

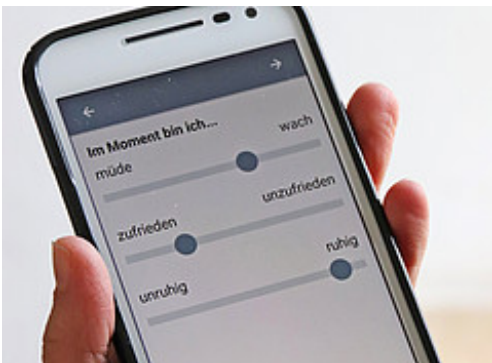
15.05.19

## Psychologen begleiten Auszubildende auf der Suche nach den eigenen Stärken

Wie Auszubildende mit besonderem Förderbedarf ihre eigenen Stärken entdecken können, um Anforderungen des Alltags besser zu meistern, hat ein Forschungsprojekt unter Leitung von Prof. Dr. Joachim Thomas (Professur für Psychologische Diagnostik und Interventionspsychologie an der KU) in Kooperation mit dem Berufsbildungswerk Rummelsberg untersucht. Diese Einrichtung der Rummelsberger Diakonie bei Nürnberg begleitet junge Menschen mit Behinderung, Lernschwierigkeiten oder einer psychischen Erkrankung auf dem Weg in den Beruf. Derzeit werden dort etwa 210 Auszubildende für über 40 Berufe ausgebildet.



Rummelsberger  
Diakonie/Fotograf: Eduard  
Wellmann



Über einen Monat hinweg wurden die Teilnehmenden per Smartphone-App im Alltag zu ihrem Befinden und Situationen befragt, die mit Erfolg und Misserfolg verbunden wurden. (Foto: Schulte Strathaus/upd)



Lehrlinge des  
Berufsbildungswerks  
Rummelsberg konnten bei einer  
Studie von Psychologen mehr  
über ihre Stärken und  
Fähigkeiten erfahren. Zum  
Abschluss des Projektes lernten  
sie nach einer Präsentation der  
Ergebnisse Eichstätt und die  
Universität kennen. (Foto: Schulte  
Strathaus/upd)

Im Zentrum der Studie hat die sogenannte Selbstwirksamkeitserwartung gestanden. „Diese beschreibt die Überzeugung eines Menschen, schwierige Situationen durch eigene Fähigkeiten und Stärken bewältigen zu können. Die Selbstwirksamkeitserwartung lässt sich durch Training gezielt fördern und steigern“, erklärt Professor Thomas. An der Studie mit dem BBW Rummelsberg, deren Ablauf von der Doktorandin Anna Moraß organisiert wurde, nahmen rund 30 Lehrlinge aus dem 1. Lehrjahr teil. Diese wurden zu Beginn schriftlich zur Erwartung an ihre eigene Selbstwirksamkeit befragt. Der Schwerpunkt lag dabei auf leistungsbezogenen und sozialen Aspekten: Kann ich gute Leistungen in der Ausbildung erzielen, auch wenn andere daran zweifeln? Schaffe ich es, einen verärgerten Freund anzurufen, mit dem ich mich gestritten habe? Nach dieser Erstbefragung erhielten die jungen Frauen und Männer eine Smartphone-App, die sie über vier Wochen hinweg dreimal täglich zu ihrem aktuellen Befinden sowie Situationen befragte, die mit Erfolg oder Misserfolg verbunden wurden. Auf Grundlage dieser Erhebung im Alltag trafen sich die Masterstudentinnen Fatma Barutcu und Kathrin Peter wöchentlich mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern, um die Woche bei Coaching-Gesprächen Revue passieren zu lassen: Wie entwickelte sich die eigene Stimmung im Lauf der vergangenen Tage? Welche Stärken und Fähigkeiten wurden in welchen Situationen eingesetzt?

Der Blick auf das Feedback der Auszubildenden zum Abschluss des Projektes zeigt, dass sie durch die regelmäßige Reflexion mehr über sich selbst herausgefunden und ein besseres Gefühl dafür bekommen haben, wie sie ihre Stärken und Fähigkeiten nutzen können. „Ich bin selbstbewusster, glücklicher und positiver geworden“, lautete etwa die Rückmeldung eines Teilnehmers. Generell gefiel den jungen Erwachsenen, dass sie im Austausch mit den Psychologen offen sprechen und auf das Positive in ihrem Alltag schauen konnten. „Für uns bot die Studie die Möglichkeit, um einen neuen Ansatz zur Begleitung unserer Auszubildenden zu prüfen. Denn es hat einen grundlegend anderen Charakter, wenn ein Coaching – verbunden mit einer Befragung im Alltag – durch externe Ansprechpartner erfolgt“, sagt Matthias Wagner, der das Berufsbildungswerk Rummelsberg leitet. Durch das Projekt hätten sich die Teilnehmenden auf den Weg gemacht, um sich ihrer selbst bewusster zu werden.