

## Was kommt nach dem Studium?

Zukunftswerkstatt für Studentinnen in der Studienabschlussphase  
Eine Veranstaltung der Zentraleinrichtung Studienberatung und Psychologische  
Beratung  
Beratungsjahrbuch 2001, S. 103-107

Im Verlauf des Hauptstudiums rücken Fragen nach den zukünftigen beruflichen Möglichkeiten (wieder) in den Vordergrund. Die Anforderungen, die Gesellschaft und Wirtschaft heute an Berufseinsteigerinnen und Berufseinsteiger stellen, sind immens. Um Orientierungshilfen zu geben und den Übergang zur Arbeitswelt zu erleichtern, laden verschiedenste Institutionen, Hochschulen, Industrieverbände, Arbeitsamt und studentische Initiativen zu Messen und speziellen Veranstaltungen ein. An der Freien Universität gibt es vielfältige Angebote, nicht zuletzt durch den Career Service, der der ZE angegliedert ist. Auch im Rahmen der Psychologischen Beratung wird regelmäßig ein Blockseminar durchgeführt, das sich mit der Frage beschäftigt: "Was kommt nach dem Studium?".

Die Besonderheit dieses Angebots soll im Folgenden näher beschrieben werden, da sich das Seminar von anderen Beratungsangeboten zur beruflichen Orientierung abhebt:

- ◆ Das Thema wird in Form einer Zukunftswerkstatt bearbeitet: So entstehen in der Gruppe persönliche Strategien der Berufseinmündung und gleichzeitig wird eine Herangehensweise vermittelt, die der Entwicklung von überfachlichen Schlüsselqualifikationen wie Teamarbeit und selbständigem Problemlösen Raum bietet.
- ◆ Die Veranstaltung wird speziell für Frauen durchgeführt: Studentinnen setzen sich am Ende des Studiums verstärkt mit den ungleichen Chancen am Arbeitsmarkt auseinander und suchen darüber und über Fragen der Lebensplanung den Austausch mit Kommilitoninnen. Zudem hat sich die Freie Universität in ihren Frauenförderrichtlinien dazu verpflichtet, Studentinnen durch Angebote zur Entwicklung außerfachlicher Kompetenzen zu unterstützen. Beiden Wünschen wird mit diesem Seminar entsprochen.

Die Veranstaltung hat das Ziel, Studentinnen anzuregen, sich mit Themen der Lebens- und Karriereplanung auseinanderzusetzen und ihre beruflichen Perspektiven zu entwickeln. Sie richtet sich besonders an jene, für die die Frage nach der Zukunft beunruhigend bis bedrohlich offen ist. Diejenigen, deren frühere Vorstellungen nicht mehr ihren aktuellen Zielen, Wünschen oder Einschätzungen entsprechen, müssen sich umorientieren, neue Ideen entwickeln oder frühere Entwürfe neu überdenken.

Unklare Perspektiven stehen einem zügigen Studienabschluss oft im Wege und beeinträchtigen Lebensgefühl und Studienmotivation. Manche Studierende erleben das Fehlen einer klaren Zukunftsorientierung als persönliches Problem, sie befürchten „falsch“ studiert zu haben und reagieren mit unspezifischen Selbstvorwürfen. Dies hat zur Folge, dass eine Konfrontation mit dem (aversiven) Thema eher gemieden als aktiv betrieben wird. Das Seminar soll Anstoß geben, sich bereits während des Hauptstudiums bzw. in der Examensphase explizit mit Berufseinmündung und Zukunftswünschen zu beschäftigen.

Das Vorgehen im Seminar wechselt zwischen Einzel-, Team und Gruppenarbeit (Plenum). Dadurch wird sowohl ein Zugang zu persönlichen Anteilen des Problems (den vielleicht noch nicht gelösten Adoleszenz-Konflikten) möglich, als auch ein Verständnis für phasenspezifische, strukturelle oder gesellschaftliche Aspekte geschaffen. Dieser Wechsel der Perspektiven ist äußerst fruchtbar. Er verhindert ein Verharren auf individuellen Schuldzuweisungen oder Versäumnissen, weil er individuelles Schicksal in gesellschaftlichen Zusammenhängen verortet und das

Zusammenwirken gesellschaftlicher, hochschulspezifischer und persönlicher Bedingungen aufzeigt. Die Teilnehmerinnen werden emotional entlastet und erschließen (manchmal zuerst stellvertretend) neue Handlungsspielräume. Dies stärkt das Gefühl von Selbstverantwortung, gerade weil auch die Grenzen der eigenen Verantwortung sichtbar werden. Es macht die als Problem empfundene Zukunftsfrage zu einer der gegenwärtigen Statuspassage angehörenden Aufgabe, einem lebensgeschichtlich notwendig schwierigem Schritt und nimmt dem vielleicht stark empfundenen Konflikt etwas von seiner Dramatik.

Eingesetzt werden Methoden der themenzentrierten Gruppenarbeit, Encounter-Techniken, meditative Verfahren und Rollenspiele. Der Ablauf des Seminars, die Struktur des Vorgehens wird durch den Rahmen der Zukunftswerkstatt gesetzt: Die Zukunftswerkstatt ist eine bewährte Methode, die kreative Potentiale zur Problemlösung in den verschiedensten Lebensbereichen wirksam macht. Gemeinsam werden gewünschte, mögliche und auch utopische Lösungsalternativen entworfen und auf Realisierbarkeit überprüft. Der Phase der (phantasievollen) Zukunftsentwürfe geht eine kritische Aufarbeitung der Ausgangssituation voraus. Der Akzent bei dieser Veranstaltungsform liegt auf Lernen, Explorieren, Experimentieren, Simulieren und spielerischem Erproben. Zukunftswerkstätten stellen den Anspruch, aktiv in die Zukunftsgestaltung einzugreifen, statt sich passiv den gesellschaftlichen Erfordernissen anzupassen. Sie veranlassen dazu, Ereignisse, Möglichkeiten zu antizipieren, Veränderungen bewusst zu steuern, sowie mittel- und langfristige Perspektiven in die Zukunftsplanung einzubringen.

Dieser aktive Umgang mit der Zukunft wird in der beschriebenen Veranstaltung für das persönliche Zukunftsproblem genutzt, um Voraussetzungen zu schaffen, die letzte Phase des Studiums und den Übergang in den Beruf zielgerichtet zu gestalten. Die intensive Gruppenarbeit mobilisiert unbewusste intrapsychische und interpersonelle Konflikte, macht sie spürbar, die Zukunftswerkstatt ermöglicht es innovative, kreative, visionäre Elemente in die Problemlösung einzubinden.

Im einzelnen sollen die Teilnehmerinnen dabei unterstützt werden,

- ihre spezifischen Kompetenzen zu erkennen
- die bisherigen Studienergebnisse und Studienbedingungen zu analysieren
- sich mit kurz- und langfristigen Lebenszielen bewusst auseinander zu setzen
- ihre Einstellungen zu Karriere, Erfolg, Geld und Macht zu reflektieren
- unbescheidene persönliche Zukunftsszenarien zu entwickeln
- Strategien für die Realisierung ihrer Ziele zu entwerfen
- die gewählten Studienschwerpunkte in Hinblick auf Interessen neu zu bewerten
- im Blickwinkel der neuen Perspektiven ihren Studienabschluss zu gestalten
- Übergänge in den Beruf zu planen

Das Blockseminar wird an vier Tagen durchgeführt, die über einen Zeitraum von fünf bis sechs Wochen verteilt sind. Der erste Block, der einen Arbeitstag beansprucht, dient der kritischen Bestandsaufnahme. In der **Kritikphase** einer Zukunftswerkstatt soll der Ausgangspunkt für das zu lösende Problem differenziert erarbeitet werden. Dabei tritt die Spannweite des Unbehagens, der Kritik, der festgestellten Defizite mit den bisherigen Lösungsansätzen offen zu Tage. Die Teilnehmerinnen erleben ihre subjektive Betroffenheit: ein Gemisch aus Besorgnis, Scham, Wut und Enttäuschung.

Die Erinnerung an Traumberufe der Kindheit, die Reflexion über Vorstellungen zur Zeit des Schulabschlusses bzw. Studienbeginns, der eigene Umgang mit den jeweiligen Herausforderungen und Möglichkeiten sind ebenso Thema wie die Beschränkungen, die durch Familie, Institutionen und gesellschaftliche Bedingungen

wirksam wurden. Die Studentinnen bearbeiten mit verschiedenen Methoden und in verschiedenen Konstellationen Fragen wie die nach dem Verlauf des Studiums im Blickwinkel der ursprünglichen Erwartungen. Weitere Aspekte der Selbsterkundung: Wie wird die persönliche Entwicklung im Studium gesehen, und wie ist die der anderen zu bewerten? Welche Kompetenzen wurden entwickelt, welche Interessen geweckt? Was war frustrierend, welche persönlichen, welchen institutionellen Hemmnisse behinderten oder blockierten? Gab es Hilfestellungen? Welche Ressourcen standen und stehen zu Verfügung? Das gemeinsam im Plenum erstellte Ergebnisprotokoll in Form einer Wandzeitung fasst die persönlichen Erfahrungen auf einer allgemeineren Ebene zusammen und benennt dabei die verschiedenen Dimensionen, die für den Zusammenhang von Zukunftsperspektive und Studienerfahrungen zu klären sind.

Die jeweilige Standortbestimmung wird ergänzt durch eine Rückbesinnung auf Erfolge in verschiedenen Lebensbereichen. Welche Fähigkeiten, Eigenschaften, Kompetenzen waren dafür notwendig? Diese werden aufgedeckt und ebenso wie die zuvor erarbeiteten Ergebnisse von jeder Teilnehmerin in ihr „Zukunftsheft“ notiert. Ein simuliertes gegenseitiges Beratungsgespräch schließt die Phase der Aufarbeitung der individuellen Ausgangslage ab. Der Perspektivwechsel von der Rolle der Ratsuchenden in die Rolle der Beraterin ist dabei für die Problemwahrnehmung sehr hilfreich.

Im nächsten Arbeitsschritt werden der Arbeitsmarkt für Akademikerinnen, ihre berufliche Entwicklung und die Einstellung von Frauen zu Erfolg, Geld, Prestige und Macht kritisch betrachtet. Dazu wird über aktuelle Untersuchungen informiert. Der zweite Themenkomplex wird von Kleingruppen vorbereitet, die ausdrücklich den Auftrag haben, allgemein herrschende Vorurteile und wahrgenommene Bewertungen zu skizzieren und plakativ im Plenum zu präsentieren. Die Diskussion im Plenum ermöglicht es die eigene Lebens- und Karriereplanung mit den gesellschaftlichen Realitäten und Klischees in Zusammenhang zu stellen.

Als Hausaufgabe soll jede Teilnehmerin die persönlichen und allgemeinen Arbeitsergebnisse des Tages überdenken und für sich neu formulieren, wie sich ihr nach der kritischen Reflexion innerer und äußerer Bedingungen die Frage nach der Zukunft stellt.

Die **Phantasie – und Utopiephase** bildet den zweiten Block der Zukunftswerkstatt. Sie sollte zeitlich unmittelbar anschließend durchgeführt werden, um die manchmal belastenden Gefühle, die in der kritischen Auseinandersetzung mit den Zukunftsfragen aufgetaucht sind, nicht dominieren zu lassen. Jetzt werden Träume und Wünsche entdeckt und die Zukunft in idealer Weise ausphantasiert. Um die Kreativität anzuregen werden zu Beginn dieses Arbeitstages wahrscheinliche und unwahrscheinliche Berufsbiographien erfunden und auf Wandzeitungen die besten Ideen gesammelt, die zu Ansehen, Erfolg und Reichtum führen. Die Teilnehmerinnen sollen sich mit ihren unbescheidensten Wünschen identifizieren und zumindest spielerisch starkes Selbstbewusstsein demonstrieren, um auch diese Anteile ihres Selbstbildes auszudrücken. Beispielsweise müssen sie vor den anderen ihren Anspruch auf einen beruflichen Durchbruch und Spitzenerfolg verteidigen.

Im weiteren Verlauf der Utopiephase fertigen die Studentinnen Collagen zum Thema: „Wie sieht mein Leben in 10 Jahren im besten Fall aus?“ Und in Phantasiereisen sind weitere Aspekte von Tätigkeiten und Rollen zu entdecken, die in Tagträumen, Wünschen und vielleicht unbewussten Strebungen vorhanden sind. Anschließend werden die Phantasien und Wünsche stärker auf das gemeinsame Anliegen der beruflichen Orientierung gelenkt. Die Einfälle eines gemeinsamen Brainstormings zum Thema „wünschenswerter Übergang von der Universität zum Beruf“ werden in Kleingruppen diskutiert und die Ergebnisse auf Plakaten festgehalten.

In Kleingruppen schreiben die Studentinnen dann eine Geschichte: Sie schildern die Berufseinmündung einer (weiblichen) Phantasiefigur: Welche Schritte unternimmt diese, um zu einem erfolversprechenden, perspektivenreichen Berufseintritt zu gelangen. Die Studentinnen dürfen an mehreren (maximal drei) Punkten der beruflichen Laufbahn auf wundersame Weise eingreifen. So soll erreicht werden, dass das erwünschte Verhalten (konsequentes Entwickeln beruflicher Ziele) weitergedacht, und nicht immer dann aufgegeben wird, wenn die Lösung eines Detailproblems noch nicht gefunden ist. Die „Wunder“ verhindern eine vorschnelle Anpassung an die Zwänge und Beschränkungen der Realität, die eingeschlagene Strategie kann weiter entwickelt und ausformuliert werden.

Im nächsten Arbeitsschritt stehen Selbst- und Fremdwahrnehmung der Teilnehmerinnen im Mittelpunkt. „Heiteres Berufe raten“ knüpft methodisch an die Encounter-Tradition an. Es geht vor allem darum, sich gegenseitig rückzumelden, wie man sich wahrnimmt, was man sich zutraut, welche Kompetenzen und relevanten Eigenschaften gesehen werden, welche beruflichen Rollen vorstellbar sind. Dieses persönliche Feedback ist nach zwei Tagen intensiver Gruppenarbeit wertvoll, da es sich auf intensive gemeinsame Erfahrungen gründet.

Nach dieser Arbeitsphase sind die Teilnehmerinnen meist gelöst und offen für neue Perspektiven. Sie wünschen sich einerseits Informationen über verschiedenste Arbeitsbereiche und wollen andererseits an ihrem persönlichen Profil von Stärken und Schwächen arbeiten. Am Ende dieser meist sehr beflügelnden Phase wird auf die Realität vorbereitet: Die Teilnehmerinnen bekommen den Auftrag, sich Stellenanzeigen auszuschneiden, die sie interessant finden, unabhängig von den darin geforderten Voraussetzungen. Falls sie eine solche Anzeige nicht finden, sollen sie selbst ein Stellenangebot entwerfen, auf das sie sich gerne bewerben würden.

Der dritte Arbeitstag findet meist eine Woche später statt. Systematisch werden nun konkrete Bedingungen analysiert und Lösungsansätze entworfen. Angestrebt sind Zielbestimmung und Strategieentwicklung. In der **Phase der Realitätsprüfung** werden Problemlösungen erarbeitet und auf die Realität bezogen. Die Studentinnen bearbeiten mit verschiedenen Methoden (Rollenspiele, Interviews, Referate über Arbeitsmarktanalysen und Absolventenuntersuchungen) Aspekte der Arbeitsmarktsituation von Akademikerinnen. Sie diskutieren über Stellenangebote für Berufseinsteigerinnen und halten fest, welche fachlichen und überfachlichen Qualifikationen gesucht werden.

Dann werden die mitgebrachten Wunschanzeigen bearbeitet. Die Studentinnen erläutern einander, weshalb sie sich diese Anzeige ausgesucht bzw. geschrieben haben. Damit wird eine Identifikation mit der Person erreicht, die man gern wäre. Es wird deutlich, mit welchen Fähigkeiten und Eigenschaften man ausgestattet sein möchte, in welcher Umgebung in welcher Rolle man gern arbeiten würde. Meist wird eine Mischung von realistischer Selbsteinschätzung und Selbstideal präsentiert. Durch die vorangegangene Wunschphase sind die Teilnehmerinnen bereit, in ihren Zieldefinitionen über die gegenwärtigen Realitäten hinauszugehen. Später werden dann für die entsprechenden Stellen Bewerbungsgespräche geführt. Ein Teil der Teilnehmerinnen sind Mitglieder der Auswahlkommission, die anderen sitzen im Hintergrund, können sich aber beteiligen und haben vor allem die Aufgabe der „Bewerberin“ anschließend ein ausführliches Feedback zu geben.

Nach der Auswertung wird in Gruppen ein Kommentar über die Bewerbung jeder Teilnehmerin geschrieben, der Empfehlungen und Anregungen enthält, wie die Chancen für eine erfolgreiche Bewerbung zu erhöhen sind. Dieser wird zu den früheren Problemdefinitionen in das „Zukunftsheft“ notiert. Danach füllen die Studentinnen ein Profilblatt aus: Welche Kompetenzen, welche Eigenschaften besitzen sie, welche sind stärker auszubilden, welche Defizite bestehen, um welche

Zusatzqualifikationen müssen sie sich jeweils bemühen. Besondere Aufmerksamkeit wird außerdem den Einstellungen der Teilnehmerinnen gewidmet, die mit beruflichen Aufgaben, Verantwortungsbereichen und der Selbstpräsentation in Verbindung stehen. In Paarinterviews werden negative oder entmutigende Einstellungen aufgedeckt und exemplarisch konstruktiv umformuliert. Den Studentinnen wird die Wirkung und die Veränderbarkeit von Selbstzuschreibungen und Attitüden verdeutlicht und sie unterstützen sich gegenseitig, negative Einstellungen durch angemessenere zu ersetzen.

Die letzte Arbeitssitzung findet ungefähr vier Wochen später statt. Der zeitliche Abstand hat den Vorteil, dass die Studentinnen nicht in euphorischer Stimmung entlassen werden, sondern dass sie auch gemeinsam besprechen, ob und wie sie die bisherigen Erkenntnisse aus der gemeinsamen Arbeit in ihren Alltag integrieren können.

Für die Zwischenzeit hatte sich jede eine Aufgabe gestellt, die mit ihrer persönlichen Ziel- und Strategieentwicklung in Zusammenhang steht. Am abschließenden Tag der Zukunftswerkstatt wird die Umsetzung dieser Selbstaufträge bearbeitet und anhand eines Gesprächsleitfadens werden noch einmal sehr ausführlich in Paarinterviews individuelle Qualifikationsprofile erhoben. Dabei wird auch überprüft, auf welche Ressourcen zurückgegriffen werden kann und es werden zudem Zeitpunkte festgehalten, zu denen sich die einzelnen um bestimmte Zusatzqualifikationen bemühen möchten.

Das in der Zentraleinrichtung vorhandene Informationsmaterial über Aufbaustudiengänge, Beratungseinrichtungen, Berufsfelder und vieles mehr steht an diesem Tag für die Teilnehmerinnen zur Ansicht bereit. Die Teilnehmerinnen erarbeiten im Verlauf des Tages Pläne aus, wie sie ihre berufliche Perspektiven weiterentwickeln wollen, welche konkreten Schritte sie unternehmen werden. Diese Pläne werden im Plenum nochmals auf Realisierbarkeit und Vollständigkeit hin untersucht. Die Teilnehmerinnen lernen durch die Rückmeldung der anderen auf die von ihnen skizzierte Problemlösung und stellvertretend durch die Lösungswege der anderen.

Zum Abschluss der Zukunftswerkstatt schreiben die Studentinnen einen Brief an sich, in dem sie sich mitteilen, an welche Ergebnisse der Werkstatt sie zu einem bestimmten Zeitpunkt erinnert werden wollen. Die Briefe werden ihnen an dem gewünschten Datum zugeschickt.

Das Ziel, Interesse an Fragen der beruflichen Zukunftsplanung zu wecken und zu motivieren, sich kontinuierlich damit zu beschäftigen, wird nach den Rückmeldungen der Teilnehmerinnen mit dieser Veranstaltungsform erreicht. Sie fühlen sich ermutigt, eigenverantwortlich aktiv zu werden. Zukunftswerkstätten fördern das oft ungenutzte Problemlösungspotential und die kreativen Fähigkeiten des einzelnen und der Gruppe. Spielerisch werden neue Perspektiven entdeckt und die eingeschliffenen Betrachtungsweisen des Problems verlassen. Der Wechsel von rational-bestimmten und erfahrungsorientierten Arbeitsformen verstärkt diese Wirkung. Anders als bei der klassischen Zukunftswerkstatt wird in dem hier beschriebenen Seminar nicht ein anerkanntes gesellschaftliches Problem gemeinsam gelöst, sondern es werden in der Gemeinschaft individuelle Strategien für ähnliche Problemfelder erarbeitet und unter Rückkopplung mit der Gruppe kritisch überprüft.

Das Konzept lässt es zu, Seminarergebnisse auch hochschulbezogen auszuwerten. Im Laufe der Arbeit ergeben sich differenzierte Hinweise darauf, wie Studierende ihre Qualifizierung durch die Hochschule wahrnehmen und bewerten, welche Bildungsangebote sie erwarten und welche sie vermissen.