

## „Beratungsnetzwerk Studienzweifel“

Newsletter 01/2023

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

der Sommer lockt – und neben allen Krisen der Gesellschaft rücken auch private ‚schwere‘ Themen hin und wieder in den Hintergrund. Beratungsanfragen nehmen (zumindest bei uns im Projekt) in den Sommermonaten ab. Zeit, die eigene Beratungstätigkeit zu professionalisieren. Diese Ausgabe beschäftigt sich mit Humor als professionelle Haltung in der Beratung.

Weitere Artikel verweisen auf hilfreiche Webseiten, Veranstaltungen, ein MOOC zum Thema digitale Kompetenz, sowie zwei kreative Beratungsmaterialien.

Viel Spaß beim Lesen wünscht im Namen des gesamten Teams von NEXT STEP niederrhein,  
Désirée Krüger



*Für neue Leser\*innen: Dieser Newsletter ist ein kollegiales Angebot, rund um das Themenfeld ‚Zweifel am Studium‘. Es werden Tagungen, Bücher, Methoden, Ansätze etc. dargestellt – immer mit Fokus auf die Beratungspraxis für Studienzweifler\*innen. Dieser Newsletter lebt von den Beiträgen aus der Community, daher:*

**Beiträge können jederzeit an [nextstep@hs-niederrhein.de](mailto:nextstep@hs-niederrhein.de) eingereicht werden!**

Ältere Ausgaben des Newsletters finden Sie unter: [www.next-step-niederrhein.de/projekt](http://www.next-step-niederrhein.de/projekt)

**NEXT STEP**  
niederrhein 

## Inhalt

1. Kurz & Knapp: Tagungen und Netzwerktreffen .....	2
2. Beratung bei Studienzweifeln und Studienabbruch.....	2
2.1 Humor als professionelle Haltung: „Und, wie bist du komisch geworden?“ .....	2
2.2 Angebote für ausländische Fachkräfte: Hilfe beim Antrag auf Anerkennung.....	5
2.3 Webseite & Veranstaltungen: Beratungsnetzwerk Queraufstieg .....	5
2.4 MOOC für Berater*innen: Digitale Kompetenz für Beratung in Bildung, Beruf und Beschäftigung .....	6
2.5 Kreatives Beratungsmaterial: Terminkalender „Ein guter Plan“ .....	6
2.6 Kreatives Beratungsmaterial: Tischkarten „Mich muss noch so viel erledigen“ @kriegundfreitag .....	6
3. Information zum Datenschutz: .....	7

## 1. Kurz & Knapp: Tagungen und Netzwerktreffen

*\_Autorin: Désirée Krüger | Hochschule Niederrhein | [desiree.krueger@hsnr.de](mailto:desiree.krueger@hsnr.de)*

**\_BMBF WiHo-Tagung:** Vielfalt und Chancengerechtigkeit in Studium und Wissenschaft - bekannte Fragen, bessere Antworten, bewährte Praxisansätze. 5. bis 6. September 2023, Berlin. Informationen: [www.wihoforschung.de/chacentagung2023](http://www.wihoforschung.de/chacentagung2023)

**\_GIBeT-Herbsttagung:** 13.-15.09.2023, Fachtagung an der RWTH Aachen. Weitere Informationen: <https://gibet.org/>

**\_csnd Tagung:** 20.-22.09.2023 an der WWU Münster  
Weitere Informationen: <https://csnd.de/jahrestagung/>

## 2. Beratung bei Studienzweifeln und Studienabbruch

### 2.1 Humor als professionelle Haltung: „Und, wie bist du komisch geworden?“

*\_Autorin: Désirée Krüger | Hochschule Niederrhein | [desiree.krueger@hsnr.de](mailto:desiree.krueger@hsnr.de)*

Der Podcast „Humor in der Familienberatung. Counseling Professionals“ (2023) interviewt die systemische Familientherapeutin und Komikerin Cordula Stratmann – und stellt die alles entscheidende Frage: „Und, wie bist du komisch geworden?“. Humor als Gegenstand in der Beratung (bzw. der Therapie) ist kein neues Feld, schon Freud beschäftigte sich mit

Humor als Bewältigungsstrategie, um (verbotene) Spannungen abzubauen (vgl. Martin & Ford 2018, S. 34).

Die Frage, was Humor genau ist, wird in der internationalen und multidisziplinären Humorforschung intensiv diskutiert (vgl. Balmores-Paulino 2018: 3). Für den vorliegenden Beitrag wird die Perspektive eingenommen, dass Humor als ein Kommunikationsprozess beschrieben werden kann und dass Humor soziale Funktionen einnimmt (vgl. Davis 2008; Meyer 2000): Es gibt Sender\*in und Empfänger\*in einer humorvollen Nachricht, die mit ihrer individuellen Konstruktion von Welt miteinander kommunizieren. Sie können diese humorvolle Kommunikation unterschiedlich humorvoll erleben, da die Kommunikation in den jeweiligen sozialen Rahmen eingebettet und kulturell sowie historisch geprägt ist: In einer Kneipe unter Freund\*innen wird anderer Humor genutzt als in einem Vorstellungsgespräch; wir lachen heute über anderes als die Menschen im Mittelalter, und eine Gruppe Studierender aus Nairobi wird andere Inhalte lustig finden als eine vergleichbare Gruppe von Studis aus Krefeld. Humor wird genutzt, um über die humorvolle Nachricht auf der Beziehungsebene zu kommunizieren – er verbindet Menschen über das gemeinsame Lachen, aber kann auch trennend wirken (z.B. indem man andere auslacht oder andere zum Objekt eines, z.B. rassistischen, sexistischen o.ä. Witzes macht; vgl. Meyer 2000). Humor in der Kommunikation ist somit eine alltägliche, wirkmächtige und gleichzeitig sehr komplexe Kommunikationstechnik. Umso mehr ein Grund für Berater\*innen, sich diesem Thema zu widmen und den eigenen Humor in der Beratung zu reflektieren. Gegebenenfalls denkt sich der ein oder die andere an dieser Stelle auch, dass dies für einen selbst vermutlich nicht nötig sei: Einen Sinn für Humor zu haben, ist dabei sozial hoch erwünscht. Eine Studie aus dem Jahr 1986 zeigt, dass sich ganze 94% der Befragten für durchschnittlich oder überdurchschnittlich humorvoll hielten (vgl. Lefcourt & Martin 1986, zit. nach McGraw & Warner 2014, S. 22).

Eine mögliche, alltagsnahe Theorie geht von dem (gemeinhin anerkannten) Gedanken der Inkongruenz aus: Humor entsteht als Inkongruenz von Erwartung zu Realität (vgl. z.B. den Überblick über Humorthorien von Balmores-Paulino 2018). Warren und McGraw (2014) formulieren in der ‚Benign-Violation-Theory‘, dass Humor erlebt wird, wenn in einer Situation, die generell als sicher und ‚Ok‘ empfunden wird, eine Erwartung gestört wird und diese Störung jedoch gleichzeitig als harmlos genug empfunden wird, dass sie keine Angst oder Stress auslöst (vgl. McGraw & Warren 2014, S. 75). So löst zum Beispiel die Pointe eines Witzes Heiterkeit aus, wenn sie die aufgebaute Erwartung des Witzes stört – aber gleichzeitig z.B. keine persönliche Beleidigung oder ähnliches darstellt. Witze, die keine Erwartungen stören, werden daher auch nicht als lustig empfunden – z.B. manche Kinderwitze, da sie für Erwachsene zu vorhersehbar sind (z.B. „Was ist schwerer – ein Kilo Stein oder ein Kilo Federn?“). Es kommt bei erfolgreichem Humor somit auf die für die Beteiligten als richtig empfundene Balance von „Das stört meine Erwartung“ und „Das fühlt sich für mich harmlos/‘Ok‘ an“ an und erfordert ein hohes Maß an Empathie für die Perspektive meines Gegenübers.

Humor ermöglicht es emotional, vom Objekt zum Subjekt zu werden. Wenn ich über etwas lache, schaffe ich eine Distanz zwischen mir und dem Thema und kann mich so über etwas ermächtigen (u.a. Morreall 2014: 158f.). Im Sinne der ‚Benign-Violation-Theory‘ deklariert ein

Witz, eine Anekdote o.ä. somit ein Thema in die Kategorie ‚harmlos‘ oder ‚Ok‘ und kann so den Schrecken und potenzielle Ohnmachtsgefühle abbauen. Natürlich muss aus Perspektive der Klient\*in feinfühlig eingeschätzt werden, welches Thema humorvoll betrachtet werden kann und welches nicht! Mit der professionellen Empathie im Hintergrund kann Humor als innere Haltung jedoch bewusst zum Gegenspieler einer empfundenen Ohnmacht im Beratungskontext und so zu einer nachhaltigen Bewältigungsstrategie werden. Berater\*innen können über eine sensible, humorvolle Kommunikation ihre Klient\*innen einladen, das Augenzwinkern als Haltung in den lösungsorientierten Beratungskontext einzubinden (vgl. auch Falkenberg, McGhee & Wild 2013). Dem Beratungsthema wird so ein wenig die ‚Macht‘ über die Klient\*innen genommen, wenn diese darüber lachen können. Humor bewusst in die eigene professionelle Beratungskommunikation zu integrieren (also, das Augenzwinkern trotz aller Ernsthaftigkeit der Themen in die Beratung einzuladen), kann somit helfen, die Beratungsbeziehung auszubauen und die Klient\*innen zu ermutigen, ihre Themen selbstermächtigt zu bearbeiten.

Zurück zur Eingangsfrage: Ausgangspunkt für die professionelle Arbeit mit Humor ist der persönliche Humor der\*des Beratenden. Die Beschäftigung mit dem eigenen Humorge-schmack, der Wahrnehmung von Komik im (Beratungs-)Alltag, sowie dem bewussten Aus-bau der eigenen Komik kann dieses spielerische, kommunikative Beratungswerkzeug schärfen. So beschreibt McGhee (2010) in einem siebenstufigen Programm, den ‚7 Humor Habits‘, einen möglichen Weg, den eigenen Humor zu stärken:

1. Habit of building more humor into your daily life
2. Cultivating a playful attitude
3. Laugh more often & more heartily
4. Learning to play with languages
5. Finding a light side of the things that happen in your own everyday life
6. Ability to laugh at yourself
7. Having access to all the habits you've cultivated to this point when you're having a bad day.

Die gute Nachricht ist somit, dass es im Rahmen der eigenen, professionellen Entwicklung daher absolut Sinn macht, sich mit allem gebotenen Ernst auf die Suche nach Humor im eigenen Alltag zu begeben! Vielleicht sind die in diesem Newsletter eingefügten kreativen Beratungsmaterialien wie der Tischkalender von @kriegundfreitag „Mich muss noch so viel erledigen“ ein erster Schritt in die Humor-Professionalisierung. Viel Spaß!

#### **Quellen:**

Balmores-Paulino, Rozel S. (2018 / living edition): Humor. In: Zeigler-Hill, Virgil; Shakelford, Todd K.: Encyclopedia of personality and individual differences. Springer.

Davis, Dineh (2008): Communication and humor. In: Raskin, Victor & Ruch, Willibald (Hrsg.) (2008): The primer of humor research. Berlin, New York. S. 543-568.

Falkenberg, Irina; McGhee, Paul; Wild, Barbara (2013): Humorfähigkeiten trainieren. Stuttgart.

Martin, Rod A.; Fort, Thomas E. (2018): The Psychology of Humor. An integrative approach. Academic Press. (2nd edition).

Meyer (2000): Humor as a Double Edged Sword: Four Functions of Humor in Communication. In: Communication Theory (Jg. 10/ Nr. 3), S. 310-331.

Morreall, John (2014): Comic versus Tragic Worldviews. In: Attardo, Salvatore: Encyclopedia of Humor Studies. California. S. 156-160.

Warren, Caleb & McGraw, Peter (2014): Benign violation Theory. In: Attardo, Salvatore: Encyclopedia of Humor Studies. California. S. 75-76.

\_Podcast: Humor in der Familienberatung. Counseling Professionals. Der Familienberatungspodcast mit Cordula Stratmann <https://open.spotify.com/episode/6xOHI-zJqOW67p7GJvwlVFO?si=735ba1670a0f4add&nd=1> (Veröffentlicht am 28.02.2023).

Weiterführend: Lohmeier, Alexander (2018): *Humor in der Beratung*. Beltz.

## 2.2 Angebote für ausländische Fachkräfte: Hilfe beim Antrag auf Anerkennung

\_Autorin: Silke Neuhaus | Hochschule Rhein-Waal | [silke.neuhaus@hochschule-rhein-waal.de](mailto:silke.neuhaus@hochschule-rhein-waal.de)

Die IHK und das Jobcenter in Duisburg bieten ab jetzt ein Beratungsangebot für ausländische Fachkräfte an. Ziel ist es, Menschen aus dem Ausland eine kostenlose Beratung zur Anerkennung von Berufsabschlüssen anzubieten. Neben dem Lebenslauf, Passkopien, Meldebescheinigung und anderen Unterlagen werden Fächerlisten und Arbeitszeugnisse gesichtet. Alle relevanten Unterlagen werden dann von der IHK Foreign Skills Approval in Nürnberg geprüft. Ausländische Fachkräfte erfahren so, ob ihr Abschluss in Deutschland anerkannt wird und sie sich eine qualifikationsgerechte Beschäftigung suchen können, oder ob noch (Teil-)Leistungen erbracht werden müssen.

Mehr Informationen und Kontakte finden sich unter <https://jobcenter-du.de/gefluechtete-menschen/>

## 2.3 Webseite & Veranstaltungen: Beratungsnetzwerk Queraufstieg

\_Autorin: Silke Neuhaus | Hochschule Rhein-Waal | [silke.neuhaus@hochschule-rhein-waal.de](mailto:silke.neuhaus@hochschule-rhein-waal.de)

Das Beratungsnetzwerk Queraufstieg berät zum Thema Studienabbruch in Berlin, Brandenburg, Sachsen-Anhalt und Niedersachsen. Die Homepage verfügt über viele interessante Informationen, nicht nur für Studierende mit Zweifeln am Studium oder Abbruchgedanken, sondern auch für Beratende. Zudem finden sich unter 'Termine' viele Angebote zu online Austauschrunden, Infoveranstaltungen und Workshops, sowohl für Studierende wie auch für Berater\*innen.

Am 1. Juni 2023 richtete das Beratungsnetzwerk beispielsweise eine bundeslandübergreifende Fachtagung in Berlin aus. Zu diesen Veranstaltungen können sich Berater\*innen an-

melden, genauso wie für den Newsletter. Auf Rückfrage teilt eine Mitarbeiterin des Netzwerkes mit, dass auch Beratende aus anderen Bundesländern sich sehr gerne für alle Angebote anmelden bzw. an der Fachtagung teilnehmen können.

*Es lohnt sich also, sich mal auf der Seite umzuschauen [www.queraufstieg.de](http://www.queraufstieg.de)*

## **2.4 MOOC für Berater\*innen: Digitale Kompetenz für Beratung in Bildung, Beruf und Beschäftigung**

Als Selbstlernangebot bietet der MOOC (Massive Open Online Courses) „Digitale Kompetenz für Beratung in Bildung, Beruf und Beschäftigung“ auf der Plattform ‚oncampus‘ ein kostenfreies Selbstlernangebot zum Thema Digitalisierung der Beratung. In sechs Kapiteln werden u.a. Themen zu Voraussetzungen von digitaler Beratung, Haltung und Rolle, sowie eine Einführung in Einfache und Leichte Sprache gegeben.

Zum Mooc: [https://www.oncampus.de/digitale\\_kompetenz\\_beratung](https://www.oncampus.de/digitale_kompetenz_beratung)

## **2.5 Kreatives Beratungsmaterial: Terminkalender „Ein guter Plan“**

*„Autorin: Anne Döll | Hochschule Niederrhein| [anne.doell@hsnr.de](mailto:anne.doell@hsnr.de)*

Mehr Achtsamkeit und weniger Stress im Alltag. Darauf setzt der Terminkalender „Ein guter Plan“ des Verlags „Ein guter Verlag“. Dieser nachhaltig hergestellte Jahreskalender bietet nicht nur Platz für Termine und To-Dos, sondern hat am Anfang einen großen Bereich zur Selbstreflexion zu Themen wie Achtsamkeit im Alltag, Einschätzung des Selbstbilds, Glück, eigene Werte, Erfolge, Herausforderungen, Ziele, Gefühlswelt, Burnout und mehr. Nach jedem Monat gibt es Seiten zur Reflexion des vergangenen Monats und zur Planung des folgenden Monats mit dem Fokus auf Dankbarkeit, Erfolg, Schwierigkeiten, Gewohnheiten und Psyche. Gewohnheiten können während der Woche an den einzelnen Tagen eingetragen werden. Jede Woche gibt es zusätzlich noch einen kleinen Input zu Achtsamkeit und Selbstfürsorge. Das Jahr kann am Ende in der Jahresreflexion noch einmal abschließend betrachtet werden. Wer sich mithilfe dieses Kalenders mit Achtsamkeit und Selbstfürsorge im Alltag beschäftigen möchte, findet „Ein guter Plan“ auf der Website des Verlags. Neben dem Jahreskalender gibt es dort auch eine „Pro“-Version, die kompakter ist, aber gleichzeitig mehr Platz für Aufgaben bietet.

Weitere Informationen unter <https://einguterplan.de/>

## **2.6 Kreatives Beratungsmaterial: Tischkarten „Mich muss noch so viel erledigen“ @kriegundfreitag**

*„Autorin: Désirée Krüger | Hochschule Niederrhein| [desiree.krueger@hsnr.de](mailto:desiree.krueger@hsnr.de)*

Der Tischkartenhalter „Mich muss noch so viel erledigen“ mit 24 Karten rund um das Thema Stress, Entschleunigung und Arbeitsalltag.

Weitere Informationen:

<https://www.carlsen.de/hardcover/mich-muss-noch-so-viel-erledigen/978-3-8303-6379-8>

### 3. Information zum Datenschutz:

**Umgang mit den Daten der Newsletterempfänger\*innen:** Die personenbezogenen Daten (Name, angegebene Mailadresse, Institution) werden nicht weitergegeben. Für den Projektträger von NEXT STEP niederrhein findet eine anonyme Fallzählung für die Projektberichte statt, um die Tätigkeit der Herausgabe zu dokumentieren („Im Semester xy wurde an 70 Personen der Newsletter verschickt.“). Wer hier nicht (anonym) mitgezählt werden möchte, kann natürlich aus der Zählung herausgenommen werden.

#### Option: Out

Wer keine Mails mehr erhalten möchte und/oder seine/ihre Daten löschen möchte, schreibt bitte an die Herausgeberin Désirée Krüger. Dem wird natürlich unverzüglich nachgekommen. Die Speicherung und Nutzung nach der persönlichen Anmeldung per Mail bis zur etwaigen Abmeldung bzw. dem Widerruf ist jedoch rechtmäßig. Genauere Auskünfte über die Speicherung der Daten können jederzeit angefragt werden.

#### Kontakt:

Lara Blumenkamp  
Projektleitung | Kooperationen & Übergang  
Projekt „NEXT STEP niederrhein“

Hochschule Niederrhein  
Postadresse: Reinarzstr. 49, 47805 Krefeld  
E-Mail: [nextstep@hs-niederrhein.de](mailto:nextstep@hs-niederrhein.de)  
Tel: + 49 1705533470