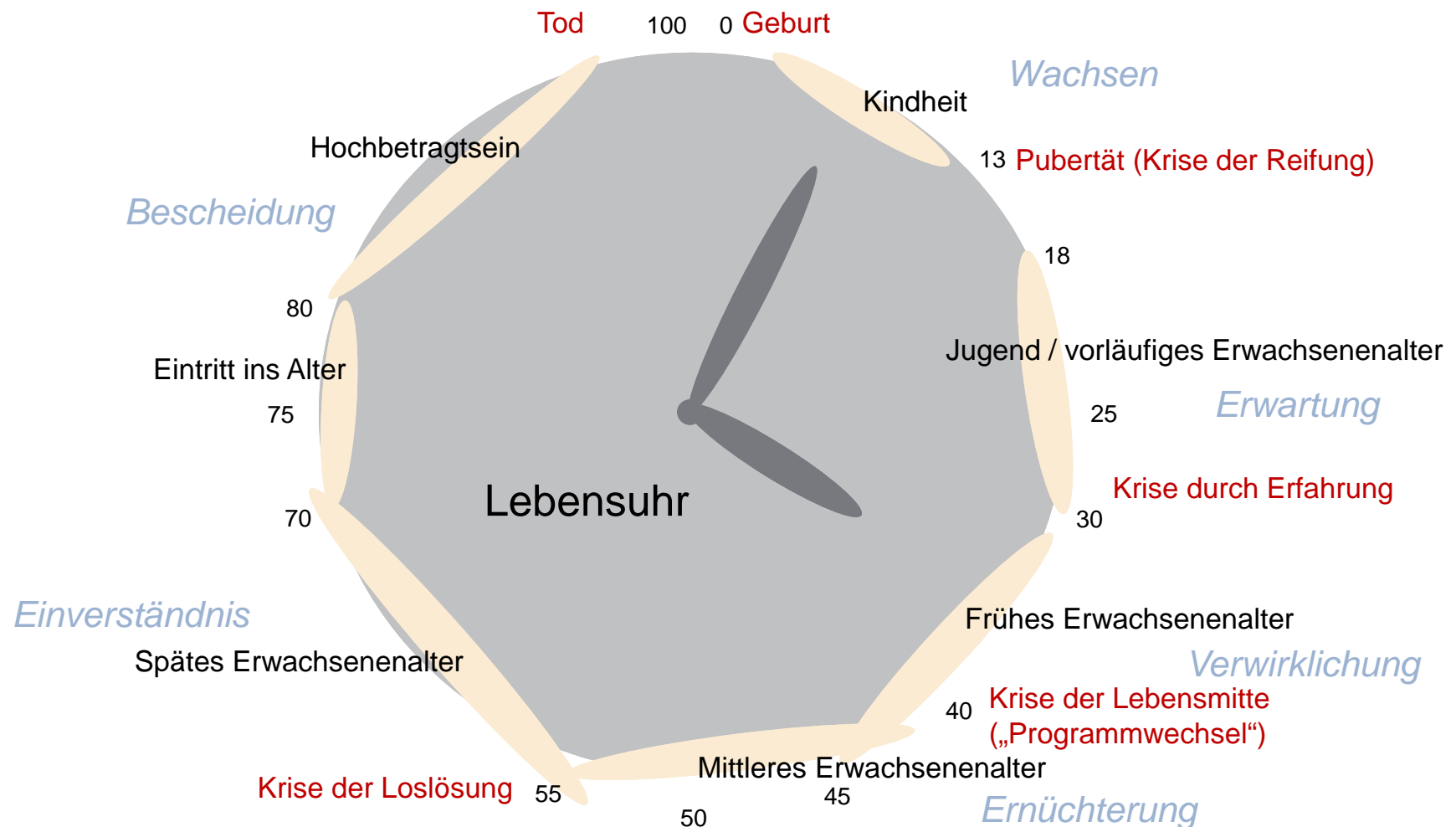
Umsetzungsimpulse

Abschluss

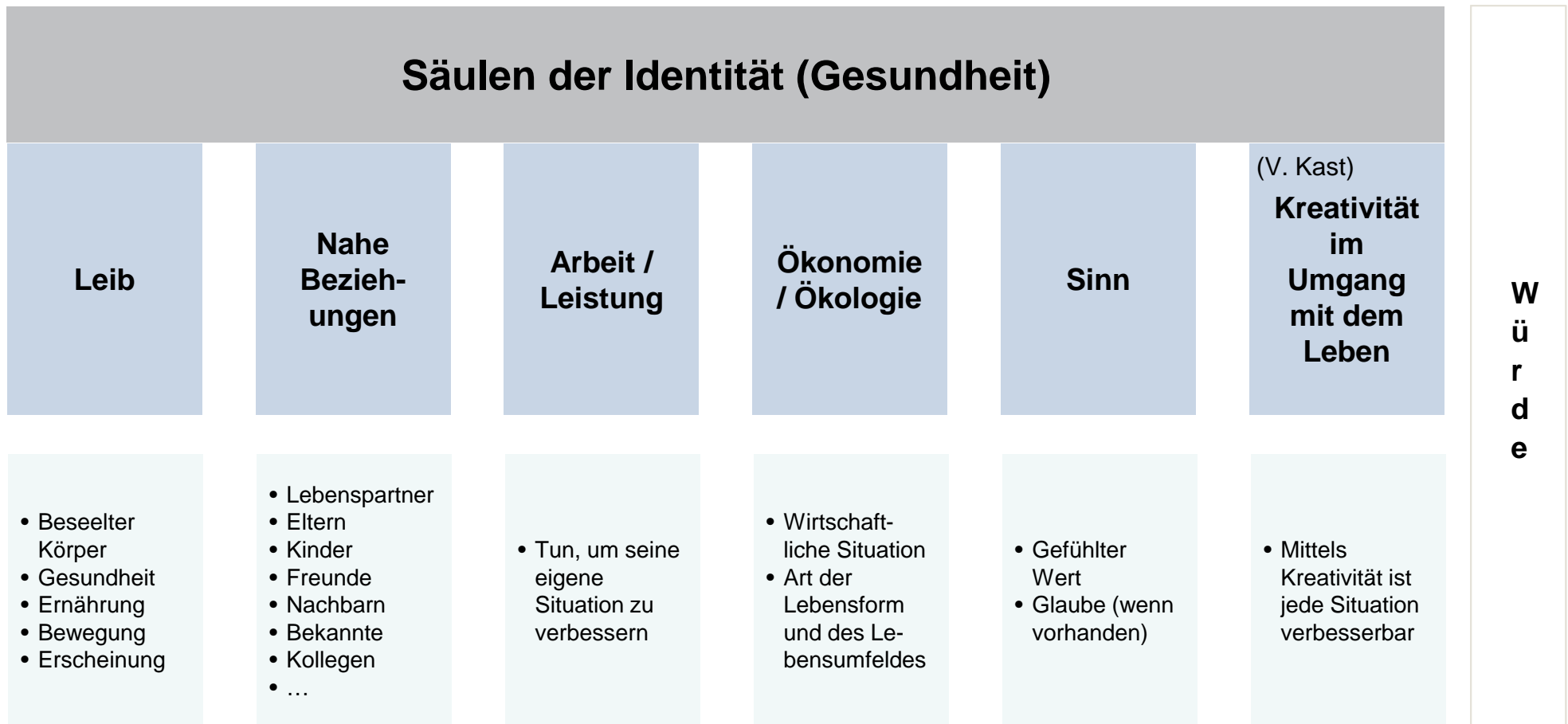
3-WELTEN-MODELL UNSERER PERSÖNLICHKEIT (nach Dr. Bernd Schmid)



LEBENSPHASEN UND IHRE *ENTWICKLUNGSTHEMEN* (nach Romano Guardini, Ingrid Riedel)



SÄULEN DER IDENTITÄT (nach Hilarion Petzold, Verena Kast)



INHALT

Einführung

Modelle und Theorien

Standortanalyse

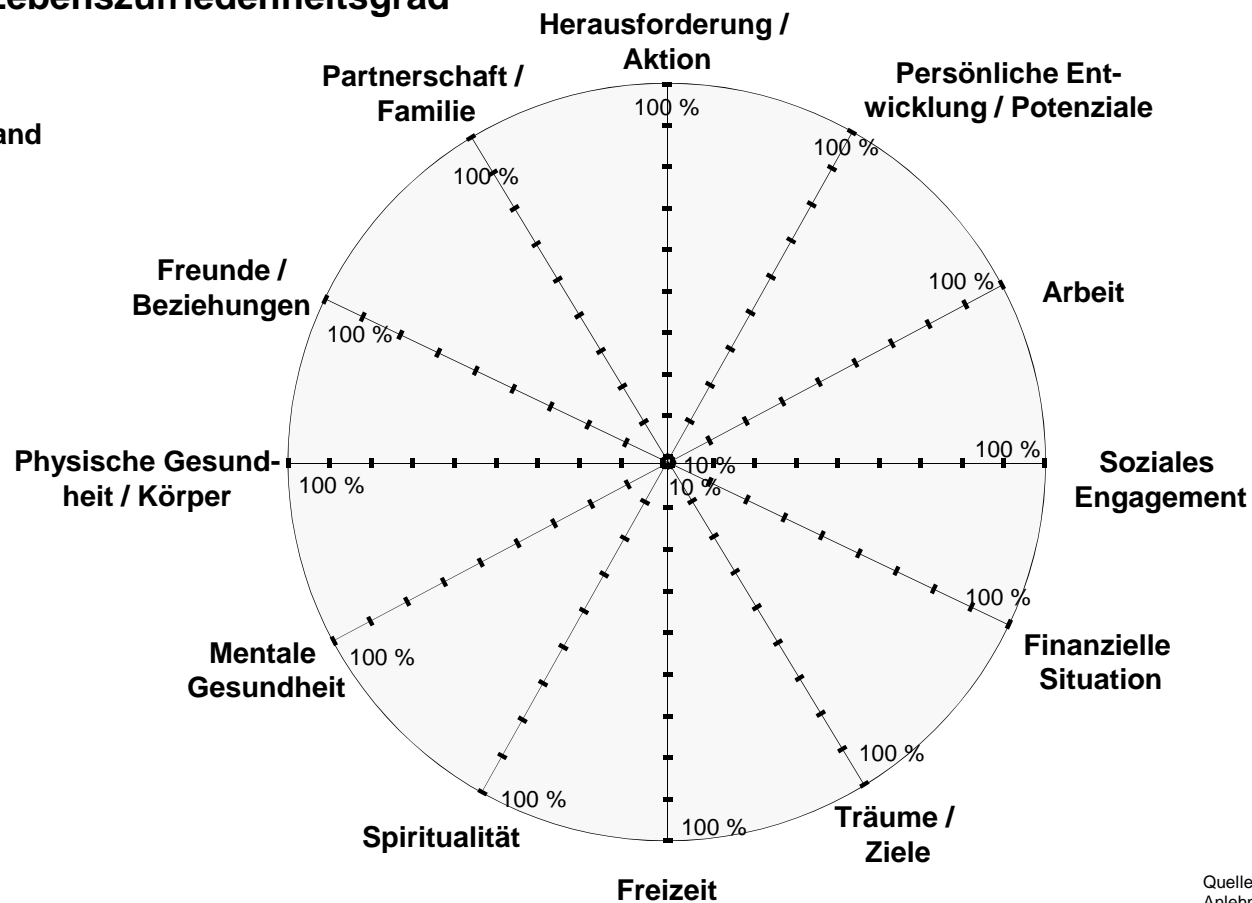
Umsetzungsimpulse

Abschluss

SPINNENNETZ – EINE BESTANDSAUFNAHME UNSERER LEBENSWELTEN

Persönlicher Lebenszufriedenheitsgrad

- ▲ Ist-Zustand
- Wunsch-Zustand



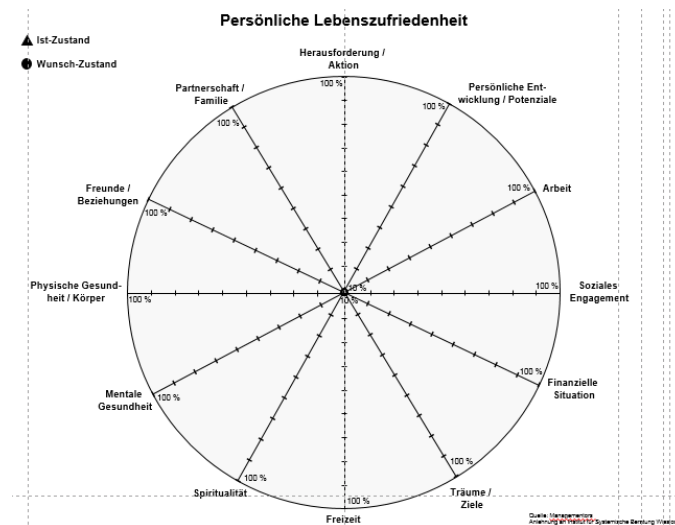
Quelle: Managementors
Anlehnung an Institut für Systemische Beratung Wiesloch

DIE DELTAS IN IHREM SPINNENNETZ

Leitfragen:

- Was möchte ich mit der Gruppe teilen?
- Wie sieht mein Spinnennetz aus?
- Welche großen Soll-Ist-Abweichungen (Deltas) gibt es in meinem Spinnennetz?
- Welche Gedanken habe ich zu dem Spinnennetz und den Deltas?

UMGANG MIT DEN DELTAS DES SPINNENNETZES



Träume

- **Realitäts-Check durchführen**
- **Eigene Lebensuhr erstellen**
- **Stehenlassen, verwerfen oder konkretisieren**



Visionen

- **Umsetzbarkeit und Umsetzungswillen überprüfen**
- **In konkrete Ziele überführen**



Ziele

- **Priorisierung vornehmen**
- **Unterscheidung in „große Ziele“ und „Alltagsziele“**
- **Zielumsetzung beginnen**
- **Zielerreichung überprüfen**

GROSSE ZIELE VS. ALLTAGSZIELE

Große Ziele

Bearbeitung von **Lebensbaustellen** (z.B. Job, Kinder, Familie, Immobilie)

- Ziele analysieren und konkretisieren: sind sie realisierbar und messbar? Was möchte ich erreichen? Was kann ich leisten? Welche Ressourcen stehen mir zur Verfügung?
- Unterscheidung und Priorisierung vornehmen: Was sind notwendige Ziele oder Veränderungen? Was sind wünschenswerte Ziele?
- Hindernisse identifizieren. Kann ich sie allein beseitigen? Welche Art von Hilfe benötige ich? Hilfe erbitten und annehmen.
- Ziele in realistische Einheiten unterteilen.
- In der eigenen Kraft bleiben und trotz anstrengender Phasen für Ausgleich sorgen.
- Soll-Ist-Abgleiche und ggf. Anpassung von Zielen vornehmen.

Alltagsziele

Glücklicher und zufriedener im **Alltag** sein (z.B. mehr Sport treiben oder mehr Glücksmomente mit dem Partner erleben)

- Hinterfragen: Wie kann ich es schaffen, mich in meinem Alltag wohler zu fühlen?
- Achtsam mit sich und seiner Umwelt umgehen: Was tut mir gut? Was tut unserer Beziehung gut? Wodurch erlebe ich kleine Glücksmomente?
- Hilfsmittel für die „Glücks-Identifikation“: z.B. 1-Satz-Tagebuch, Urlaubserlebnisse, Traumglas
- Immer auf der Suche bleiben
- Die Umsetzung von Alltagszielen gelingt nur durch die Veränderung von Routinen.

INHALT

Einführung

Modelle und Theorien

Standortanalyse

Umsetzungsimpulse

Abschluss

MÖGLICHE ZIELVERHINDERER: UNSERE INNEREN ANTREIBER (nach Kahler, Capers)

Sei perfekt!

Sei schnell!

Streng Dich an!

Mach es allen recht!

Sei stark!

- Innere Antreiber sind unbewusst ablaufende Skripte in unserem Kopf, die in der Kindheit entstanden sind und die wir oft bis ins hohe Alter befolgen.
- Jeder Mensch folgt einem oder mehreren inneren Antreibern. Die Intensitäten und Ausprägungen können unterschiedlich sein.
- Seien Sie sich Ihrer Antreiber bewusst.
- Hinterfragen Sie Ihre Antreiber, z.B.:
 - Warum sollten meine Antreiber für mich heute noch gültig sein?
 - Was würde passieren, wenn ich meinen Antreibern zu 100% folge? Was, wenn ich sie komplett abschaffen würde?
 - Wie verzerrt ein Antreiber meine gegenwärtige Wahrnehmung einer Situation?
- Antreiber lassen sich nicht „einfach ausschalten“, da sie mit einer emotionalen Bindung einhergehen (z.B. Bindung zu einer Bezugsperson). Der **Schlüssel** ist der Ersatz der Antreiber durch „**Erlauber**“.
- „Mit dem Abbau starker innerer Antreiber erlaube ich mir, ein bisschen mehr ich selbst zu sein.“ (nach Karl Kälin, Peter Müri)

BRAINSTORMING: DIE BESTEN STRATEGIEN UND ERFAHRUNGEN, UM EIN ZIEL ZU ERREICHEN



WIE MAN ES SCHAFFT, EIN ZIEL ZU ERREICHEN

Ziel visualisieren

- Sich das Ziel so konkret wie möglich vorstellen: Wie sieht es aus? Wie fühlt es sich an, wenn ich es erreicht habe? Detailgetreues Vorstellen fühlt sich an, wie fast schon erreicht. Das motiviert.

Realistische Teilziele

- Realistische Teilziele konkret benennen.
- Bei Erreichung eines Teilziels sich selbst belohnen.

„Hin zu“ anstatt „Weg von“

- Etwas Neues zu wollen, ist eine viel stärkere Triebfeder für unser Tun, als etwas Altes nicht mehr zu wollen.

Micro Actions

(nach Mary LoVerde)

- Sich nur einen lächerlich kleinen Teilschritt einer Aufgabe vorzunehmen, überlistet unser Gehirn und löst Blockaden. Oft schafft man dann ein wesentlich größeres Paket der Aufgabe von ganz allein.

Vertrag schließen

- Ein Vertrag mit sich selbst erzeugt mehr Verbindlichkeit.
- Eine regelmäßige Verabredung hilft, den inneren Schweinehund zu überwinden.

Ergebnisse Ihres Brainstormings

- Diskussion Ihrer besten Erfahrungen und Strategien.

LANGFRISTIGE STANDORTENTWICKLUNG: JÄHRLICHE LEBENSINVENTUR (I/II)

(nach Vera Birkenbihl)

1. Inventur zum Jahresende

(Durchführung z.B. in der Weihnachtswoche, dann 2-3 Wochen weglegen)

Nachdenken über mein derzeitiges Leben. Schnell und spontan notieren:

- Ziele und Prioritäten: Was sind meine derzeitigen Schwerpunkte? Vergleich mit den Notizen des Vorjahres. Nachdenken über Veränderungen.
- Lebens-Geschenke: Was sind meine Stärken? Nutze ich sie optimal und baue ich sie aus? Gebe ich der Welt etwas zurück, indem ich durch meine Stärken Anderen helfe?
- Erlebte Beziehungen: Gedanken an Menschen, die nicht mehr da sind. Erinnerung an sie, an gemeinsame Erlebnisse, an schöne Zeiten, an ihre Ratschläge.
- Aktuelle Beziehungen: Welche Beziehungen pflege ich derzeit intensiv (beruflich und privat)? Gibt es Spannungen, die ich gern bereinigen möchte? Respektiere ich Abweichungen von meinen Denkmustern? Gewinnt das Leben dieser Menschen durch ihre Beziehung zu mir?

2. Re-Inventur am Jahresanfang

Beantwortung aller Fragen noch einmal. Anschließend Vergleich mit den Ergebnissen aus Schritt 1:

- Identische/ähnliche Reaktionen bestätigen die Relevanz der Antwort.
- Bei Unterschieden hinterfragen: Ist eine der Antworten das Resultat einer bestimmten Stimmung oder bin ich in dem Punkt innerlich zerrissen?

LANGFRISTIGE STANDORTENTWICKLUNG: JÄHRLICHE LEBENSINVENTUR (II/II)

(nach Vera Birkenbihl)

2. Re-Inventur am Jahresanfang

(Fortsetzung)

In den nächsten drei Tagen je einmal die Notizen durchlesen:

- Notizen hinzufügen, Ergänzungen oder Streichungen vornehmen.

Erst nach den drei Tagen:

- Erarbeitung der finalen Fassung meiner derzeitigen Ziele und Prioritäten (Schritt 1, erste Frage) als Planung für das neue Jahr.

3. Oster-Check

Durchsicht der notierten Ziele und Prioritäten:

- Zustimmung: ich bin auf dem rechten Weg.
- Stutzig werden: Ungereimtheiten hinterfragen und bewusste neue Entscheidungen treffen.

INHALT

Einführung

Modelle und Theorien

Standortanalyse

Umsetzungsimpulse

Abschluss

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

HABEN SIE NOCH FRAGEN?



MANAGEMENTORS®

Müllenhoffweg 46b
D-22607 Hamburg

fon +49 40 530 234 02
fax +49 40 530 234 87

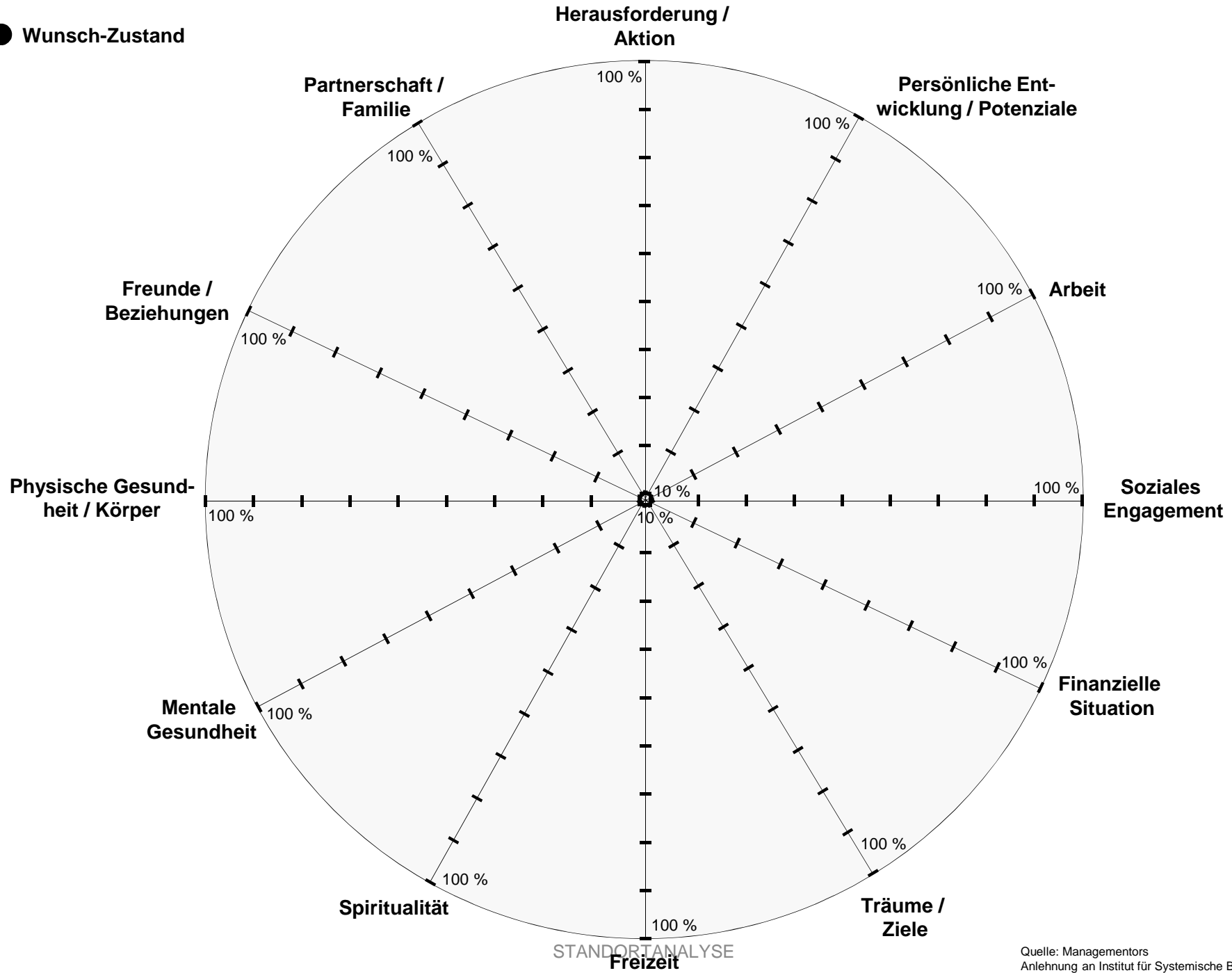
info@managementors.de

Dipl.-Ingenieurin
Andrea Mikoleit
Inhaberin

Persönliche Lebenszufriedenheit

▲ Ist-Zustand

● Wunsch-Zustand



Medien
in Offizi

→ gesamte Aktivität
→ Probleme für Schüler (Klassenarbeiten)
VRS
Schulbücher frei
Vollkommen

Verhalten
Pädagogisch

Leben
Spezieren

Altkonferenz
Klassenrat

ZK

Schüler
Isolation

Studienberatung ab
2-7 durch den
Lehrer oder
Themen haben

Wert von Bildung
Wert von Schularbeit
Wert von Schularbeit
Wert von Schularbeit
Wert von Schularbeit

in Schulle:
Was Schularbeit
Was Schularbeit
Was Schularbeit

Lehrerbildung
(6)
2.7 für spezial
and Lernen

Palastkammer

Chorale
Lieder
Lieder
Lieder

Welche Angebote
gibt es? Wie laden sie?
Welche Veränderungen
gibt es? Sind die
Lernknoten aktuell?

→ Präsident
Schüler
→ Schüler
→ Schüler
→ Schüler

Missverständnisse
zu sagen, weil die Schüler
und sprachliche Fähigkeiten
→ mehr von ihnen lernen
für Schülerinnen und
Lehrer

Studien-
entscheidung:
Sänger

in Brandenburg:
Netzwerke der Uni 2017
→ viel Schulen

(Abrechen) Weiber (neu)
Taus

BAMA
Übergang
[nicht nur
Kultur]

neu:

Parisives
Beitragen

(Uni) Lern
[nicht nur für
die Lehrerinnen
und die Lehrerinnen
[nicht nur für die
Lehrerinnen
Lehrerinnen]

in neue
Lernprozesse
einbringen

Albrecht
(Lernschwierig)
Viel mehr
Gehalt:
mit 1HK für Republik
[nicht nur für
Republik
Republik]

BEST* BW
Schullehrer + Lehrer
Schüler (= Weibler)
funktioniert jetzt
*Arbeits-Studienministerium

Hochschul-
didaktik
[ist das der
Schüler in der
Schule?]

Veränderungen
für Schüler + Lehrerinnen
(und Lehrerinnen)
[nicht nur für
Lehrerinnen]

Fachlehrer

HrG / prüfungsrechtliche Vorgaben

Fürpflicht - Bearbeitung

Rolle Führungsverantwortlicher

Motivation

Prüfungsausschuss

Feedbackbogen

Statistische Erfassung

Tag der offenen Tür
↳ "Menschentour"

psychologische Coaching oder Beratung

Nachfragen nach individueller Beratung gestiegen

"Lebender Versuch"

Studieneabschluss zu Komplex für Gruppe?

Themen aus der Praxis

↳ + Entwicklungen aus der Wiss.

FO und stabile mit Fachbereichen mit ASTA und Fachschaften

Welchen Bedarf gibt es seitens der Studierenden? Wie wird er erhoben? Welche Pläne gibt es, dem Bedarf zurechnungsgemäß nachzukommen?

Gleich Attraktivität

Stress

Rückkopplung durch Prüfungsämter und Fachdozententeams

Übungsleiter der Angewandten jeder Semester

Person like Fremdberg
Fremdberg oder System (Was?)
Kette
Fremdberg oder das was vorher

Keine Teilungsgeld
A Punkt hat -10- e Funktion Markt
mit Umverteilung

Produktentwicklung

Leistung
Leistung

Teilschuldensicherung
auf Karte

→ Erfolgsfaktoren

Keine Leistungs-
punktvergabe, weil
nicht möglich →
siehe

Netzwerk
"Studienabschluss
Lernen lernen"

178 Stk
Informationen, 1/4 zu Seminar
15 Stk
wird nicht in 271 Stk
15 Stk

Wie läuft die
Seminarorganisation
ab? Wie geht ihr
mit Problemen
um?

Teilnahmeplätze von
10-15 e die Seminar (1/4)
→ Teilnehmende die Organisation

Schulung/Veranstaltung
Zweck
→ differenzierte Angebote
→ Anpassung - Kooperation - Kommunikation


Interdisziplinäres
Hilfsmittel
→ Suche nach weiteren
Mitteln

Anmeldung im
Lehrerfortbildungszentrum



Universität Hamburg

DER FORSCHUNG | DER LEHRE | DER BILDUNG



Online-Kommunikation als best practice in der schriftlichen Beratung von Studieninteressierten und Studierenden

Ronald Hoffmann / Dr. Birte Schelling

Zentrale Studienberatung und Psychologische Beratung – Universität Hamburg



Programm des Workshops

- Beobachtung und Konzeptarbeit: Schritte zur Online-Beratung in der Zentralen Studienberatung der Universität Hamburg
- Ein Vorreiter: daslehramtsblog
- Effekte und Erfolge: Das CampusCenter Forum
- Das Kleingedruckte und der Alltag: Bedingungen der Einführung des Forums und Arbeit im Forum
- Die Zukunft: Herausforderung „Dezentrale“



Beobachtung und Konzeptarbeit: Schritte zur Online-Beratung in der Zentralen Studienberatung der Universität Hamburg

Wir platzen aus allen Nähten:

Steigerungen in der Mailberatung der Zentralen Studienberatung:

- 2010 - 2011 : 3019 - 3981 : +32%
- 2011 - 2012 : 3981 - 6292 : +58%
- 2012 - 2013 : 6292 - 8364 : +33%
- 2013 - 2014 : 8364 - 13167 : +57%



Beobachtung und Konzeptarbeit: Schritte zur Online-Beratung in der Zentralen Studienberatung der Universität Hamburg

- Technische Voraussetzungen
- Fast flächendeckende Verbreitung und permanente Verfügbarkeit von Smartphones bzw. PCs – 24 Stunden geöffnet
- Hoher individueller Druck/Kundenmentalität/Universität als Dienstleister
- (Fehl)informationen und Gerüchte in sozialen Netzwerken
- Unterschiede zwischen verschiedenen Bundesländern und Hochschulen
- Verunsicherung durch Komplexität des Systems Universität
 - Auf Seite der Ratsuchenden
 - Auf Ratgeberseite („3 Personen = 3 Antworten“)



Beobachtung und Konzeptarbeit: Schritte zur Online-Beratung in der Zentralen Studienberatung der Universität Hamburg

Verschiedene Player ohne institutionalisierten Austausch:

- Zentrale Studienberatung
- Team Bewerbung und Zulassung
- Team Studierendenangelegenheiten
- Studienfachberatungen/Studienbüros



Beobachtung und Konzeptarbeit: Schritte zur Online-Beratung in der Zentralen Studienberatung der Universität Hamburg

Idee: Forum

- Mitlesen ermöglichen
- „Disziplinierung“ von Anfragenden durch Öffentlichkeit
- Community als Co-Berater
- Studentische Angestellte als „Guides“ im Forum
- Ausschließlich individuelle/persönliche Anfragen per Mail



Ein Vorreiter: daslehramtsblog

- Hintergrund: Komplexität und Dezentralität des Hamburger Lehramtsstudiums (25 Unterrichtsfächer, 10 Berufliche Fachrichtungen und 7 Förderschwerpunkte an 5 Fakultäten der UHH und 4 weiteren Hamburger Hochschulen)
- Keine übergeordnete Anlaufstelle für alle Themenbereiche des Lehramtsstudiums
- Information: Infoportal Lehramt (www.lehramt.uni-hamburg.de) /Netzwerk Lehramt
- Beratung: daslehramtsblog (www.daslehramtsblog.uni-hamburg.de): Kommunikationskanal des Infoportals Lehramt, zentrale digitale Anlaufstelle

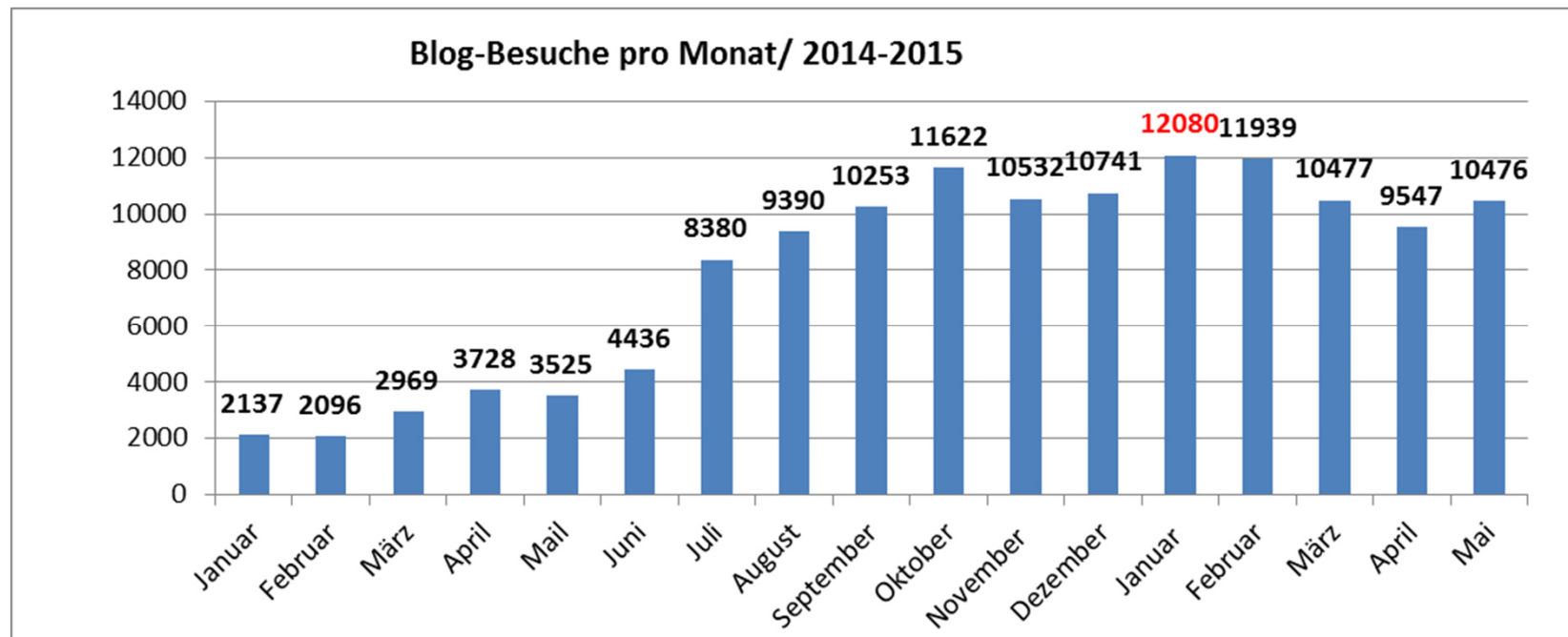


Ein Vorreiter: daslehramtsblog

- Peer-to-Peer-Ansatz: Beantwortung von Fragen erfolgt durch 3 Lehramtsstudierende, die von einer hauptamtlichen Mitarbeiterin betreut und geschult werden
- Online-Kommunikation im Hintergrund des Blogs (Skype)
- Komplexe, fachspezifische oder strittige Fragen: Aktivierung des Netzwerks
- Schulungskonzept: „Betreutes Antworten“



Ein Vorreiter: daslehramtsblog



Quelle: <https://ganymed.rz.uni-hamburg.de/www/index.html>



Effekte und Erfolge: Das CampusCenter Forum

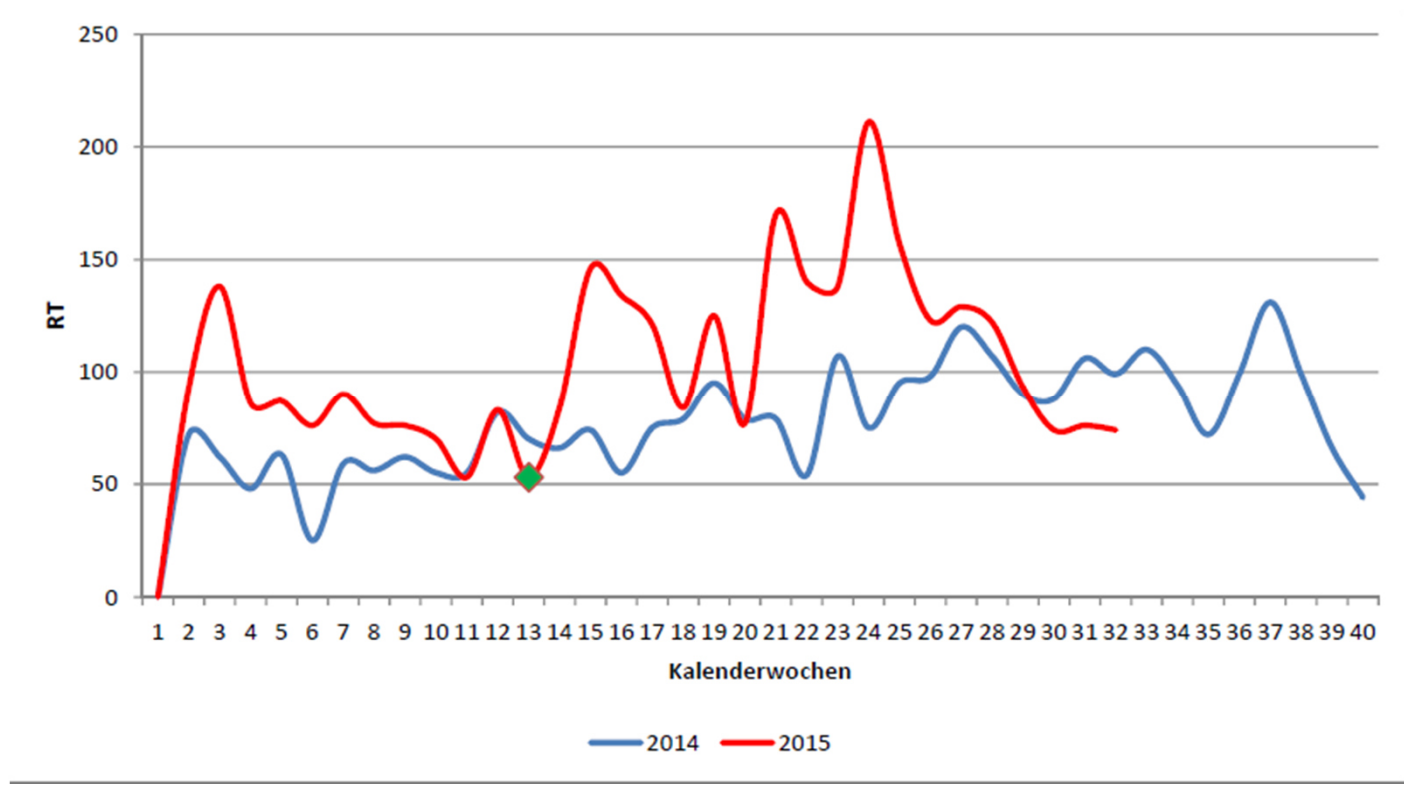
Changemanagement statt Akzeptanzmanagement:

- Intensive Auseinandersetzung mit den bestehenden Arbeitsabläufen
- Hohes Engagement auf Seite der Mitarbeiter*innen
- Besorgnis um Sichtbarkeit
- Qualitätskontrolle? Qualitätssicherung!
- Diskussion um Fehlerkultur

- Unterstützung und Rückhalt von Vorgesetzten und Präsidium

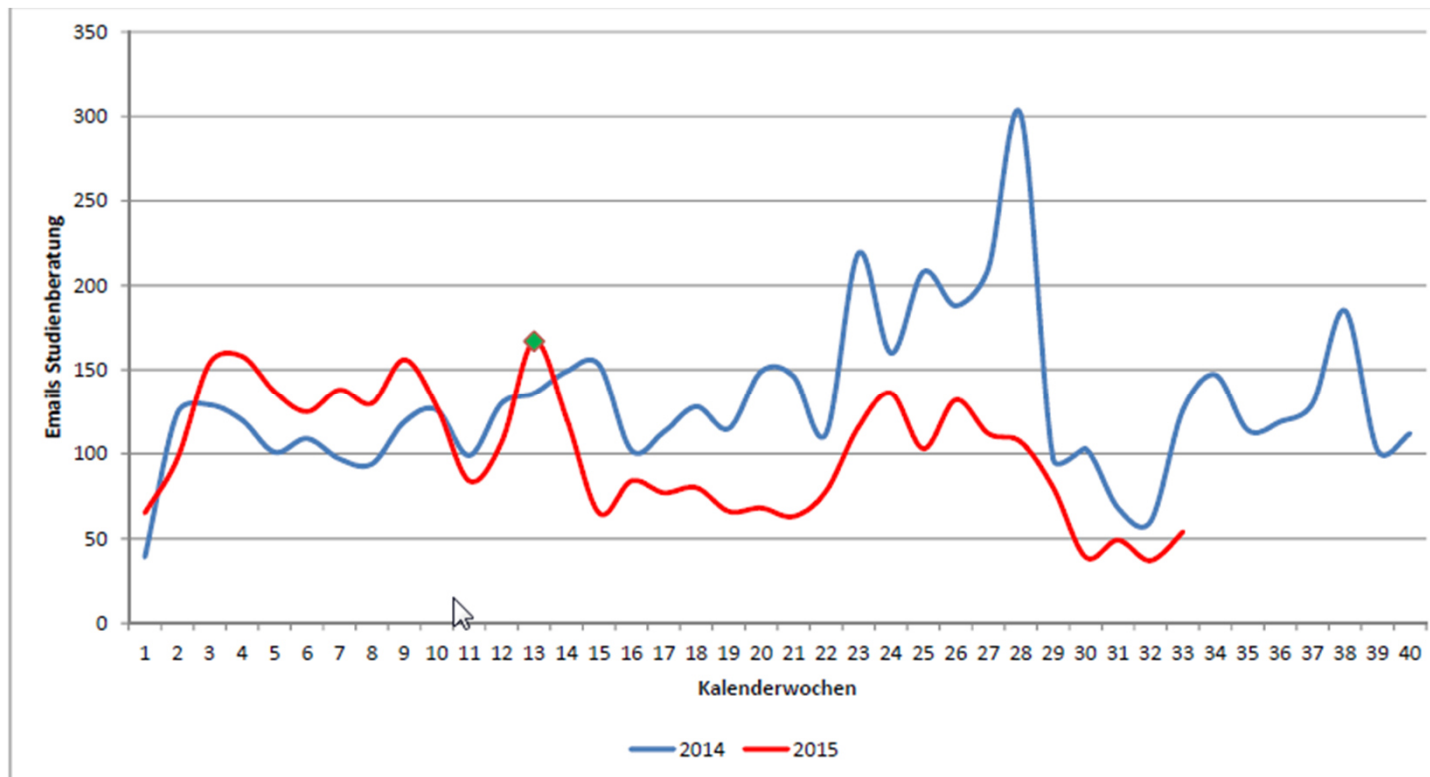


Effekte und Erfolge: Das CampusCenter Forum





Effekte und Erfolge: Das CampusCenter Forum





Das Kleingedruckte und der Alltag: Bedingungen der Einführung des Forums und Arbeit im Forum

Technische Bedingungen und Webkonzept

- Technische Grundlage: Plattform Wordpress mit über ein Plugin eingebundener Forumssoftware phpBB (Open Source)
- Webkonzept Campus Center-Seiten: „Support- und Service-Site“, d.h. Ziel ist es, dem „Kunden“ die benötigte Information schnellstmöglich anzubieten und wenig Nachfragen zu generieren
- Nutzersteuerung über zentrale Kontaktseite: <http://www.uni-hamburg.de/campuscenter/beratung/kontakt.html>
- Achtung: „Falle“ Google



Das Kleingedruckte und der Alltag: Bedingungen der Einführung des Forums und Arbeit im Forum

Rechtliche Bedingungen

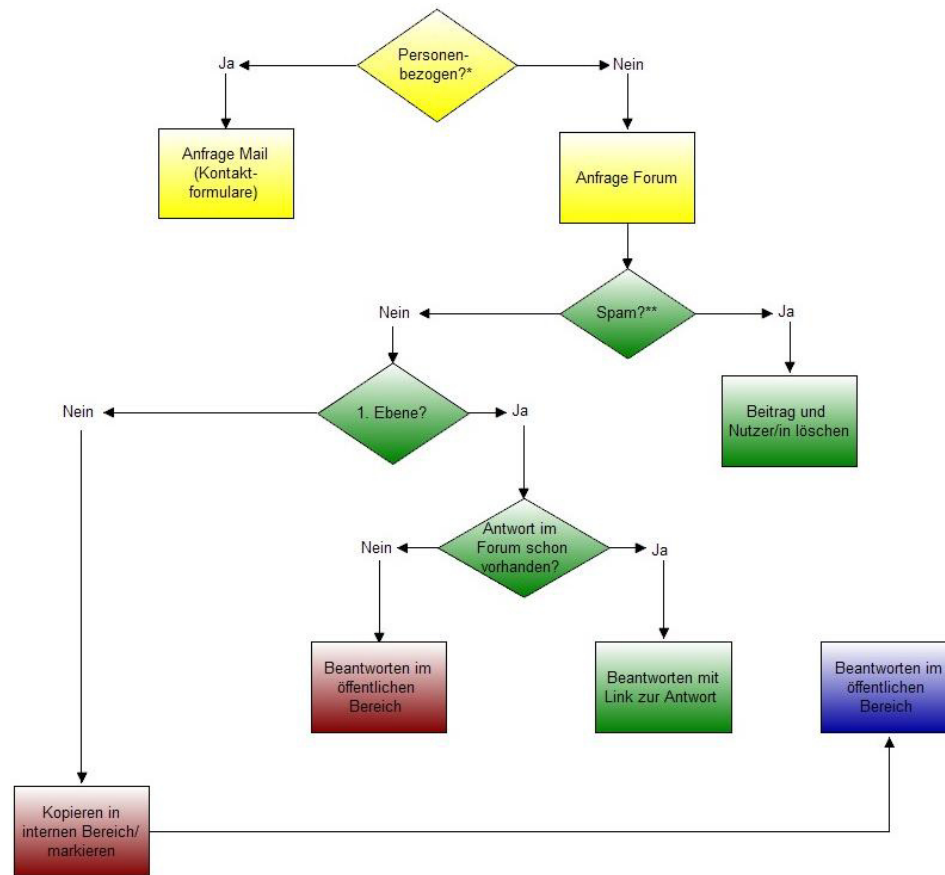
- Datenschutz: Verfahrensbeschreibung nötig!
- Nutzungsbedingungen und Datenschutzrichtlinie:
<https://www.cc-forum.uni-hamburg.de/ueber-das-forum/>
- Mitbestimmung der Personalräte



Das Kleingedruckte und der Alltag: Bedingungen der Einführung des Forums und Arbeit im Forum

Aufbau des Forums und Workflow im Forum

- Aufbau des Forums: www.cc-forum.uni-hamburg.de
- Kooperation Zentrale Studienberatung und Service für Studierende (Team Bewerbung und Zulassung und Team Studierendenangelegenheiten)
- Technischer Support und Struktur: Studentische Angestellte
- Beantwortung von Fragen: 1. und 2. Ebene



- Gelb: Anfragende
- Grün: 1. Ebene Studentische Mitarbeiter/innen
- Rot: 1. Ebene nichtstudentische Mitarbeiter/innen
- Blau: 2. Ebene



Das Kleingedruckte und der Alltag: Bedingungen der Einführung des Forums und Arbeit im Forum

Information und Beratung im CampusCenter Forum

- Einführung und Schulung: Handbuch und Beantwortungsleitfaden
- Arbeit in der Internetöffentlichkeit
- Umgang mit Fehlern



Das Kleingedruckte und der Alltag: Bedingungen der Einführung des Forums und Arbeit im Forum

Information und Beratung im CampusCenter Forum - Beispiele

- Bekanntmachungen: <https://www.cc-forum.uni-hamburg.de/forum/viewforum.php?f=5>
- Einfache Fragen: <https://www.cc-forum.uni-hamburg.de/forum/viewtopic.php?f=5&t=548>
- Rückfragen nach Lesen einer Antwort: <https://www.cc-forum.uni-hamburg.de/forum/viewtopic.php?f=5&t=398>
- Die Geister, die ich rief: <https://www.cc-forum.uni-hamburg.de/forum/viewtopic.php?f=6&t=312>



Das Kleingedruckte und der Alltag: Bedingungen der Einführung des Forums und Arbeit im Forum

Information und Beratung im CampusCenter Forum - Beispiele

- Fehlerbehebung hinter den Kulissen: <https://www.cc-forum.uni-hamburg.de/forum/viewtopic.php?f=49&t=560>
- Rückmeldungen:

<https://www.cc-forum.uni-hamburg.de/forum/viewtopic.php?f=26&t=427>

<https://www.cc-forum.uni-hamburg.de/forum/viewtopic.php?f=6&t=781#p1968>



Die Zukunft: Herausforderung „Dezentrale“

- Ausbau bestehender Netzwerke: Kooperation Zentrale Studienberatung – Service für Studierende, Beratungsnetzwerk Lehramt
- Kooperation mit Studienbüros/Studienkoordination hinsichtlich ausgewählter Themenbereiche, z.B. Bewerbung für Masterstudiengänge

Sinn und Unsinn von OSAs (online self-assessments)

- hilfreich in der Beratung?
- nutzt die Zielgruppe sie?
- wie viele OSAs braucht es?
- Studienorientierungshilfe oder Marketing?

Hilfreich = JA

① Zielgruppe = unterschiedliche Nutzung, je nach
Anliegen

② Hilfreich = Nein, nur fachspezifisch

③ Hilfreich nur in Kombination mit weiteren Elementen

Skepsis bei Schüler/innen / schlechte Erfahrungen
BUNDE/BR

Fachtests (Mathe) z. Zwecke d. Marketings

④ Studienorientierungshilfe!

Nur LA \Rightarrow verpflichtend bei Zulassung

Welche Informationsangebote werden gut angenommen?

→ Formate

- Tag der offenen Tür / Open Campus etc.
- Schnuppertag / Student für ein Tag
- Hospitwoche
- Juniorstudium / Schülerstudium
- Workshops - Studieninteressierte - Eltern
- Eltern an Schulen → Elternabende
- Campusparties → Schulklassen
- Campuspezialisten FB
- Entscheidungsworkshops
- Duales-Orientierungspraktikum (2 Wochen)

- Mentoren
- Info-VA

→ Themen

- allg. Infos Bewerber / Inhalte Fachbereiche / Studiengang / Finanzierung, NC, Wartesemester
- S.-Alltag erleben (-VL Teilnahme)
- Wie entscheide ich richtig
- Betrieblicher Alltag → Aufbaueneral auf Fach
- ~~Entscheidung~~

→ über welche Wege werden diese Angebote kommuniziert / beworben?

- E-Mail / Postalisch
- Homepage / Newsletter Arge
- Flyer / Plakate
- Mundpropaganda
- Messen
- Social Media - FB
- Infotag Lehrer
- Presse

Zwang zur Innovation

- Was wollen die HS von den ZSBs?
- Was bewährt sich?
- Druck durch Innovation? Personaleinsatz ...

Innovationswünsche der ZSBs

- Anpassung bestehender Programme
- keine Zusatz-Finanzierung
- Wohlwollen oder Bremsen
- AnsprechpartnerInnen in Fachbereichen

Innovationswunsch der Fachbereiche

- Studierende werben ■ Beratung / Marketing
- Interesse an Zus.Arbeit

Projekte:

gute Ideen, neue Konzepte

- oft keine Anschlussfinanzierung
- fehlende Nachhaltigkeit
- Druck auf ProjektmitarbeiterInnen (voller Arbeit)
- Druck auf ZSB: Projekt auffangen u. weiterführen (ohne Mittel)

Innovationsdruck:

- Ziel Marketing
- Online soll face-to-face ersetzen
- ↳ Vielfalt erzeugt Druck

Wie ist das Verhältnis von Aufwand & Nutzen von Schnupper-angeboten?

Welche Angebote lohnen sich?

Tag der offenen Tür ☺ / ☹
Schnupper vorlesungen / Schnupperstudieren / Schüler WZ
Ständertag für einen Tag / Campus(er)leben

Messen? - regional / überregional
- Kosten
- Gemeinschaftsstände

Welche Angebote sind zu welchem Zeitpunkt sinnvoll?

Ferien (Herbst / Ostern)

M. Jahrgang

Einbindung / Anknüpfung an Fach Studienorientierung
Lehrerweiterbildung (Multiplikatoren) →

Wie ist die Kooperation zw. HS & Fachbereichen?

personenabhängig
FB sieht nicht Notwendigkeit (Auslastung)
Aktivitäten aus FB heraus (Studienberatung)
Schnupperstudieren (Jan) → direkter Kontakt zu Lehrenden

Wie ist das Verhältnis von Aufwand & Nutzen von Schnupper-angeboten?

Welche Angebote können sich?

Tag der offenen Tür 😊 / ☹️
Schnuppervorlesungen / Schnupperstudium / Schüler WZ
Spende für einen Tag / Campus(er)leben

Messen? - regional / überregional
- Kosten
- Gemeinschaftstände

Welche Angebote sind zu welchem Zeitpunkt sinnvoll?

Ferien (Herbst / Ostern)

M. Jahrgang

Einbindung / Anknüpfung an Fach "Studienorientierung"
Lehrerweiterbildung (Multiplikatoren) ↗

Wie ist die Kooperation zw. HS & Fachbereichen?

personenabhängig

FB sieht nicht Notwendigkeit (Auslastung)

Aktivitäten aus FBs heraus (Studienberatung)

Schnupperstudium (Juni) → direkter Kontakt zu Lehrenden

Morgen fange ich an?!

Gruppenangebote gegen Prokrastination im Studium

Vortrag im Rahmen der Herbsttagung 2015 der GIBeT
Carmen Kropat, Justine Patrzek & Amrit Malhotra

Was erwartet Euch heute?

akademische Prokrastination: Definition, Gründe und Erklärungsansätze, Bedingungsfaktoren

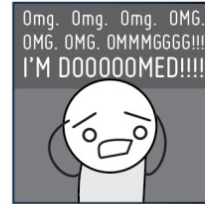
Gruppenangebote: vom „kollegialen Coaching“ zur „Endspurt-Gruppe“, „Training gegen das Aufschieben im Studium“

Austausch & Diskussion: wichtige Aspekte der Konzeption und Durchführung von Gruppenangeboten

- A FIELD GUIDE TO -
PROCRASTINATORS



The Cleaner



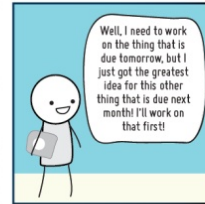
The Panicker



The List Maker



The Napper



The Sidetracker



The Social Sharer



The Internet Researcher



The Snacker



The Gamer



The Watcher



The Delegator



The Perpetuator

20PX.COM

Akademische Prokrastination

- *procrastinare* (lat.): etwas auf einen anderen Tag verlegen oder verschieben (Helmke & Schrader, 2000, S. 207, vgl. Steel, 2007)
- Abgrenzung zweier Phänomene
 - (akademische) Prokrastination (subjektiv empfundene negative Konsequenzen übersteigen positive Konsequenzen)
 - strategisches Aufschieben (subjektiv empfundene positive Konsequenzen übersteigen negative Konsequenzen)
- Wann akademische Prokrastination beginnt, hängt demnach von **intraindividuellen** Normen und Vorstellungen der handelnden Person ab (van Eerde, 2003)

stages of procrastination

chibird.tumblr.com

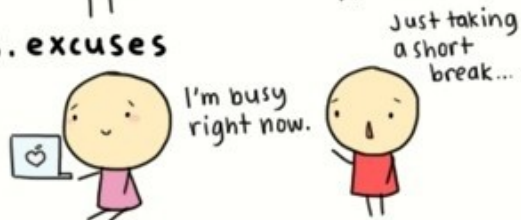
1. false security



2. laziness



3. excuses



4. denial



5. crisis



chibird
@
tumblr

6. repeat

Erklärungsansätze und Gründe akademischer Prokrastination

Erklärungsansätze und Bedingungsfaktoren

gelerntes
(belohntes)
Verhalten

self-handicapping

Belohnungsauf-
schub

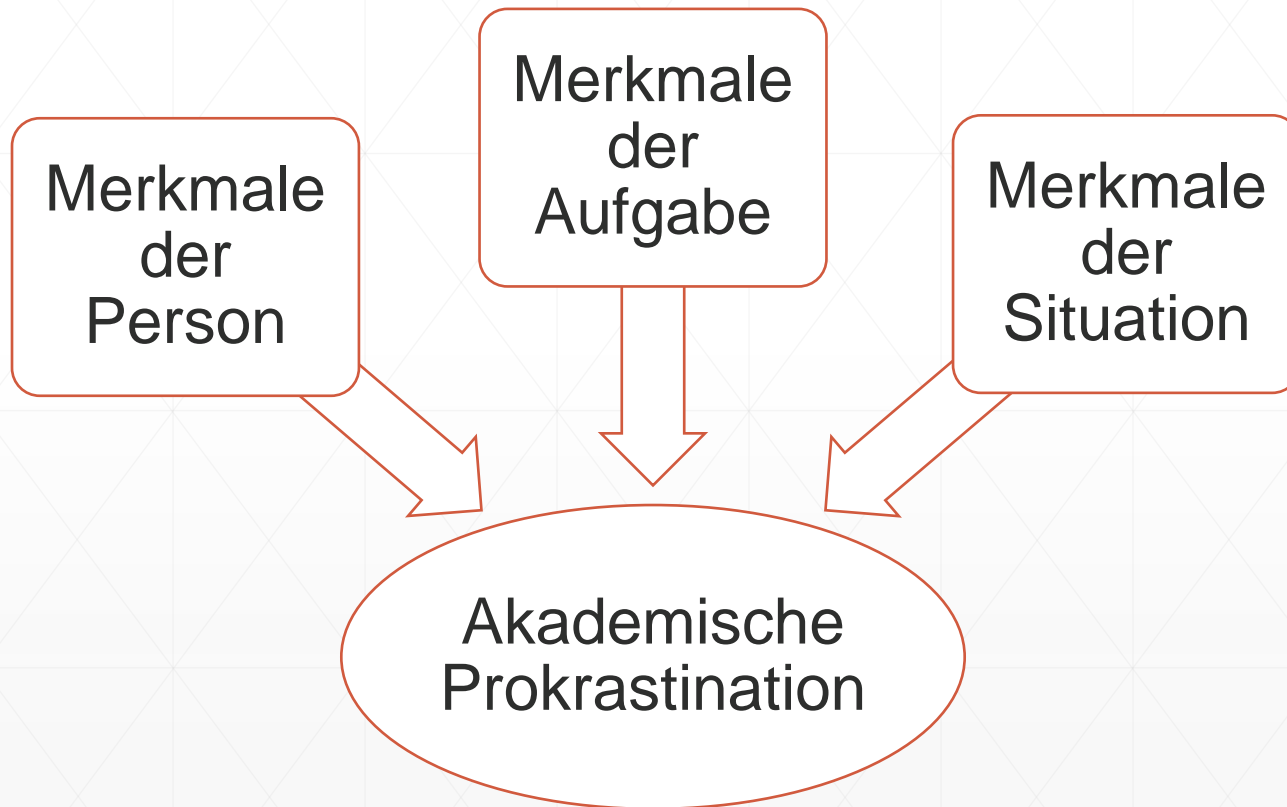
erschöpfte
Selbstregulations-
kapazität

Abwehrmechanismus

Stimmungs-
regulation



Bedingungsfaktoren und Gründe



Gruppenange- bote gegen Prokrastination im Studium



abgerufen auf: www.shoeboxblog.com

Von der Gruppe „Kollegiales Coaching“ ...

1	Blitzlicht, Berichte zum Stand der Arbeitsvorhaben, Themen für Unterstützungsrunde auswählen	-> 15 Minuten
2.	bis zu 2 thematische Gesprächsrunden: <i>Coachee</i> : Spontanerzählung und Anliegen an die Gruppe formulieren <i>Gruppe</i> : Verständnisfragen, danach Resonanz auf Gehörtes, <i>Coachee</i> hört nur zu (zentrale Punkte herausarbeiten) <i>Coachee</i> formuliert Eindrücke zu den Reaktionen der Gruppe <i>Gruppe</i> : Brainstorming zu Lösungsideen <i>Coachee</i> : Resümee und Transfer ... und/oder: methodischer Input	-> 60 Minuten
3.	Abschluss: Vorhaben für die kommende Woche	-> 15 Minuten

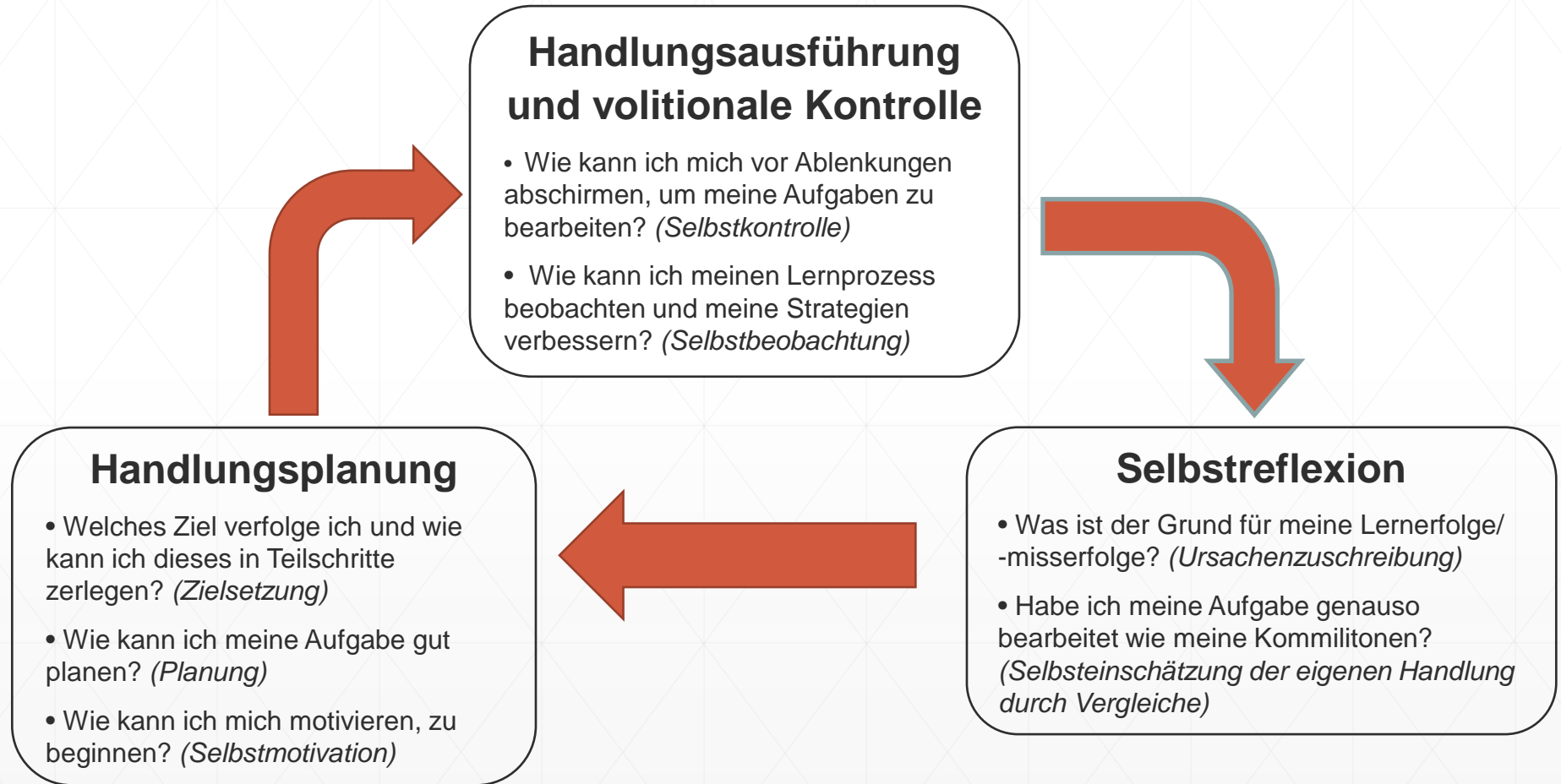
... zur „**Endspurt-Gruppe**“



Endspurt-Gruppe

0.	Arbeitsplatz finden	
1.	Auswertung der Pläne vom letzten Treffen <i>konkrete</i> Planung der Arbeitsphase	-> 30 <i>Minuten</i>
2.	Arbeitsphase	-> 90 <i>Minuten</i>
3.	Auswertung der Arbeitsphase kollegiale Beratung und/oder Input & Diskussion zu Themen des Selbst- und Zeitmanagements konkrete und <i>realistische</i> Planung von (Minimal-)Zielen bis zum nächsten Treffen	-> 60 <i>Minuten</i>
4.	Pläne per Mail an alle GruppenteilnehmerInnen	

Training gegen das Aufschieben im Studium



Training gegen das Aufschieben im Studium

- **Setting**
 - Gruppentraining (Gruppen à 10 TN)
 - Anleitung durch zwei Trainerinnen
 - 5 Wochen (einmal wöchentlich à 90 min.)
 - Durchführung im SS 2011 und WS 2011/2012 an der Universität Bielefeld
- **Lernziele**
 - Verbesserung des Ziel- und Zeitmanagements } Handlungsplanung
 - Steigerung der Selbstmotivation } Handlungsplanung
 - Verringerung der Ablenkbarkeit → Handlungsausführung
 - Anregung der Selbstreflexion → Selbstreflexion

Herr Janosch,
wie motiviert man sich zur Arbeit?



»Wondrak nimmt die Macht des Schicksals zur Hilfe. Er würfelt. Wenn es eine Eins gibt, muss er nicht anfangen zu arbeiten. Manchmal dauert es Stunden, bis er eine Eins würfelt.«

IM AKTUELLEN ZEITMAGAZIN

abgerufen auf: www.zeit.de/zeit-magazin/

Vielen Dank!

Kontakt:

carmen.kropat@uni-bielefeld.de;

justine.patrzek@uni-bielefeld.de;

amrit.malhotra@uni-muenster.de



Hochschule für Angewandte Wissenschaften Hamburg
Hamburg University of Applied Sciences

Die Studienberatung unterwegs im Web 2.0

Christine Hoffmann M.A. und Dipl.-Päd. Marianne Wefelnberg

HAW Hamburg

31.08.2015

Agenda

1. Einführung Studienberatung und Web 2.0
2. Erfahrungen, Wünsche und Erwartungen
3. Portfolios im Bildungsbereich
 - 3.1 Schritt 1: Einen Lagerraum einrichten
 - 3.2 Schritt 2: Ein Schaufenster gestalten
 - 3.3 Schritt 3: Das Schaufenster veröffentlichen
4. Student Life Circle
5. Mögliche Potenziale des E-Portfolios
6. Notwendige Rahmenbedingungen

1 Einführung Studienberatung und Web 2.0

Merkmale des Web 2.0

- Kollaboration
- Kommunikation
- Partizipation

Merkmale digitaler Medien

- synchron/asynchron
 - zeit-/ und ortsunabhängig
- Beratungssituationen lassen sich scheinbar auch ins Internet übertragen

2 Erfahrungen, Wünsche und Erwartungen

- Welche Erfahrungen haben Sie mit digitalen Werkzeugen (z.B. Foren, Chats, Informationen auf Webseiten, virtuelles Klassenzimmer, E-Portfolio) in Beratungssituationen gemacht? Welche Erwartungen hatten Sie und wurden diese Erwartungen erfüllt?

oder

- Wünschen Sie, digitale Werkzeuge in der Beratung einzusetzen? Was versprechen Sie sich davon?

3 Portfolios im Bildungsbereich

“An ePortfolio is a personal digital collection of information describing and illustrating a person's learning, career, experience and achievements. ePortfolios are privately owned and **the owner has complete control** over who has access to what and when.”

(vgl. [European Institute for Learning](#))

gängige Portfoliotypen:

- Reflexionsportfolio,
- Orientierungsportfolio,
- Entwicklungsportfolio und
- Präsentationsportfolio
- Bewerbungsportfolio

3.1 Schritt 1: Einen Lagerraum einrichten



Quelle: [The Shopping Sherpa](#) Lizenz:CC BY-ND 2.0

02.10.2015

- Im E-Portfolio werden **Tagebucheinträge, Ergebnisdokumentationen** oder **Dateien** „Artefakte“ genannt
- Artefakte werden von den Nutzenden erstellt und/oder gesammelt
- Die Artefakte sind nur für die einzelnen Nutzenden sichtbar

Christine Hoffmann M.A. und Dipl.-Päd. Marianne Wefelnberg

3.2 Schritt 2: Ein Schaufenster gestalten



Quelle: [Guenther Beyer](#) Lizenz: CC BY 2.0

- aus dem Lagerraum können die Besitzer*innen des E-Portfolios beliebige Artefakte zusammenstellen und eine thematische Auslage gestalten
- dazu fügen sie die ausgewählten Artefakte in so genannte „Ansichten“ (=Webseiten) ein

3.3 Schritt 3: Das Schaufenster veröffentlichen



Quelle: [Maik Meid](#) Lizenz: CC BY-SA 2.0

- die erstellte Ansicht kann nun bestimmten **Personen**, **Gruppen**, der eigenen **Institutionen** oder im **Web** freigegeben werden
- das Verfassen von Kommentaren zur Ansicht können durch die Besitzer*innen des E-Portfolios erlaubt werden
- Die Freigabe kann jederzeit rückgängig gemacht werden

3.4 Beispiel E-Portfolio HAW Hamburg

ERNA Tutorial

Copy

Willkommen

Inhalte einfügen

Ansicht erstellen

Freigaben

von Sascha Bolte (abl511)

Die Willkommenseite für das ERNA Tutorial, mit weiteren Informationen zu Kursen und Hilfeangeboten.

Herzlich Willkommen

Herzlich Willkommen bei unseren ERNA Tutorial

In diesem Tutorial wollen wir Ihnen die Basics zur Erstellung von Ansichten in ERNA vermitteln. ERNA ist eine Software zur Erstellung von E-Portfolios. Die Software heißt eigentlich Mahara und wurde von der HAW lediglich umbenannt. Wenn Sie mit ERNA arbeiten gilt es immer in folgenden drei Schritten vorzugehen. Inhalte hochladen, Ansichten erstellen und Ansichten freigeben. Da sich diese Arbeitsmethode durchgesetzt hat verfolgen auch wir diese Herangehensweise. Oben auf dieser Seite sehen Sie eine Leiste die diese Schritte in derselben Reihenfolge auftauchen. Sollten Sie das erste Mal dieses Tutorial nutzen, und nicht nur etwas nachschlagen wollen, empfiehlt es sich auch nach dieser Reihenfolge das Tutorial durchzuarbeiten.

Ist noch die Frage nach dem wir im ersten Satz. Wir sind Marianne Wefelnberg und Christine Hoffmann sowie unsere studentischen Hilfskräfte Serena NACHNAME und Sascha Bolte von der „Taskforce Informatisierung“ und dem Qualitätspakt Lehre. Unsere Arbeitsschwerpunkte liegen im "E-Learning und Blended Learning" und in der "Computer Literacy" dazu allerdings mehr auf unserer Website <http://www.haw-hamburg.de/ws/lernen-mit-medien.html>.

Jetzt wünschen wir Ihnen aber erst mal viel Spaß beim Erlernen der Basics zur Erstellung von Ansichten mit ERNA.

Unsere Angebote

Wir bieten einige Schulungen, Hilfen und andere Angebote an die wir im folgenden Kurz vorstellen wollen.

Die Computersprechstunde

Sie haben ein Problem mit ihrem Computer bezug aufs Studium? Seien es Problem bei der Formatierung von Hausarbeiten, der Arbeit mit Literaturverwaltungsprogrammen, Probleme bei der Einrichtungen von Programmen, Netzwerk Probleme oder andere Studium bezogenen Computerproblemen? Kommen sie in unsere Computersprechstunde. Wann und wo die Wöchentliche Sprechstunde stattfindet entnehmen Sie bitte folgenden Link: <http://www.haw-hamburg.de/fakultaeten-und-departments/ws/studium-und-lehre/wslernen-mit-medien/workshops-und-angebote/c-computersprechstunde.html>

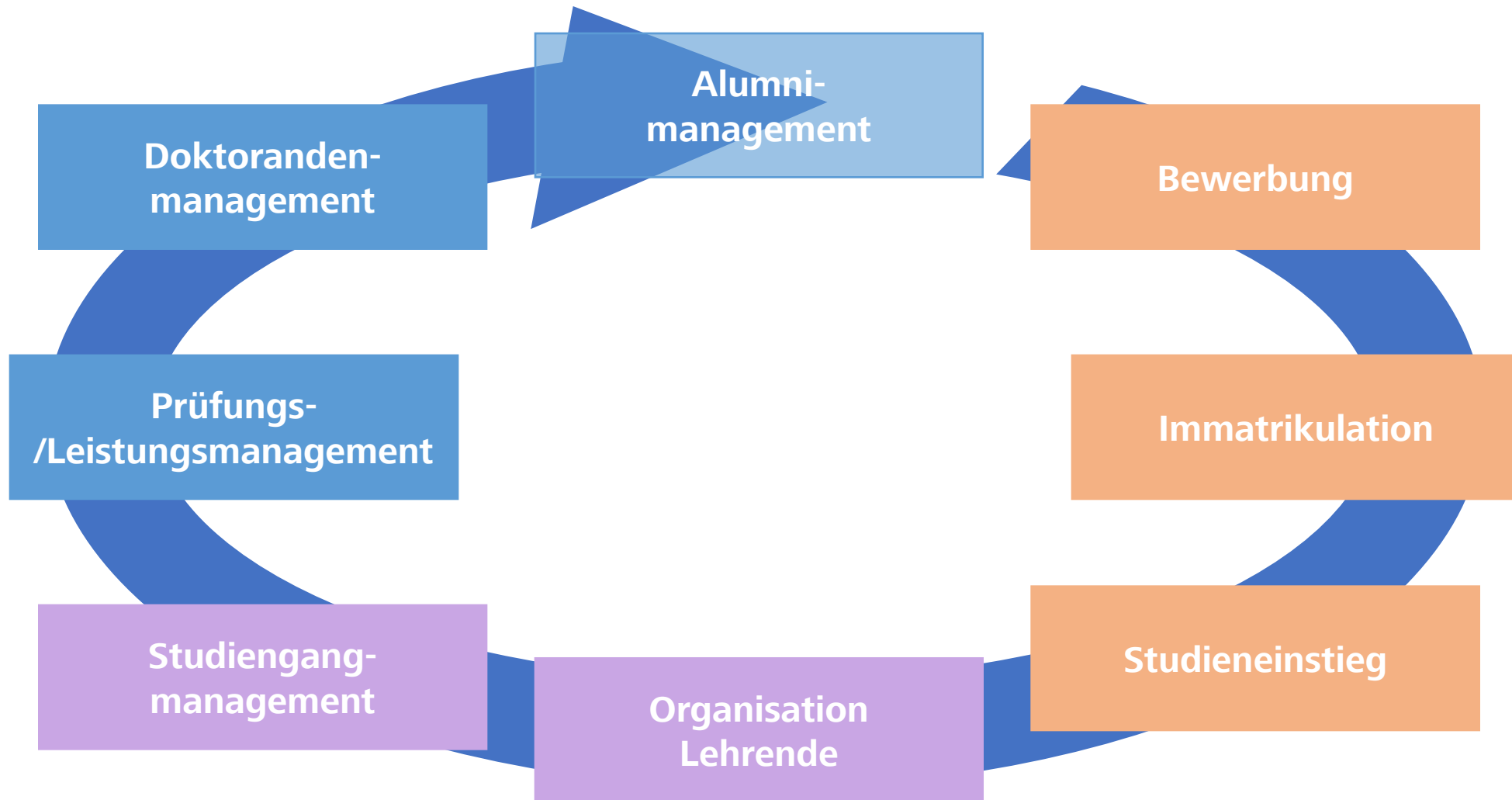
Die Schreibwerkstatt

Sie verzweifeln schon bei dem Gedanken eine Hausarbeit Hausarbeit schreiben zu müssen? Das sollten sie nicht, in jedem Semester bieten wir eine Schreibwerkstatt an. In acht Sitzungen geht es um Themenfindung, Literaturrecherche, Erstellen einer Gliederung, Wissenschaftliches Argumentieren, Wissenschaftliches Zitieren und Zeitmanagement. Wann und wo diese Veranstaltung stattfindet erfahren Sein unter dem folgenden Link: <http://www.haw-hamburg.de/fakultaeten-und-departments/ws/studium-und-lehre/wslernen-mit-medien/workshops-und-angebote/schreibwerkstatt.html>

Schulungen

Wann und wo diese Veranstaltung stattfindet erfahren Sein unter dem folgenden Link: <http://www.haw-hamburg.de/fakultaeten-und-departments/ws/studium-und-lehre/wslernen-mit-medien/workshops-und-angebote/schulungen.html>

4 Der Student Life Cycle



4.1 Beratung zur Studiengangwahl

Zentrale Studienberatung

- Motivation zur Aufnahme des Studiums
- Interessen und Erfahrungen mit dem Fachbereich
- Vorstellung zum Ablauf des Studiums

Beratung durch: Studienberater*innen

4.2 Studieneinstieg

Team Studieneinstieg

- Überblick zum Aufbau der Hochschule und Informationen zum Studium
- Klärung von Fragen zum Thema Studium
- Einüben von Arbeitstechniken

Beratung durch: Studienberater*innen/Peer-Tutorinnen und -Tutoren

4.2 Propädeutik

In den Studiengängen

- Was ist Wissenschaft?
- Kennenlernen wissenschaftlicher Methoden
- erste Übungen zum wissenschaftlichen Arbeiten

Beratung durch: Lehrende der Hochschulen

4.3 Lehrveranstaltung

In den Studiengängen

- Erstellen von Leistungsnachweisen (Lernaufgaben, Hausarbeiten)
- Bearbeiten von Reflexionsaufgaben
- Betreuung durch Lehrende

Beratung durch: Lehrende der Hochschule

4.4 Praxissemester

In den Studiengängen

- Theorie-Praxis-Verknüpfung
- Reflexion erster Berufserfahrung
- Verbindung zur Hochschule aufrecht erhalten (Bericht)

Beratung durch: Praxisanleiter*innen/Lehrende der Hochschule

4.4 Studienbegleitende freiwillige Angebote

Team Studieneinstieg/Zentrale Studienberatung/Career Service/Projekt

- Schreibwerkstätten
- Schulungen/Workshops
 - Soft-Skills
 - Persönlichkeitsentwicklung
 - Software
 - Zeitmanagement/Selbstorganisation

Betreuung durch: Mitarbeiter*innen Career Service;
Studienberater*innen; Projektmitarbeiter*innen

4.5 Freiwillige Tätigkeiten

Studentische Organisationen und Tätigkeiten

- Tätigkeit als Tutorinnen und Tutoren
- Asta
- Gremienarbeit (Fakultätsrat, Hochschulsenat)
- (ehrenamtliche) Tätigkeiten außerhalb der Hochschule

Betreuung durch: keine; Team Studieneinstieg

4.6 Ende des Studiums

Career Service

- Rückblick auf das Studium
- Einblick in Motivation und Interessen der Studierenden
- Ausblick auf mögliche Karrierewege
- Bewerbungen erstellen

Betreuung durch: Mitarbeiter*innen des Career Service

5 Mögliche Potenziale des E-Portfolios

- Verknüpfung der verschiedenen Organisationseinheiten an der HAW Hamburg
- Transparenz in der Betreuung von Studierenden
- umfassende Begleitung der Studierenden während des gesamten Studiums
- Schreibanlässe für Studierende bieten
- Mehrfachverwendung von Arbeitsergebnissen
- Beschränkung auf eine Software (größere Akzeptanz)

6 Notwendige Rahmenbedingungen

- auf die Institution abgestimmtes Konzept zur Implementierung des E-Portfolios
- Einigung auf die Nutzung eines digitalen Werkzeugs
- technische Infrastruktur/Support
- Medienkompetenz der Betreuenden und Studierenden
- Schulungen von Studierenden und Betreuenden im Umgang mit dem E-Portfolio

Danke für Ihre Aufmerksamkeit!

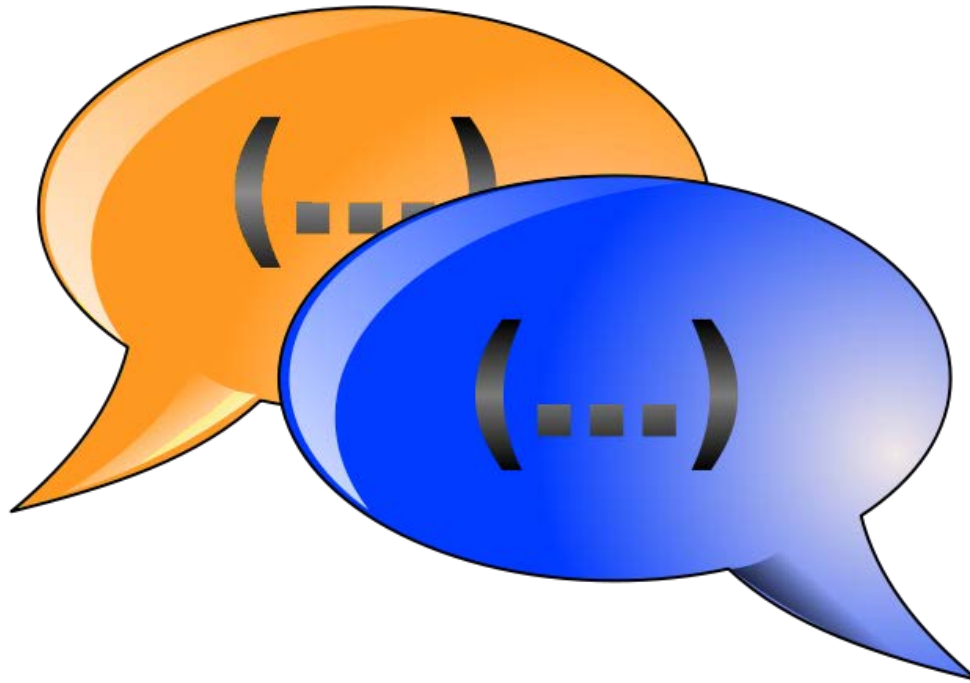
Herzliche Einladung zum Treffen des

AK Studienberatung im Web 2.0

Thema u.a.: „Welche Erwartungen haben Studieninteressierte und Studierende an die Onlineberatungsangebote der ZSBs?“ – Vorbereitungen eines gemeinsamen Befragungsprojekts an mehreren Hochschulen

Freitag, 04.09. 14.15-15.15 Uhr

Keine Zeit? Uns gibt's auch online! <https://www.facebook.com/groups/413396995497076>



Chatberatung – welche
technischen Möglichkeiten gibt es?

1 Begrüßung & Vorstellung

2 Rot, gelb, grün

3 Chatsoftware

4 Selbst ausprobieren!

5 Auswertung

6 AK Studienberatung im Web 2.0

7 Kaffeepause ☺



Alles klar?

Grün = Na sicher 😊

Gelb = aber nur grad so...

Rot = Ich mag solche Spiele nicht 😞

Organisatorische Fragen:

- Lohnt sich das Angebot?
- Wer chattet mit wem, und wann?

Inhaltliche Fragen:

- Welche Themen sind geeignet?
- Beratungsstrategien?

Rechtliche Fragen:

- Datenschutz in den Chats
- Rechtliche Ansprüche aus schriftlicher Kommunikation (vgl. E-Mail-Beratung)

Technische Fragen:

- Welche Chatsoftware ist geeignet?
- Was muss man beachten?

Facebook-Chat

Eigene
Programmierung
der Hochschule
(z.B. ULB HHU)

Skype

WhatsApp o.a.
mobile Messenger

Chatsoftware

Instant Messenger
PC

Modullösung
kommerzieller
Anbieter (z.B.
beranet)

Adobe Connect /
DFNVC

Google Hangout

Was ist das?

Grün = Kenne ich / Nutze ich!

Gelb = schon mal davon gehört...

Rot = Sagt mir nichts!

- Hier geht's jetzt nur um die Chatfunktion, nicht um Facebook allgemein...
- So sieht's aus (Gruppe GIBeT-AK Studienberatung Web 2.0):

<https://www.facebook.com/groups/413396995497076/>



GIBeT-AK Web 2.0

Geschlossene Gruppe

Beigetreten Teilen Benachrichtigungen

Diskussion Mitglieder Veranstaltungen Fotos Dateien Gruppe durchsuchen

Beitrag Foto/Video Frage Datei
Schreib etwas ...

FIXIERTER BEITRAG

Cordu La
24. April

Hallo zusammen, schön dass ihr hierhergefunden habt 😊 Wollen wir in diesem Beitrag mal sammeln wer ihr seid (falls nicht mit Klarnamen angemeldet) und an welcher Hochschule ihr arbeitet?

3 „Gefällt mir“-Angaben 19 Kommentare

Gefällt mir Kommentieren

NEUESTE AKTIVITÄTEN

Cordu La
30. Juni

63 Mitglieder hat unsere Gruppe schon... da fahren doch bestimmt einige zur GIBeT-Tagung nach Hamburg?
<http://www.fachtagung.gibet.de/hamburg2015/>

MITGLIEDER 65 Mitglieder (1 neu)

+ Personen zur Gruppe hinzufügen



Per E-Mail einladen

BESCHREIBUNG Bearbeiten
In loser Verbindung mit dem Verein GIBeT hab...

Mein anzeigen

NEUE GRUPPE

Durch Gruppe du jetzt noch Inhalte mit Fre Familie und Arbeitskollege

BEVORSTEHENDE



Si Mone

Ihr seid auf Facebook befreundet

Arbeitet bei Stiftung Schloss und Park Benrath, Studierendenservice Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf und Up with People
Wohnt in Neuss





Postfach (20) Sonstiges Mehr ▾

Si Mone 📱

+ Neue Nachricht 📺 ⚙️ 🔍

Suchen 🔍

 **Si Mone** 12:53
 ↳ Hallo, das ist ein Test-Chat...

So



3. August

...

25. Juli

1 neu

...

...

17. Juli

...

17. Juli

... hat ein Foto gesendet.

Unterhaltung heute gestartet



Cordu La

12:53

Hallo, das ist ein Test-Chat für die Workshop-Präsentation 😊

Antwort verfassen ... 😊



Dateien hinzufügen



Fotos hinzufügen

Betätige die Eingabetaste...



Vor- und Nachteile

- Niedrigschwellig und bequem, wenn man sowieso bei Facebook ist
- Einzel- und Gruppenchats sowie Videochats
- Dateiaustausch möglich
- Mobil und am PC nutzbar
- Kostenlos (aber Werbung)

- Beide Seiten brauchen ein Facebook-Profil
- Ggf. Problematik Instituts-FB-Profil
- Datenschutz fragwürdig

Ist das sinnvoll für meine Chatberatung?

Grün = Kann ich mir gut vorstellen!

Gelb = Weiß nicht so recht...

Rot = Kommt nicht in Frage!

Was ist das?

Grün = Kenne ich / Nutze ich!

Gelb = schon mal davon gehört...

Rot = Sagt mir nichts!

Simone Jawor-Jussen
Verfügbar

In Skype suchen

Kontakte

+ Neu

Heute

Toronto, CA

Toronto, CA

Hallo, das ist ein Test-Chat für die Workshop-Präsentation 14:18

Nachricht hier eingeben

Vor- und Nachteile

- Niedrigschwellig und bequem, wenn man bei Skype angemeldet ist
 - Verschiedene Optionen: Chat, Anruf, Videoanruf und Instant Messenger
 - Einzel- und Gruppenchats
 - Dateiaustausch möglich
 - Mobil und am PC nutzbar
 - Kostenlos (nur Skype-Konten)
- Beide Seiten brauchen ein Skype-Konto
 - Instituts-Skype-Profil erstellen
 - Datenschutz fragwürdig

Ist das sinnvoll für meine Chatberatung?

Grün = Kann ich mir gut vorstellen!

Gelb = Weiß nicht so recht...

Rot = Kommt nicht in Frage!

Was ist das?

Grün = Kenne ich / Nutze ich!

Gelb = schon mal davon gehört...

Rot = Sagt mir nichts!

Kennt das noch jemand?



Vor- und Nachteile

- Komfortable Chatoberfläche
- Dateiaustausch möglich
- Kostenlos (aber teilweise Werbung)

- Nutzt fast niemand mehr!
- Datenschutz?

Ist das sinnvoll für meine Chatberatung?

Grün = Kann ich mir gut vorstellen!

Gelb = Weiß nicht so recht...

Rot = Kommt nicht in Frage!

Was ist das?

Grün = Kenne ich / Nutze ich!

Gelb = schon mal davon gehört...

Rot = Sagt mir nichts!

Google Hangout

The screenshot shows a Google+ profile page with several posts and a Hangout chat window overlaid. The Hangout window, titled 'Cordula Meier', contains the message: 'Hallo, das ist ein Test-Chat für die Workshop-Präsentation 😊'. The chat window also shows the name 'Cordula Meier' and the status 'zuletzt online vor 2 Wochen'. The background posts include a rainbow over a field, a Spiegel Online article about illegal immigrants, and a video of a child in a museum.

Vor- und Nachteile

- Niedrigschwellig und bequem, wenn bei google angemeldet
 - Verschiedene Optionen: Chat, Videochat, Instant Messenger
 - Einzel- und Gruppenchats
 - Dateiaustausch möglich
 - Mobil und am PC nutzbar (i.d.R. automatisch vorhanden bei Smartphones)
 - Kostenlos (nur google-Konten/ PC)
- Beide Seiten brauchen ein google-Konto
 - googleplus-Profil erstellen
 - Datenschutz fragwürdig

Ist das sinnvoll für meine Chatberatung?

Grün = Kann ich mir gut vorstellen!

Gelb = Weiß nicht so recht...

Rot = Kommt nicht in Frage!

Was ist das?

Grün = Kenne ich / Nutze ich!

Gelb = schon mal davon gehört...

Rot = Sagt mir nichts!

Was ist das?

- Software für Webkonferenzen und Meetings
- Video, Audio, Chat, Präsentationen, Screen-Show, ...
- Kostenlos verfügbar via DFN (Deutsches Forschungsnetz) für (fast) alle Hochschulen

BC1 (Zusammenarbeit) - Mozilla Firefox

https://webconf.vc.dfn.de/bc1/?launcher=false

Meeting Layouts Pods Audio

Camera and Voice

Meine Webcam starten

Attendee List (2)

Aktive Lautsprecher

Veranstalter (1)

Cordula Meier

Moderatoren (0)

Teilnehmer (1)

Christoph

Chat (Alle)

Christoph : Hallo erstmal

Cordula Meier: Hallo und herzlich Willkommen im Chat der Studienberatung

Cordula Meier: Welche Zulassung haben Sie denn und wie kann ich Ihnen weiterhelfen?

Christoph : Ich habe die Zulassung für ein Bachelor Studium der Volkswirtschaftslehre 1.Fachsemester

Cordula Meier: Ok

Christoph : Meine Problematik besteht hauptsächlich darin, dass meine Eltern nicht so begeistert von dem Studium sind

Christoph Bies gibt ein...

Alle

Hilfe

Zusa...

Freigabe

Diskussion

Vor- und Nachteile

- Einfach verfügbar ohne zusätzliche Anmeldung, Downloads, etc.
- Kostenlos, werbefrei
- Hohe Datensicherheit
- Multifunktional für viele Formate
- Dateiaustausch möglich

- Erfordert Plug-In, läuft evtl. nicht auf sehr alten Browsern
- Für „nur chatten“ evtl. überladen

Ist das sinnvoll für meine Chatberatung?

Grün = Kann ich mir gut vorstellen!

Gelb = Weiß nicht so recht...

Rot = Kommt nicht in Frage!

Was ist das?

Grün = Kenne ich / Nutze ich!

Gelb = schon mal davon gehört...

Rot = Sagt mir nichts!

Modullösung (z.B. beranet)

Berater-Ansicht

The screenshot displays the beranet system interface, divided into two main windows: the main dashboard and the chat interface.

Main Dashboard (beranet 4):

- Header:** beranet logo, Version 4.4.51, Serviceformular, Ticketübersicht, Berater-Workshop, Ausloggen.
- Navigation:** Startseite, Beratung, KlientInnen, Materialien, Einstellungen, Statistik, Chat öffnen, Vorschau.
- Message:** Rückmeldung zu Ihrem Serviceticket. Zum Serviceticket mit der ID 38 vom Di., 23.06.2015, 16:38 Uhr (eingestellt von Susanne Franz / Susanne_Franz) mit dem Status "Geprüft und erledigt" liegen neue Informationen vor.
- E-Mailberatung:** Unbeantwortete E-Mailanfragen, Neue Kurznachrichten. Table with columns: Status, Betreff/ Anlass, Datum/ KlientIn, BeraterIn.
- Eigene Chatberatung:** Einzelchat, Gruppenchat, Expertenchat. Table with columns: Status, Datum/ Titel, KlientIn/ Anlass, BeraterIn.
- Mein Profil:** Im Firmenprofil (Nein), Zugewiesene Rollen (BeraterIn, RedakteurIn, AdministratorIn), Meine Daten bearbeiten.
- Chatberatung:** Am 10.07.2015 sind am Vormittag keine Chat... Wichtiger Hinweis zur Chatberatung, Achtung! Verlängerung Wartungsarbeiten, Achtung! Wartungsarbeiten am 05.11.2014.
- E-Mailberatung (aktiv):** In Bearbeitung: 0, Ressourcen: frei 3 von 3, Direkt anwählbar: Ja, Benachrichtigung: Bei einer direkt an mich gerichteten Mailanfrage per E-Mail.
- Chatberatung (aktiv):** Benachrichtigung per E-Mail: Wenn mein Einzelchattermin belegt / abgesagt wurde, Wenn ein Terminwunsch an mich eingegangen ist.

Chat Interface (beranet Chatberatung - Mozilla Firefox):

- Header: beranet, Sie sind angemeldet als Berater-Workshop, Chat verlassen.
- Channels: workshop-chat, Sprechzimmer Berater-Workshop, Intern.
- Chat history showing messages from Susanne_Franz and bobby.
- Textbausteine: Suche einblenden, Ergebnisse 1 - 1 von 1.
- Input field: Schreiben Sie in Channel 'workshop-chat'...
- Buttons: Senden.

Ansicht Ratsuchender

The screenshot displays the beranet website interface. At the top, there is a navigation bar with the beranet logo and the text 'beranet Workshop'. Below this, a blue navigation bar contains several menu items: 'Wer wir sind', 'Mailberatung', 'Einzelchat', 'Gruppenchat', 'Expertenchat', 'Forum', and 'Häufige Fragen'. The main content area is divided into two columns. The left column features a section titled 'Offener Gruppenchat' with a sub-header 'Gruppenchat permanent geöffnet'. Below this, there are settings for 'Gäste erlaubt: Ja' and 'Max. Anzahl User im Chat: 10', followed by an orange button labeled 'Gruppenchat öffnen'. The right column is titled 'Nächste Einzelchats'. A chat window is overlaid on the right side of the page, showing a chat interface with the beranet logo, a user profile for 'bobby', and a message input field with a 'Senden' button. The chat window title is 'beranet Chatberatung - Mozilla Firefox' and the URL is 'https://login.beranet.de/chatlight/index.php?firma_id=355'. The chat content includes a header 'GRUPPENCHAT WORKSHOP-CHAT' and a message from 'bobby' that reads: 'Hier kann ein Hinweis für die Ratsuchenden im Chat stehen. Zum Beispiel Hinweise zum Benehmen im Chat oder Informationen zum weiteren Ablauf der Beratung.'

Offener Gruppenchat

Dieser Chat ist aktuell rund um die Uhr geöffnet und moderiert. Bitte beim Aufenthalt im Chatroom die rücksichtsvoll mit den anderen Anwesenden umgehen.

Gruppenchat permanent geöffnet

Gäste erlaubt: Ja
Max. Anzahl User im Chat: 10

Gruppenchat öffnen

Nächste Einzelchats

beranet Chatberatung - Mozilla Firefox
https://login.beranet.de/chatlight/index.php?firma_id=355

beranet

Gruppenchat worksh... Info

Alle Channels

GRUPPENCHAT WORKSHOP-CHAT

bobby

Hier kann ein Hinweis für die Ratsuchenden im Chat stehen.
Zum Beispiel Hinweise zum Benehmen im Chat oder Informationen zum weiteren Ablauf der Beratung.

Senden

Übersicht der Emoticons

Chatiquette - Hinweise zum Chat

1. Zeigen Sie Respekt gegenüber anderen Chattern. Wenn Sie jemand nicht respektiert, ignorieren Sie ihn, anstatt großartig mit ihm darüber zu diskutieren und damit die anderen Leute im Channel zu verärgern. Vermeiden Sie, wenn möglich, Schimpfwörter o.ä. was andere gegen Sie aufbringen könnte.

Vor- und Nachteile

- Webbasierte Oberfläche
- einfach verfügbar ohne zusätzliche Anmeldung
- werbefrei
- Hohe Datensicherheit
- Multifunktional für viele Formate
- Dateiaustausch möglich

- Nicht kostenlos, da Lizenz via Anbieter käuflich erwerben und Angebotspalette aushandeln und anpassen
- Datenschutz je nach Anbieter zu prüfen

Ist das sinnvoll für meine Chatberatung?

Grün = Kann ich mir gut vorstellen!

Gelb = Weiß nicht so recht...

Rot = Kommt nicht in Frage!

Was ist das?

Grün = Kenne ich / Nutze ich!

Gelb = schon mal davon gehört...

Rot = Sagt mir nichts!

Was ist das?

- „Nachfolger“ von Instant Messengern am PC
- Als App für Smartphone, teilweise auch PC-Oberfläche verfügbar
- Alternativen zu WA: Threema, Telegram, ...

Vor- und Nachteile

- Niedrigschwellig und sehr bequem erreichbar
- Mobil und am PC nutzbar
- Einzel- und Gruppenchats

- Beide Seiten brauchen ein Profil
- Verbreitung von Alternativen zu WhatsApp gering
- Datenschutz fragwürdig
- Teilweise kostenpflichtig
- Smartphone zum Login nötig

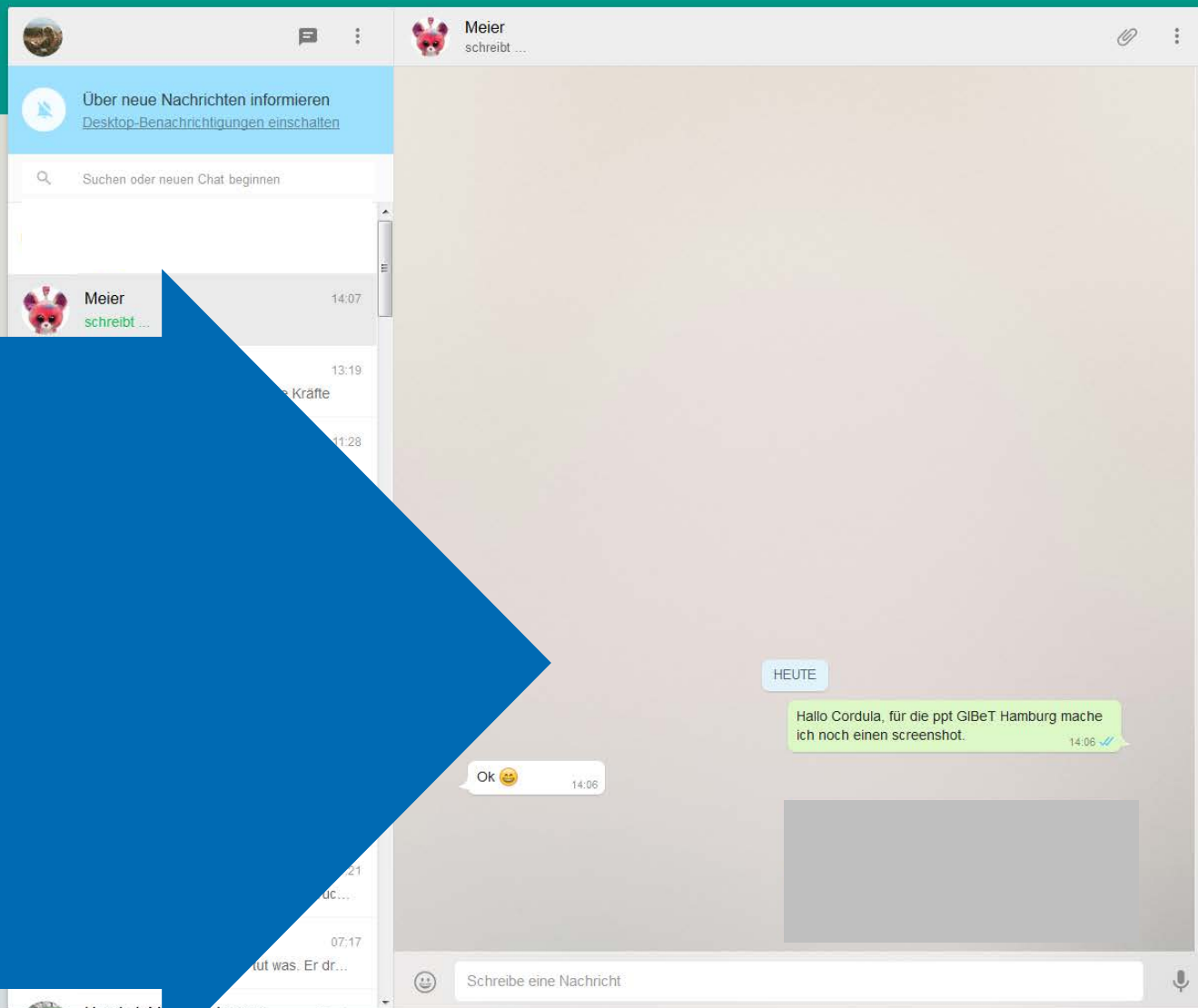
Ist das sinnvoll für meine Chatberatung?

Grün = Kann ich mir gut vorstellen!

Gelb = Weiß nicht so recht...

Rot = Kommt nicht in Frage!

WhatsApp / mobile Messenger



Was ist das?

Grün = Haben wir/ Nutze ich!

Gelb = schon mal davon gehört...

Rot = Sagt mir nichts!



[Zurück zur Universität](#)

Startseite ULB

Überblick gewinnen

Recherchieren

Ausleihen und Bestellen

Lernen und Arbeiten

Kompetenzen erwerben

Lehren und Publizieren

Forschen und Erkunden

Online-Auskunft per Chat



In der Online-Auskunft können Sie während der Servicezeiten Fragen per Chat an uns richten. Wir antworten sofort.

In einigen Fällen aktualisiert sich das Browserfenster nicht, und Sie sehen eventuell unsere Antwort auf Ihre Frage nicht. Drücken Sie dann bitte die Taste <F5>.

Wenn Sie ein Auskunfts-Protokoll per E-Mail zugesandt bekommen möchten, geben Sie bitte hier Ihre E-Mail-Adresse ein:

Stellen Sie uns Ihre Fragen hier.
Im Moment sind 7 Mitarbeiter für Sie online.

Hallo, das ist ein Test-Chat für die Workshop-Präsentation

Senden

Kontrast



Suchbegriff



WWW-Seite

Katalog

Online Auskunft



Ansprechpartnerin

Marianne Hesse-Dornscheidt

Universitätsstraße 1
Gebäude: 24.41
Etag/Raum: 00.51

Tel. +49 211 81-13596, -12900

[E-Mail senden](#)

Vor- und Nachteile

- Bekanntes Format bei der Hochschule
- Vorhanden und damit kostenlos
- Datenschutz gesichert
- Ggf. Mobil nutzbar?

- Gruppenchats ggf. nicht möglich
- Format ggf. unbekannt beim Nutzer

Ist das sinnvoll für meine Chatberatung?

Grün = Kann ich mir gut vorstellen!

Gelb = Weiß nicht so recht...

Rot = Kommt nicht in Frage!

Facebook: zum AK gehen:

<https://www.facebook.com/groups/413396995497076/>

Google HangOut: <https://plus.google.com/hangouts>

WhatsApp: bei <https://web.whatsapp.com/> einloggen

Adobe Connect/DFNVC: <https://webconf.vc.dfn.de/bc1/>

Skype: <http://www.skype.com/de/>

beranet:

Berater Testzugang

<https://login.beranet.de>

GIBeT-Test

34E2E532

Seite der Ratsuchenden:

Die Testplattform für die Seite der Ratsuchenden ist unter <https://workshop.beranet.info/> erreichbar.
Hier können gerne Userzugänge zum Testen angelegt werden.

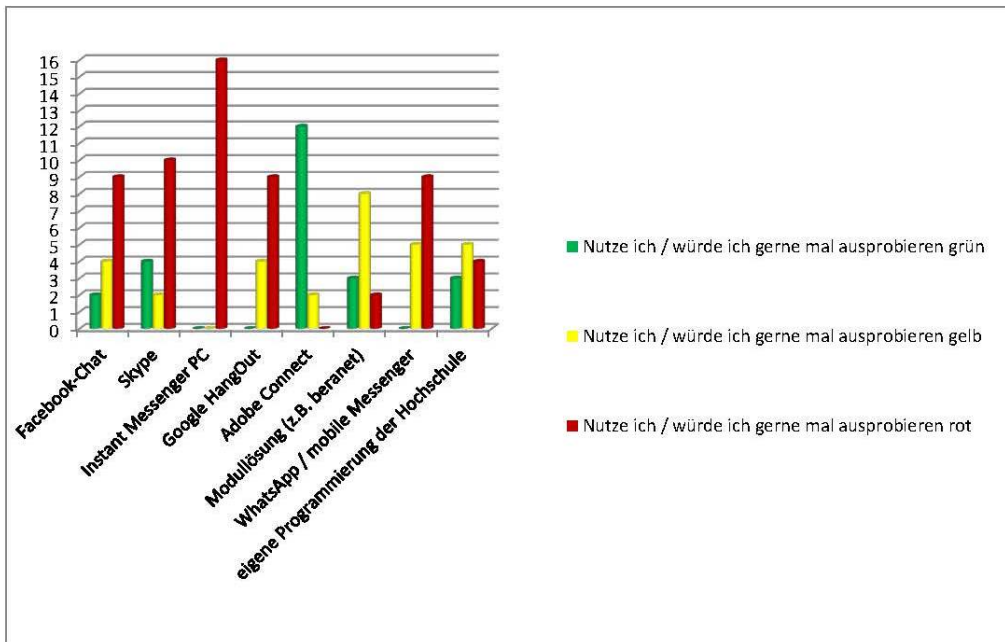
Wie soll ich mich nun entscheiden?

- Es gibt nicht DAS Chatsystem für die Studienberatung!
- Entscheidungsfaktoren:
 - Akzeptanz im Team
 - Akzeptanz im Rechenzentrum (und bei der Hochschulleitung)
 - Benötigte Funktionalitäten
 - Verfügbare Finanzmittel
 - Technisches Interesse
 - Zielgruppen (StudInt, Studierende, Einzeln oder Gruppe, Internationalität, Barrierefreiheit, Mobil-Kompatibilität, ...)

Welche Systeme erscheinen (spontan) sinnvoll?

Nutze ich / würde ich gerne mal ausprobieren

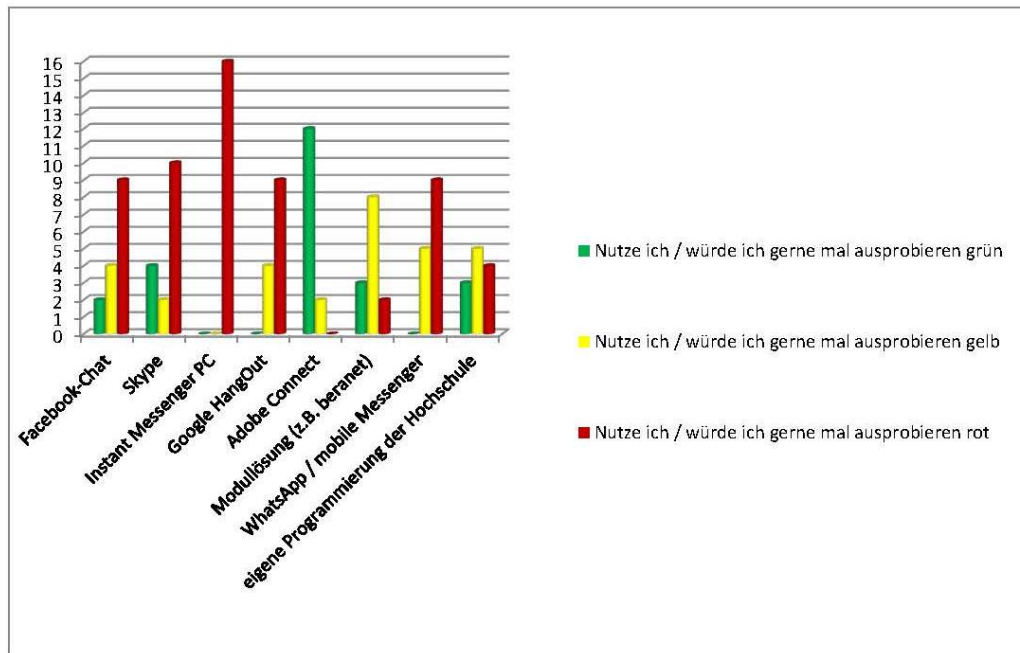
	grün	gelb	rot	
Facebook-Chat	2	4	9	15
Skype	4	2	10	16
Instant Messenger PC	0	0	16	16
Google HangOut	0	4	9	13
Adobe Connect	12	2	0	14
Modullösung (z.B. beranet)	3	8	2	13
WhatsApp / mobile Messenger	0	5	9	14
eigene Programmierung der Hochschule	3	5	4	12



Welche Systeme erscheinen (spontan) sinnvoll?

Nutze ich / würde ich gerne mal ausprobieren

	grün	gelb	rot	
Facebook-Chat	2	4	9	15
Skype	4	2	10	16
Instant Messenger PC	0	0	16	16
Google HangOut	0	4	9	13
Adobe Connect	12	2	0	14
Modullösung (z.B. beranet)	3	8	2	13
WhatsApp / mobile Messenger	0	5	9	14
eigene Programmierung der Hochschule	3	5	4	12





Endlich in Sicherheit!

Flüchtlinge in der Studienberatung

Protokoll des Workshops am 04.09.2015

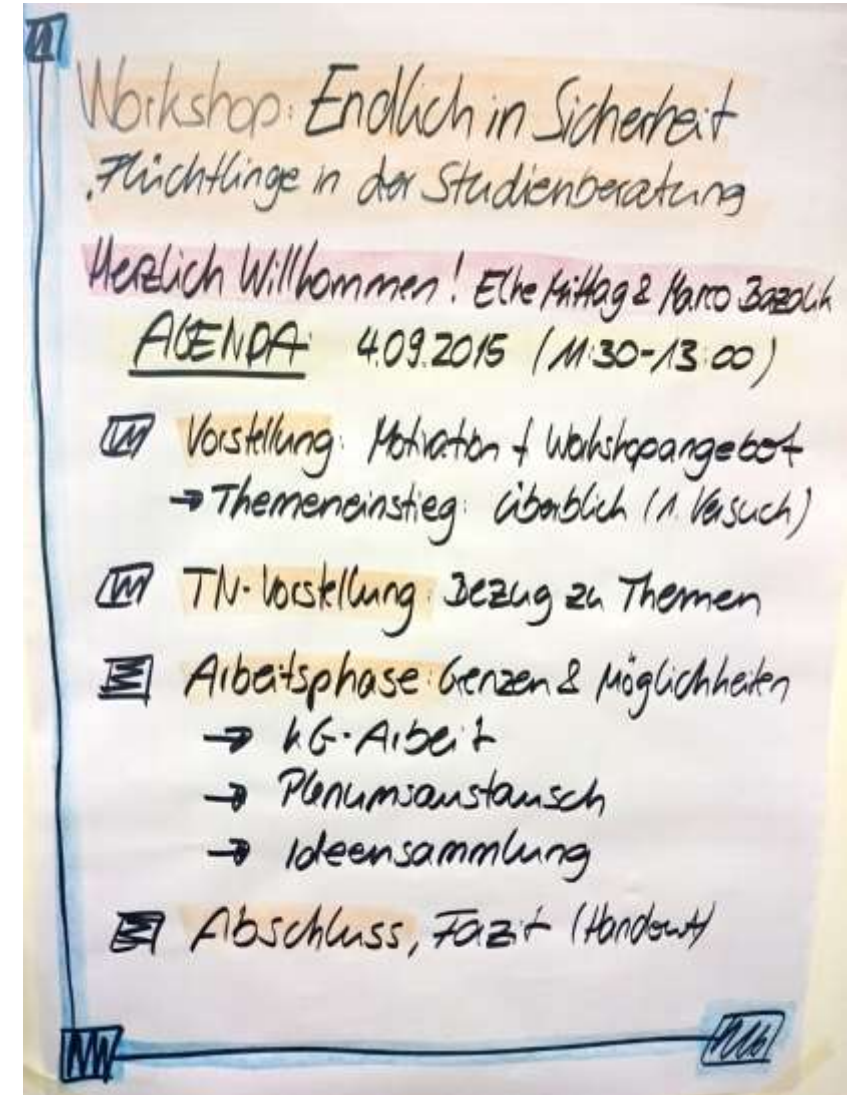
11.30 – 13.00 Uhr

Von Marco Bazalik (ZSB Osnabrück) und Elke Mittag (kfsn)



Was haben wir geplant?

- Motivation für den Workshop
- Wer sind die TeilnehmerInnen?
- Möglichkeiten und Grenzen der Beratung
- Erfahrungsaustausch
- Beratungsnetzwerke

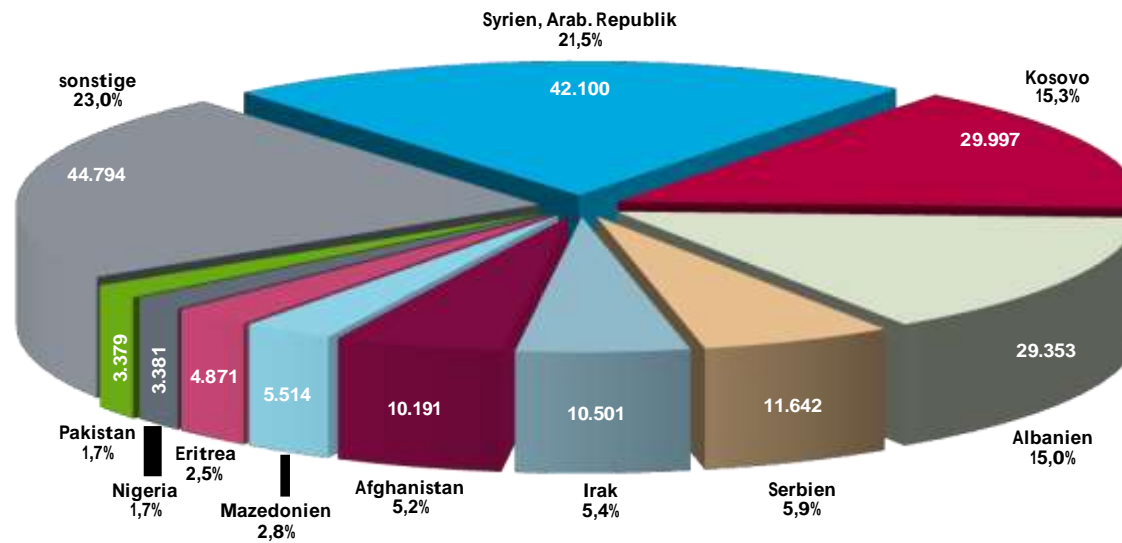


Flüchtlingsprognose 2015:

Bis zu 800.000 Asylanträge erwartet

Hauptherkunftsländer im Zeitraum 01.01. bis 31.07.2015

Gesamtzahl der Erstanträge: 195.723



Motivation: Flüchtlinge Willkommen!

Hochschulen werden initiativ

- PM 27.01.2015
Memorandum Landesregierung und Hochschule in NRW:
„Bildung und Forschung kennt keine Grenzen“
- PM 19.06.2015
MWK: Niedersachsen erleichtert Flüchtlingen den Zugang zum Studium
- PM 07.07.2015
HRK-Umfrage ergibt: Hochschulen engagieren sich für die Bildung von Flüchtlingen
- PM 12.08.2015
BMBF: Schnellere BAföG-Unterstützung für Flüchtlinge

Flüchtlinge Willkommen!

Beispiele niedersächsischer Hochschulinitiativen

- **Studentische Initiativen**
 - Universität Lüneburg -> „Open Lecture Hall“
 - Universität Oldenburg -> „Refugees Welcome in Sports“
 - Universität Osnabrück -> „Freizeit für Flüchtlingskinder“
- **Projekte in Instituten**
 - Universität Osnabrück -> Institut für Migrationsforschung und Interkulturelle Studien
 - Universität Oldenburg -> Center for Migration, Education and Cultural Studies
 - Universität Hildesheim -> Zentrum für Bildungsintegration – Demokratie und Diversity in Migrationsgesellschaften
- **Projekte in der Lehramtsausbildung**
 - Hochschulinitiative „Sprachen bilden – Heterogenität und Diversität gestalten“
- **Weitere Projekte der Hochschulen**
 - Gasthörendenstudium für Flüchtlinge
 - Buddy-Programme
 - Sprachkurse
 - Benennung von Ansprechpartnern an den einzelnen Hochschulen
- **Land**
 - Erleichterter Hochschulzugang für Flüchtlinge
 - Pilotprojekte für Sprach- und Vorbereitungskurse in der Erwachsenenbildung

Flüchtlinge Willkommen!

Ansprechpartner an den Hochschulen

- International Offices / Auslandsämter
- Studienberatungsstellen / ZSBn
- Immatrikulationsämter / Studierendensekretariate
- Studierendenvertretungen / Asten

Flüchtlinge Willkommen!

StudienberaterInnen als Akteure in Netzwerken

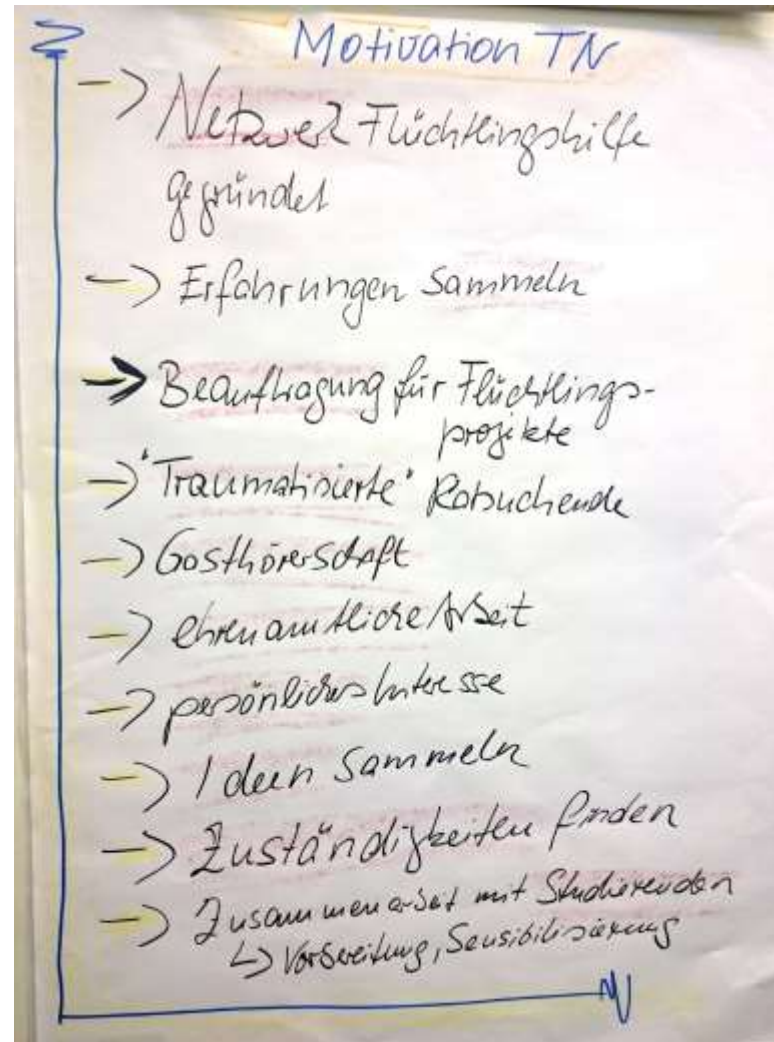
- Komplexe Fragestellungen und Problemlagen
- Nutzung vorhandener Initiativen und Netzwerke
- Bildung neuer Netzwerke und Initiativen
- Umgang mit wachsender Vielfalt und öffentlichem Interesse

⇒ Fragestellungen für den Workshop:

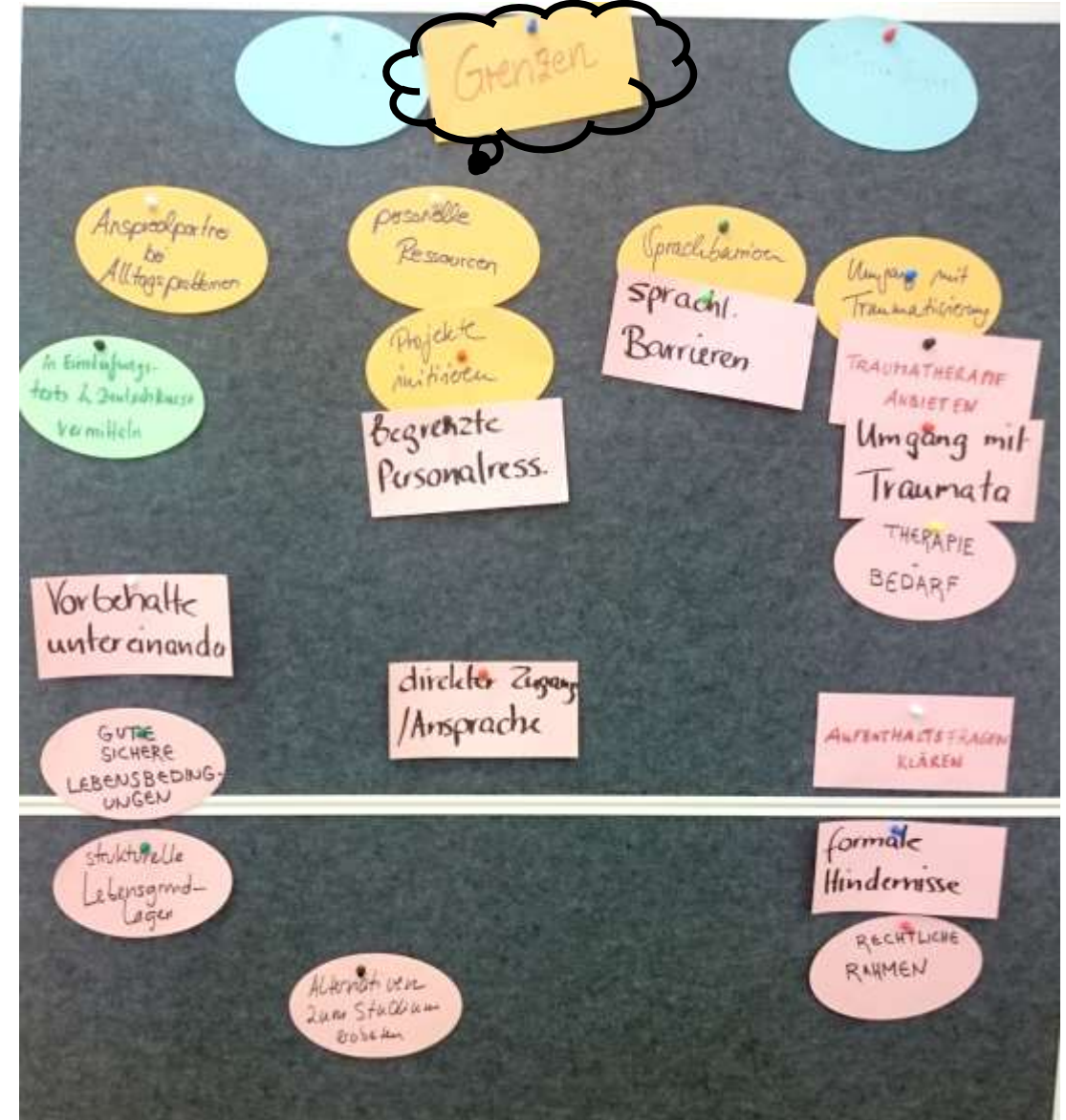
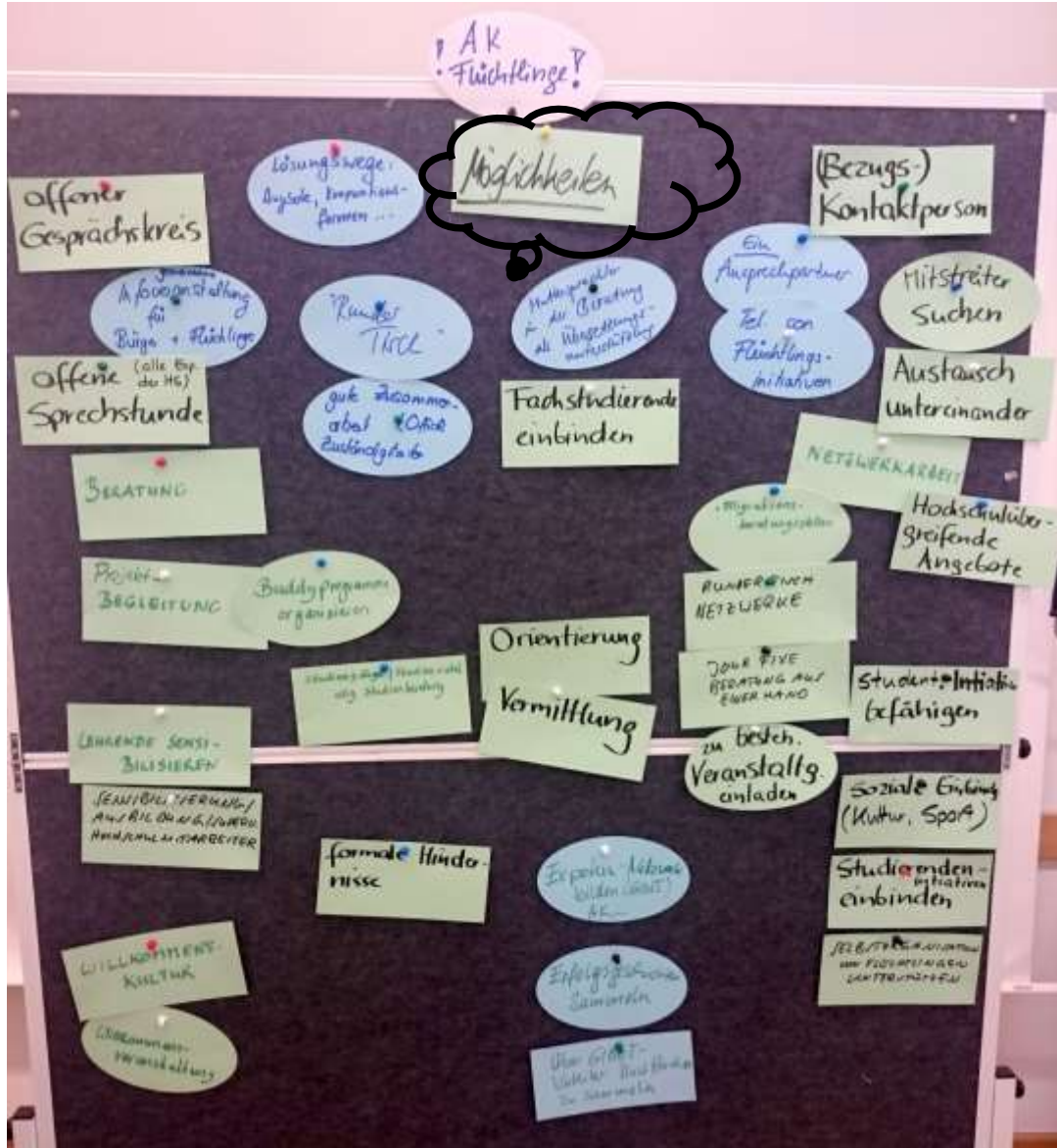
- Was sind realistische Möglichkeiten?
- Was ist hilfreich und wirkungsvoll?
- Welche Unterstützung ist erforderlich?

TeilnehmerInnen des Workshops

Kurze Vorstellung
mit Bezug zum Workshop-Thema:
Motivation der TN zur Teilnahme

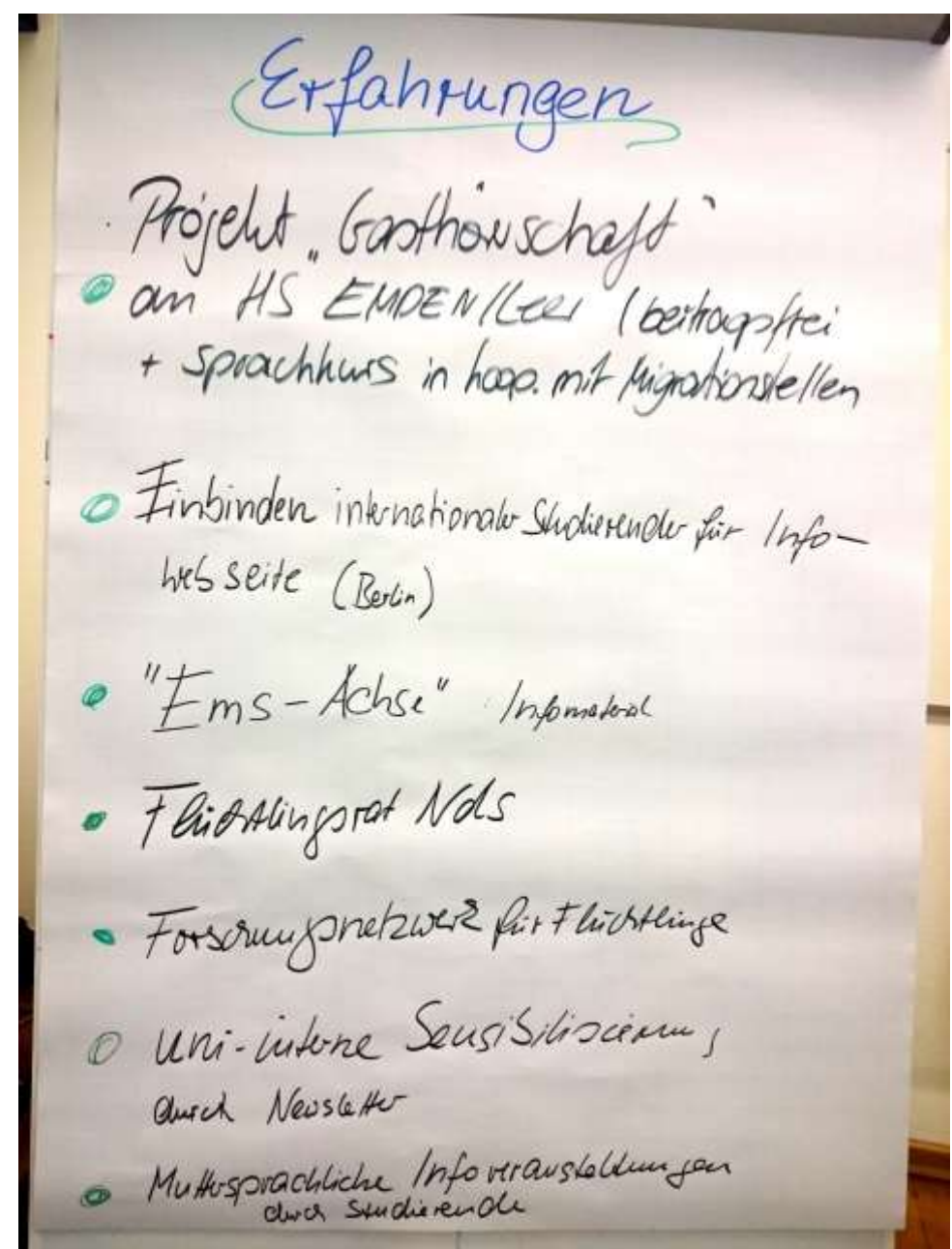


Möglichkeiten und Grenzen in der Beratung von Flüchtlingen



Erfahrungsaustausch

Was ist hilfreich?



Lessons learned?

Wichtige Voraussetzung ist eine gute Vernetzung:

- um mit den komplexen Fragestellungen umzugehen
- um von Anderen zu lernen
- um Ressourcen sinnvoll einzusetzen

Daher entstand die Idee, über die GIBeT einen bundesweiten Arbeitskreis zur Flüchtlingsproblematik zu initiieren.

Marco Bazalik wird eine Umfrage zu möglichen InteressentInnen durchführen und bei ausreichenden Rückmeldungen mit dem GIBeT-Vorstand das notwendige Vorgehen klären. Dann könnte bereits auf der nächsten GIBeT-Frühjahrstagung ein Arbeitskreis-Treffen stattfinden 😊

Psycholog.
Beratung

Gruppen-
angebote

"Events"
-Vorträge, Workshops
etc. -

Career
Service

Pers. Freiheit /
Entwicklungsmöglichkeit

Vielschichtiges (aktuelles)
Erfahrungswissen
inhaltliche
Freiheit

hohe
Qualifikation

Chancen

Angebote
erweitern

Spezielles
Expertenwissen
zu
Punkten

(neu)
Qualität durch
Engagement

Hochschaligkeit
von der Wichtigkeit
des Angebots über-
zeugen

Flexibilität

Außenperspektive

Potenzialer Bewerberinnenpool

Spitzen
abfangen



HHU Berg. Uni W'tal

UHH

FH Do

FH Rhein-Waal
Uni Kassel

HAW

Berg. Uni W'tal
psycholog.
Beratung

rupper-
angebote

FH GE/RE/BOH

Leibniz- Uni H

HHU

"Events"
-Vorträge, Workshops
etc. -

Career
Service

UDE

HHU Ddf.

Neben- wirkungen

Weisungsun-
abhängigkeit

Planungsunsicherheiten und
mit Ressourcen und
Expertisen

größeres Team
→ Administration
→ Koordinierung

kurzer
Anwesenheit der
Beauftragten

Auswirkungen
auf unbefristete
Beschäftigung

Einsparungs-
. oder
potentielle Flexibilisierung?
(bzgl. Vertrags-
abschlüssen)

↳ Arbeitsrecht

Lohngefälle
im Team

TEAM

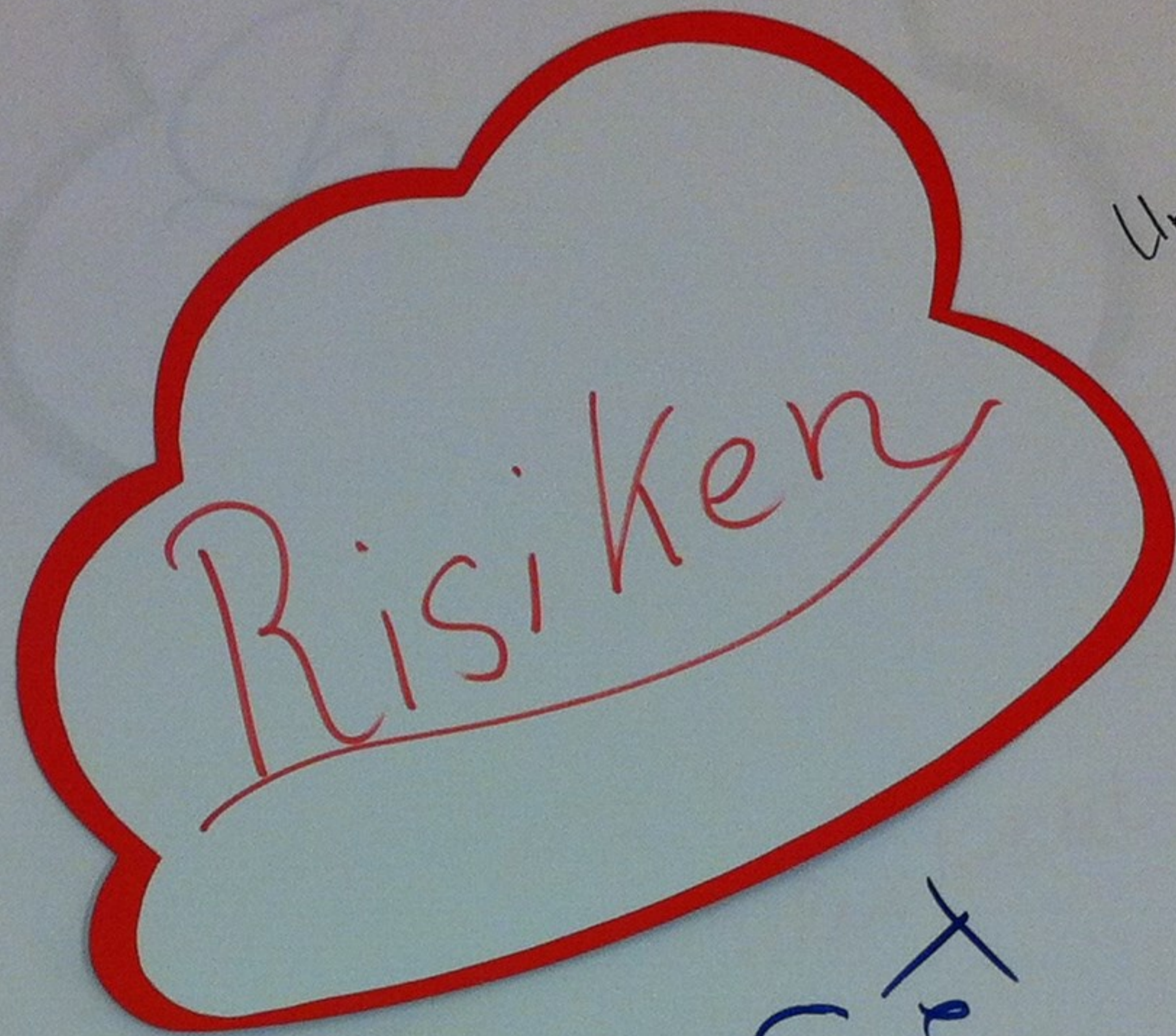
Beitrag zur Vergrößerung des akademischen Prekariates

Probleme in der
Durchführung und Einhaltung
von QM-Kriterien

Kontinuität
des Angebots
ggf. nicht gesichert

Wissensabfluss

internes Wissen
schwer oder nicht zugänglich



Unverbindlichkeit

fehlende Identifikation
mit Uni od.

Beratungsstelle (STW)

Teamkohäsion
(Zusammenhalt)

Zeitmanagement
(gemeinsame Meetings)

Selbstausbuntung = schlechte Beratung durch HS

"Moderne" Studienberatung?!

- Coaching für Studierende

♥lich willkommen!

➤ Definition + Abgrenzung

➤ Methoden + Haltung

➤ Standards + Weiterbildung

Anwendungsbereiche klären

Wissen, was man ^{jetzt schon} tut
😊

Wissen, worüber man spricht

Allgemeine Studienberatung

Informationsinput
Hilfe, Infos +
Kontakte aufgeben

Zusammenfragen zur
Selbstreflexion
stellen

Weiterempfehlungen
geben

professionell
+
entscheidungs-
unterstützung

Hilfe zur
Selbsthilfe

...
...

...
...

Career Service

Mappen - Check

Zeitmanagement

Studieneingangsstufe

Zeit-Rhythmus

Praxis-Teilnahme - Studien
Anforderungen

Verstärkung der
Kommunikationsfähigkeiten

Abstr. -
Eingangsphase
diskussionen

the

Bewertung

Begleitung

individuell

Praxis
konkret

Ergebnisoffen

Coaching

„Modelbegriff“

Zielgerichteter
Method Setting

Lösungsorientiert

„Coachee ist
Expertin seiner/
Ihre selbst“

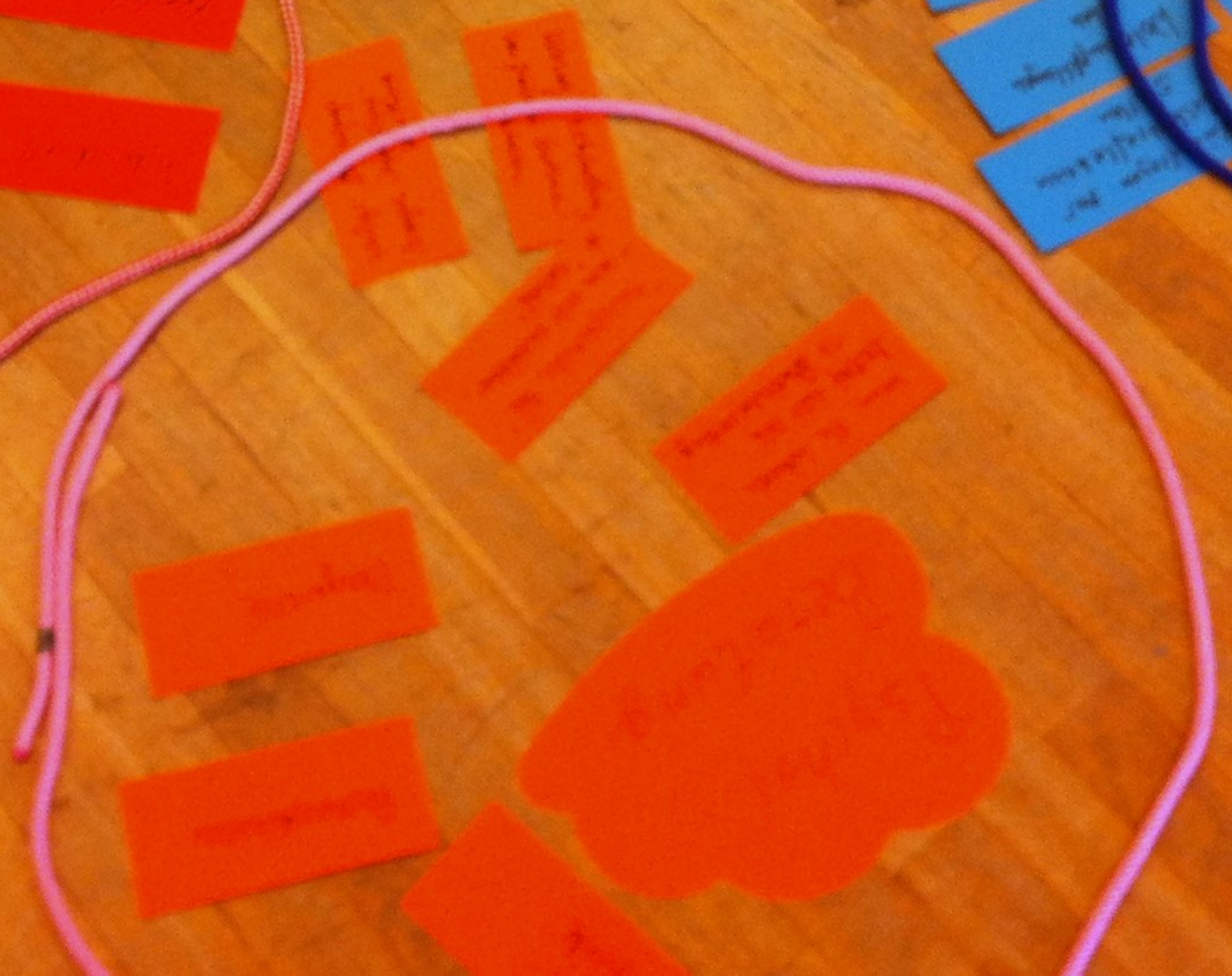
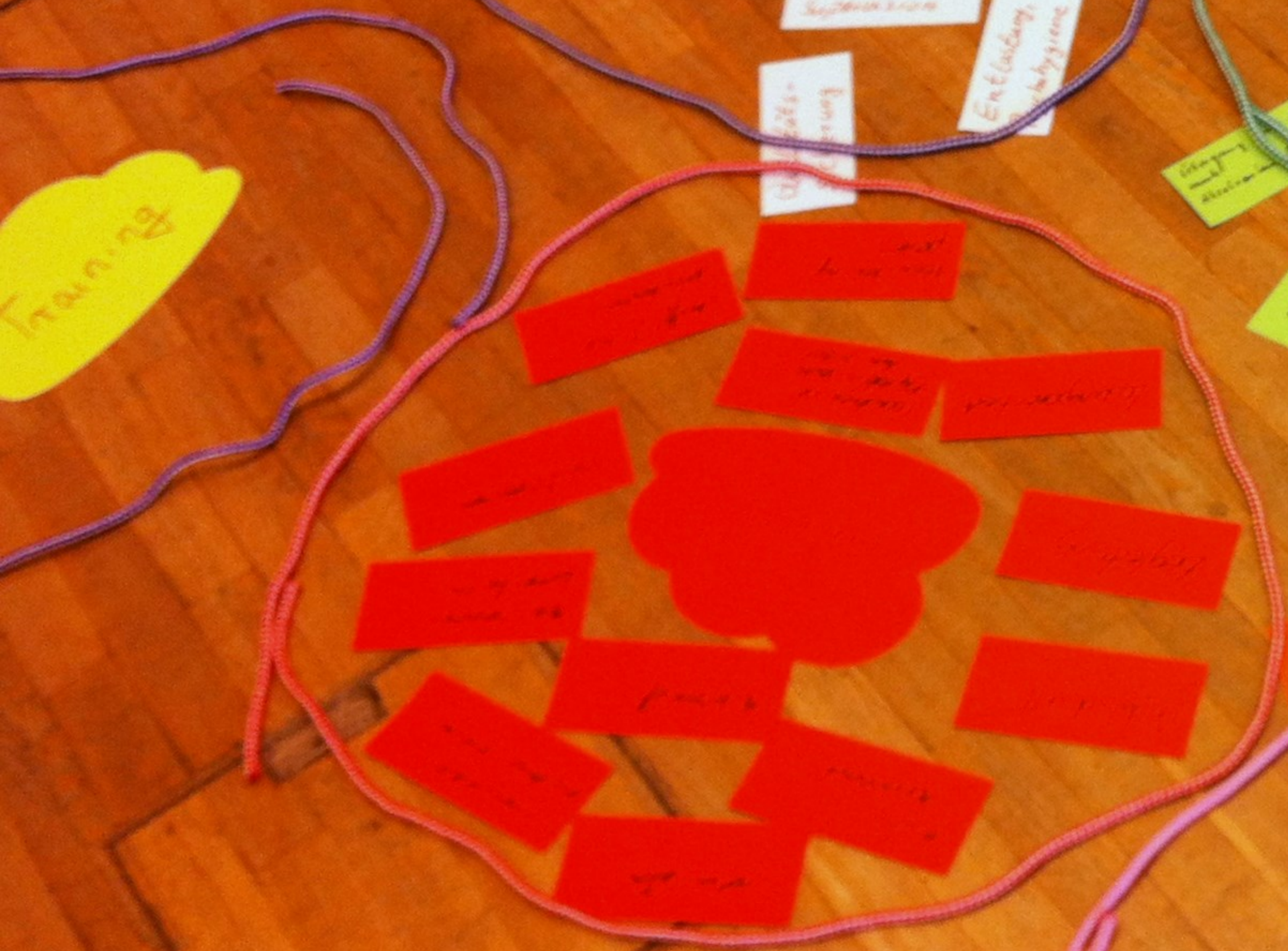
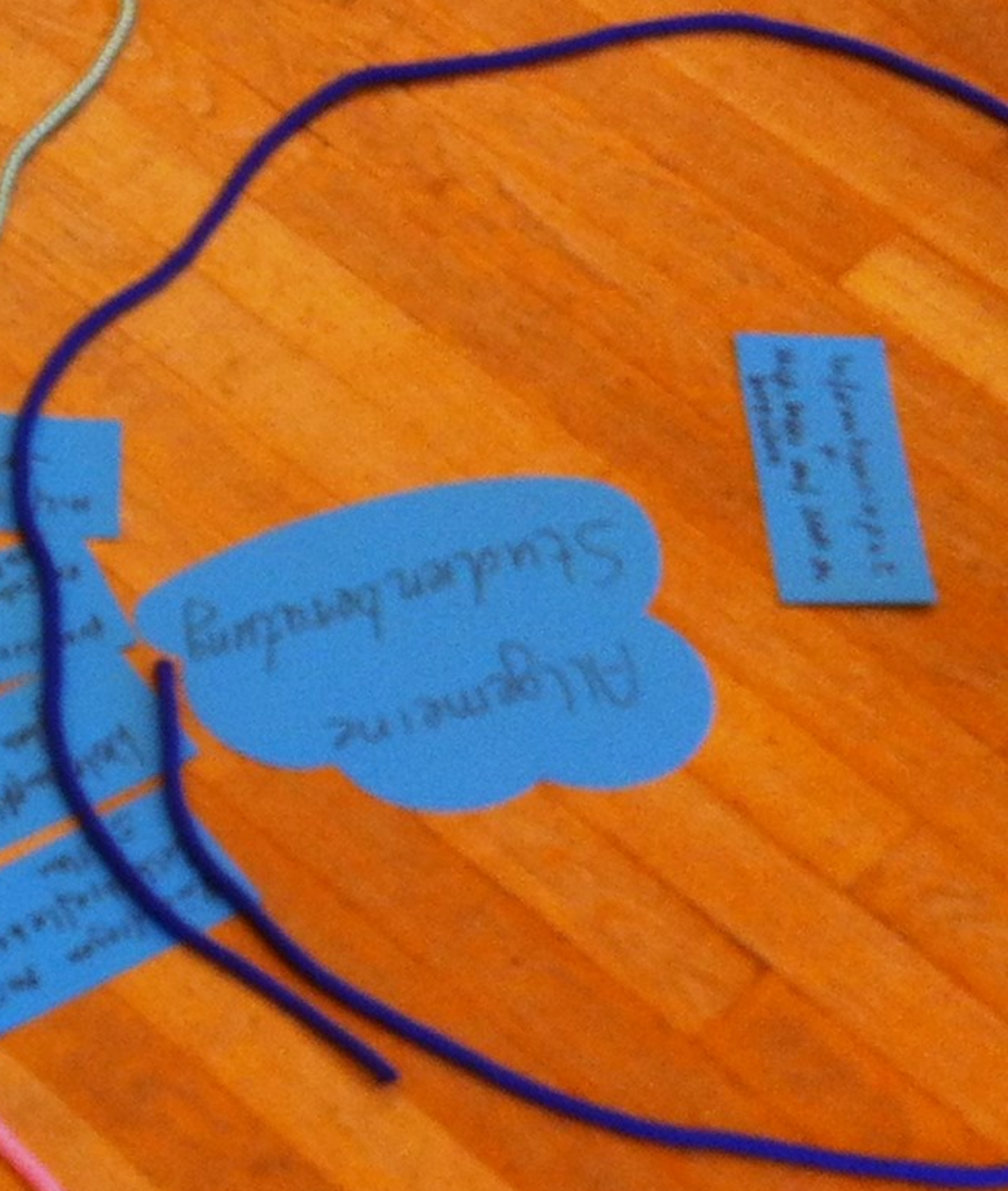
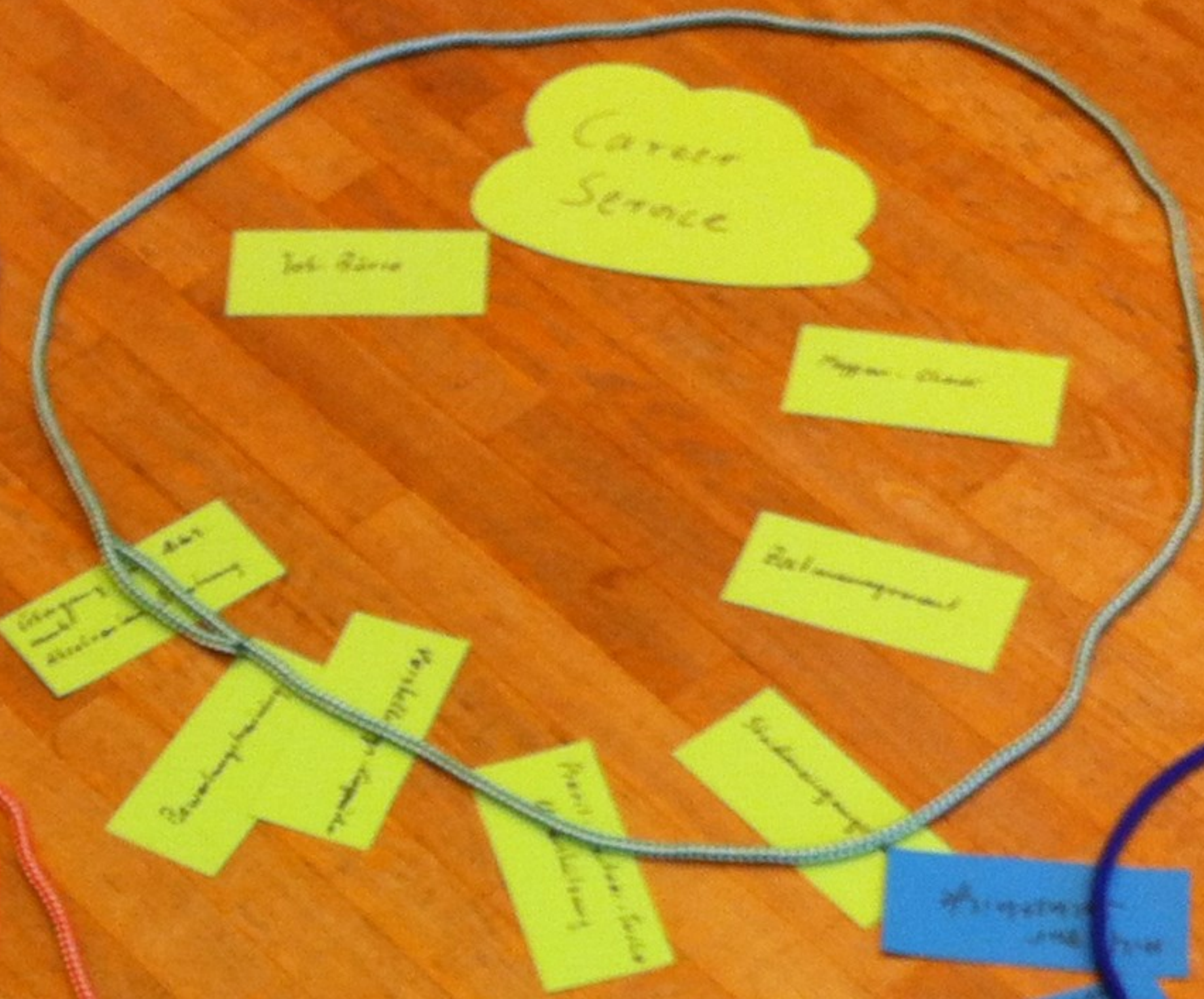
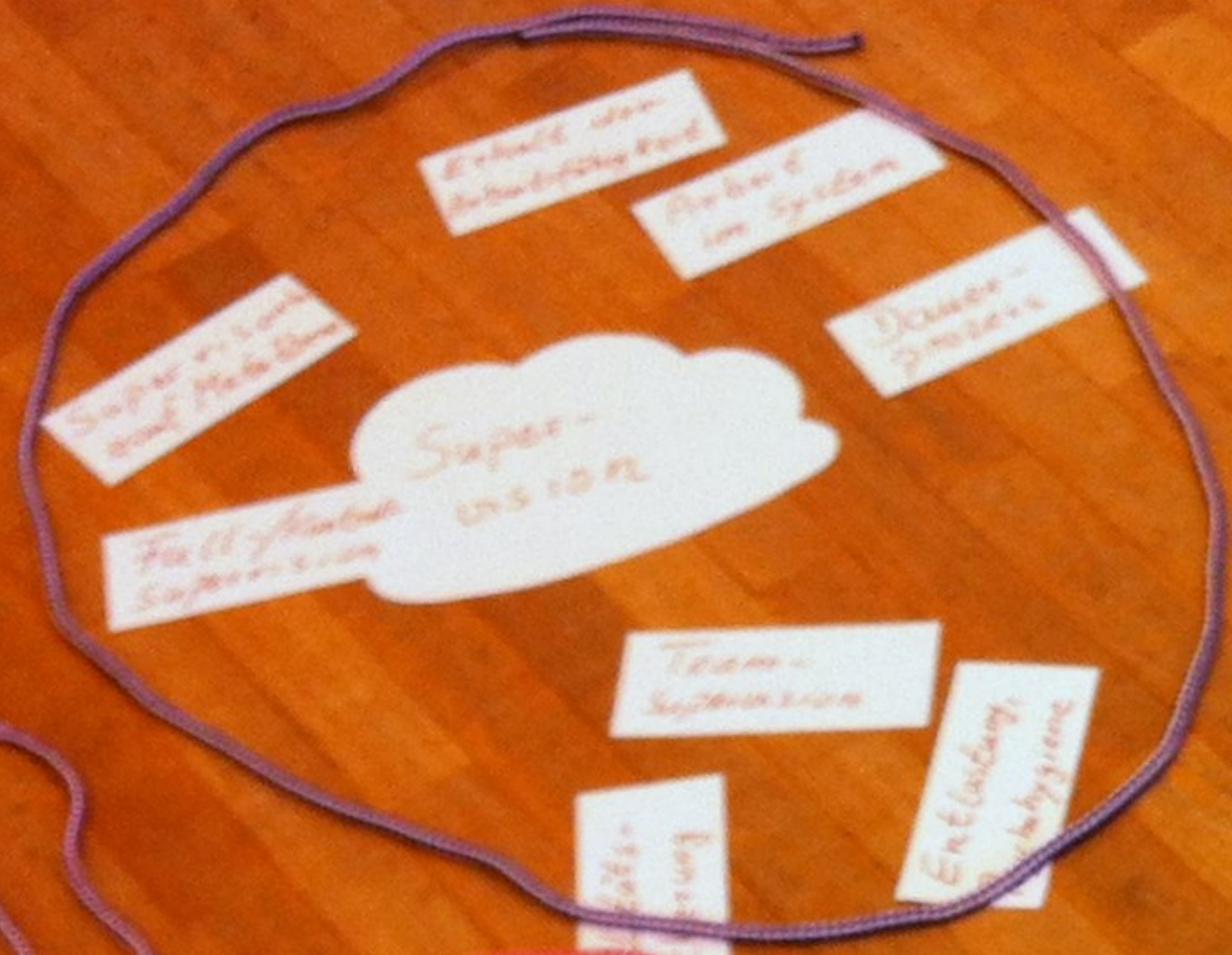
Veränderungs-
prozess

Prozessbegleiter/
Lernbegleiter

Berufsbegleiter

Schafft & löst
Unsicherheit

2



Psychol. Beratung

Experten-
fälle

Psychoedukation

Diagnostik

Wenn ein höherer
Bedarf hat als
1:1 Einzelberatung

"therapeutische Fälle"
→ wenn nicht einschätzbar,
als "normal"

Wartung
von Problem d. Emotionen/
Behandlung
halten

Weniger -
stereotype
Diagnosen -
Hilflos

Indi...

...

Supervisorin
⇒ auf Meta-Ebene

Erhalt der
Arbeitsfähigkeit

Arbeit
im System

Dauer-
prozess

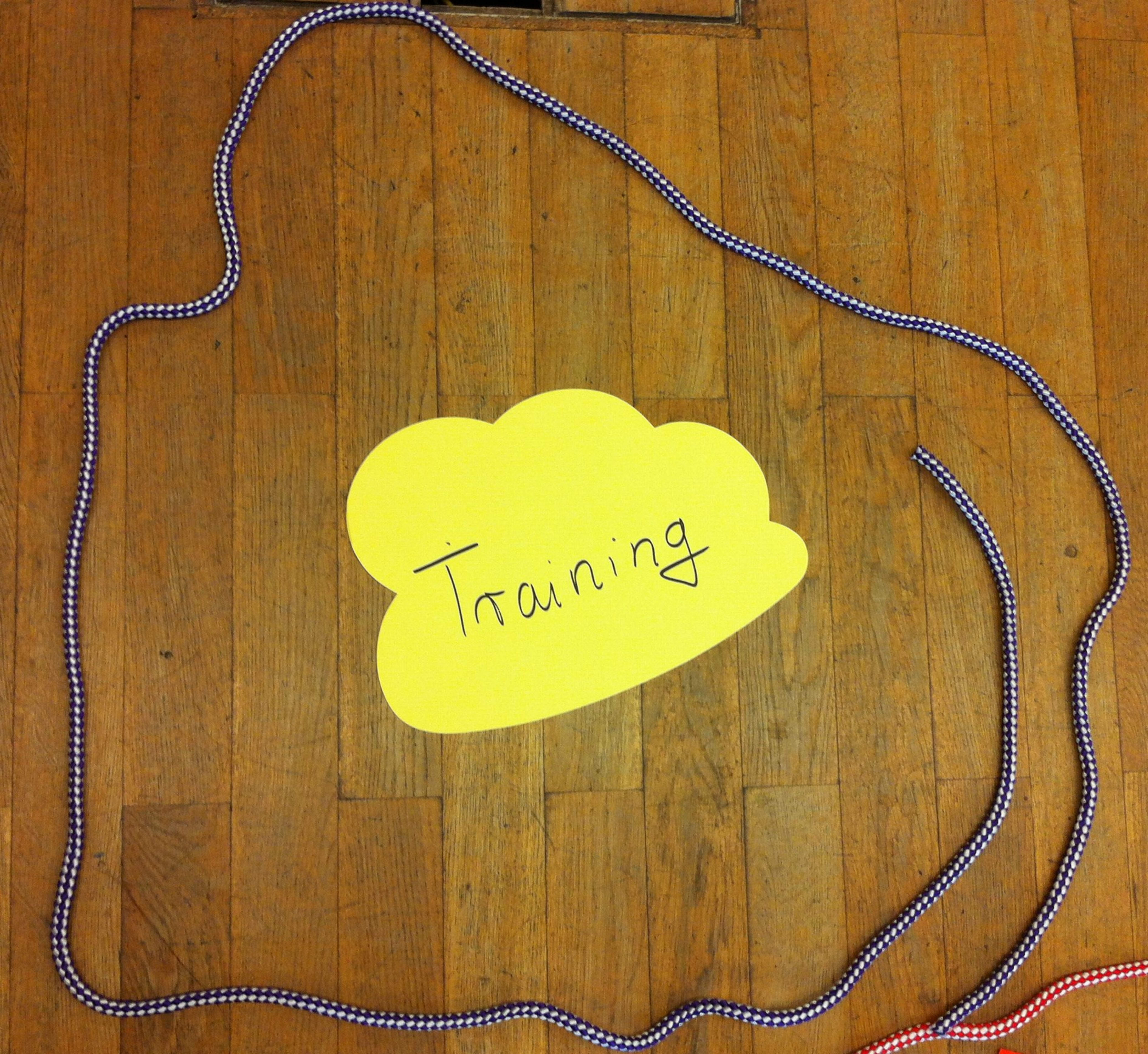
Super-
vision

Fall-Kontroll-
supervision

Team-
supervision

Qualitäts-
sicherung

Entlastung,
Psychohygiene



Training

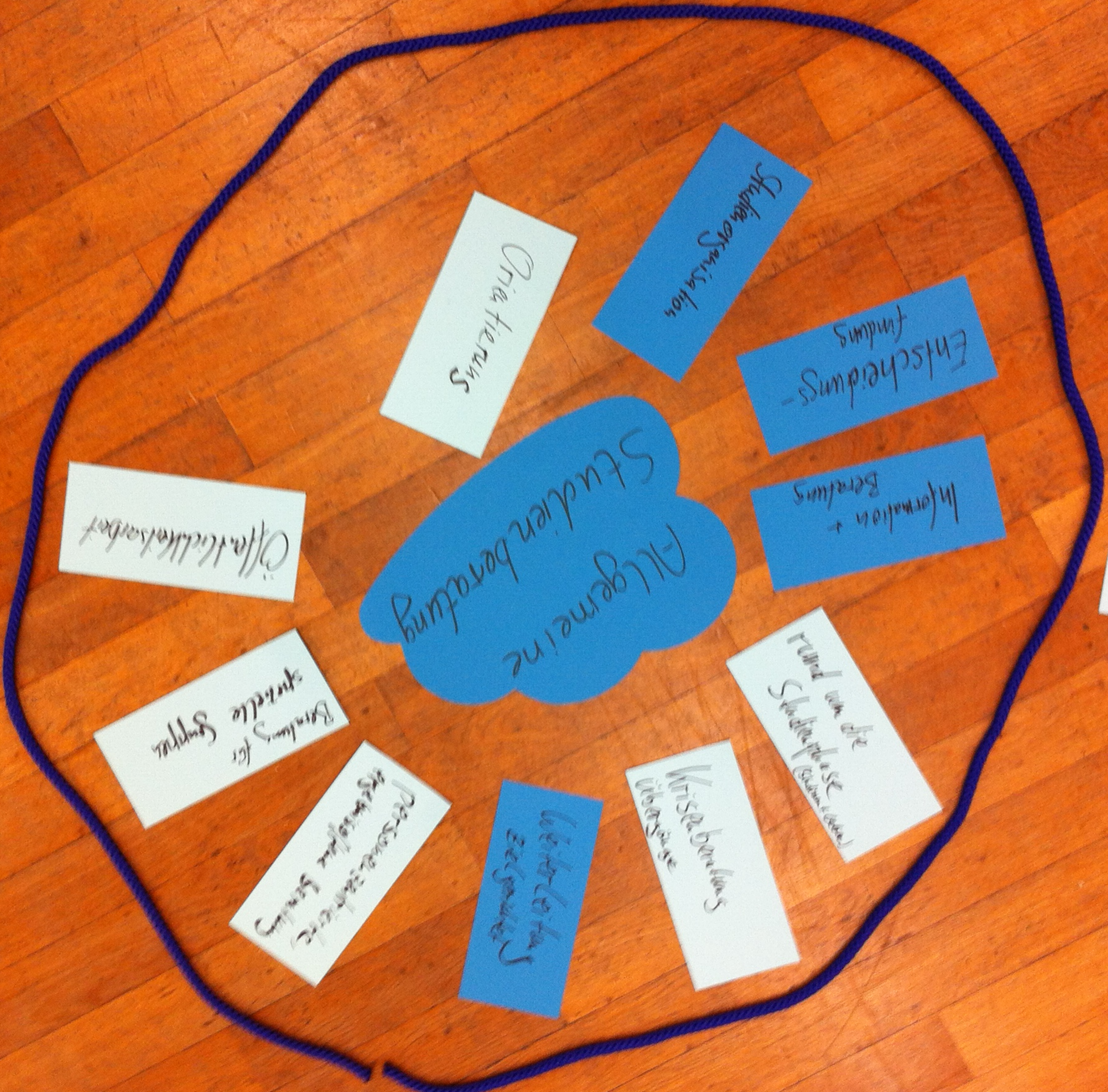
"Moderne" Studienberatung?
- Coaching für Studierende

Herzlich willkommen!

➤ Definition u. Abgrenzung

➤ Haltung u. Methoden

➤ Standards u. Weiterbildung



Allgemeine Studienberatung

Studienorganisation

Entscheidungsfindung

Information + Beratung

Einzel- und Gruppenangebote

Kauf von etc. Studienphase (Glaubens)

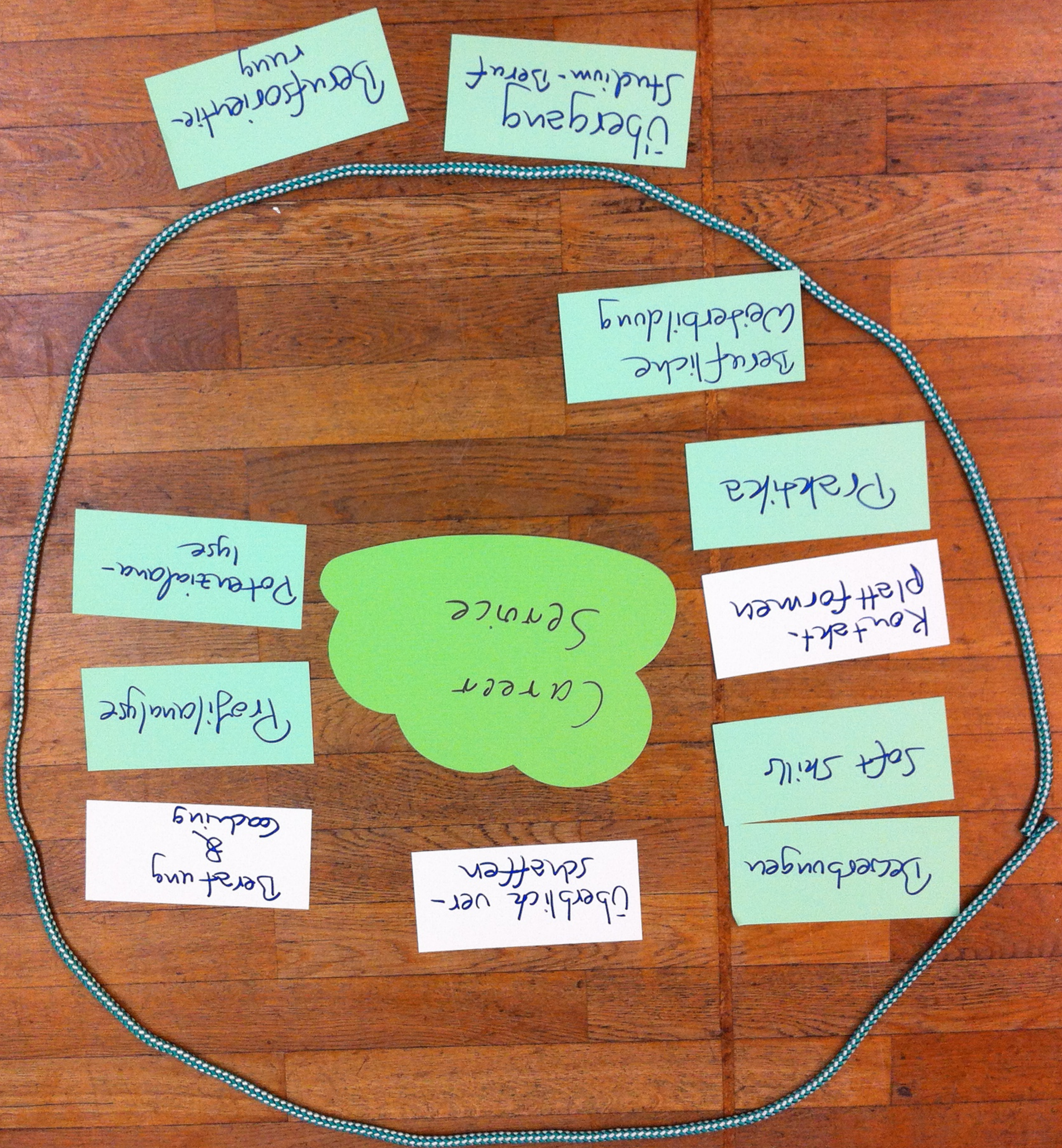
Mitsprache übers. übers.

Wirklichkeit der Ergebnisse

Personalisierte Beratung

Beratung für spezielle Gruppen

Offenheitskriterien



Übergang
Studium-Beruf

Berufsorientie-
rung

Berufliche
Weiterbildung

Praktika

Kontakt-
Plattformen

Soft Skills

Bereibungen

Career
Service

Überblick ver-
schaffen

Beratung
&
Coaching

Profilanalyse

Potentialana-
lyse

neue Wege aufzeigen

klare Zieldefinition

Einzelmeinung
zu zweit

Prozessbegleitung
(längerer Zeitraum)

Optimierung
des Outputs mit vorh.
Ressourcen

Definition/Abgrenzung ist
"trendabhängig"
("sich wandelnd")

Coaching

Einzelmeinung:
Konkrete Ideen, Rat-
schläge, Motivation, [ⓑ]
Techniken lehren
im Sinne eines
Trainers [ⓑ]

Hilfe zur Selbstreflexion → Selbsthilfe [Ⓐ]
(andere Meinung)

Zuhören

Austausch

nachfragen /

präzisieren

sich seiner
eigenen
Haltung
bewusst
werden

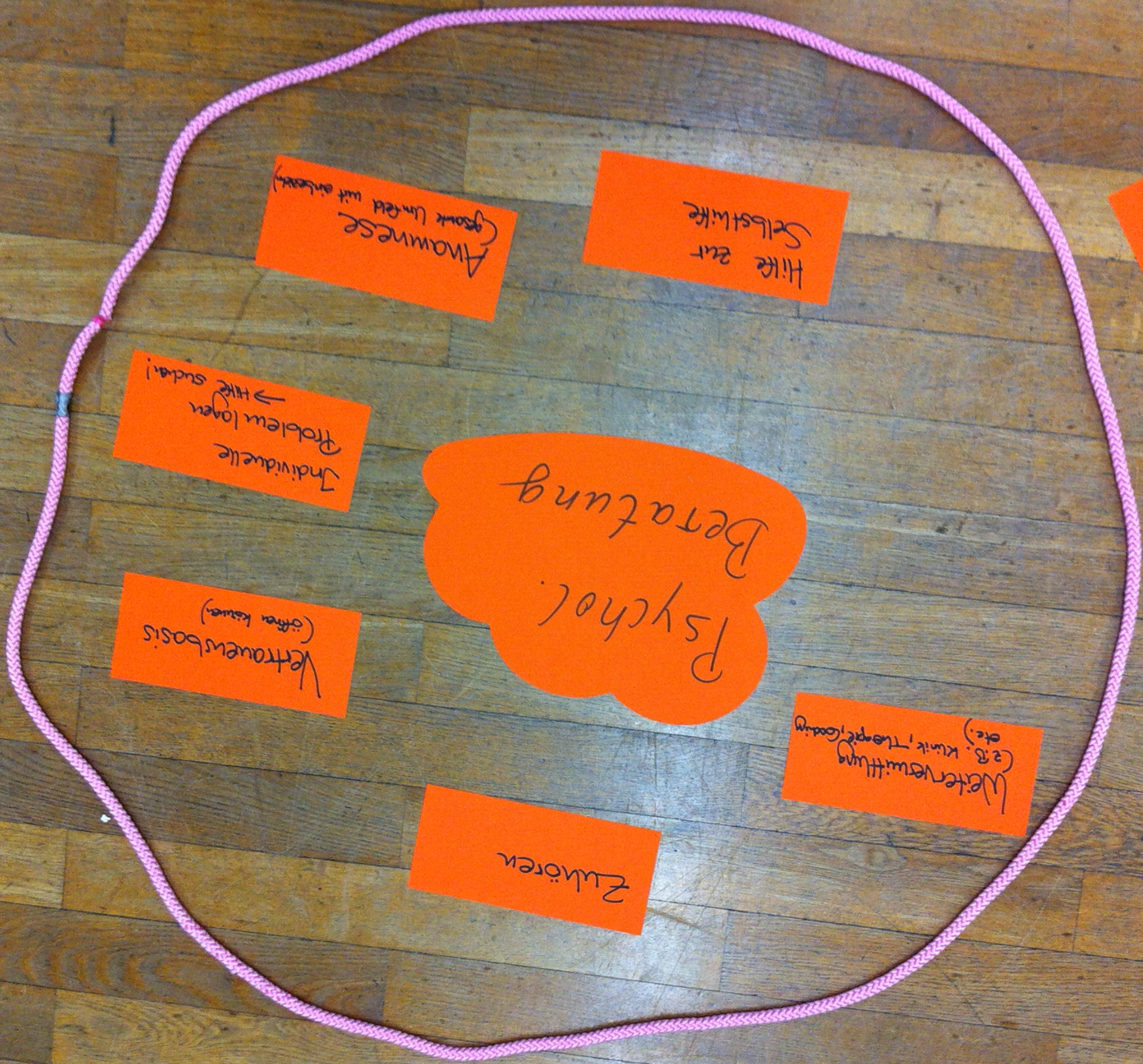
definieren

reflektieren

Augenhöhe

verständigen

Kommunizieren



Psychol. Beratung

Hilfe zur Selbsthilfe

Anamnese
(Gesamt Umfeld mit einbeziehen)

Prozess
Entwicklung

Weterversmittlung
(z.B. Klinik, Therapie, Beratung etc.)

Zuhören

Vertrauensbasis
(offen lassen)

Individuelle
Problem lösen -> Hilfe suchen!

Soziale Berufe

SUPER-
VISION

Fall ~~beurteilung~~ ^{beurteilung}

beurteilungs-
Beurteilung

Selbststeuerung

Selbstreflexion

Team



Aufstellung

Training

Wissen

Trainer-in kann sein, muss aber nicht

Vermittlung von fachlichen Inhalten

Vorbereiteter Ablaufplan

Sich selbst verbessern

Automatisieren (von Fertigkeiten)

es gibt oft einen Wissensvorsprung

Fertigkeiten werden vermittelt

...geht allein oder in der Gruppe

gezielt

Coaching – Standards: Überblick

- Nebenberufliche Weiterbildung
- Inzwischen auch akademisch (MA, WB-Zertifikate)
- Keine allgemeingültigen Standards
- Zahlreiche Varianten („Bindestrich-Coaching“)
- Verschiedene Dachverbände (national + international)



Coaching – Standards: Überblick

Achtung:

Der Begriff Coaching
ist nicht geschützt:

*Jede/r kann sich Coach
nennen*



Coaching – Standards: Überblick

Niedrig

Qualifikationslevel

Hoch

Status	Laien, Amateure, Gutwillige, „Missionare“	Fachlich Qualifizierte, i.d.R. mit Hochschulabschluss
Qualifikation	Selbst ernannte Fachleute, selbst zertifizierte, kurzfristig erreichbare Weiterbildungsabschlüsse	Fachausbildung mit verbandlicher Anerkennung (Zertifikate) mit Mindestdauer 18 Monate
Bezeichnung	Glücks-Coach, Life-Coach, Abnehm-Coach, Hypnose- Coach etc.	Psychologin, (Sozial-) Pädagoge, Beratende Betriebswirtin etc. mit Zusatzbezeichnung „Coach“

Coaching – Standards: Verbände

- DBVC - [Deutscher Bundesverband Coaching](#)
 - DCV - [Deutscher Coaching Verband](#)
 - DGfC - [Deutsche Gesellschaft für Coaching](#)
 - DFC - [Deutscher Fachverband für Coaching](#)
 - DCG - [Deutsche Coaching Gesellschaft](#)
 - EASC - [European Association for Supervision and Coaching](#)
 - DGSv – [Deutsche Gesellschaft für Supervision](#)
- ...u.v.m.

Coaching: Weiterbildungen

1. Allgemeines

- Anbieter sollte einem Verband bzw. Dachverband angeschlossen sein
- Kosten vergleichen: ca. 2.500-12.500 €
- „Neutrale“ oder „integrative“ Coaching-Ansätze sind vorzuziehen
- Dauer nicht unter 1,5 Jahren
(=> Persönlichkeitsentwicklung)

Coaching: Weiterbildungen

2. Voraussetzungen

- Abgeschlossene Berufsausbildung oder einschlägiges Studium (Psych., Päd., Soz.Päd., SoWi, BWL etc.)
- Berufs- und/oder Leitungserfahrung, Beratungserfahrung
- Offenheit für (Selbst-) Reflexion
- Bereitschaft zu persönlicher Veränderung

Coaching: Weiterbildungen

3. Weiterbildungselemente

- Präsenzeinheiten
- Kollegiale Lerngruppen (Peergroups)
- Eigenarbeit: Fachliteratur, Konzept, eigene Coachings
- Lehrcoaching/Supervision
- Schriftliche Abschlussarbeit zum Konzept, Abschlussgespräch
- Z.T. Teilnahme an Konferenzen/Kongressen

Coaching: Weiterbildungen

4. Rahmenbedingungen

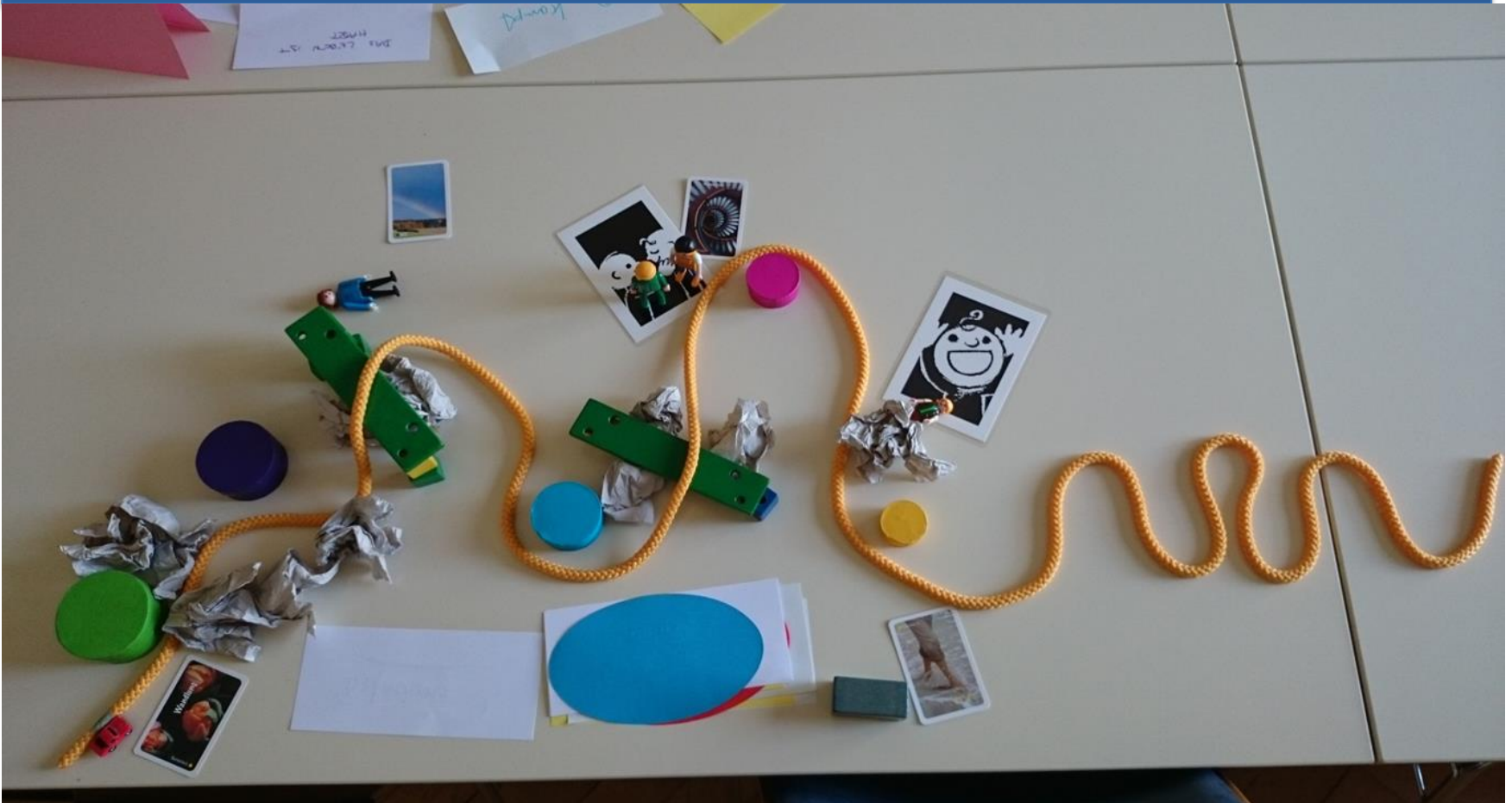
- Blockveranstaltungen an Wochenenden oder Wochentagen, ggf. Bildungsurlaub
- Mind. 250 UE ohne Eigenarbeit und Lehrcoaching
- Heterogenität/Multiprofessionalität der TeilnehmerInnen ist vorteilhaft

Coaching: Weiterbildungs-Anbieter

- Volkshochschulen, andere Bildungsträger
- Freie Bildungsinstitute
- Akademien
- Fernstudieninstitute
- Hochschulen: EHV, Uni Kiel, Führungsakademie B-W, Leuphana, H:G (Life-Coaching B.Sc.!)



Vielen Dank für Eure Aufmerksamkeit!



ZSB
ZENTRALE
STUDIENBERATUNG

Workshop: Studienberatung mit dem Inneren Team

Innere Pluralität – das Modell des Inneren Teams

Dipl. Psych. Frauke Schwarzahns
Dipl. Psych. Anne Rose Sanderink

GIBet 2015 in Hamburg

TUHH
Technische Universität Hamburg-Harburg

1

ZSB
ZENTRALE
STUDIENBERATUNG

Workshop: Studienberatung mit dem Inneren Team

Gehe ich heute morgen zum Workshop - oder nicht?



GIBet 2015 in Hamburg

TUHH
Technische Universität Hamburg-Harburg

2

ZSB
ZENTRALE
STUDIENBERATUNG

Workshop: Studienberatung mit dem Inneren Team

Gehe ich heute zum Workshop – oder nicht?



GIBet 2015 in Hamburg

TUHH
Technische Universität Hamburg-Harburg

3

Grundidee des Modells: Parallelitätsthese

„Die innere Dynamik im Seelenleben des Menschen entspricht in weiten Teilen der Dynamik, wie sie sich in Gruppen und Teams ereignet.“



Das Geheimnis für ein produktives Arbeits- und Seelenleben (mit Effektivität nach außen und guten „Betriebsklima“ nach innen) liegt im gelungenen Zusammenspiel von **kooperativer Führung** und **Teamarbeit**.“

(Schulz von Thun, 1998)

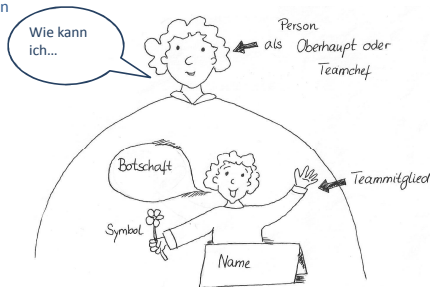
Das Oberhaupt und seine Teammitglieder

Als Oberhaupt stehen wir über dem Ganzen, nehmen die einzelnen Mitglieder wahr und versuchen, sie zu einem Team zu integrieren.



Das Prinzip dahinter:

- Personalisieren
- Visualisieren




ZSB ZENTRALE STUDIENBERATUNG

Workshop: Studienberatung mit dem Inneren Team

Wozu – mögliche Anlässe:

- Diagnostische Selbstklärung
- „Oberhaupt-Stärkung“
- Ressourcenarbeit
- Glaubenssätze aufspüren
- Entscheidungsfindung
- Umgang mit Ambivalenzen/ Antipoden
- ...



GIBet 2015 in Hamburg


TUHH Technische Universität Hamburg-Harburg

ZSB ZENTRALE STUDIENBERATUNG

Workshop: Studienberatung mit dem Inneren Team

Paul's Inneres Team

Kontext der Erhebung:
Workshop „Kursbestimmung – Wo will ich hin?“ und spätere Weiterarbeit im Einzelsetting

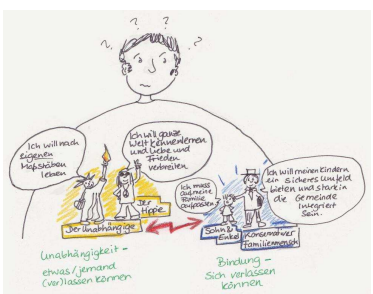


GIBet 2015 in Hamburg

ZSB ZENTRALE STUDIENBERATUNG

Workshop: Studienberatung mit dem Inneren Team

Paul's Inneres Team 2. Ordnung



Ich will mich eigenen Kompetenzen versichern

Ich will meine eigenen Kompetenzen und Fähigkeiten weiterentwickeln

Ich muss meine eigenen Kompetenzen weiterentwickeln

Ich will meine Kompetenzen weiterentwickeln und sie in der realen Welt einsetzen

Unabhängigkeit – etwas / jemand verlassen können

Bindung – sich verlassen können

GIBet 2015 in Hamburg

TUHH Technische Universität Hamburg-Harburg

ZSB
ZENTRALE
STUDIENBERATUNG

Workshop: Studienberatung mit dem Inneren Team

Prinzip von Identifikation und Disidentifikation

Weitere Schritte:

- Bild 2. Ordnung
- Inszenieren im Raum



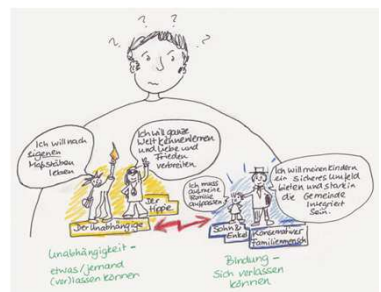
Du bist ein Teil von mir. Du bist nur ein Teil von mir.

GIBet 2015 in Hamburg  TUHH
Technische Universität Hamburg-Harburg

10

ZSB
ZENTRALE
STUDIENBERATUNG

Workshop: Studienberatung mit dem Inneren Team



Ich will noch irgendein hochschulisches Leben

Schritt große Welt zu kleineren und keine und werden

Ich will meine Existenz sichern - sichers tun ist die gesamte Existenz an sich


Ich muss meine Existenz sichern

Sicheres Leben

Ich will meine Existenz sichern - sichers tun ist die gesamte Existenz an sich

Unabhängigkeit - etwas / jemand verlassen können

Bindung - sich verlassen können

GIBet 2015 in Hamburg  TUHH
Technische Universität Hamburg-Harburg

11

ZSB
ZENTRALE
STUDIENBERATUNG

Workshop: Studienberatung mit dem Inneren Team

Prinzip von Identifikation und Disidentifikation

Weitere Schritte:

- Bild 2. Ordnung
- Inszenieren im Raum
- Innere Bühne
- Brief schreiben
-



Du bist ein Teil von mir. Du bist nur ein Teil von mir.

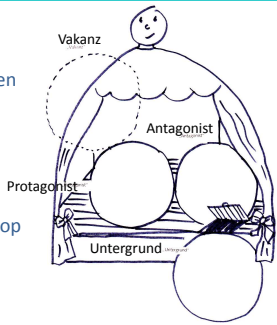
GIBet 2015 in Hamburg  TUHH
Technische Universität Hamburg-Harburg

12

ZSB
ZENTRALE
STUDIENBERATUNG

Workshop: Studienberatung mit dem Inneren Team

Beispiel aus unserer Praxis
Workshop:
Anschieben statt Aufschieben



Die Anwendung im Workshop wird erleichtert durch eine vorstrukturierte Version


GIBet 2015 in Hamburg

TUHH
Technische Universität Hamburg-Harburg

13

ZSB
ZENTRALE
STUDIENBERATUNG

Workshop: Studienberatung mit dem Inneren Team



Literatur:

- Friedemann Schulz von Thun (1998)
Miteinander Reden: 3
- Dagmar Kumbier (2013)
Das Innere Team in der Psychotherapie

Danke für die Aufmerksamkeit!


GIBet 2015 in Hamburg

TUHH
Technische Universität Hamburg-Harburg

14

ZSB
ZENTRALE
STUDIENBERATUNG

Workshop: Studienberatung mit dem Inneren Team




Kontakdaten:

- Frauke Schwarzahns:
Tel: 04042878-4142
schwarzahns@tuhh.de
- Anne Rose Sanderink:
Tel: 04042878-4463
annerose.sanderink@tuhh.de

GIBet 2015 in Hamburg

TUHH
Technische Universität Hamburg-Harburg

15

 **Universität Hamburg**
DER FORSCHUNG | DER LEHRE | DER BILDUNG


Das Thema Aufschieben in der psychologischen Beratung an Hochschulen

Dipl.-Psych. Claudia Liberona
Claudia.Liberona@verw.uni-hamburg.de

Dipl.-Psych. Johanna Courtel
Johanna.Courtel@verw.uni-hamburg.de

Zentrale Studienberatung und Psychologische Beratung UHH

Verfasser/in
Webadresse, E-Mail oder sonstige Referenz

 **Universität Hamburg**
DER FORSCHUNG | DER LEHRE | DER BILDUNG

Ablauf des Workshops

- Aufschieben (Prokrastination)
- Fallbeispiele
- ADA: Anfangen – Dranbleiben – Abhaken
- Übung: Der innere Blockierer
- Kleingruppenarbeit: Welche Beratungsangebote gibt es in meiner Einrichtung für Studierende mit vergleichbaren Schwierigkeiten?
- Austausch im Plenum

Verfasser/in
Webadresse, E-Mail oder sonstige Referenz

Aufschieben (Prokrastination)

Aufschieben ist ein zutiefst menschliches Verhalten. Für die Klinische Psychologie wird es erst zum Thema, wenn es zur Gewohnheit (Habitus) wird.

Pathologisches Aufschieben wird in Ausbildung/Beruf und im Privatleben zum Problem für die Betroffenen und für ihre Interaktion mit anderen.

Aufschieben (Prokrastination)

Bei den Betroffenen führt Aufschieben zu

- schweren persönlichen Nachteilen (schlechte Noten, verlängerte Ausbildungszeiten, nicht erreichte Abschlüsse)
- Belastungen zwischenmenschlicher Beziehungen (Ärger und Enttäuschung bei anderen über nicht eingehaltene Versprechen)
- Beeinträchtigungen des eigenen Wohlbefindens (Stressgefühle, Schlafstörungen, reduziertes Selbstwertgefühl, Depression)

Aufschieben (Prokrastination)

Das kontinuierliche Vermeiden der Arbeit für ein persönliches Ziel, obwohl dieses als wichtig angesehen wird und Zeit dafür zur Verfügung steht, erscheint den Betroffenen genauso rätselhaft wie den anderen Beteiligten.

- Verlust der Selbststeuerung
- Beeinträchtigung des Lebensvollzugs

Höcker, Engberding, Rist: Prokrastination, 2013 Hogrefe Verlag, Göttingen

Fallbeispiel 1

Herr R. (25. Jahre, Chemie Master, 1. Sem.) besucht Lehrveranstaltungen unregelmäßig, befasst sich darüber hinaus nicht mit den Inhalten. Erst zum Ende jedes Semesters wird er aktiv, gerät dann unter Hochstress, fällt zum Teil durch Prüfungen oder besteht nur knapp, obwohl er sich eigentlich mehr zutraut. Schon im Bachelor-Studium erlebte er sein Verhalten als belastend, jetzt im Master möchte er etwas daran verändern, weiß jedoch nicht wie.

Fallbeispiel 2

Frau B. (30 J., Medienwissenschaften Master 3. Sem.) hat den Eindruck, den Bezug zu ihrem Studium immer mehr zu verlieren. Nach dem Bachelor habe sie zunächst einen Job gefunden, finanziert sich seitdem selbst und arbeitet dementsprechend viel neben dem (Teilzeit-) Studium. Die meisten, die das Studium mit ihr begonnen haben, seien inzwischen schon fertig. Bislang habe sie alle Leistungen noch immer irgendwie erbracht. Vor der Masterarbeit graue es ihr jedoch jetzt schon.

Verfasser/in
Webadresse, E-Mail oder sonstige Referenz

Fallbeispiel 3

Frau V. (34. J., Kulturgeschichte Magister, 23. Sem.) hat vor über 2 Jahren mit der Arbeit an ihrer Magisterarbeit begonnen. Die Trennung von ihrem langjährigen Lebensgefährten im vergangenen Jahr hat sie völlig „aus der Bahn geschmissen“. Inzwischen fühle sie sich stabiler, an die Magisterarbeit traue sie sich jedoch nicht heran.

Verfasser/in
Webadresse, E-Mail oder sonstige Referenz

ADA: Anfangen – Dranbleiben – Abhaken Gruppenkonzept I

- Viele Ratsuchende wenden sich mit ähnlichen Schwierigkeiten an die Psychologische Beratung der UHH. 2014 benannten 13,6% Studienabschlussprobleme, 13,4% Probleme bei Arbeitsorganisation und Zeitmanagement und 12,7% Lern- und Leistungsprobleme.
- Der Rahmen der Einzelberatung (1-6 Sitzungen) war oft nicht ausreichend.

Verfasser/in
Webadresse, E-Mail oder sonstige Referenz

ADA: Anfangen – Dranbleiben – Abhaken Gruppenkonzept II

- Konzept einer fortlaufenden, halboffenen Gruppe bietet langfristige Begleitung mit wöchentlichen Sitzungen, professionelle Anleitung und Austausch mit anderen betroffenen Studierenden.
- Max. 12 GruppenteilnehmerInnen, alle 8-10 Wochen können neue TN dazukommen, wenn Plätze frei werden. Dauer der Teilnahme wird in Absprache mit jeder/m TN geplant.

Verfasser/in
Webadresse, E-Mail oder sonstige Referenz

ADA: Anfangen – Dranbleiben – Abhaken Ablauf der Gruppe

- Wöchentliche Sitzungen, zweistündig, kurze Pause
- Stunde 1: Runde zum Austausch über vorangegangene Woche, gegenseitige Rückmeldung
- Stunde 2: Input zu jeweils einem Thema (sich wiederholender Zyklus)
- Abschlussblitzlicht: Wie gehen Sie aus dieser Sitzung? Was nehmen Sie mit?
- Erster Block (Sitzung 1-5): Schwerpunkt auf **Selbstorganisationsstrategien**
- Auseinandersetzung mit **inneren Widerständen** im zweiten Block (Sitzung 6-8), wenn TN schon vertrauter miteinander sind

Titel
Untertitel

Verfasser/in
Webadresse, E-Mail oder sonstige Referenz

Seite 11
29.01.2012

ADA: Anfangen – Dranbleiben – Abhaken Block 1 – Selbstorganisationsstrategien I


Sitzung 1:


In dieser Sitzung stellen sich alle TN vor, die Gruppenregeln werden besprochen, TN, die schon länger dabei sind, nutzen diese Gelegenheit zu einem Fazit über ihr bisheriges Vorankommen. Alle TN benennen ein Projekt, an dem sie in den kommenden 8 Wochen arbeiten wollen, und planen einen ersten Schritt, der bis zur nächsten Sitzung umsetzbar sein muss.

Titel
Untertitel

Verfasser/in
Webadresse, E-Mail oder sonstige Referenz

Seite 12
29.01.2012

 Universität Hamburg DER FORSCHUNG DER LEHRE DER BILDUNG		
ADA: Anfangen – Dranbleiben – Abhaken Block 1 – Selbstorganisationsstrategien II		
<ul style="list-style-type: none"> • Sitzung 2: Zielsetzung SMART (spezifisch, messbar, aktionsorientiert, realistisch, terminiert) • Sitzung 3: Jobmentalität: Was unterscheidet das Arbeiten für das Studium vom Arbeiten im Job? Welche Rahmenbedingungen im Job wirken sich günstig auf die Motivation aus und beugen Aufschieben vor? Wie lassen sie sich auf das Studieren übertragen? • Sitzung 4: Wochenplan: realistische Zeitplanung • Sitzung 5: Problemlösen: Problem erkennen und beschreiben, alternative Lösungsstrategien abwägen, entscheiden 		
Titel Untertitel	Verfasser/in Webadresse, E-Mail oder sonstige Referenz	Seite 13 29.01.2012

 Universität Hamburg DER FORSCHUNG DER LEHRE DER BILDUNG		
ADA: Anfangen – Dranbleiben – Abhaken Block 2 – innere Widerstände		
<p>Sitzung 6: Der innere Kritiker (hinderlicher Perfektionismus, Selbstabwertung) „Du bist zu langsam, dumm, unorganisiert...“</p> <p>Sitzung 7: Der innere Fürsprecher als Gegenspieler</p> <p>Sitzung 8: Der innere Blockierer („Ich will das nicht machen, weil ...“)</p>		
Abschluss		
<p>Sitzung 9: Selbstmotivation: Zusammenfassung der Inhalte aus Sitzung 1 – 8 und Imaginationsübung (erfolgreiches Arbeiten an einer schwierigen Aufgabe)</p>		
Titel Untertitel	Verfasser/in Webadresse, E-Mail oder sonstige Referenz	Seite 14 29.01.2012



Welche Aspekte des Gruppenangebots erleben die TeilnehmerInnen als hilfreich? (Einzelaussagen)

„regelmäßige Treffen mit Reflexionsrunde (**Verpflichtung** = Druck = Aktivität) “

„**Austausch** mit anderen Studierenden, die vergleichbare Probleme haben“

Strategien: „Viele neue Denk- bzw. Motivationsansätze; Hilfe bei der Selbstorganisation“

„Die **Wiederholung** der Inhalte ist gut. Durch die mehrmaligen Durchläufe konnte ich bei mir Entwicklungen feststellen.“

Titel
Untertitel

Verfasser/in
Webadresse, E-Mail oder sonstige Referenz

Seite 15
29.01.2012



Übung Großgruppe „Der innere Blockierer“

Wann haben Sie zuletzt eine (wichtige) Aufgabe vor sich hergeschoben? Um was handelte es sich? Gehen Sie in Ihrer Vorstellung in die betreffende Situation und horchen Sie in sich hinein: Welche Stimme in Ihnen ist dagegen, die Aufgabe anzugehen? Warum? Welche Argumente gibt es dafür, die Aufgaben nicht (jetzt) anzugehen?

Beispiele für nachvollziehbare Anliegen des Blockierers siehe Arbeitsblatt

Austausch in 2er-Gruppen

Titel
Untertitel

Verfasser/in
Webadresse, E-Mail oder sonstige Referenz

Seite 16
29.01.2012



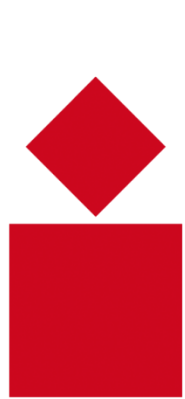
Austausch zu folgenden Fragen:

- Welche Angebote gibt es in meiner Einrichtung für Ratsuchende mit vergleichbaren Schwierigkeiten?
- Was hat sich als hilfreich erwiesen? Womit habe ich gute/schlechte Erfahrungen gemacht?

Titel
Untertitel

Verfasser/in
Webadresse, E-Mail oder sonstige Referenz

Seite 17
29.01.2012



PSYCHOTHERAPEUTISCHE BERATUNGSSTELLE

E-Beratung in der Psychotherapeutischen Beratungsstelle der JGU

Dipl.-Psych. Linda Kempf
Psychologische Psychotherapeutin



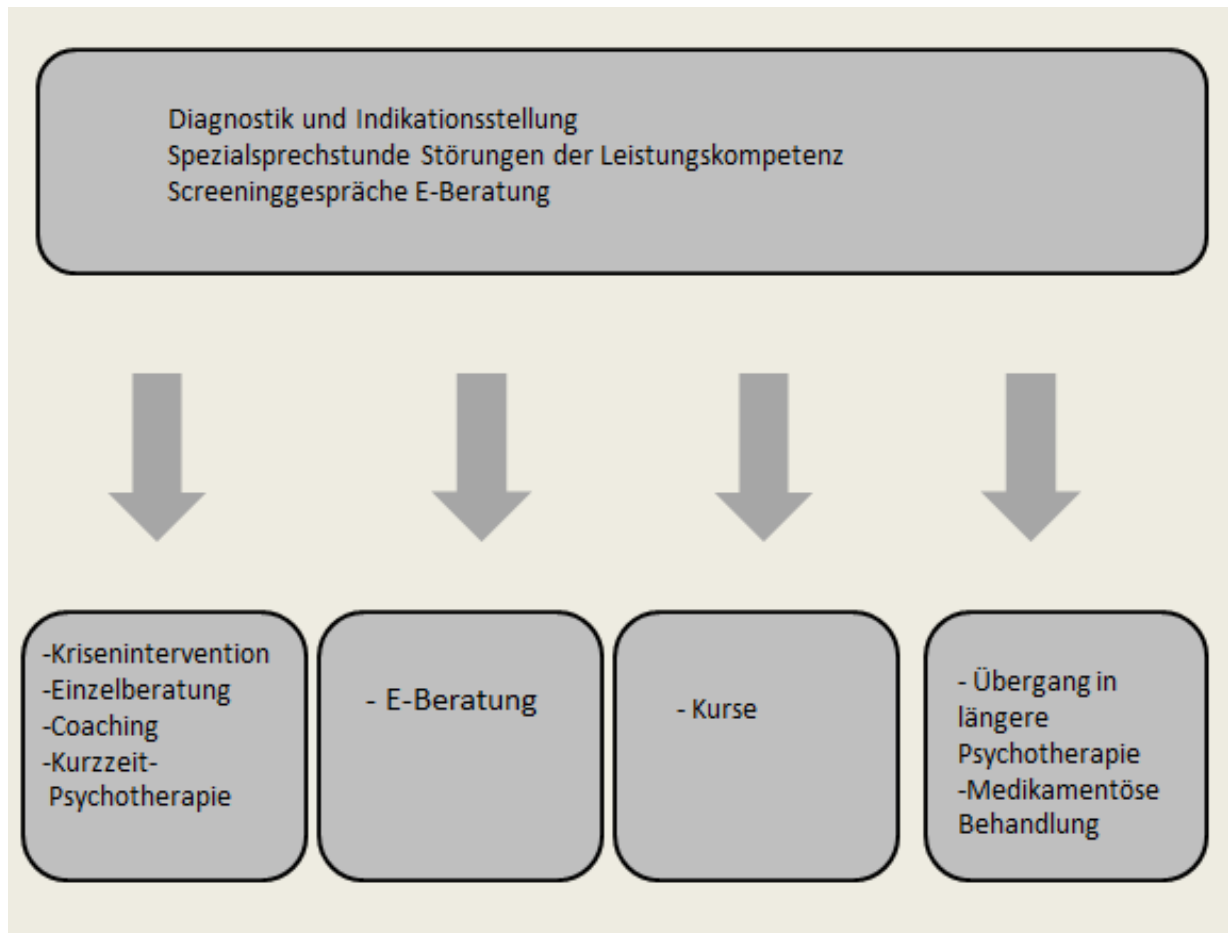
Inhalte:

- Vorstellung der PBS
- E-Beratung in der PBS
 - bei Schreibproblemen (PEBS)
 - bei Prüfungsängsten (PEPA)
- Inhalt und Aufbau der Module
- Ziele der E-Beratung
- Evaluation und Ausblick

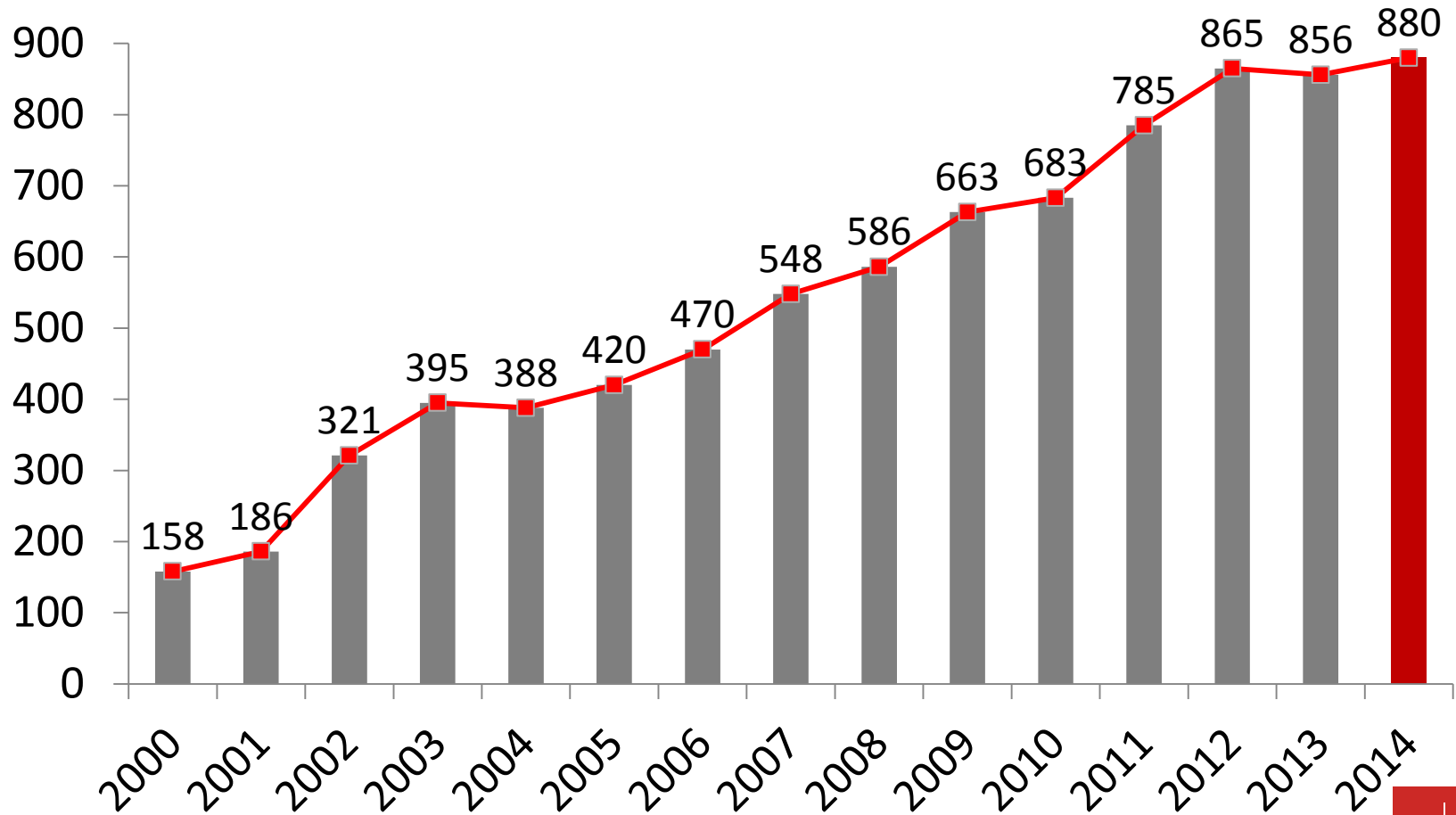
Vorstellung der PBS

- **Inhalt** der Arbeit in der Psychotherapeutischen Beratungsstelle ist die professionelle Hilfe bei der Bewältigung spezifischer Probleme, die während des Studiums auftreten. Die Beratungsstelle besteht bereits seit 48 Jahren
- Das **Beratungsteam** der PBS besteht zur Zeit aus 13 Diplom Psychologinnen, davon 7 ausgebildete Psychologische Psychotherapeutinnen

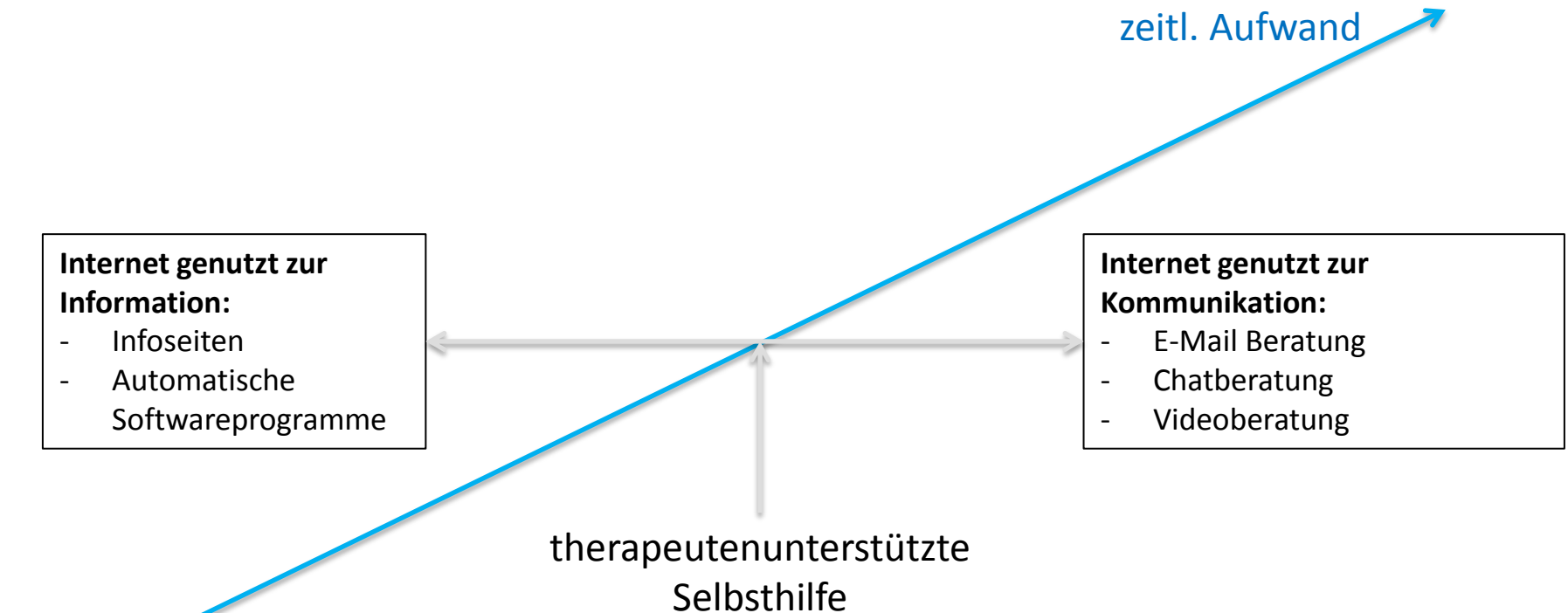
Hauptbereiche der Psychotherapeutischen Beratungsstelle



Entwicklung der Anzahl Klientinnen und Klienten seit 2000



E-Beratung in der PBS



In Anlehnung an:

Berger, T. (2012). Internetbasierte Therapie bei Angststörungen und Depressionen: Besonderheiten und empirische Evidenz. Präsentiert bei der Eröffnungsveranstaltung der 93. Verhaltenstherapiewoche, 23.-26. März, 2012, Mainz.

- Erstellt mit Mitteln des HSP II (2012-2015), aktuell zwei halbe Stellen
- Entwicklung von zwei E-Programmen zu den Themenschwerpunkten
 - 1) Schreibprobleme überwinden (seit 2012)
 - 2) Prüfungsängste bewältigen (seit 2014)
- Erste vielversprechende Projektphase 2013 mit **22 Teilnehmer/innen**
- Zweite Projektphase 2014 mit insgesamt **45 Teilnehmer/innen**
- Dritte Projektphase 2015 läuft mit bisher **40 Teilnehmer/innen**

- Programmdauer 6 bzw. 7 Wochen
- Realisierung auf der Plattform Moodle
- Pro Woche wird ein neues Modul zur Bearbeitung freigeschaltet
- Betreuung durch eine zugeordnete Beraterin
- Individuelle Rückmeldung zu jedem Modul
- Anonymisierter Account zur Bearbeitung
- Vorgespräch (Passung)
- Abschlussgespräch (Auswertung, Planung weiteres Vorgehen)

Prä-Messung	Post-Messung
<ul style="list-style-type: none"> • Prüfungsangst (Prüfungsangstfragebogen: PAF, Hodapp, Rohrman, Ringeisen, 2011) <p>Oder</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ausmaß der Schreibprobleme (Schreibfragebogen, PBS der JGU) 	<ul style="list-style-type: none"> • Prüfungsangst (PAF) <p>Oder</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ausmaß der Schreibprobleme (Schreibfragebogen)
<ul style="list-style-type: none"> • Depressivität (Kurzversion Allgemeine Depressionsskala: ADS-K, Hautzinger, Bailer, Hofmeister & Keller, 2012) 	<ul style="list-style-type: none"> • Depressivität (ADS-K)
<ul style="list-style-type: none"> • Psychopathologie (Brief Symptom Inventory: BSI, Franke, 2000) 	<ul style="list-style-type: none"> • Psychopathologie (BSI)
<ul style="list-style-type: none"> • Belastung (Belastungsrating, modifiziert nach Schneider & Margraf, 2000) 	<ul style="list-style-type: none"> • Belastung (Belastungsrating)
	<ul style="list-style-type: none"> • Mainzer Evaluationsbogen (PBS der JGU, umformuliert für die E-Beratung)
	<ul style="list-style-type: none"> • Bewertung der Module (Rückmeldebogen, PBS der JGU)

„Schreibprobleme überwinden“

Die Teilnehmer/innen durchlaufen 7 Module:

1. Der wissenschaftliche Schreibprozess: Probleme lösen
2. Schreibpraxis fördern
3. Zeitmanagement und Arbeitsweise
4. Motivation aufbauen und Aufschieben überwinden
5. Schreibhemmende Gedanken erkennen und reduzieren
6. Schreibförderliche Gedanken und Gefühle aufbauen
7. Strategien gegen (Alltags-)Überlastung anwenden

„Prüfungsängste bewältigen“

Die Teilnehmer/innen durchlaufen 6 Module:

1. Angst und Black-Out
2. Prüfungsvorbereitung
3. Negative Gedanken verändern
4. Positive Gedanken fördern
5. Entspannung und positive Bilder
6. Prüfungscoaching

- intensives, kompakte Programme
- zeitlich flexible Bearbeitung
- räumliche Flexibilität
- individuelle Betreuung
- Begleitung des Schreibprozesses/der Prüfungsvorbereitung über mehrere Wochen

Inhalte und Aufbau der Module

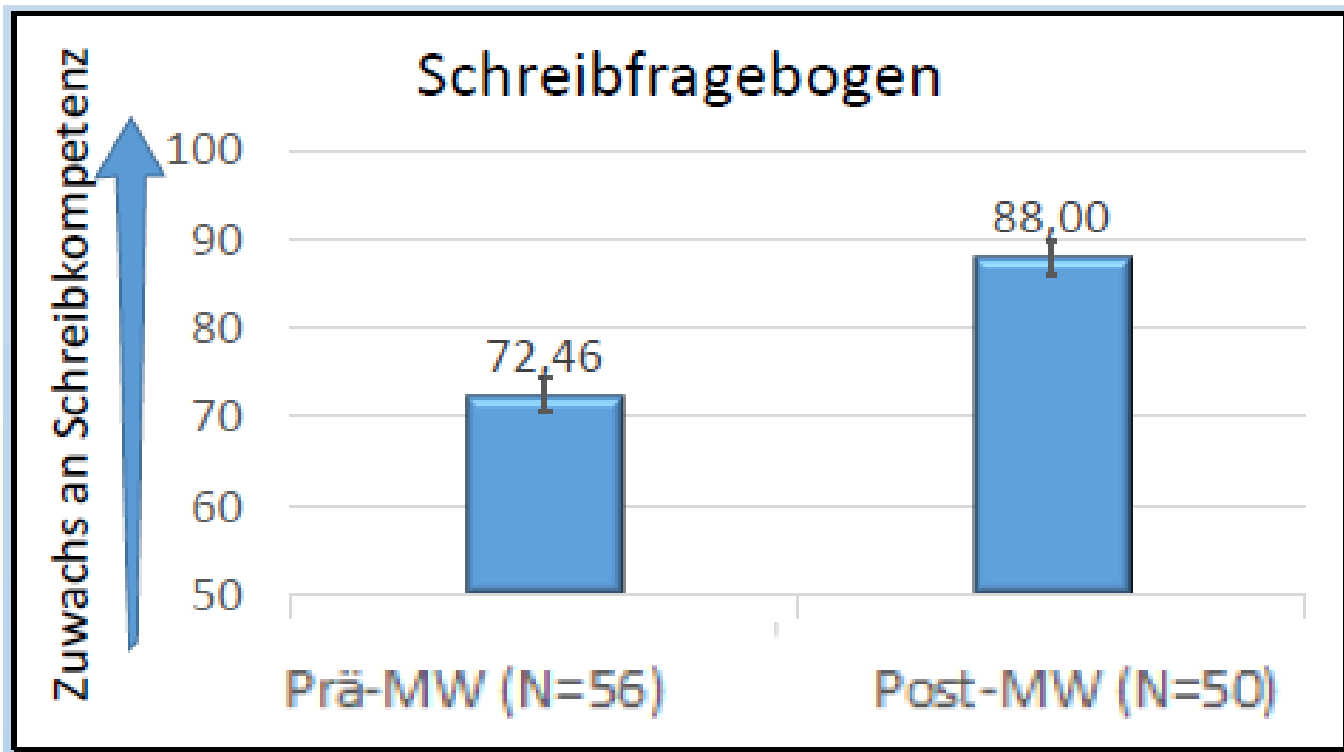
- Informationen
- Screencasts
- Arbeitsblätter/Übungen
- Filme
- Modulbewertung/ Zielsetzung

- Vermittlung von Wissen rund um den Schreibprozess
- Einstieg ins/ Wiederaufnahme des Schreibens, positive Schreiberfahrungen schaffen
- Entwicklung eines angemessenen Zeitplans
- Aufbau eines angemessenen Arbeitsverhaltens
- Abbau selbstwertschädigender und perfektionistischer Annahmen
- Aufbau einer arbeitsförderlichen Haltung zur eigenen wissenschaftlichen Arbeit

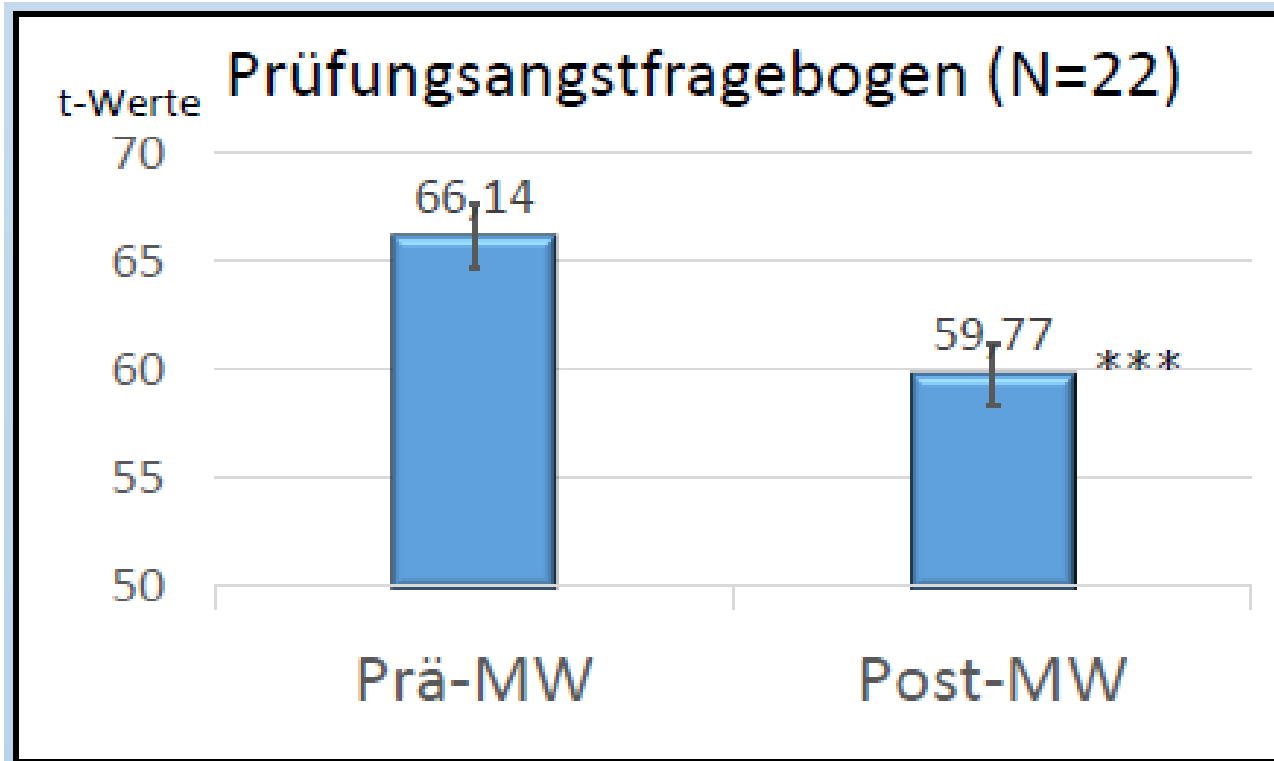
- Wissen zum meist bis dahin „diffusen“ Gefühl der Prüfungsangst aufbauen
- Strukturierte Prüfungsvorbereitung umsetzen
- Katastrophisierende Gedanken erkennen und unterbrechen
- Realistische Gedanken aufbauen und trainieren
- Entspannung in den Alltag integrieren
- Zutrauen in die eigenen Kompetenzen aufbauen, Misserfolge angemessen verarbeiten
- Bewältigungserfahrungen mit Bezug auf die Prüfungssituation aufbauen

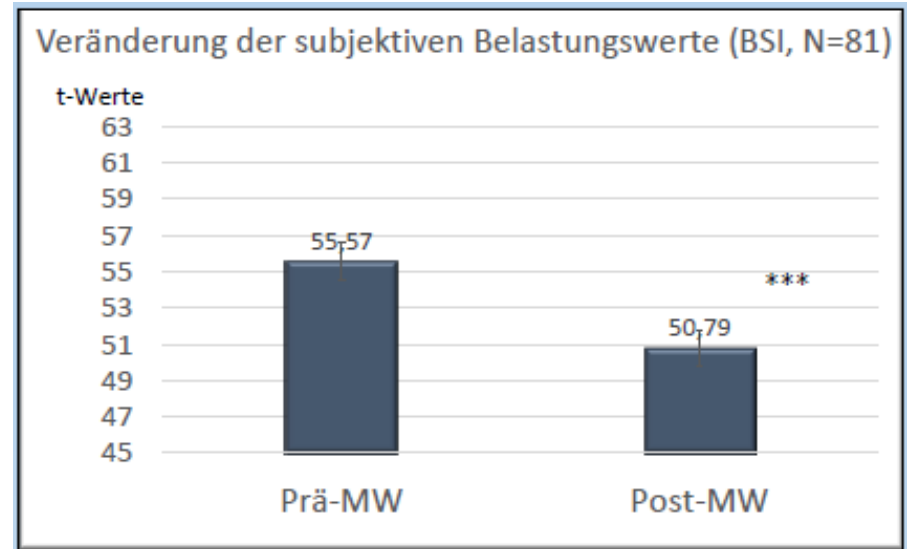
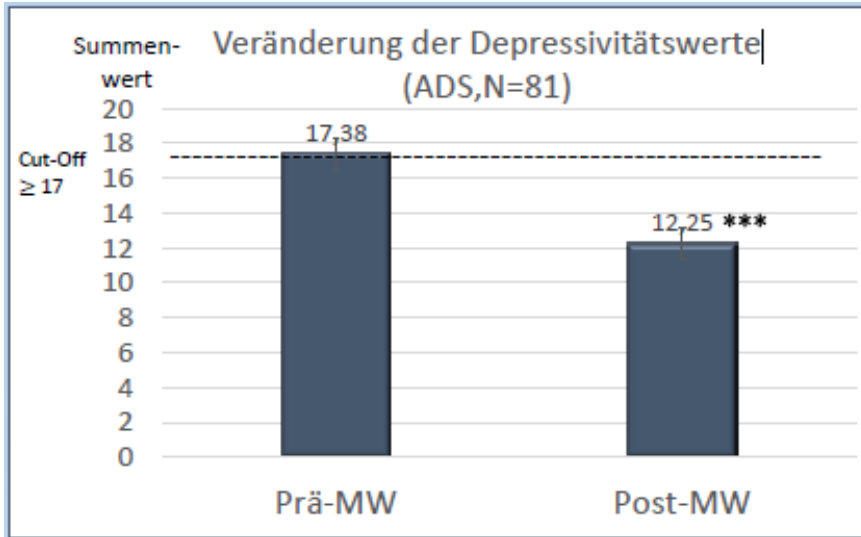
Evaluation E-Beratungen

Abgeschlossene Programmbearbeitung bis 01.05.15



Abgeschlossene Programmbearbeitung bis 01.05.15





Es wurden t-Tests mit gepaarten Stichproben und Post-Hoc-Testung gerechnet. Fehlende Post-Werte wurden mittels der Intention-to-Treat Methode ergänzt. Es zeigt sich eine hoch signifikante Reduktion der Depressivität (Cohens $d=0,69$), sowie eine hoch signifikante Verringerung der subjektiven Symptombelastung (Cohens $d=0,48$).

- Bemühung um weitere Finanzierung
- Konzeptionierung offener Kurse (JGU intern)
- Verschränkung E-Beratung und Präsenzberatung
- Ausweitung der E-Beratung auf weitere Themenbereiche

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!



PSYCHOTHERAPEUTISCHE
BERATUNGSSTELLE

Mail: Linda.Kempf@uni-mainz.de



JOHANNES GUTENBERG
UNIVERSITÄT MAINZ



Fortbildungsprogramm für Beratende

Stefanie Maaß | Christiane Westhauser

Inhalt

- ➔ Vorstellung des Konzepts an der Universität Ulm: Planung, Werbung, Durchführung, Inhalte, Feedback
- ➔ Thementische
- ➔ Diskussion und Ideensammlung
- ➔ Abschluss...

Es war einmal eine Idee...

➔ Ausgangslage:

- Berater haben heterogene Berufsbiografie, Expertise, Interessen, Erfahrungen, oftmals learning by doing, oft promoviert und wissenschaftlich tätig, vielfältiges Aufgabenspektrum
- Wunsch nach Austausch, aber auch viel Skepsis

➔ Idee und Ziel:

Ein Angebot für alle Beratenden schaffen, dass sowohl Methoden und Kenntnisse (Theorie) vermittelt, als auch Raum für Erfahrungsaustausch und Übung lässt → Verknüpfung Theorie und Praxis (warum wende ich eine bestimmte Methode in einer Situation an?)

Von der Idee zur Umsetzung

- ➔ Vorstellung der Idee auf einem Fachberatertreffen

Wichtig: Zeitfaktor!!

Höchstens ein Tag pro Fortbildung!

Themenwünsche, Anregungen 26.07.2012

- Diversity (Interkulturelle Kompetenz, Menschen mit Beeinträchtigungen)
- rechtliche Aspekte der Beratung
- Wie führe ich ein Beratungsgespräch professionell - welche Gesprächstechniken gibt es?
- Verweistechniken - Schnittstellen zu anderen Beratungsstellen
- Konfliktmanagement
- Zielformulierungen, Vereinbarungen treffen
- Eignung für Studiengang? Wie vermitteln falls negativ?
- Wann ist die Beratung / Unterstützung zu Ende? Grenzen der Beratung
- Techniken um Studierende zu stärken und zu motivieren
- Wie Interesse wecken?

Legomaster

Von der Idee zur Umsetzung

- ➔ Erstellung einer Themensammlung (auf Basis erster Vorschläge, klassischer Fortbildungsthemen und)
- ➔ Abstimmung des Konzepts mit Vizepräsident für Lehre
- ➔ Erhebung der Themenpräferenzen mittels Umfrage (Fragebogen):

Fachberatertreffen, 12. März 2013

Fortbildungscurriculum für Beratende an der Universität Ulm

Inhaltliche Programmpunkte zur Auswahl:

Bitte kreuzen Sie an, welche Themen und Inhalte aus Ihrer Sicht im Fortbildungsprogramm für Beratende an der Universität Ulm berücksichtigt werden sollten.

	sehr wichtig	etwas wichtig	weniger wichtig	nicht wichtig
Diversity				
- Interkulturelle Kompetenz, Umgang mit Diversity in der Beratungssituation	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Ausländerrecht: Aufenthaltsrecht, Arbeitserlaubnis	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Prüfungsrecht für Studierende mit Handicap (Nachteilsausgleich, Rücktritt, Fristverlängerung)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Rechtliche Aspekte der Beratung	sehr wichtig	etwas wichtig	weniger wichtig	nicht wichtig
- Hochschulzugang/-zulassung (verschiedene Hochschulzugangsberechtigungen, Zugang zu Masterstudiengängen, Leistungsanrechnung bei Hochschulortwechsel .u.a.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Ausländerrecht: Aufenthaltsrecht, Arbeitserlaubnis	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Prüfungsrecht (Nachteilsausgleich für Studierende mit Handicap, Rücktritt von Prüfungen, Fristverlängerungen, Widerspruchsverfahren, Prüfungsanspruchsverlust, Exmatrikulation von Amts wegen u.a.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Verweispraxis - Grenzen der Beratung (wann endet die Beratung, wo gibt es weiterführende Unterstützungsangebot, Rechtliche Aspekte, Datenschutz)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wie führe ich ein Beratungsgespräch professionell? Welche Gesprächstechniken gibt es?	sehr wichtig	etwas wichtig	weniger wichtig	nicht wichtig
- Systemischer/Lösungs- und Ressourcenorientierter Beratungsansatz (Aufbau des Beratungsprozesses, Fragetechniken, z.B. zirkuläre Fragen)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Kognitive Verhaltensberatung (Aufbau des Beratungsprozesses, Methoden zur Verhaltensänderung)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Fachberatertreffen, 12. März 2013

Fortbildungscurriculum für Beratende an der Universität Ulm

Inhaltliche Programmpunkte zur Auswahl:

Bitte kreuzen Sie an, welche Themen und Inhalte aus Ihrer Sicht im Fortbildungsprogramm für Beratende an der Universität Ulm berücksichtigt werden sollten.

Diversity	sehr wichtig	etwas wichtig	weniger wichtig	nicht wichtig	Enthaltung
- Interkulturelle Kompetenz, Umgang mit Diversity in der Beratungssituation	6	9	7	1	1
- Ausländerrecht: Aufenthaltsrecht, Arbeitserlaubnis	4	3	11	5	1
- Prüfungsrecht für Studierende mit Handicap (Nachteilsausgleich, Rücktritt, Fristverlängerung)	11	7	3	1	2
Rechtliche Aspekte der Beratung	sehr wichtig	etwas wichtig	weniger wichtig	nicht wichtig	Enthaltung
- Hochschulzugang/-zulassung (verschiedene Hochschulzugangsberechtigungen, Zugang zu Masterstudiengängen, Leistungsanrechnung bei Hochschulortswechsel .u.a.)	12	5	4	-	2
- Ausländerrecht: Aufenthaltsrecht, Arbeitserlaubnis	3	5	9	6	1
- Prüfungsrecht (Nachteilsausgleich für Studierende mit Handicap, Rücktritt von Prüfungen, Fristverlängerungen, Widerspruchsverfahren, Prüfungsanspruchsverlust, Exmatrikulation von Amts wegen u.a.)	16	4	2	1	1
- Verweispraxis - Grenzen der Beratung (wann endet die Beratung, wo gibt es weiterführende Unterstützungsangebot, Rechtliche Aspekte, Datenschutz)	13	8	2	-	1
Wie führe ich ein Beratungsgespräch professionell? Welche Gesprächstechniken gibt es?	sehr wichtig	etwas wichtig	weniger wichtig	nicht wichtig	Enthaltung
- Systemischer/Lösungs- und Ressourcenorientierter Beratungsansatz (Aufbau des Beratungsprozesses, Fragetechniken, z.B. zirkuläre Fragen)	15	8	1	-	-
- Kognitive Verhaltensberatung (Aufbau des Beratungsprozesses, Methoden zur Verhaltensänderung)	13	10	1	-	-

Von der Idee zur Umsetzung

- ➔ Konzeption eines Fortbildungsprogramms: Themen, Experten, Kapazitäten, Rahmenbedingungen (Zeit, kein Ringelpietz...)

- ➔ Angebot:
 - Eintägige themenspezifische Fortbildungsveranstaltungen
 - Regelmäßige (ca. alle 6 Wochen) 1,5-std. kollegiale Fallberatungen

- ➔ Beispiel für den Ablaufplan für die Fortbildungsveranstaltung:

„Wie führe ich ein Beratungsgespräch professionell? Der Systemisch-lösungsorientierte Beratungsansatz“

Zeit	Inhalt/Thema	Material/ Methoden
9:00 – 9:20	Intro: Begrüßung/kurze Einleitung CW, Programm SM Vorstellungsrunde SM, Erwartungen („Für mich wäre es heute ein guter Tag, wenn...“)	Ablaufplan
9:20 – 9:35	Inhaltlicher Einstieg: 2 Gruppen: Vergleich Alltag- & professionelle Be- ratung & Therapie (15 Min. GA + Präsentation) SM & CW ergänzen wesentliche fehlende Infos Überleitung Theoretischer Input	Flipchart mit Tabelle (2 x)
09:35-10:35 (inklusive Puffer)	Gesprächssituationen; Übung/Rollenspiel 1. Typische Beratungsfälle sammeln: - Was sind typische Beratungsfälle? Fälle sammeln 2. Rollenspiel anhand eines Beispiels (SM/CW) - zwei Berater unterhalten sich; eher nach negati- ven Aspekten; (= Kommunikationssperren = was eher nicht tun als Fachberater) - Drehbuch SM - Beobachtungen der TN (was fällt auf?) 3. Übung - auf einen Fall einigen und sammeln, was man da alles falsch machen kann als FB? - Rollenspiel/Übung in 2 Gruppen (1 x Beobachter, 1x Berater, 1 x Ratsuchender) - Bericht in Plenum	
10:35-10:50	Pause 15 Min.	

13:00-15:30	<p>Methodisches Handwerkszeug</p> <p>SM Frage-Techniken in der Beratung (systemisch, zirkulär etc.; (z.B.: nach Bamberger, 2001 und „Beratung in 5 Gängen“)</p> <p>Input (15 Min.):</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bedeutung und Besonderheiten von Fragetechniken - Fragetechniken nach Bamberger (Abb.) <p>Übung in PA (20 Min)</p> <p>5 Gänge und jeweilige Fragetypen bearbeiten → TOP 5 auf Flip notieren und vorstellen</p> <p>ev. Übung (30 Min.):</p> <ul style="list-style-type: none"> - 30 Min. in KG den vorherigen Fall mit Fragetechniken bearbeiten → Was war anders - 15 Min. Diskussion <p>CW Inneres Team (15-36, Schulz von Thum):</p> <p>Input (30 Min.)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aufgabe Berater (Rolle), wo einsetzen (bei welchen Themen?) z.B. zur Selbstklärung/Ordnung; Entscheidungsfindung, Kernbotschaft: Kompromiss finden <p>Übung (45 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> - 30 Min. Fall in KG zu Inneres Team - 15 Min. Diskussion <p>→ beide Methoden anhand eines konkreten Falls durchgehen</p>	
15:30 – 16:00	<p>Abschluss</p> <p>War es ein guter Tag? (Einstiegsfrage, Erwartungen von Beginn)</p> <p>Zielscheibe/Koffer/Tonne/Geschenk</p>	

Thematische

1. Planung und Werbung

Was muss bei der Planung und Werbung eines Konzeptes (noch) berücksichtigt werden? Wie kann das Angebot kommuniziert und beworben werden? Wer muss beteiligt werden?

2. Formate

Welche weiteren Formate (z.B. Teambesprechung...) und Bedingungen (z.B. Turnus, modularer Aufbau...) wären denkbar? Welche Erfahrungen haben Sie mit unterschiedlichen Formaten gemacht bzw. wie könnte das an Ihrer Hochschule funktionieren?

3. Inhalte

Welche Inhalte wären aus Ihrer Sicht noch interessant/relevant? Sollte es verpflichtende Anteile geben? Welche Experten und Referenten müssen ins Boot?

Zusammenfassung & Diskussion

Formate

- Tandems
- kolleg. FB „allein laufen lassen“
- Bezug zu Mentorien / Mentoren
 - ↳ „Junge lernen von Alten“
- Forum für Studienberater
- Brötchen Bag Lunch
- Handbuch für Studienberater
- bestimmte Inhalte U-Boot-mäßig integrieren

Inhalte

Welche Inhalte wären aus
Eurer Sicht noch interessant /

relevant? - Umgang mit Vorurteilen der

Sichtbarkeit, Wertschätzung,
Entlastung

Partizipative Geographie!

- Neue Medien in der Studienberatung
- Info- und Wissensmanagement

Gibt es verpflichtende Anteile?

Sollte, Muss es die geben?

Verweispraxis und Zuständigkeiten

Welche Experten kommen in

Frage?

Studierenden-Service-Center (SSC)

Typen, Beispiele, Austausch

Als SSC der zweiten Generation wurde am 1. Juni 2015 das Campus Center an der Universität Kassel feierlich eröffnet. Die Universität Kassel profitierte bei der Planung von den Erfahrungen der Studierenden-Service-Center anderer Hochschulen. Die Gründer der ersten SSC haben im '''GIBeT-Arbeitskreis wertvolle Einblicke und Anregungen gegeben. Nun gibt der Workshop die gebündelten Erfahrungen durch einen Input zu den verschiedenen Formen von SSCs und die Vorstellung des neuen Kasseler Campus Centers zurück bzw. weiter und bieten mit einem offenen Austausch auch die Gelegenheit, den Arbeitskreis zu beleben.

04.09.2015, 11:30 - 13:00 Uhr

Studierenden-Service-Center

Typen, Beispiele, Austausch

1. Ziele
2. Typen - Beschreibungsmerkmale
3. Beispiele
4. Austausch - Fragen, Arbeitskreis SSC

Ziele

Servicehandeln

Kundenorientierung = Nutzerfreundlichkeit

- Transparenz über das Angebot und die Zuständigkeiten
- Erreichbarkeit der Servicestellen optimieren
 - Portalstruktur
 - Kurze Wege
 - Ausweitung des Services
- Schnelle und umfassende Bearbeitung
- hohe Qualität der Serviceleistungen

Ziele

Servicehandeln

Effizienz

- Konzentration der Beschäftigten auf ihre Kernaufgaben
 - Steuerung der Besucherströme
 - Verkürzung der Verweisketten (hohe Ersterledigungsquote)
 - Differenzierung der Servicetiefe (Routineanfragen und komplexe Anfragen)
 - Einbeziehung von Studierenden
 - Selbstinformations- und Selbstbedienungseinheiten
- Synergieeffekte und Qualitätssteigerung
 - Kooperation und Informationsmanagement
- Vermeidung von Verzögerungen und Abbrüchen des Studiums
- Anstieg von Anfragen begegnen

Ziele

Servicehandeln

Effizienz

Marketing und Legitimation

- Studiengebühren und demographischer Wandel: „Studienerfolg und Studienzufriedenheit gewinnen an Bedeutung“
- Wettbewerb und Zielzahlen: Aushängeschild

Ziele

Ziele:

Abschlussbericht der 48. Jahrestagung der Kanzlerinnen und Kanzler der Universitäten der BRD. 2005. Service- und Beratungsangebote für Studierende. Künftiger Bedarf und künftige Organisation

Gestaltungselemente:

- Transparenz,
- Erreichbarkeit, nutzerfreundliche Öffnungszeiten, räumliche Nähe,
- Schnelligkeit, kurze Beratungszeiten
- Orientierung am Anliegen der Nutzer/innen
- **Institutionen übergreifende zentrale Anlaufstellen/Service Center – Infopoint**
- Vernetzung der Beratungsdienste
- Online-Kommunikation und e-government

Aus dem Projektbericht zur „Portalstruktur Studium“ (umfasste Internetseiten zum Studium, Service im Campus Center und Workshopangebot):

Grundlegendes Ziel ist die Verbesserung des Service- und Beratungsangebots für Studierende und Studieninteressierte, wie es im Gesetz zur Verbesserung der Qualität der Studienbedingungen und Lehre an hessischen Hochschulen im § 1 S. 3 als ein zentrales Ziel definiert wurde. Das Projekt 8 setzt dabei an dem Serviceangebot der Abteilung Studium und Lehre an, die als Organisationseinheit der Präsidialverwaltung fächerübergreifende Informations- Service- und Beratungsangebote für Studieninteressierte und Studierende anbietet. Als Qualitätsstandards für ein Service- und Beratungsangebot, die als Richtlinie für die angestrebte Verbesserung unabdinglich sind, wurden im Projekt vier Aspekte von Qualität definiert und wie folgt als Leitziele beschrieben:

Bedarfsorientierte Inhalte

Bedarfsgerechte Form

Abgestimmte und transparente Struktur

Zeitliche und räumliche Erreichbarkeit

Diese Leitziele verbinden die beiden Schwerpunkte des Projektes bzw. die Handlungsziele jedes Schwerpunktes lassen sich auf diese Leitziele zurückführen

Typen

Support Level - Kompetenzstufen

Service-Kaskade: Übersteigt die Komplexität einer Anfrage die Kompetenz eines Support Levels, so wird diese an die nächsthöhere Kompetenzstufe weitergeleitet.

First-Level-Support

- Empfang, Anliegenklärung, Routineanfragen und Routineservice

Second-Level-Support

- nachgeordnete Bereich mit Fachkräften

Third-Level-Support

- Spezialisten, Leiter

Zero-Level-Support

- Wegweiser (z.B. Pförtner)

Typen

Support Level - Bearbeitungstiefe

Front Line	- Information und Routineanfragen
Back Line	- komplexere Anfragen

Kundenkontakt

Front Office	- Bereiche mit Kundenkontakt in jeglicher Form
Back Office	- Für Kunden unzugängliche Bereiche

Zugänglichkeit

frei zugänglich Raum	- 24 Stunden am Tag
öffentlich Raum	- zu Öffnungszeiten zugänglich
geschützter Raum	- Kunden werden von Wartenden abgeschirmt oder räumlich getrennt bedient
geschlossener Raum	- für Kunden nicht zugänglich

Typen

Bandbreite der Serviceanbieter

Ab wann gilt ein SSC als SSC?

Verbundtyp

Information Center / Information Points

One-Stop-Shop (one face to the customer)

Service Mall (mehrere Anbieter unter einem Dach)

Setting

Informationstheke

Beratungsinsel

Beratungskoje

Büro

(Telefon/Mail)



Bürgerbüro Bielefeld

Typen

Fachkraft

- Servicekraft** – Experte für Anliegenklärung, Informationsvermittlung
- Supervisor** – Experte für die Betreuung von Servicekräften und Informationsmanagement
- Sachbearbeiter** – Experte für Sach- und Fachfragen
- Berater** – Experte für Lösungswege

Literatur

- Abschlussbericht der 48. Jahrestagung der Kanzlerinnen und Kanzler der Universitäten der BRD. 2005.
- Zeitschrift für Beratung und Studium (ZBS) Heft 4/2007
 - Ralf Mahler: Das ServiceCenter der Leibniz Universität Hannover – Entstehungsgeschichte und Erfahrungen nach eineinhalb Jahren Praxis. Ein Zwischenbericht.
 - Siegfried Engl: zwei Jahre Info-Service an der Freien Universität Berlin. Eine Bilanz
 - Isabel von Colbe-van de Vyver & Juliane Just-Nietfeld: Zu den Auswirkungen der Einrichtung einer Studienzentrale auf die Kernaufgaben der Zentralen Studienberatung: Information und Beratung
- Zeitschrift für Beratung und Studium (ZBS) Heft 2/2015
 - Klaus-Dieter Häberle, Cornelia Meindl-Schäfer, Christiane Westhauser & Jürgen Zieher: Das Zentrum für BildungsBeratung Ulm – ein institutionsübergreifender, zukunftsweisender Vernetzungsansatz

Beispiele

Georg-August-Universität Göttingen; Servicebüro Studienzentrale – Wolfgang Tiefert



Justus-Liebig-Universität Gießen Studierenden-Service-Center – Eva-Maria Groß



Hochschule Darmstadt; Student Service Center – Mathias Ihrig



Leibniz Universität Hannover; ServiceCenter – Christiane Stolz



Beispiele

Georg-August-Universität Göttingen
Servicebüro Studienzentrale
Wolfgang Tiefert

<http://www.uni-goettingen.de/de/serviceb%C3%BCro-studienzentrale/19595.html>



Beispiele



Justus-Liebig-Universität Gießen
Studierenden-Service-Center
Eva-Maria Groß

http://www.uni-giessen.de/cms/fbz/fb02/studiengaenge/Weitere%20Angebote/bewerber_center/kontakt/stud_service





JUSTUS-LIEBIG-
UNIVERSITÄT
GIESSEN

JLU DAS LEBEN STUDIEREN
DIE WELT ERFORSCHEN

Zentraler Studienservice der JLU Gießen

Einrichtungen, Aufgaben,

Zentraler Studienservice

- i Empfang Zentraler Studienservice** – Wegweiserfunktion
- i Abteilung Internationale Studierende** – Akademisches Auslandsamt
- i Studierendensekretariat** – formale Studienangelegenheiten
- i Zentrale Studienberatung** – Beratung für Studierenden & Studieninteressierte
- i Studierenden-Hotline Call Justus** – Erstauskunft zu allen Fragen rund um das Studium



Empfang Zentraler Studienservice – Wegweiserfunktion

- **im Erdgeschoss links**
- **Mo, Mi, Fr 8.30 Uhr- 16.00 Uhr und Di, Do 8.30 Uhr – 17.00 Uhr**
- Information über Ansprechpartner für Studierende im Haus
- Information über Sprechzeiten der Einrichtungen und Hinweise zur Kontaktaufnahme
- Kenntnis der Zuständigkeiten der für Studierende zuständigen Einrichtungen der JLU
- Kenntnis über aktuelle Veranstaltungen
- Ausgabe von Flyern zu grundständigen Studiengängen
- Information über Lage und Wege innerhalb der Uni Gießen
- Annahme von Anträgen für das Studierendensekretariat, wenn dieses keine Sprechzeiten hat – keine Bearbeitung oder Prüfung derselben



Abteilung Internationale Studierende/AAA

- Beratung und Betreuung für internationale Studierende und Studienbewerber
- Bewerbung, Zulassung und Immatrikulation internationaler Studierender (Studierendensekretariat)
- Beratung zu Studium und Praktikum im Ausland (für Studierende der JLU)
- Betreuung internationaler Doktoranden
- Europäische Bildungs- und Kooperationsprogramme (z.B. ERASMUS)
- ERASMUS Traineeship
- Hessische Landespartnerschaften, Alumni International und Internationaler Hochschulsommernkurs
- Deutschkurse
- Gastwissenschaftlerbetreuung, Lokal International
- DAAD-Programme (z.B. ISAP, Ostpartnerschaften)



Kontakt

- persönlich
- telefonisch
- per Email
- postalisch

Studierendensekretariat – formale Studienangelegenheiten

- im Erdgeschoss links
- Mo bis Do 8.30 Uhr-11.30 sowie 13.30 bis 16.00 Uhr, Fr 08.30-12.00 Uhr



Kontakt

- persönlich
- telefonisch
- per Email
- postalisch

Zentrale Studienberatung – Beratung für Studierenden & Studieninteressierte

- im 1. Stock links
- **Offene Sprechstunde Mo & Fr 09.00-12.00 Uhr, Di & Do 15.00-17.00 Uhr,
Telefonsprechstunde Mo, Di, Do, Fr 13.00-17.00 Uhr
Sondersprechstunden von Mai bis Juli**


Information und Beratung

- zur Studienwahl über Studienmöglichkeiten, -anforderungen und -inhalte sowie bei Fragen und Schwierigkeiten, die sich im Zusammenhang mit der Entscheidung für ein Studium ergeben können
- zu Fragen zur Bewerbung und Zulassung: Bewerbungsverfahren, Zulassungsbeschränkungen, Verfahren von Hochschulstart.de (früher ZVS), Überbrückungsmöglichkeiten von Wartezeiten etc.
- in der Studieneingangsphase und bei der Studienplanung
- bei individuellen Fragen und Schwierigkeiten im Studienverlauf: Orientierungsschwierigkeiten, Unsicherheit bei der "richtigen" Fächerwahl, Zusatzqualifikationen, Studien-, Lern-, Arbeits- und Prüfungs(vorbereitungs)probleme, Studienunterbrechung, Studienfachwechsel oder Studienabbruch, psychische Probleme und vieles mehr
- in bestimmten Lebenslagen (Studium mit Behinderung / chronischer Erkrankung, Studieren und Kind, psychischen Problemen in Zusammenhang mit dem Studium usw.) und
- während der Studienaushangsphase.



Kontakt

- persönlich
- telefonisch
- per Email
- postalisch

Call Justus– telefonische Erstinformation für Studierende & Studieninteressierte 

- im 1. Stock links
- Montag bis Freitag 09.00-16.00 Uhr,
Sondersprechstunden von Mai bis Oktober



Fragen

- zum Studienangebot an der JLU Gießen
- zu Bewerbung, Zulassung und Einschreibung
- zu Rückmeldung, Beurlaubung, Exmatrikulation

Informationen

- über den Status der Chipkarte (abholbereit ja/nein)
- über Sprechzeiten und Adressen der Zentralen Studienberatung (ZSB) und/oder einen persönlichen Beratungstermin bei der Zentralen Studienberatung.
- über Sprechzeiten und Adressen der Studienfachberater und –beraterinnen , der Abteilung Internationale Studierende (Incoming- und Outgoing-Beratung), anderer universitärer Beratungsstellen
- über aktuelle Veranstaltungen wie den Hochschulinformationstag (HIT), die Studieneinführungswoche, die Vortragsreihe "JLU - Jetzt los zur Uni", das aktuelle Veranstaltungsprogramm des Akademischen Auslandsamt "study abroad,,
- zum Lageplan der universitären Einrichtungen (wo finde ich was?)

Kontakt

- telefonisch
- per Email

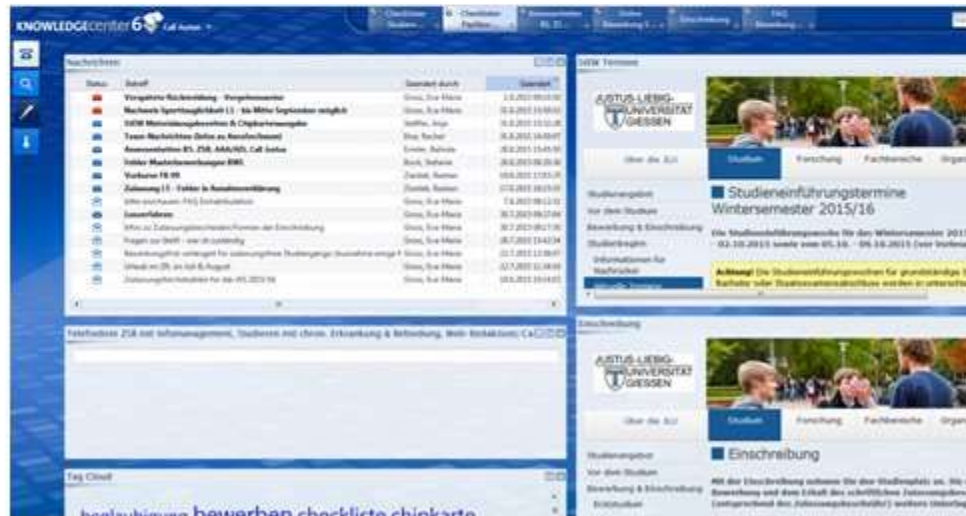


Wissenstransfer

Fester Jour Fixe: CJ, ZSB, Studsek, AIS

Tagesaktueller Austausch bei Bedarf

Von Call Justus gepflegte Wissensdatenbank steht CJ, ZSB, Studsek, AIS zur Nutzung zur Verfügung

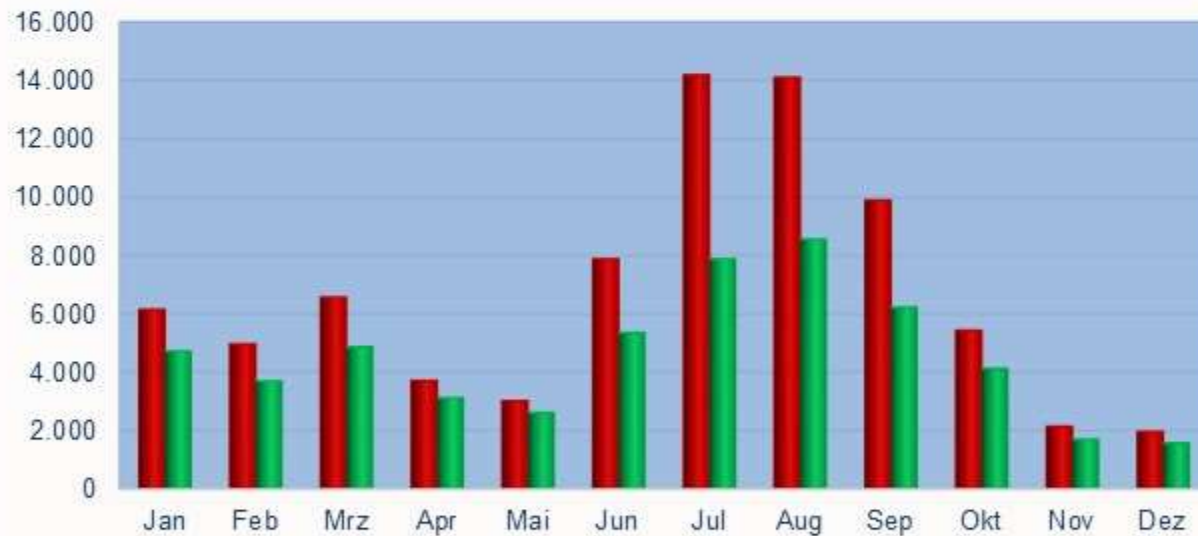


Anrufvolumen

Anrufofkommen gesamt: 80.019
davon bearbeitet: 54.464



Call Justus Jahresverlauf 2014



	Jan	Feb	Mrz	Apr	Mai	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dez
Mo-So 00:00 bis 24:00 Uhr	6.145	4.969	6.565	3.717	3.017	7.880	14.187	14.099	9.895	5.436	2.142	1.967
zu Öffnungszeit bearbeitet	4.729	3.697	4.869	3.126	2.615	5.355	7.880	8.556	6.222	4.136	1.699	1.580

Anschrift: Justus-Liebig-Universität Gießen
Erwin-Stein-Gebäude
Goethestr. 58, 35390 Gießen

➤ **Zentrale Studienberatung:**

zsb@uni-giessen.de,

0641-99 16223 -> auf Call Justus/0641 99 16400 umgeleitet

➤ **Studierendensekretariat:**

stud-sekretariat@admin.uni-giessen.de

ausschließlich über Call Justus erreichbar 0641-99 16400

➤ **Abteilung Internationale Studierende:**

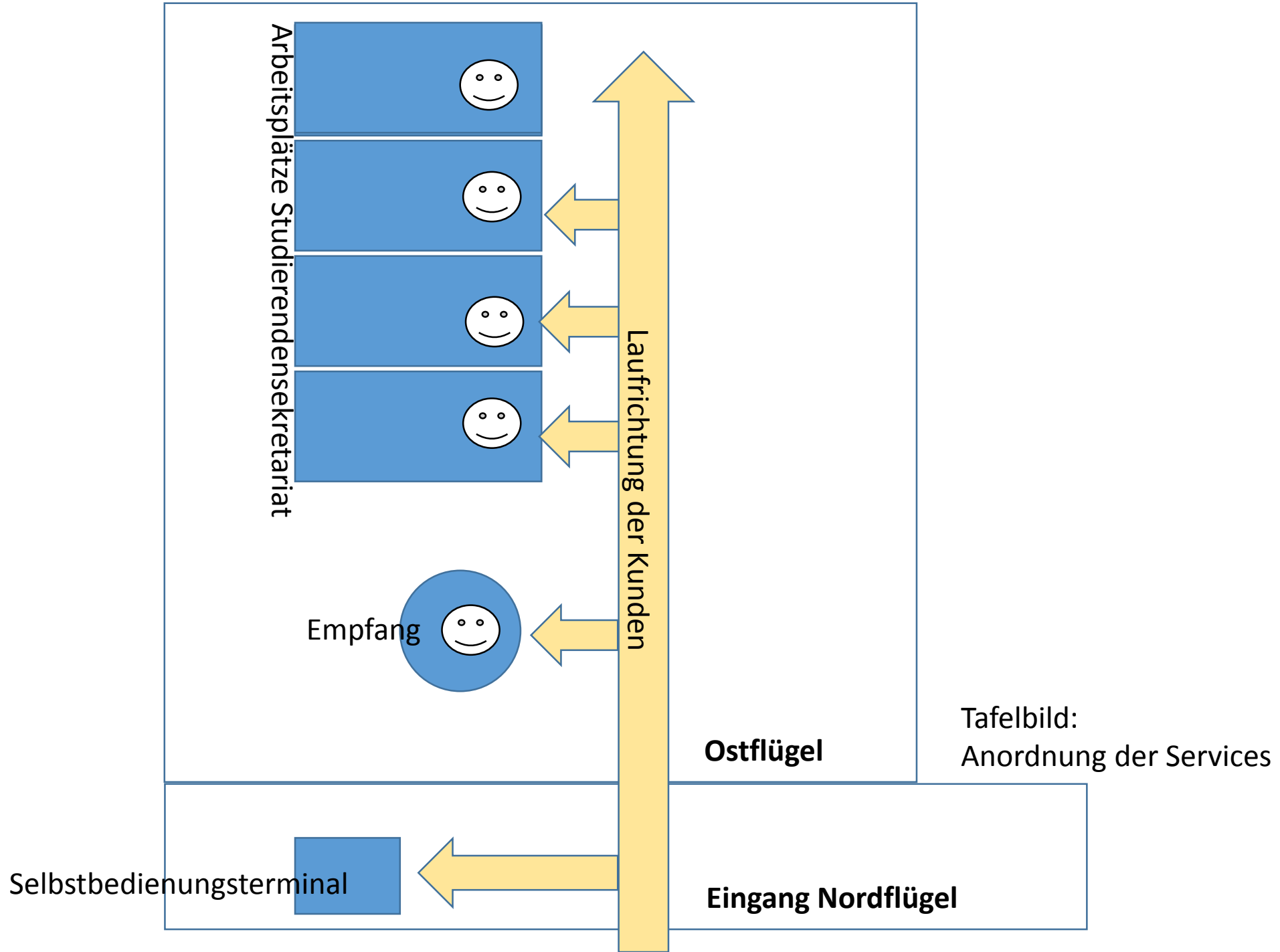
themenabhängige Emailadressen und Rufnummern

➤ **Studierenden-Hotline Call Justus:**

call.justus@uni-giessen.de

0641-99 16400







Erdgeschoss Erwin Stein Gebäude







Studierendensekretariat





ZSB & Call Justus

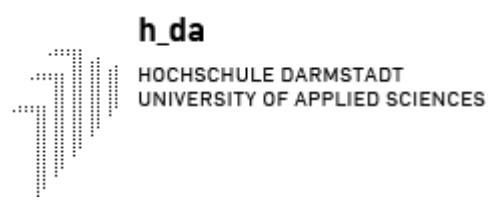


Flur mit Wartebereich:
Beratung findet in den
Büros der Studien-
beratung statt.

Das ServiceCenter der Leibniz Universität Hannover



Beispiele



Hochschule Darmstadt
Student Service Center
Mathias Ihrig

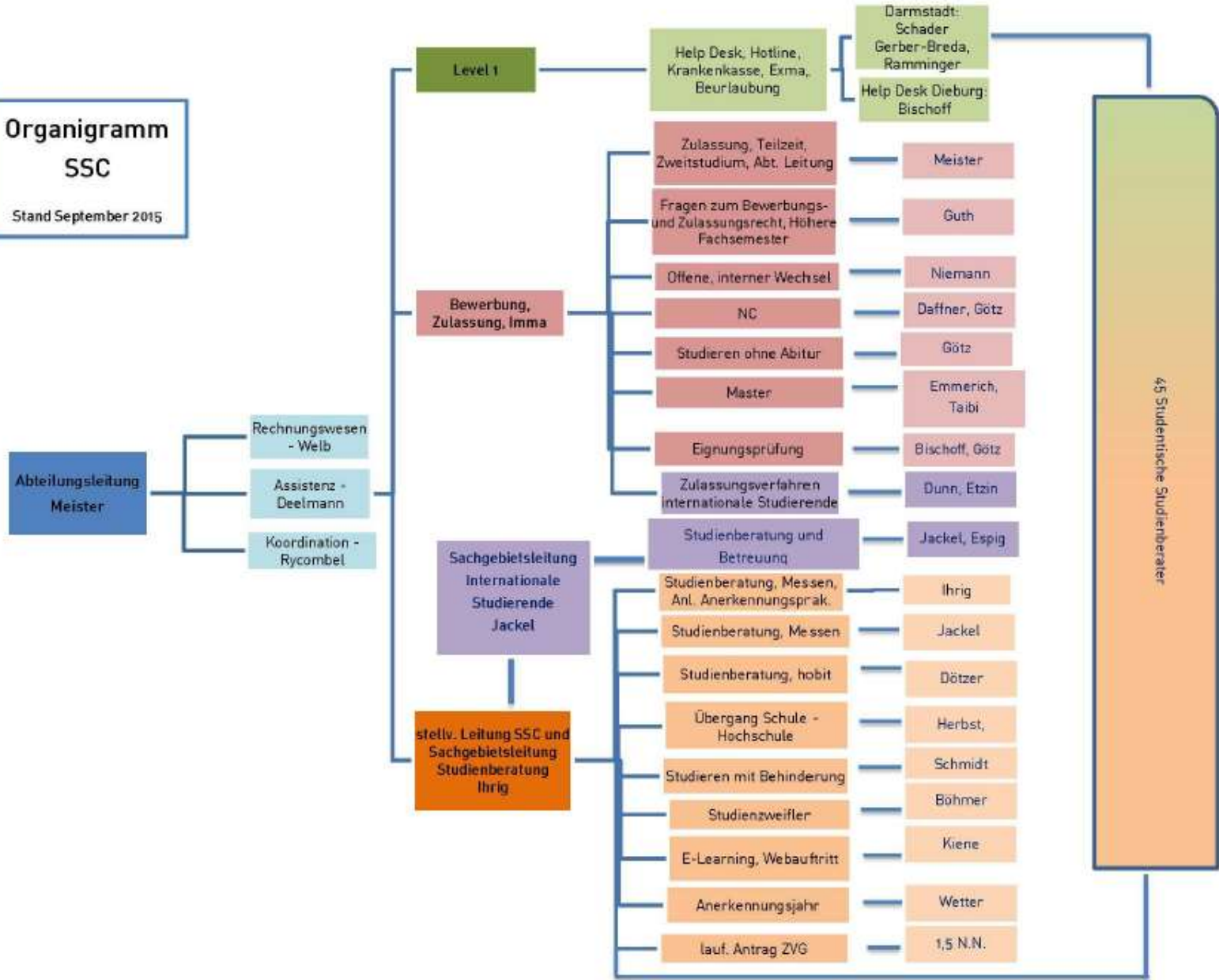
Student Service Center

Hochschule Darmstadt
University of Applied Sciences



Organigramm SSC

Stand September 2015









Beispiele



Universität Hannover

ServiceCenter

Christiane Stolz

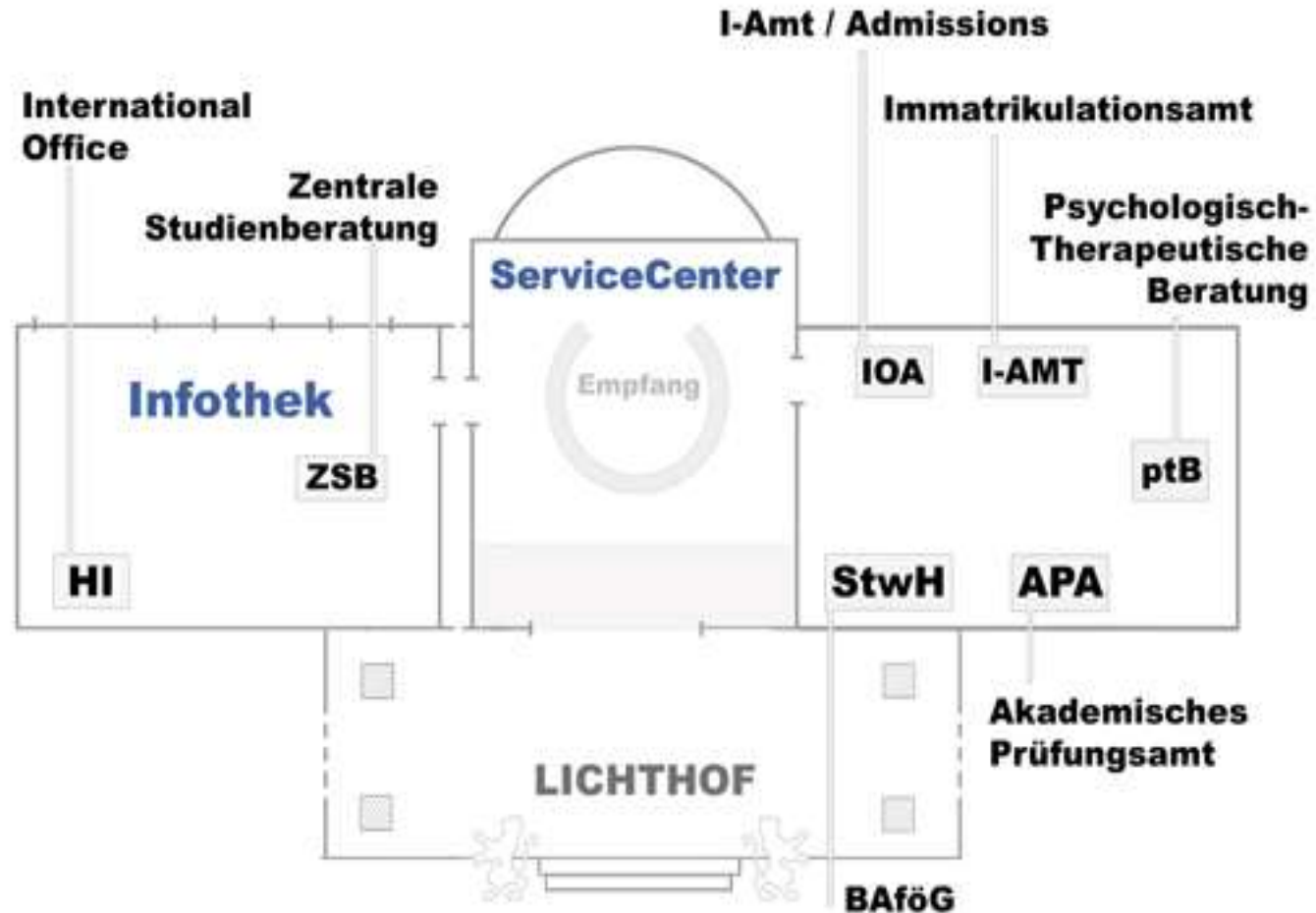
<http://www.uni-hannover.de/de/universitaet/organisation/servicecenter/>

Vertretene Einrichtungen

Erste Anlaufstelle: Der Empfang (Weiterleiten, Zeugnisbeglaubigungen, Verkauf)

- Admissions/I-Amt (Beratung, Auskunft)
- Hochschulbüro für Internationales: Outgoings und Incomings (Beratung, Auskunft)
- Immatrikulationsamt (Beratung, Auskunft)
- Infothek (Terminvereinbarungen, Recherche, Infomaterial, Passwortrücksetzung, Weiterleiten in Kurzberatungen, Rechnernutzung für Onlinebewerbungen)
- Prüfungsamt (Auskunft)
- Ptb (Auskunft)
- Studentenwerk: BAFÖG-Beratung (Beratung, Auskunft)
- Zentrale Studienberatung (Kurzberatung)
- Zentrum für Schlüsselkompetenzen: CareerService, Schreib- und Lernberatung (Kurzberatung)

Lageplan



Öffnungszeiten

Empfang, Infothek, I-Amt und StuWH:

Mo – Do: 10.00 – 17.00 Uhr

Fr und vor Feiertagen: 10.00 – 15.00 Uhr

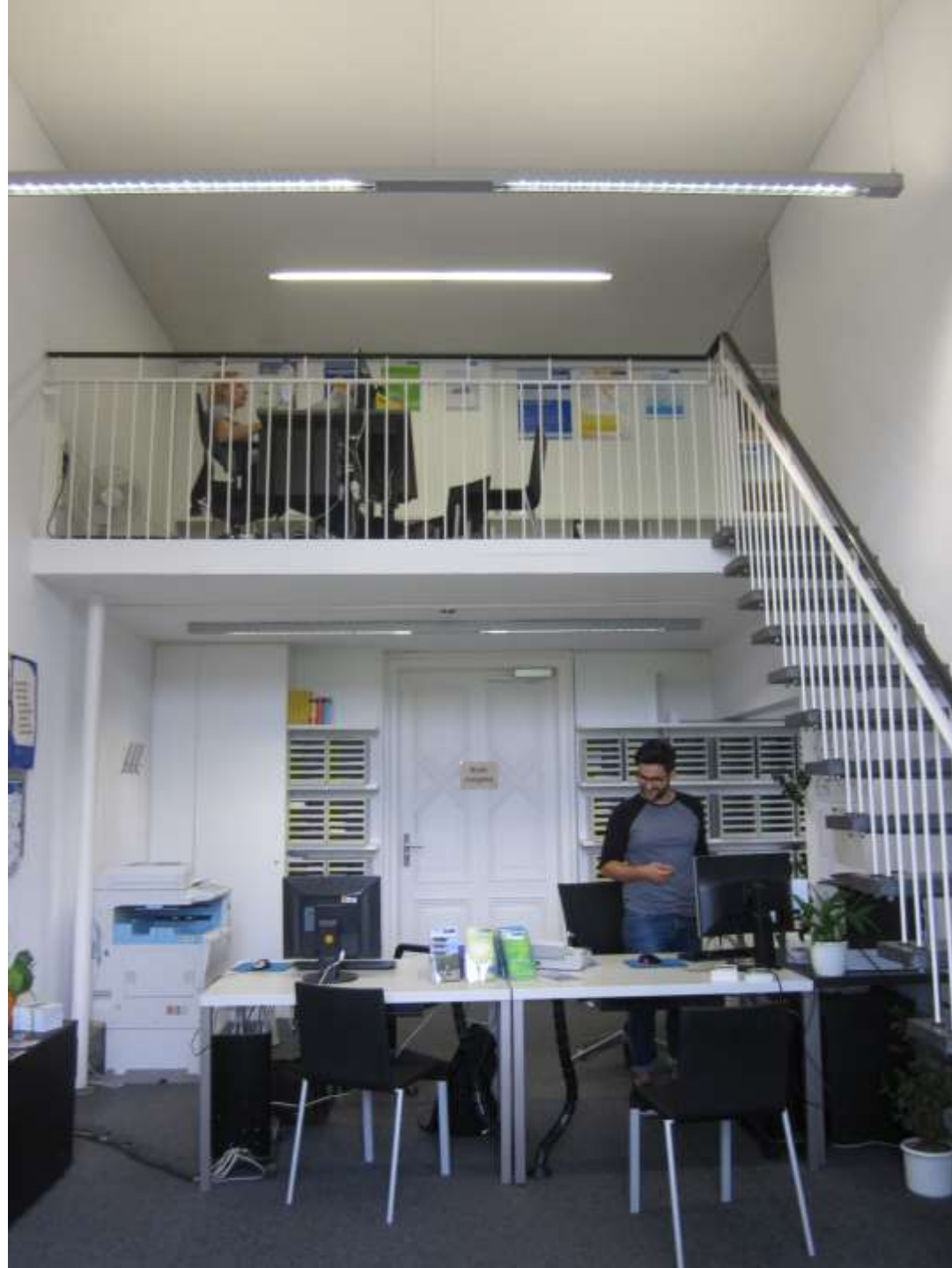
Die anderen Einrichtungen haben innerhalb dieses Zeitraumes feste Sprechzeiten

Organisation

- Leitung: Dezernentin des Dezernates für Studentische Angelegenheiten
- 1/Monat: Treffen der SG-LeiterInnen bei der Dezernentin
- 1/Monat: Jour Fixe der beteiligten Einrichtungen









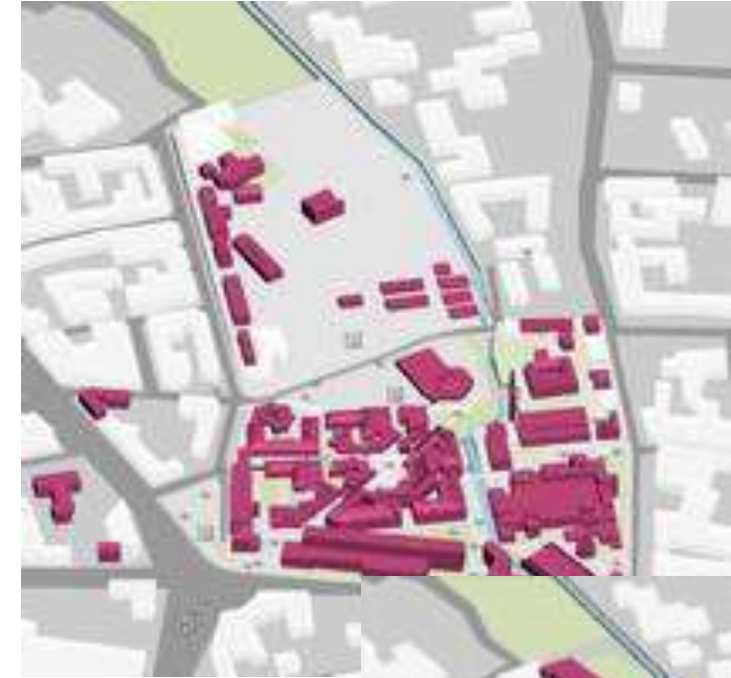


Beispiele

Das Campus Center der Universität Kassel

Geschichte

2003	bauliche Entwicklungsplanung
2006	Städtebaulicher Wettbewerb
2008	„Selbsthilfegruppe“ Campus Center
12/2008	Bedarfsbeschreibung genehmigt
1/2011	ES-Bau genehmigt
9/2011	Bauftrag
10/2011	Baubeginn
Herbst/2014	geplante Baufertigstellung (2011)
Frühjahr/2015	geplante Inbetriebnahme



Beispiele

Das Campus Center der Universität Kassel

Zahlen

Gesamtkosten: 39,5 Millionen €

Nutzfläche 5.713 qm

Brutto-Grundfläche: 11.306 qm

Foyer 1.000 qm

6 Hörsäle: 2.420 Plätzen (245-646)

6 Seminarräume: 230 Plätzen (22-60)

14 Servicestellen von 5 Trägern

Rund 5.000 Personen bei Volllast



Beispiele

Das Campus Center der Universität Kassel

Zahlen

Gesamtkosten: 39,5 Millionen €

Nutzfläche 5.713 qm

Brutto-Grundfläche: 11.306 qm

Foyer 1.000 qm

6 Hörsäle: 2.420 Plätzen (245-646)

6 Seminarräume: 230 Plätzen (22-60)

14 Servicestellen von 5 Trägern

Rund 5.000 Personen bei Volllast



Beispiele

Das Campus Center der Universität Kassel

Entwicklungsbereiche

Servicestruktur
Konzeption First-Level-Support
Raumverteilung
Kundenströme und Leitsysteme
Glasflächen
Barrierefreiheit
Brandschutz
IT-Systeme
Ausstattung und Umzug
Sicherheit und Vandalismus



Beispiele

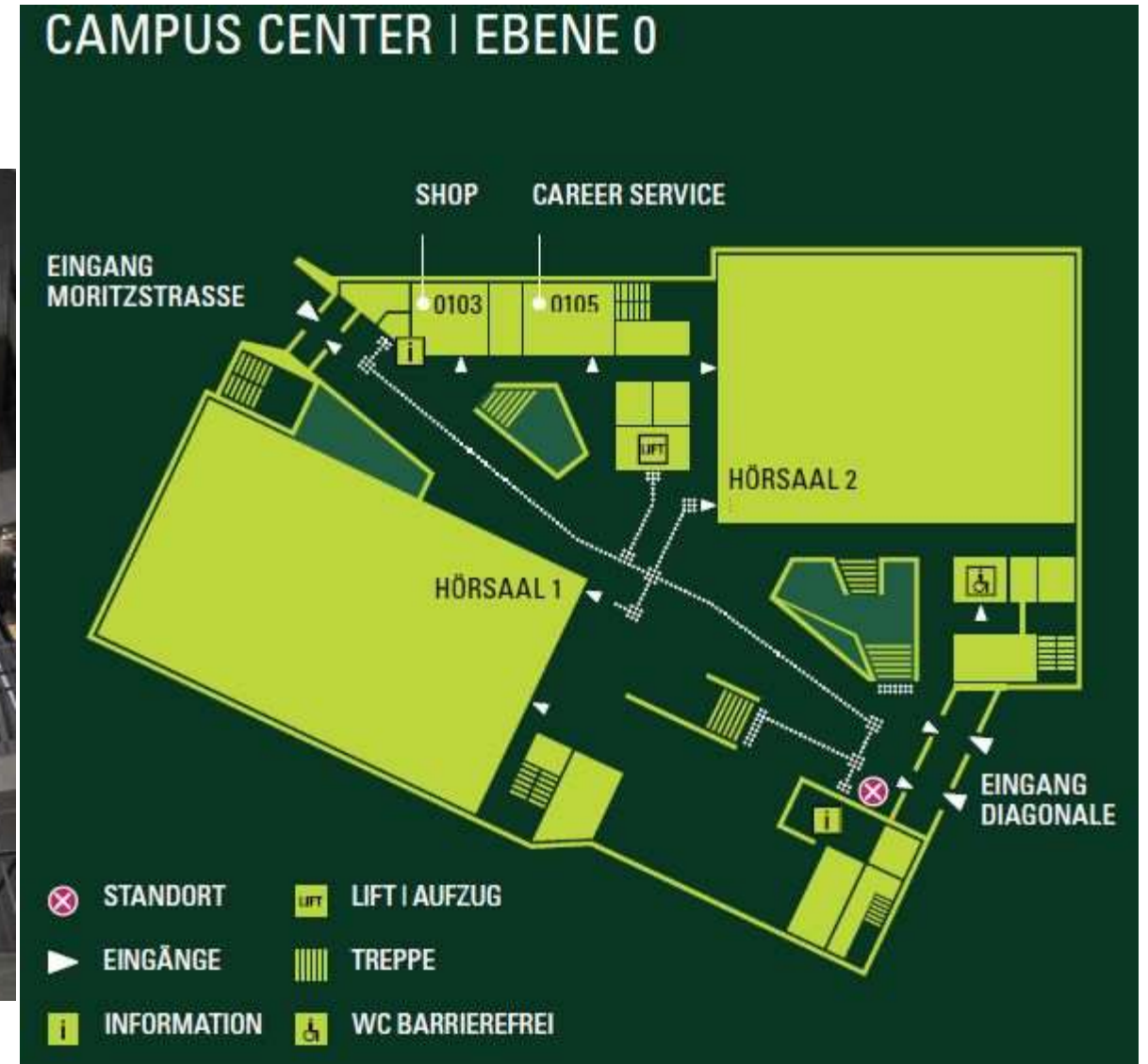
Das Campus Center der Universität Kassel



www.sueddeutsche.de/kultur/architektur-bauen-fuers-denken-1.2618518

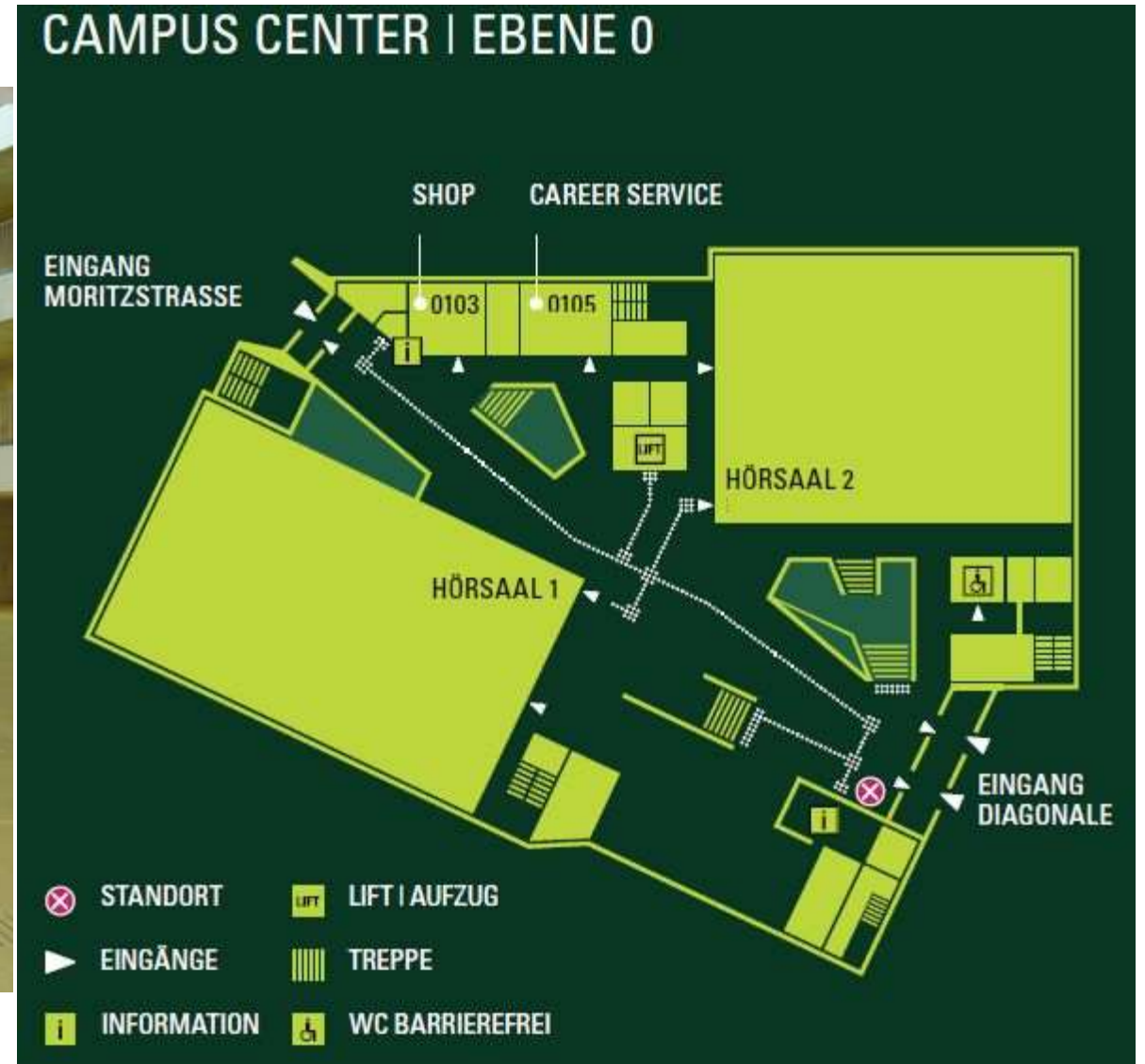
Beispiele

Das Campus Center der Universität Kassel



Beispiele

Das Campus Center der Universität Kassel



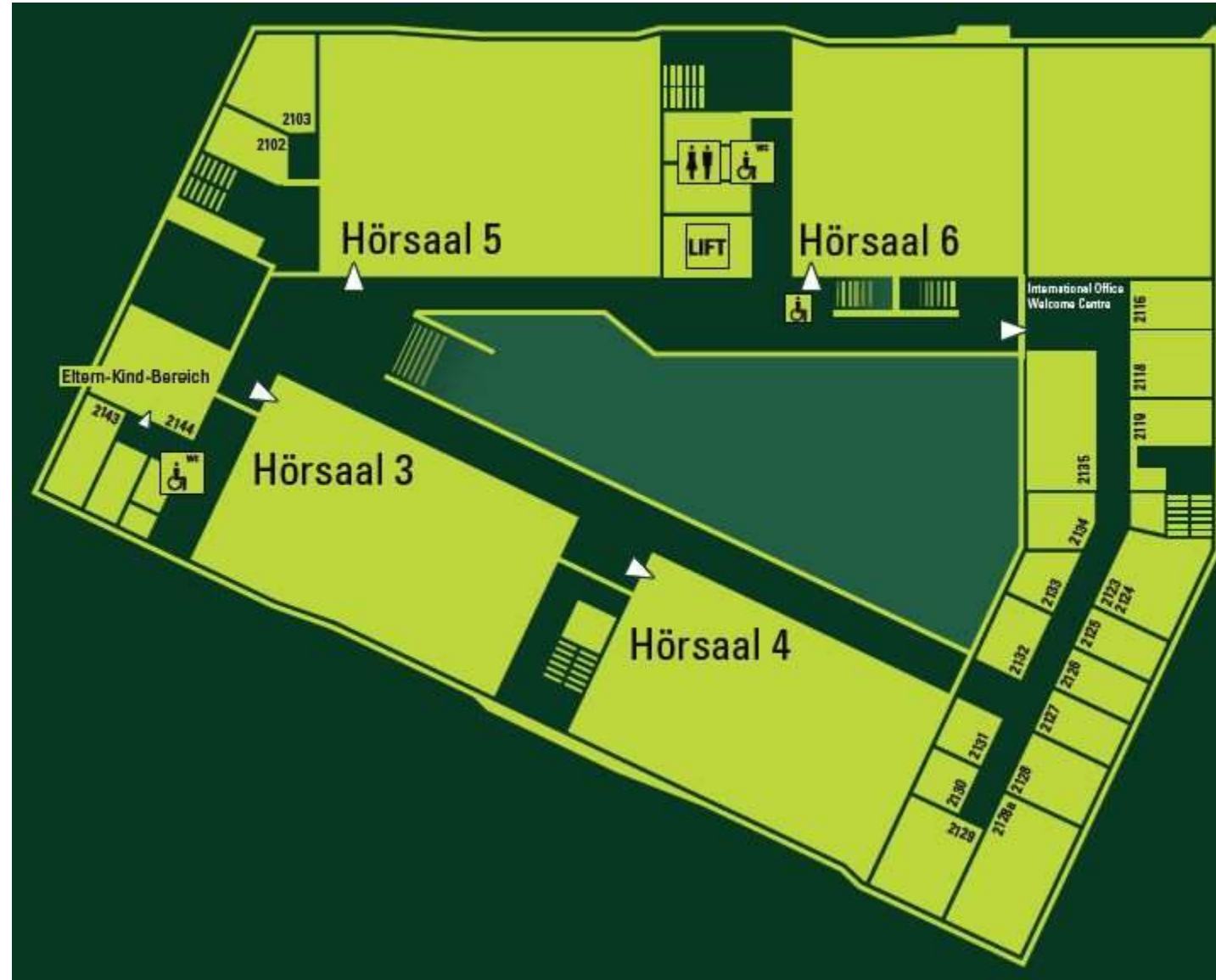
Beispiele

Das Campus Center der Universität Kassel



Beispiele

Das Campus Center der Universität Kassel



Beispiele

Das Campus Center der Universität Kassel





Akademisches Auslandsamt

Psychosoziale Beratung
Sozialberatung

Soziale Dienste

Rechtsberatung
Studienfinanzierungsberatung

BAföG-Service

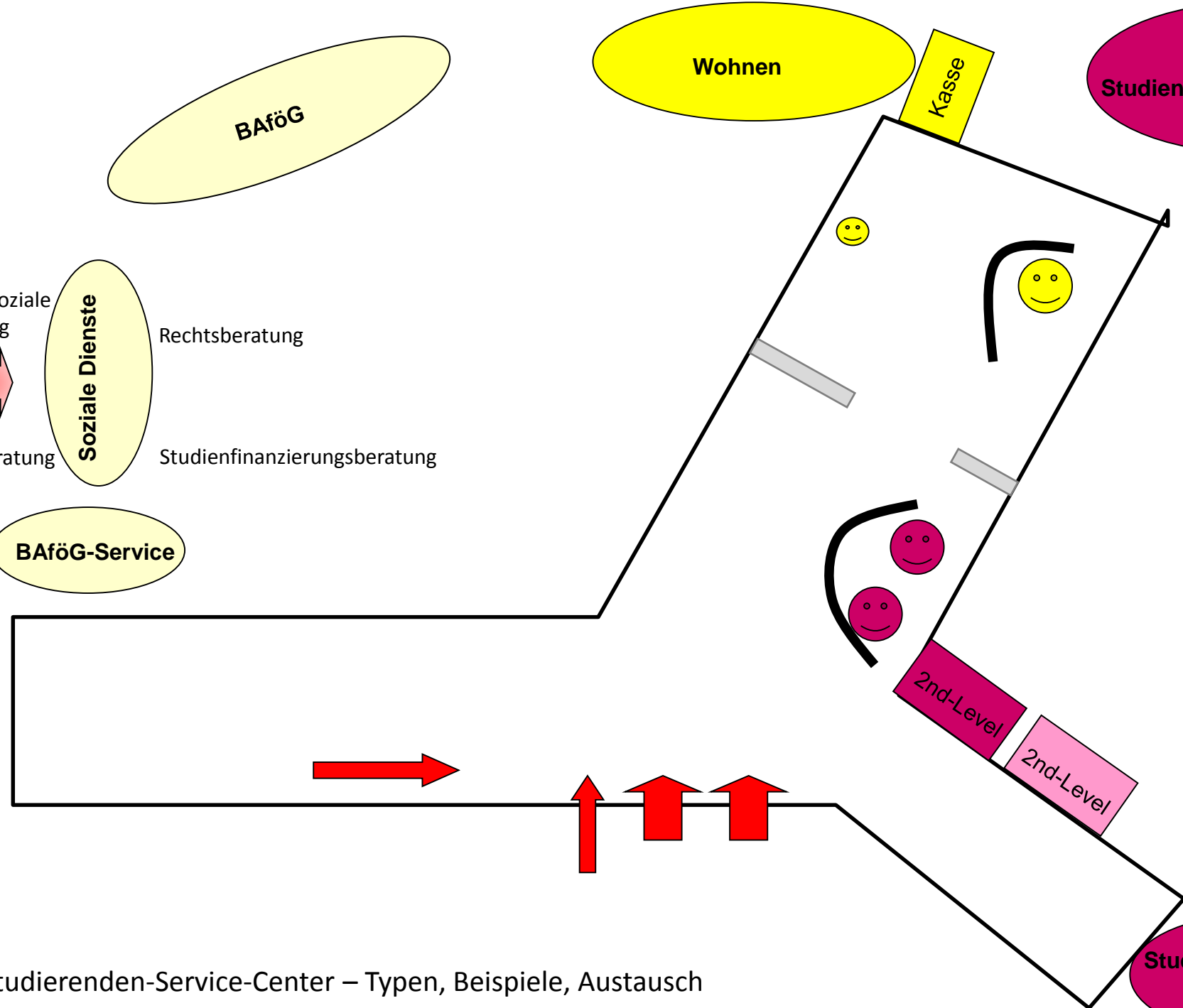
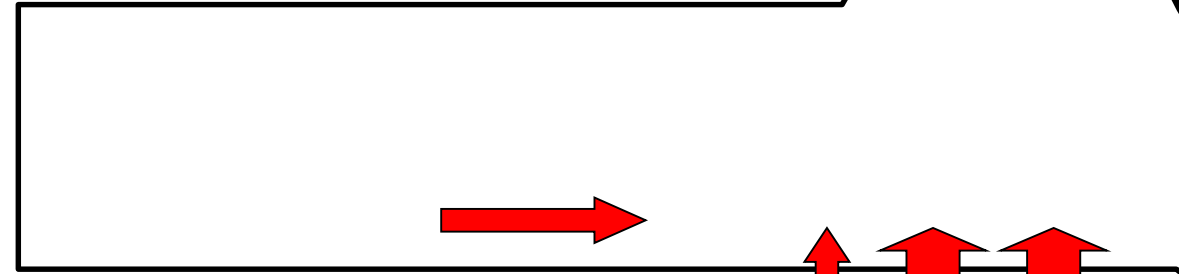
BAföG

Wohnen

Kasse

Studiensekretariat

Service Studium und Behinderung



Gäste
Studienberatung

Austausch

Zu welche Themen und Fragen möchte ich mich austauschen?

Wie stelle ich mir den Austausch vor?

Mailingliste ?

regelmäßige Treffen für kontinuierlichen Austausch?

themenbezogene Treffen?

lange Arbeitstreffen im Rahmen der Arbeitskreistagungen im Frühjahr?

kurze Workshops im Rahmen der großen Herbsttagungen?

Wer ist bereit, als einer von mehreren Ansprechpartnern zu (hochschuleigenem) Studierenden Service Center auf der ""GIBeT-Webseite genannt zu werden?

Wie sollte die Zusammenarbeit mit dem AK Callcenter aussehen?



Hochschule für
Wirtschaft und Umwelt
Nürtingen-Geislingen



IBIS

Individuelle Betreuung für ein
individuelles Studium

Laufbahnentscheidungen am 03. September 2015
Dr. Sylvia Lepp, Nina Steidler

GiBet-Tagung vom 02. bis 04. September in Hamburg

GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium
für Bildung
und Forschung

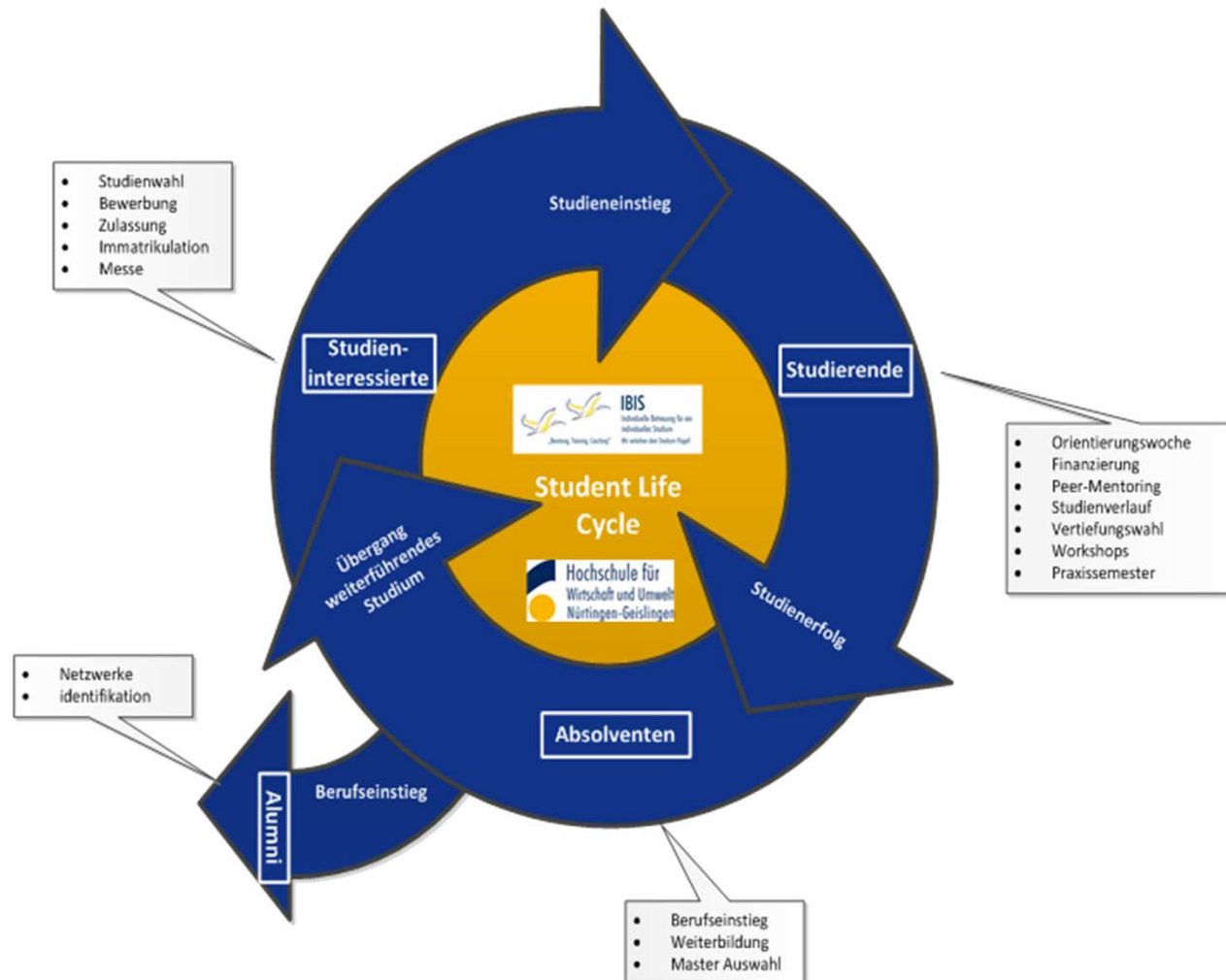
Ausgangslage

- Unbegrenzte Möglichkeiten
- Diversifizierung des Studienangebots
- Unklare Berufsfelder
- Planungsoffenheit
- „Akademisierungswahn“
- Fremdbestimmung vs. Selbstbestimmung
- Nicht-traditionelle Studierende

Probleme

- außeruniversitäre Belastungen und persönliche Probleme
- konkrete Lern- und Studierprobleme
- Fremdbestimmt studieren
- extrinsische Motivation
- Entscheidung und Orientierung
 - geringe Selbstkenntnis
 - geringe Berufs- und Arbeitsmarktkenntnis
 - geringe Prozesskenntnis und -fähigkeiten

An welchen Punkten vor, im und nach dem Studium treffen Studierende Entscheidungen?



Lösungsorientierte personenbezogene Beratung

„Gute Beratung unterstützt Ratsuchende dabei, aktiv und eigenverantwortlich Lösungsperspektiven zu erarbeiten, Entscheidungen zu treffen und diese umzusetzen.“
bequ-konzept.beratungsqualitaet.net

Prinzipien

- Lösungen statt Probleme
- Interaktion statt isolierter Individualität
- Beachte und nutze das, was da ist - nicht das Fehlende
- Die Chancen im Gestern, Heute und Morgen sehen
- Jede Situation als speziell sehen - keine schlecht passende allgemeine Theorie darüber stülpen

Anlass, Anliegen, Auftrag

1. **Anlass: „Was führt Sie her?“**
2. **Anliegen: Was möchten Sie hier erreichen?“**
3. **Auftrag: Was wollen Sie von mir?“**
4. **Kontrakt: Was biete ich an?“**

Differentialdiagnostik



Außeruniversitäre Belastungen

Lernmethode, Lernstile

Prokrastination, Attribution

Fähigkeitskonzepte: Personal-, Sozial-, Methodenkompetenz

Selbstkonzept, Habitus

Motive, Interessen

Laufbahnkonzept

→ Prev-Drop Online Self Assessment Tool

Beratungskonzepte



Passgenaue Angebote an Beratung, Training und Coaching

Entwicklung von Trainingseinheiten für Berater/innen Face to Face

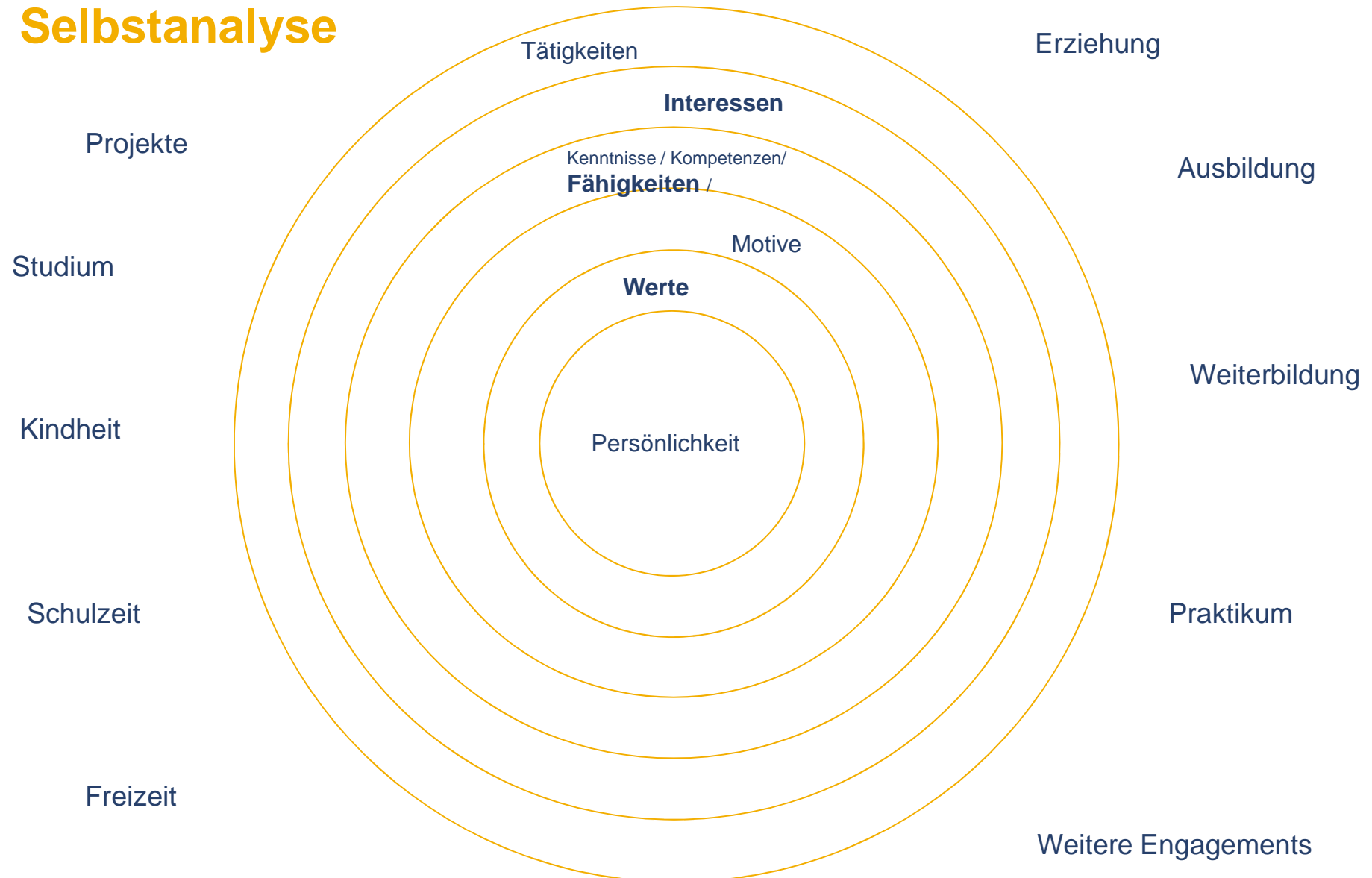
Trainingsmanual und Onlinetraining

Exemplarische Vertiefung Identifikation mit dem Fach / Studium

1. persönliche Standortbestimmung durch Klärung eigener Interessen, Werte, Fähigkeiten und Motiven → Assessments
2. aktive Erkundung der Arbeitswelt, von Karriereperspektiven und Studienfächern → Alumni- und Praxismentoring
3. Ausarbeitung einer Zieldefinition und Karriereplanung → Entscheidungsfindung
4. Umsetzung von Karrierezielen und Stellensuche für Praktika → Bewerbungstrainings



Selbstanalyse



Persönliche Standortbestimmung als Grundlage zur Entscheidungsfindung: Wahl des Studiengangs/ der Vertiefung

Übung: Meine Interessen



Persönliche Standortbestimmung als Grundlage zur Entscheidungsfindung: Wahl des Studiengangs/ der Vertiefung

Übung: Meine Fähigkeiten

AHA - Meine persönlichen Erfolgsgeschichten



A = Ausgangssituation: Beschreiben Sie kurz die Ausgangssituation. Was war die Aufgabe, die Sie bewältigen wollten bzw. mussten? Was war die Herausforderung, die Sie dabei zu bewältigen hatten?



H = Handlung: Was genau haben Sie wie getan, um die Aufgabe zu lösen?



A= Auswirkung: Wie hat sich Ihre Aktivität ausgewirkt? Was war das gute Ergebnis? Welche Ihrer Fähigkeiten haben Sie in der Situation benötigt und eingesetzt, um zu diesem guten Ergebnis zu gelangen?

Persönliche Standortbestimmung als Grundlage zur Entscheidungsfindung

Übung: Meine Werte



Was brauche ich im Alltag, um unbedingt zufrieden zu sein?



Für welche/n Wert/e kämpfe ich?



Was bedeuten diese genannten Werte für mich?



Was bedeuten diese genannten Werte für mich *nicht*?



Wie lebt eine Person, die diese/n Wert/e in den Mittelpunkt ihres Lebens stellt?



Woran merke ich, dass ich nach meinen Werten lebe?



Wie möchte ich im Idealfall nach meinen Werten leben?



Wie fühlt es sich an, wenn ich einen Tag lang nicht nach meinen Werten lebe?

Unterstützung bei Entscheidungen durch die Methode des Tetralemma

- Ursprung:
 - Das Tetralemma (Sanskrit: „vier Ecken“ im Sinne von vier Positionen oder Perspektiven) stammt ursprünglich aus der traditionellen indischen Logik und wurde dort in der **Rechtsprechung** verwendet, um **Haltungen und Standpunkte** zu kategorisieren. Die vier Positionen wurden schließlich von buddhistischen Logikern um die Negation des Tetralemma erweitert (= auch die vierfache Negation oder die fünfte Position genannt). Für Beratung und Coaching wurde es v.a. von Matthias Varga von Kibéd und Insa Sparrer eingeführt und weiterentwickelt.

Unterstützung bei Entscheidungen durch die Methode des Tetralemma

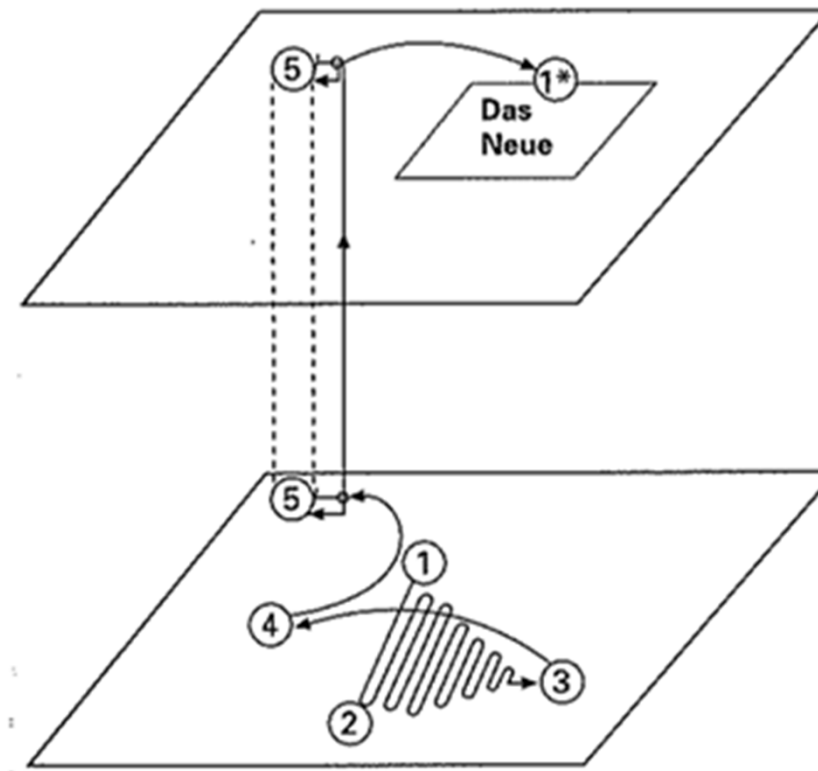
- Ziele oder *Wann Tetralemma-Arbeit nützlich sein kann:*
 - Unterstützung bei Entscheidungen
 - Lösung von Konfliktsituationen
 - Klärung nächster Schritte bei Dilemmata jeder Art
 - neue Perspektiven und Einsichten herausarbeiten
 - Sortieren von Alternativen
 - Management von Widersprüchen bei Einzelpersonen und in Organisationen
 - Ausloten von Optionen
 - Sichtbarmachen von Übersehenem
 - Diagnose und Aufhebung von Blockaden
 - ...
 - ***durch Wahrnehmen und Beschreiben von Gefühlen und Körperempfindungen***

Unterstützung bei Entscheidungen durch die Methode des Tetralemma

- Formate:
 - Beratung und Coaching
 - Schriftlich
 - Systemische Strukturaufstellung mithilfe von RepräsentantInnen
- Voraussetzungen:
 - Anstehende Entscheidung, die bisher mittels (Selbst-) Reflexion noch nicht gelöst werden konnte
 - Bereitschaft zur Anwendung der Methode bei BeraterInnen und KlientInnen
 - 20 Minuten reine Bearbeitungszeit für die Methode
 - Räumliche Voraussetzungen

Unterstützung bei Entscheidungen durch die Methode des Tetralemma

Das Tetralemma als Bodenübung: Vorgehen



Hinweise für die Kleingruppenarbeit

- drei Personen pro Gruppe: BeraterIn, Klient, BeobachterIn
- Zeitrahmen insgesamt: 45 Minuten, davon 5 Min. Vorbereitung, 20 Min. Durchführung, 10 Min. Nachbesprechung und 10 Min. Abschlussbesprechung der Methode im Plenum
- **benötigtes Material:**
 - Fallbeispiel
 - Hinweise für und mögliche Fragen während der Tetralemma-Arbeit
 - Bodenblätter
 - Beobachtungsbogen

Abschlussrunde zu Tetralemma

- Was ist Ihnen aufgefallen als
 - BeraterIn
 - Klient
 - BeobachterIn?

- Was nehmen Sie mit für Ihre Studienberatung?



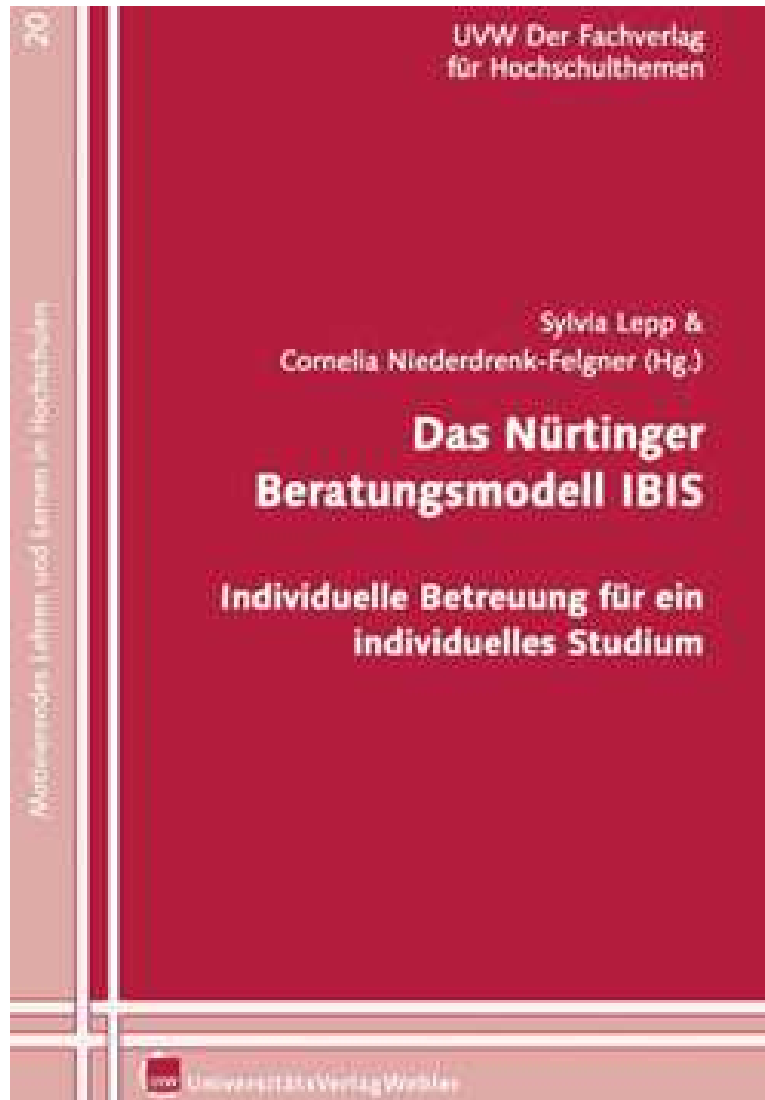
IBIS
Individuelle Betreuung für ein
individuelles Studium



Noch weitere Fragen?







Inhalt

Ein Vorwort oder „Beraten kann jeder!“ Mitnichten! *Marja Kukowski-Schulert*

Das Nürtinger Beratungsmodell IBIS *Sylvia Lepp*

Berufliche Orientierung als Prozess im Student-Life-Cycle *Inga Rößner*

Zielorientiert studieren durch Identifikation mit dem Fach *Johannes Polzin*

Chancen von Praktika für die berufliche Entwicklung *Martin Alber*

Neurowissenschaften in der Lernberatung *Christiane Fitzke*

Konzept der Schreibberatung *Jessica Lubzyk*

Mentales Training bei Präsentations- und Prüfungsangst *Ulrike Reimann*

Service Learning - Ein Zusatzangebot in der Studieneingangsphase *Nina Steidler*

Peer-Mentoring zur Unterstützung der Studieneingangsphase *Sabine Wanko*

Kollegiale Vernetzung und Weiterbildung *Julia Weick*

Begleitforschung *Dörthe Üstünsöz-Beurer*

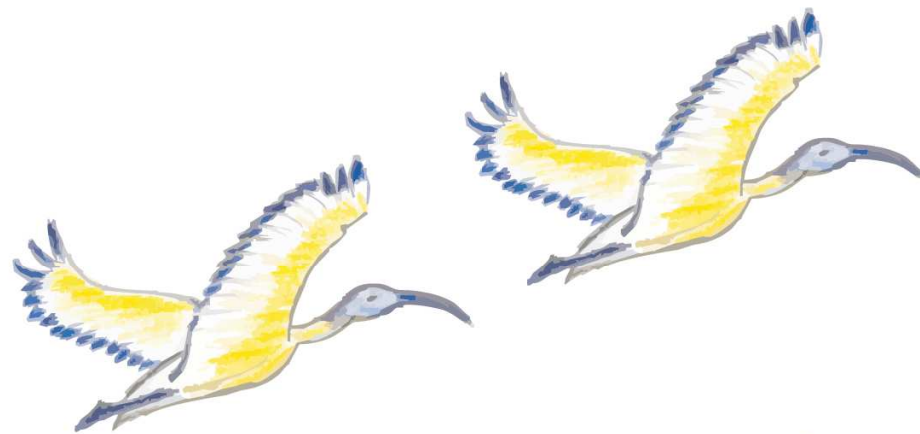
€ 32,00



IBIS
Individuelle Betreuung für ein
individuelles Studium



 Hochschule für
Wirtschaft und Umwelt
Nürtingen-Geislingen



„Beratung, Training, Coaching“

IBIS

Individuelle Betreuung für ein
individuelles Studium

Wir verleihen dem Studium Flügel!



Universität Hamburg

DER FORSCHUNG | DER LEHRE | DER BILDUNG

Willkommen!

Workshop

Studium ohne Abitur – neue Beratungskonzepte



Ute Meyer

Ute.Meyer@verw.uni-hamburg.de

Worum geht es?

1.) Wer sind die Studierenden des Dritten Bildungswegs?

- a) zwei Hochschulzugänge
- b) unterschiedliche Berufsgruppen, je nach Hochschulzugang
- c) Die beliebtesten Studiengänge
- d) Typenbildung nach Peter Alheit (2008)
- e) Studienerfolg im Vergleich

2.) Zielgruppenorientierte Studienberatung

- a) Charakteristika der Zielgruppe
- b) Besondere Anforderungen an die Studienberatung
- c) Themenfelder der Beratung



- 3.) Maßnahmen aus dem Projekt „Studienorientierung für Berufstätige ohne Allgemeine Hochschulreife“**
- 4.) Zwei Sichtweisen – die Perspektive der Studienfachberater/-innen & die Perspektive der Studierenden ohne Abitur**
- 5.) Nachfragen**
- 6.) Diskussion**


Wer sind die Studierenden des Dritten Bildungswegs?

a) Sie kommen auf zwei unterschiedlichen Bildungswegen an die Hochschule

 Eingangsprüfung, fachgebundene HZB

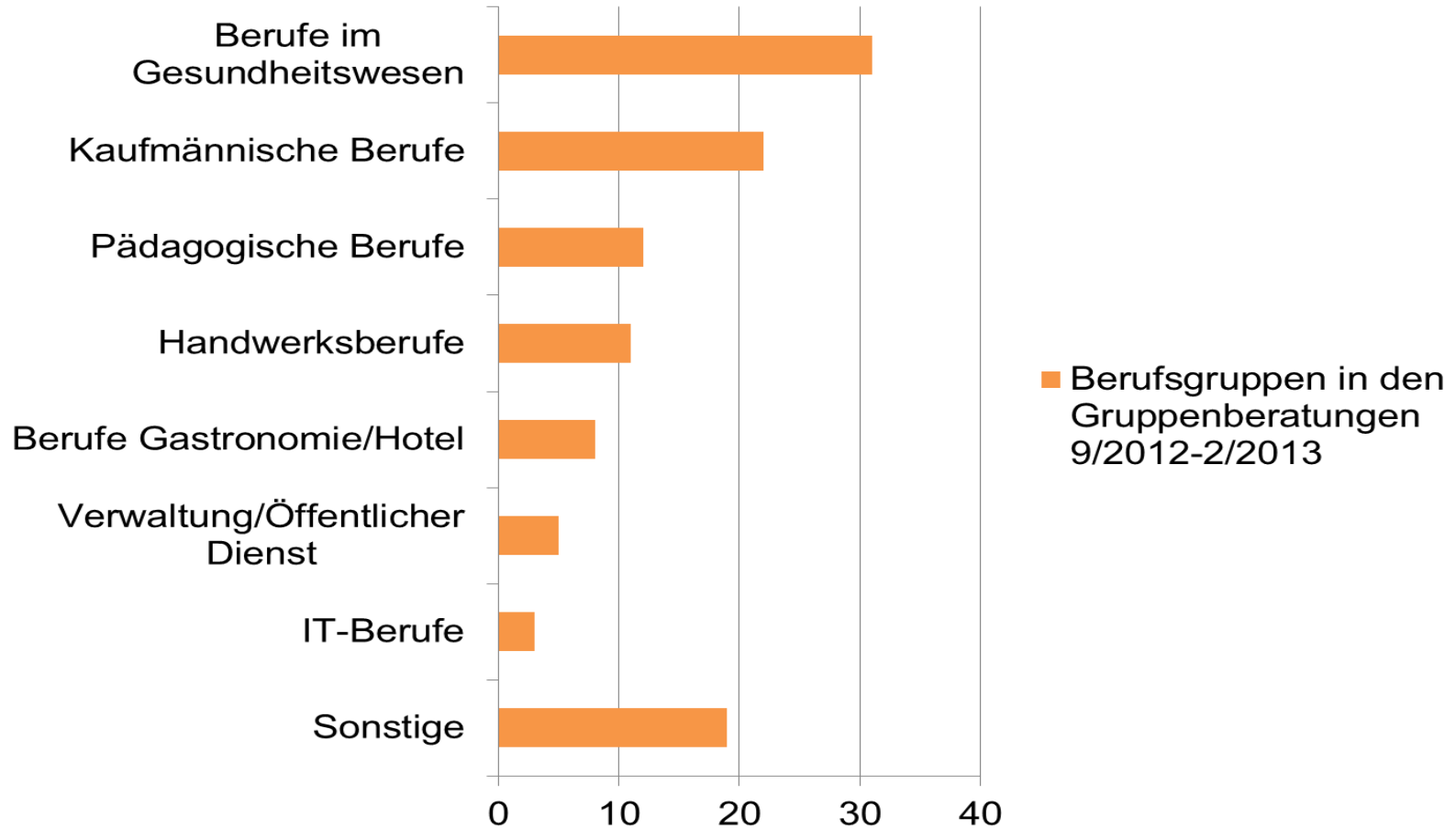
 Bewerbung mit Fortbildungsprüfung, allgem. HZB

Es muss keine fachliche Verwandtschaft zwischen beruflicher Qualifikation und Studiengangwunsch bestehen, kann aber natürlich.

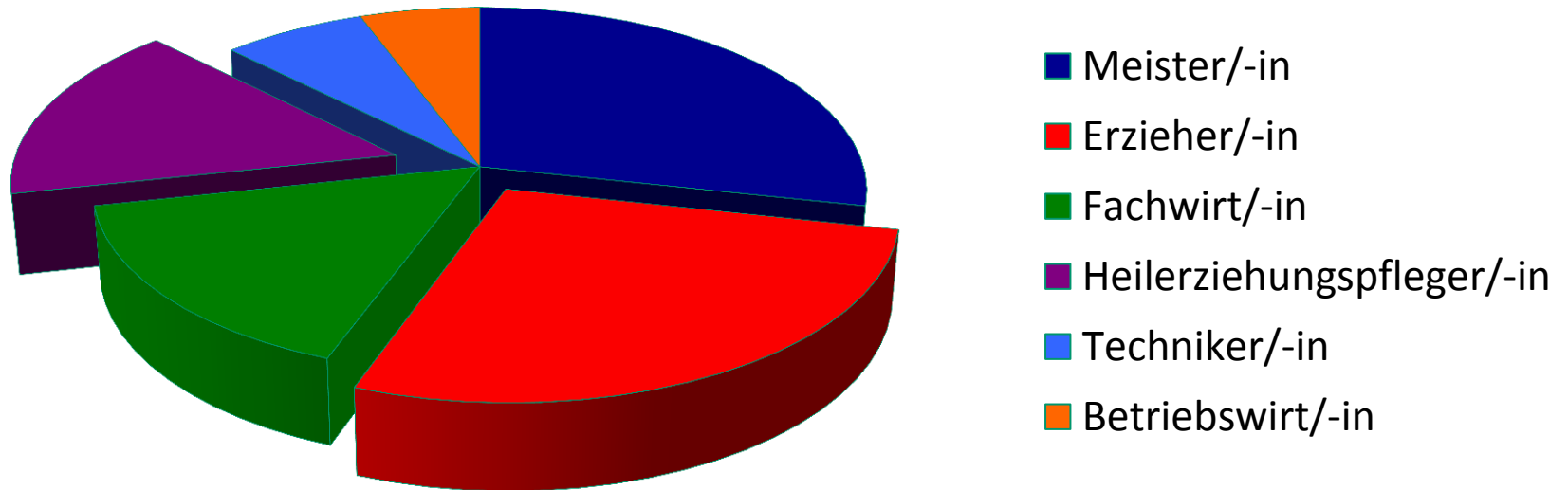
 nicht nur Möglichkeit der Weiterbildung oder höheren Qualifikation im bisherigen Beruf, sondern Chance zur völligen Umorientierung

Über die Hälfte der Studieninteressierten möchte sich mit dem Studium ein neues Berufsfeld erschließen, d.h die Entscheidung zum Studium ist bildungsbiographisch ein einschneidendes Erlebnis.

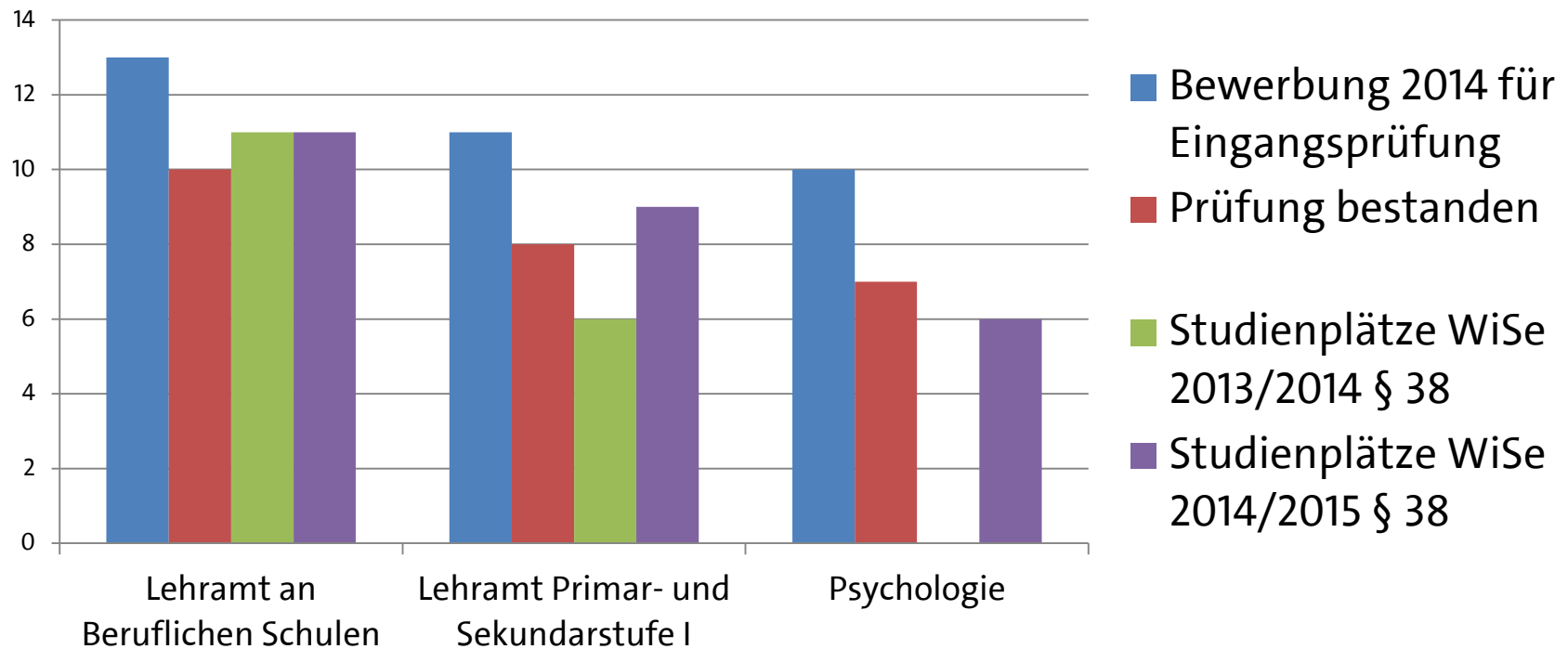
Berufsgruppen in den Gruppenberatungen §38 9/2012-2/2013



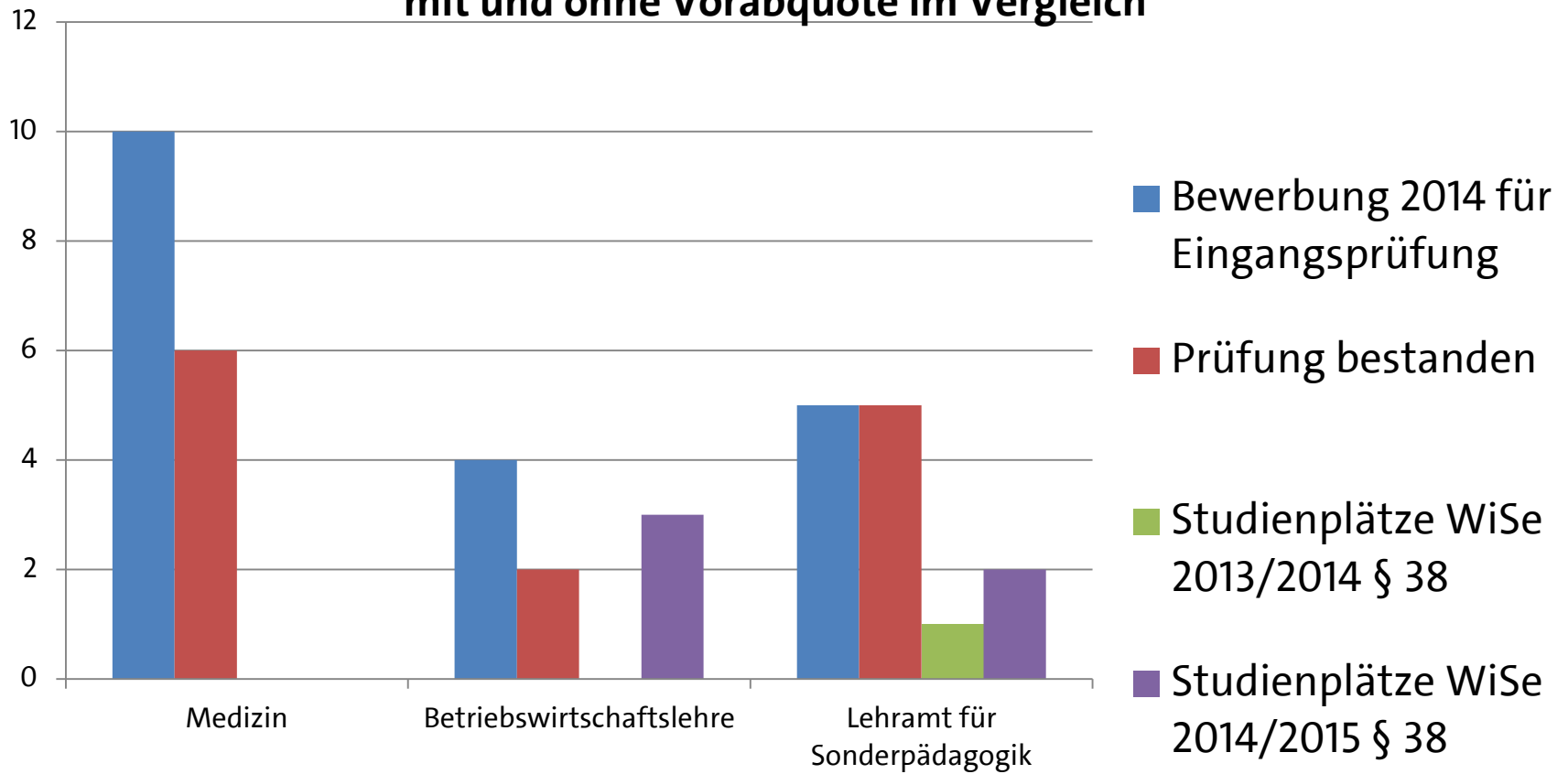
Studierende mit Fortbildungsprüfung ws 2014/2015



Eingangsprüfungsverfahren, Top 6 Studiengänge, Teil I - mit und ohne Vorabquote im Vergleich



Eingangsprüfungsverfahren, Top 6 Studiengänge, Teil II mit und ohne Vorabquote im Vergleich



d) Typenbildung (Alheit 2008)

„**PATCHWORKERS**“ sind Leute, die die Entscheidung zum Studium einer Fülle von biographischen Anfängen und Probeläufen als einen weiteren Anfang hinzufügen („Virtuosen von Anfangssituationen“).

lang- und mittelfristige Pläne fehlen, Defizit an biographischer Reflexivität
Studienprognose: eher skeptisch

„**BILDUNGSaufsteiger**“: Der Wunsch zum Studium ist biographisch in der Regel früh angelegt, kann aber aufgrund bestimmter Hindernisse zunächst nicht realisiert werden. Bildungsaufsteiger streben den Wechsel sozialer Welten an. Dabei geht es nicht nur um sozialen oder beruflichen Aufstieg. Entscheidend ist vielmehr die Teilhabe an einer „höheren Sinnwelt“.

Loslösung aus dem Herkunftsmilieu, ambivalente Haltung zum Studium,
Orientierungsunsicherheit

„**KARRIERISTEN**“ sind Non-trationals, die eine deutlich strategische, gelegentlich fast instrumentelle Einstellung zu ihrem Studium haben. Die Wahl des Studienfaches beruht in der Regel auf dem Kalkül, an bereits erworbene Kompetenzen problemlos anschließen zu können.

Außergewöhnlich erfolgreich, schnelles effizientes Studium, geschickt in Prüfungssituationen

„**INTEGRIERER**“ sind eher Pragmatiker. Sie finden berufliche oder biographische Anschlussmöglichkeiten für ihr Studium, ohne dabei ihr Herkunftskapital zu entwerten. Sie halten Distanz zum Sinnuniversum der Universität, das ihnen sozial und emotional fremd bleibt. Integrierer nutzen das Studium für ihre Zwecke.

Erfolgreiche Studienverläufe, die Studienprognose uneingeschränkt positiv

Schließen die Studierenden ohne Abitur mit gleichem Erfolg ab wie Kommilitonen mit Abitur?

Brändle, Lengfeld (2015): Führt Studium ohne Abitur zu geringerem Studienerfolg? Befunde einer quantitativen Fallstudie (Studiengang Sozialökonomie)

- 7,4% weniger Lehrveranstaltungen werden im ersten Studienjahr bestanden
- die Studieneingangsphase ist eine größere Hürde
- 20% weniger Abschlüsse im Zeitraum von 9 Semestern (ist beim Teilzeitstudium jedoch leicht gegeben)
- unklar, ob mehr Zeit benötigt wird, oder das Studium abgebrochen wurde
- Die Abschluss-Note unterscheidet sich geringfügig um 0,15 Notenpunkte
- Im Endergebnis ist kaum ein Leistungsunterschied auszumachen.

die Zielgruppe Studieninteressierte ohne Abitur ist sehr heterogen



Charakteristika der Zielgruppe

Schul-
bildung

- Haupt- oder Realschulabschluss oder Fachabitur

Lern-
erfahrung

- Teile der institutionellen Lernerfahrungen fanden im Berufsbildungssystem statt
- die institutionelle Lernbiografie war durch Berufstätigkeit unterbrochen

Alter

- oft sind beruflich qualifiziert Studierende älter als andere Studierende
- häufiger existieren familiäre Verpflichtungen

Berufs-
tätigkeit

- neben dem Studium wird vielfach eine Berufstätigkeit ausgeübt

hochschulfern

- mit höherer Wahrscheinlichkeit als „Regelstudierende“ entstammen beruflich qualifizierte Studierende einem hochschulfernen Milieu

Besondere Anforderungen an die Studienberatung

Ratsuchende erleben die kulturelle Situation (Kommunikation, Lernstile, Werte) an der Hochschule möglicherweise als fremdartig.



alltags – u. berufsalltagsnahe Sprachverwendung, wenig Fachtermini, viele Erläuterungen und Beispiele



Die Ratsuchenden sollten den systematischen Unterschied der Lernstile und Lernziele Berufswelt vs. Hochschule erklärt bekommen

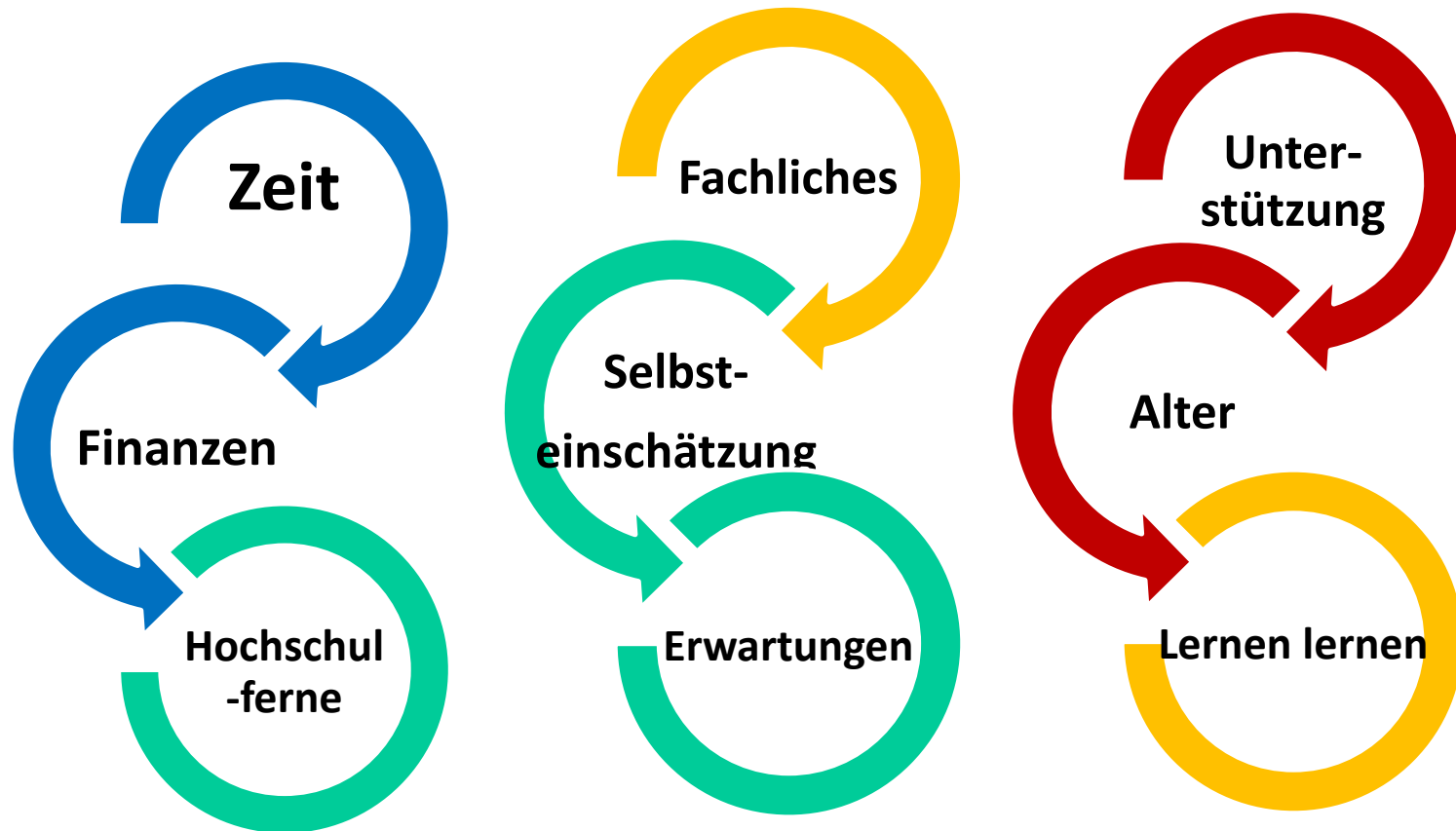


Berater/-in sollte mit möglichst wenig Vorannahmen in das Gespräch gehen, die Charakteristika im Hinterkopf behalten und je nach Typus die Tiefe der Themenfelder variieren



Unterstützung im Entscheidungsprozess: Entsprechen die Erwartungen des Ratsuchenden dem Vorgefundenen?

Themenfelder der Beratung



Maßnahmen aus dem Projekt „Studienorientierung für Berufstätige ohne Abitur“

2014 haben insgesamt 418 Studieninteressierte in der Zentralen Studienberatung die neu implementierten Angebote besucht.

1.) **Gruppenberatung** „Studienorientierung für Berufstätige ohne Abitur“ für an der Eingangsprüfung Interessierte

2014: insg. 24 Gruppenberatungen mit insgesamt 319 Teilnehmer/-innen

Nur ca. 40% der Teilnehmer/-innen bewerben sich anschließend zur Eingangsprüfung

2.) **ergänzende Peer-Beratung** für an der Eingangsprüfung Interessierte durch Studierende

2014: 10 freiwillige Peers

3.) **Einzelberatungen** für Studieninteressierte mit Fortbildungsprüfung

2014: insg. 99 Einzelberatungen

4.) studienunterstützende Veranstaltungen

→ **ganztägiger Workshop** „Studienstart für Studierende ohne Abitur“

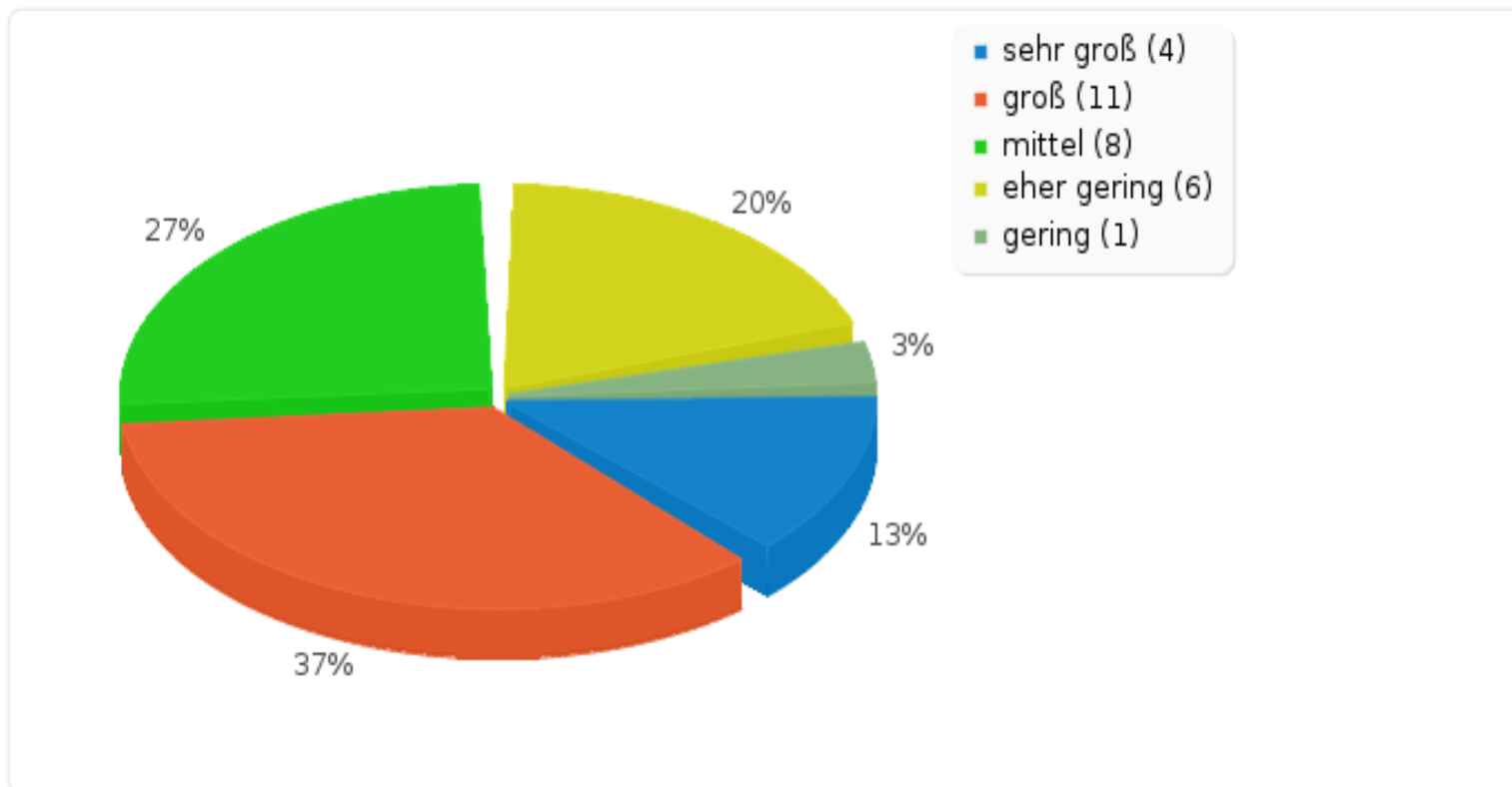
40% aller Studienanfänger/-innen ohne Abi nahmen 2014 teil, ca. 60 Teilnehmer/-innen

→ Veranstaltungen „**Lernen lernen**“ und „**wissenschaftliches Arbeiten**“, jeweils ca. 20-25 Teilnehmer/-innen

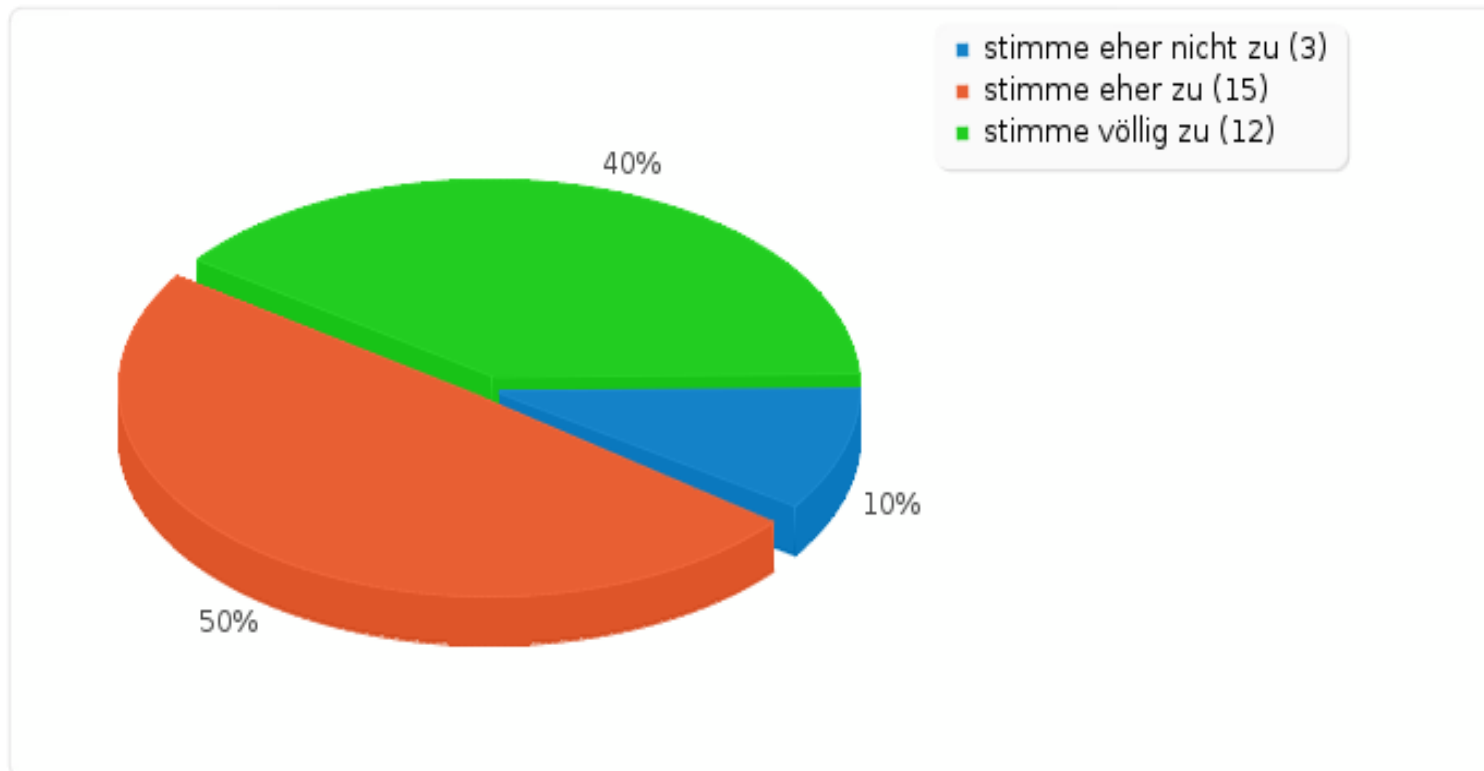
→ Veranstaltung „**Stipendienprogramme für Studierende ohne Abitur**“, 45 Teilnehmer/-innen

→ monatliche **Stammtischrunde** für Studierende ohne Abitur, 10 Teilnehmer/-innen

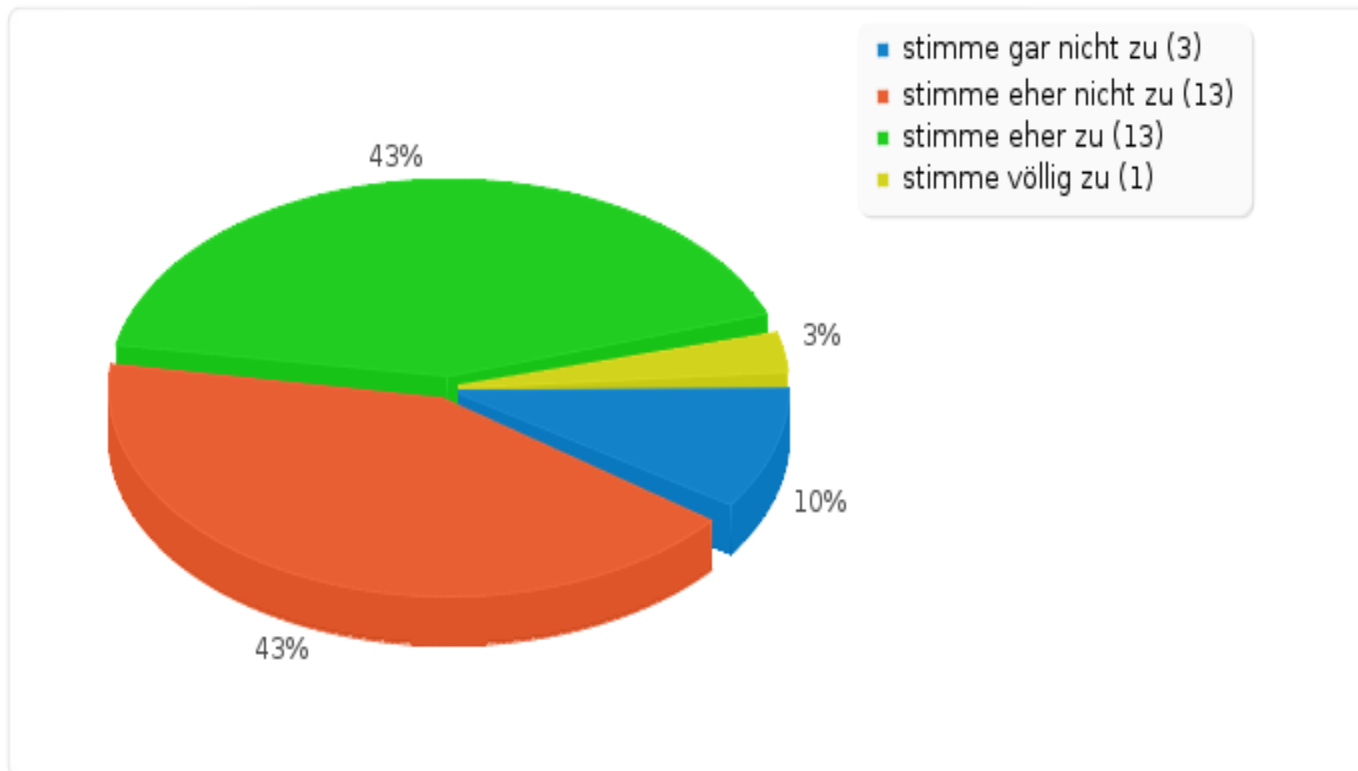
Wie groß ist Ihrer Meinung nach der Beitrag, den die Studienfachberatung zur Einschätzung von Studierfähigkeit leisten kann?



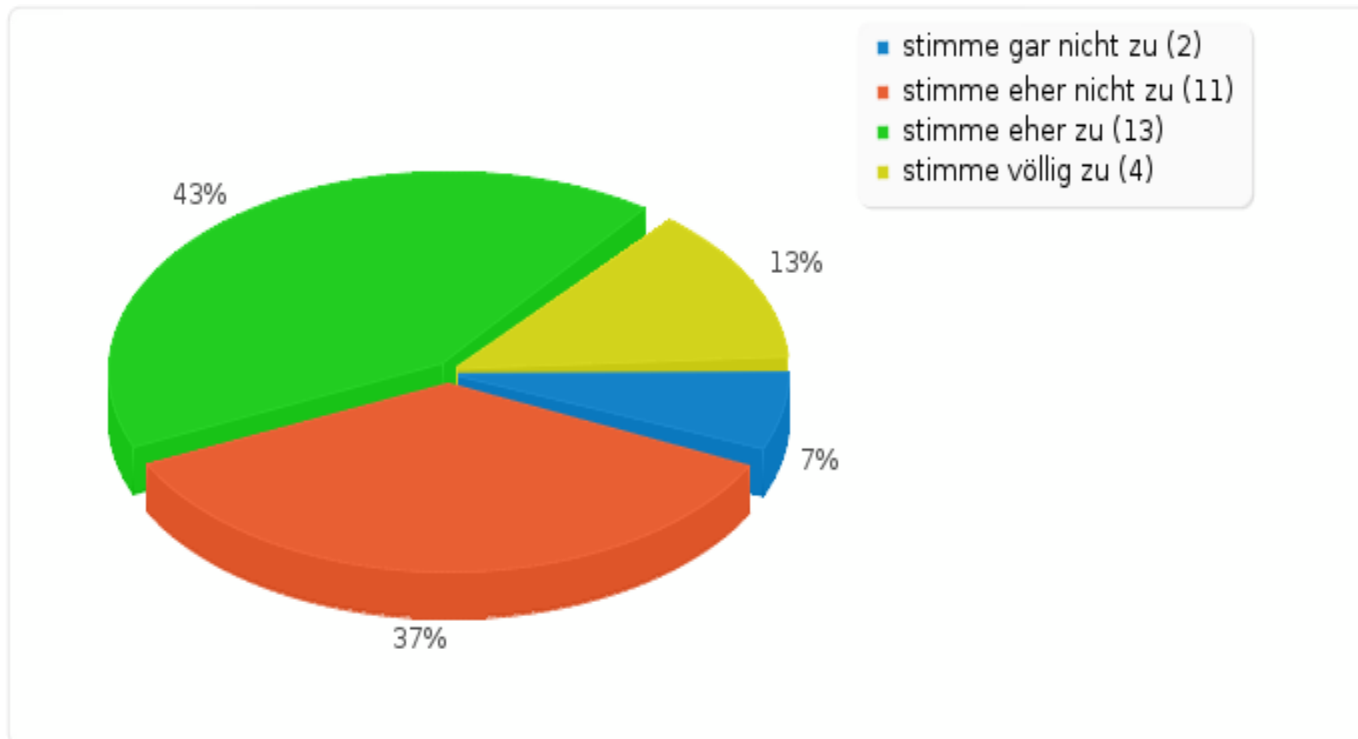
**In der Studienfachberatung erhalte ich einen Eindruck...
...über Sorgen und Befürchtungen des/der Bewerber_in in Bezug auf die
Aufnahme eines Studiums.**



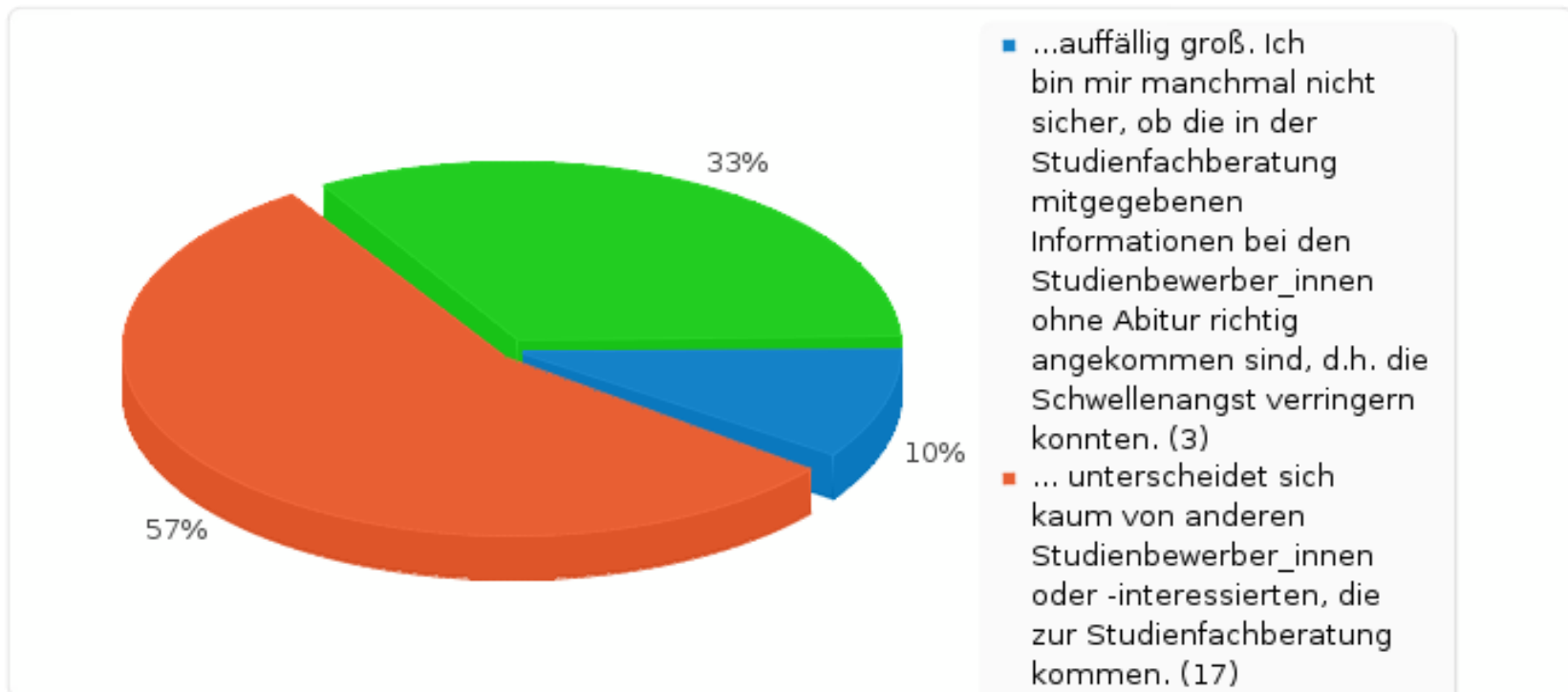
**In der Studienfachberatung erhalte ich einen Eindruck...
...über fachspezifische Kenntnisse des/der Bewerber_in in Bezug auf den
gewählten Studiengang.**



**In der Studienfachberatung erhalte ich einen Eindruck...
...über die Fähigkeit des/der Bewerber_in, Argumente vorbringen und
diskutieren zu können.**

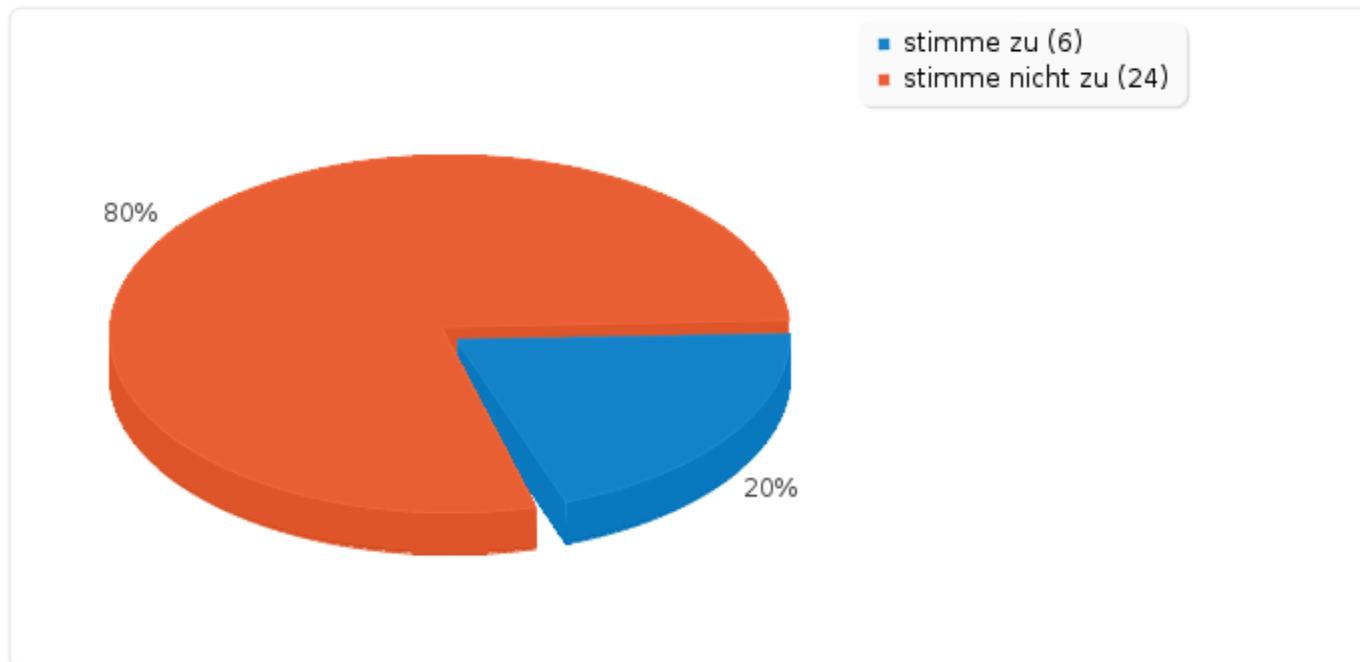


Meiner Erfahrung nach ist bei Studienbewerber_innen ohne Abitur die Schwellenangst gegenüber der Bildungsinstitution „Universität“

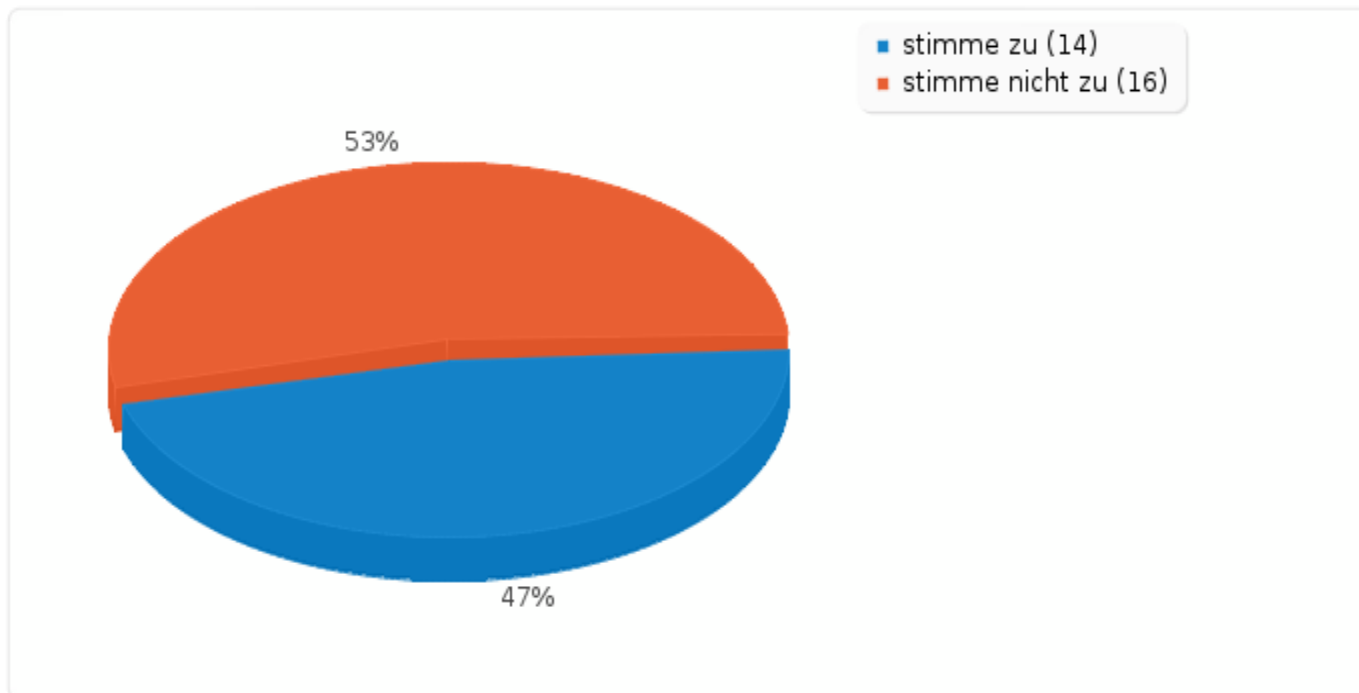


- ... ist häufig groß, wird meiner Meinung nach aber in der Studieneingangsphase und im weiteren Verlauf des Studiums abgelegt oder vermindert. (10)

**Meiner Meinung nach sollte der Zugang zum Hochschulstudium für Studienbewerber_innen ohne Abitur...
...striktter seitens der Universität reguliert werden, da das Abitur eine wesentliche Voraussetzung für „Studierfähigkeit“ ist.**



**Meiner Meinung nach sollte der Zugang zum Hochschulstudium für Studienbewerber_innen ohne Abitur...
...über die Einführung eines Probestudiums für Bewerber_innen reguliert werden und darüber erfolgen können.**



Krankenschwester, Alter: 27J., Erziehungs- u. Bildungswissenschaft, NF Politik, Note Eingangsprüfung: 1,2

„und die sagte mir, ja ähm man brauch' so 'ne. Wie nennt sich das im Fachbereich und mit dem Professor von deren Fakul, also von der Fakultät und ähm da soll man GANZ viele Fragen stellen, alle Fragen los werden. Es sei ganz wichtig für die Prüfung. Ich hab' dann auch wirklich 'n Termin vereinbart, es war genau anders herum. Der hat mir FRAGEN gestellt und ich bin im Erdboden versunken. Es war so furchtbar, weil ich mir 'n ganzen Zettel gemacht hab' mit meinen Fragen und ich sonst nichts erwartet hatte und DER hat mir Fragen gestellt, die ich natürlich gar nicht beantworten konnte und also ich hab' mich richtig geSCHÄMT, weil dass war mir richtig unangenehm und zu meinen Fragen bin ich nicht gekommen

Fortsetzung: Im Nachhinein dachte ich mir, wenn das jetzt 'ne Prüfung wär', ich wär' durchgefallen. Und er meinte auch so, ähm ja, dass hätte man Ihnen eigentlich SAGEN müssen und ähm ähm argumentieren, dass müssen Sie nochmal LERNEN, dass geht so NICHT und ich dachte mir, okay jetzt hab' ich verloren und da hab' ich mir gewünscht, dass vielleicht mir vorher gesagt wurde, o hey der Professor möchte auch was von DIR hören, über deine Motivation über dein Wissen. Ähm ja und dann kannst du vielleicht noch Fragen los werden also das wurd mir gar nicht gesagt und da war ich total ja da hab' ich mich richtig geschämt.“ (Transkript-Auszug)

Medienkauffrau für Digital und Print, Alter: 24 J., Soziologie, NF Medien- u. Kommunikationswissenschaft, Note Eingangsprüfung: 2,6

„Also ich wurde auch erstmal ganz viel geFRAGT womit ich auch jetzt nicht so wirklich gerechnet hätte. Aber dann hat der auch ganz viel erzählt, also es war so'n gegenseitiges Geben und Nehmen. Ähm aber ich hab mich auch komisch gefühlt, weil es ist ja schon erstmal 'n Bereich, den man nicht wirklich KENNT und da dann irgendwie richtig ausgefragt zu WERDEN ist schon erstmal KOMISCH. Er hatte dann so'n bisschen Abschrecktaktik gemacht, also erstmal so'n bisschen äh NEGATIVES erzählt vom Studiengang also erstmal wirklich viele MÄNGEL und dann aber auch von mir gesagt bekommen, dass ich das durchaus auch MAG also zum Beispiel viel Lesen, viel Schreiben. Das mögen halt nicht alle äh und dann war 's nachher auch gut, also es war so'n bisschen Abschrecktherapie hatte ich das Gefühl.“ (Transkript-Auszug)

Ergotherapeutin, Psychologie, Alter: 28 J.

„Also die Dame bei mir hat mich eben auf die RISIKEN auch ganz deutlich d'rauf hingewiesen wo in welchem Bereich es die meisten Abbrecher jetzt in dem Studiengang gibt und was es für Möglichkeiten gibt sich schon im Vorfelde ähm wenn man eben weiß, jetzt zum Beispiel jetzt bei meinem - mit Mathematik, dass es da Möglichkeiten gibt sich auch weiterzubilden im Vorwege und also sie hat mich eher da nochmal d'rin beSTÄTIGT, dass das jetzt auch richtig ist, was ich mache.“ (Transkript-Auszug)

Diskussionsthemen zur Auswahl

- Ist es wirklich sinnvoll, die Zielgruppe getrennt zu beraten, obwohl sie so heterogen ist? Inwiefern gibt es Unterschiede zu der Zielgruppe „First Generation“?
 - Entsteht bei der Menge an studienunterstützenden Angeboten evtl. ein „Defizit-Gefühl“ bei den Ratsuchenden, das sonst gar nicht gegeben wäre?
 - Inwiefern kann man sagen, dass Eingangsprüfungsverfahren an öffentlichen Hochschulen als „Gatekeeping“ fungieren (Dr. Walburga Freitag, DZHW)?
- Studienplätze öff. Hochschulen sind ein knappes Gut: Gatekeeping
- Studienplätze privater Hochschulen sind kein knappes Gut: Geringes Gatekeeping



Universität Hamburg

DER FORSCHUNG | DER LEHRE | DER BILDUNG

„Sexuelle Belästigung an der Uni“ – ein (Tabu-)Thema?!



Dipl. Psych. Susanne Witte, ZSPB, Kontakt- und Beratungsstelle bei Sexueller Diskriminierung und Gewalt
Dipl. Soz. Sibylle Ruschmeier, Notruf für vergewaltigte Frauen und Mädchen e.V. Hamburg

Was ist sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz?

Das **Allgemeine Gleichbehandlungsgesetz (AGG)** definiert **sexuelle Belästigung** wie folgt in **§ 3 Abs. 4**:

Eine sexuelle Belästigung ist eine Benachteiligung (...), wenn ein unerwünschtes, sexuell bestimmtes Verhalten, wozu auch

- unerwünschte sexuelle Handlungen und Aufforderungen zu diesen,*
- sexuell bestimmte körperliche Berührungen,*
- Bemerkungen sexuellen Inhalts*
- sowie unerwünschtes Zeigen und sichtbares Anbringen von pornographischen Darstellungen*

gehören, bezweckt oder bewirkt, dass die Würde der betreffenden Person verletzt wird, insbesondere wenn ein von Einschüchterungen, Anfeindungen, Erniedrigungen, Entwürdigungen oder Beleidigungen gekennzeichnetes Umfeld geschaffen wird.



Was ist sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz?



Maßgeblich ist, dass das sexualisierte Verhalten

- **einseitig** und **unerwünscht** ist,
- **gegen den Willen** und **ohne Einverständnis** der betroffenen Person geschieht,
- geeignet ist, **die Würde** der betroffenen Person zu **verletzen**.

Entscheidend ist das **individuelle Empfinden** der belästigten / angegriffenen Person.

Was ist sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz?

Das Spektrum sexueller Belästigung am Arbeits- und Ausbildungsplatz reicht von z.B.

- pornographischen Bildern am Arbeitsplatz, Kalendern, Bildschirmschonern, Mousepads mit sexistischem oder pornographischem Inhalt
- obszönem Reden und sexistischen Witzen und Bemerkungen mit sexuellem Inhalt
- unerwünschten Einladungen mit eindeutiger Absicht
- abfälligen Bemerkungen mit sexuellem Inhalt
- Telefongesprächen, SMS, elektronischen Nachrichten, Briefen mit sexuellen Anspielungen



Was ist sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz?

über

- Berührungen der Brust / Genitalien
- aufgedrängte Küsse
- Zurschaustellung von Genitalien
- Aufforderung zu sexuellen Handlungen

bis hin zum

- Androhen beruflicher Nachteile bei sexueller Verweigerung
- Versprechen beruflicher Vorteile bei sexuellem Entgegenkommen
- tätlichen Bedrohen
- Erzwingen sexueller Handlungen

oder sogar sexuelle Nötigung und Vergewaltigung



Welche rechtliche Regelungen gibt es?

- Sexuelle Belästigung an sich ist kein Straftatbestand.
- Sexuelle Übergriffe müssen eine gewisse Erheblichkeit aufweisen um als Straftat gewertet zu werden.
- Viele sexualisierte Übergriffe am Arbeitsplatz liegen unterhalb dieser Schwelle.

- Grundsätzlich in Frage kommen:
 - Strafrecht
 - Arbeitsrecht
 - Zivilrecht



Welche rechtlichen Regelungen gibt es?

Im Strafgesetzbuch (StGB)

- § 174ff Straftaten gegen die sexuelle Selbstbestimmung
- § 185 Beleidigung
- § 186 Üble Nachrede
- § 187 Verleumdung
- § 223 Körperverletzung
- § 238 Straftaten gegen die persönliche Freiheit, Nachstellung



Rechtliche Regelungen

Zivilrecht

- Sexuelle Belästigungen stellen eine Verletzung des allgemeinen Persönlichkeitsrechts dar.
- Schadensersatzklagen sind theoretisch möglich.

Hürden dabei:

- Die Beweislast liegt bei der Betroffenen.
- Die Betroffene muss anfallende Kosten eines zivilrechtlichen Verfahrens persönlich tragen (ggfs. die Gesamtkosten).



Welche rechtlichen Regelungen gibt es?

Arbeitsrecht:

- Das Allgemeine Gleichbehandlungsgesetz (AGG) § 3, Abs. 4

An Hochschulen zusätzlich:

- Landeshochschulgesetze
- Hochschulinterne Richtlinien



Besonderheit: Sexuelle Belästigung im Hochschulkontext

- Hierarchien und Abhängigkeitsverhältnisse begünstigen sexuelle Belästigung....
 - „Sexuelle Diskriminierung und Gewalt hat ... mit Macht zu tun: Der Lustgewinn liegt in der Machtausübung gegenüber Abhängigen und der Demütigung des Opfers.“
(aus Online-Handreichung „Sexualisierte Diskriminierung und Gewalt an Hochschulen“ BuKoF)
- und machen es für Betroffene schwer sich zu wehren
 - Angst vor schlechter Benotung und beruflichen Nachteilen, nicht ernst genommen werden, Ausgrenzung etc.
- Besondere Verwundbarkeit von Studierenden, da sie sich in einem sichereren Ort der (Aus-)Bildung wähnen

Besonderheit: Sexuelle Belästigung im Hochschulkontext

- Kontrast zwischen Anspruch und Realität erschwert offenen Umgang mit der Thematik („Bei uns doch nicht...“)
- Die Belange der Studierenden sind nicht durch das Allgemeine Gleichbehandlungsgesetz (AGG) abgedeckt.
- Nicht alle Hochschulen haben explizite Regelungen zum Umgang mit sexualisierter Diskriminierung und Gewalt
- Es passiert ja doch nichts....

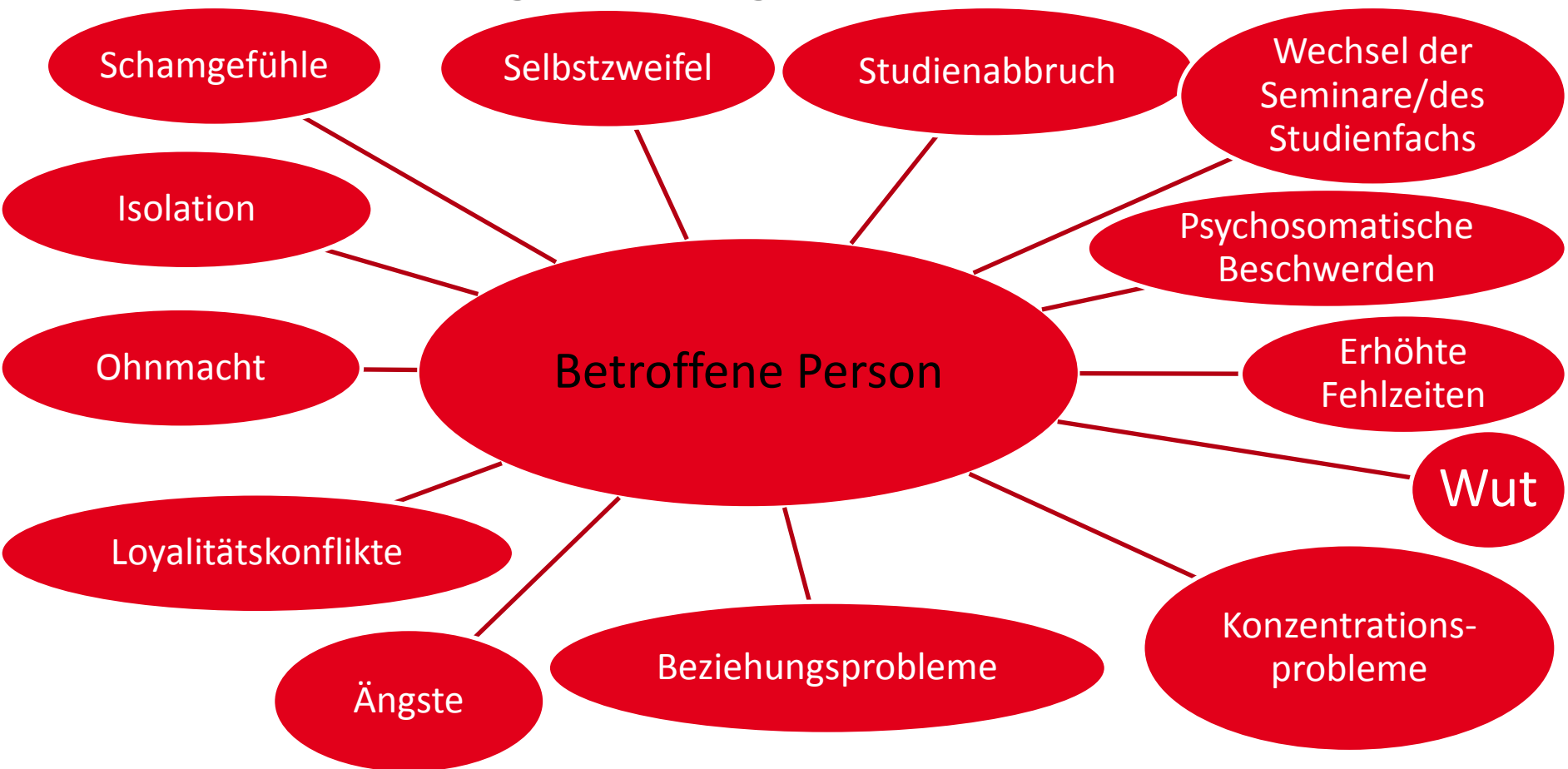


Realität

Rund **1300 Studentinnen** an 16 deutschen Hochschulen wurden im Rahmen einer Eu-weiten Studie zu ihren Erfahrungen mit sexuellen Übergriffen befragt:

- 54,7% der befragten Studentinnen gaben an, dass sie während des Studiums schon einmal sexuelle Belästigung erfahren haben. Ein Drittel der Angriffe kamen aus dem Umfeld der Hochschule
- 7,7 % der Betroffenen gaben an, dass Hochschullehrer übergriffig wurden
- Besonders betroffen sind Studienanfängerinnen (40,4%)
- 3,3% gaben an sexuelle Gewalt im strafrechtlichen Sinne erlebt zu haben
- Die meisten Betroffenen nehmen keine professionellen Beratungsangebote wahr.

Mögliche Folgen für Betroffene



Zu unserer Rolle als Berater_innen – Persönliche Voraussetzungen

- Gesprächsbereitschaft, keine Angst vor dem Thema
- Besonnenheit
- Der betroffenen Person Glauben schenken, ernst nehmen
- Keine Schuld zuweisen
- Nichts über den Kopf der Betroffenen entscheiden
- Nichts übereilen, nicht zu viel versprechen
- Orientierung an den Interessen und Bedürfnissen der betroffenen Person
- Auseinandersetzung mit eigenen Haltungen, Erfahrungen, Vorurteilen
- Mut zu unliebsamen Entscheidungen
- Uniinternes und externes Netzwerk nutzen



Weitere Empfehlungen:

- Vertraulichkeit gewährleisten
- Anonymitätswünsche berücksichtigen
- Jeden nächsten Schritt nur mit Einverständnis der betroffenen Person vollziehen
- Dauer der Beratung an dem Bedürfnis der Betroffenen orientieren
- Die Kommunikation nach „außen“ sollte – wenn möglich – über die Leitungsebene der Beratungsstelle erfolgen („Ebenentrennung“)



Wobei können wir Betroffenen helfen?

- Wahrnehmungen und Gefühle zu reflektieren
- Schuldgefühle abzubauen
- Wieder mehr Sicherheit zu gewinnen, den eigenen Gefühlen trauen lernen
- Strategien zu einem respektvollen und liebevollen Umgang mit sich zu entwickeln
- Konkrete Schutz- und Abwehrmöglichkeiten besprechen
- Über weitere Hilfsangebote (uniintern oder extern) informieren
- Begleitung bei der Umsetzung weiterer Schritte

Dynamiken und Grenzen der Beratung

- Fälle sexualisierter Diskriminierung / Belästigung sind hoch konfliktreich
- Spontane Empörung ist geeignet, Aktionismus auszulösen
- Eindeutigkeit der Belästigungssituation kippt typischerweise bei Konfrontation mit beschuldigter Person
- Unsicherheit und Unklarheit entstehen
- Argumente für Gegenstandslosigkeit einer Beschwerde
- Vorurteile und Klischees zum Thema sexualisierte Belästigung und Gewalt wirken
- Interessenskonflikte, eigene berufliche Situation, Karriere
- Fokus der Abwehrmechanismen erweitert sich





Was sollte die Hochschule an Unterstützung anbieten?

„Grundsätzlich sollten Hochschulen betroffene Personen ermutigen, sexuelle Diskriminierung, Belästigung und Gewalt nicht hinzunehmen, sondern ihre Ablehnung unmissverständlich deutlich zu machen und sich aktiv zur Wehr setzen.“ (Handreichung der BuKoF)

Was sollte die Hochschule an Unterstützung anbieten?

- „Null-Toleranz“-Politik
- Richtlinien der Hochschulen explizit um Regelungen zum Umgang mit sexueller Belästigung, Diskriminierung und Gewalt ergänzen
- Eindeutige Verfahrensabläufe/Zuständigkeiten vorweisen und
- „breit“ publizieren
- Niedrigschwellige Beratungsangebote
- Mehr Sicherheit auf dem Campus schaffen
- Präventive Maßnahmen, Öffentlichkeitsarbeit, Fortbildungen
- Kooperationen mit externen Stellen

„Best-Practice“ - Beispiele

- TU Berlin
 - Humboldt-Universität Berlin
 - RWTH Aachen
- Ausführliche Informationen, konkrete und sehr detaillierte Verfahrensabläufe, Nennung entsprechender Zuständigkeiten und Maßnahmen/Sanktionen
(z.B. Differenzierung der Sanktionen gegenüber Beschäftigten oder Studierenden als Täter)

meine workshops kommen ganz und gar ohne zusatzmaterial aus:
wir haben "einfach nur" zusammen gesungen und erforscht, wie "das mit der improvisation so ist".

wenn interesse besteht, können auf meiner website unter der rubrik improvisation einschlägige texte zu meiner arbeit gefunden werden:

Website: [www. johannaseiler.com](http://www.johannaseiler.com)

Rubrik Vokal-Improvisation allgemein: <http://johannaseiler.com/vocal-impro/>

Exkurs: "A Cappella Improvisation, wie ich sie verstehe und lehre": <http://johannaseiler.com/blog/2013/07/a-cappella-improvisation-wie-ich-sie-verstehe-und-lehre/>