

Hut auf, Hut ab!

Souverän Beraten

Wie wir im Beratungsalltag souverän zwischen Fachberatung, Training und Coaching/ Prozessberatung wechseln –
für mehr studentische Eigenverantwortung und nachhaltigen Selbstschutz.

1. Fachberatung



Struktur, Fakten &
Ordnungen

2. Training



Handlung, Methodik &
Skills

3. Coaching/ Prozessberatung



Reflexion, Ziele &
Wachstum

Nina Steidler

Dipl.Päd., M.A.

Lunch an Learn im Rahmen von EBeH am 16.09.2026

Zwischen Regelfragen und persönlicher Krise

Warum fühlen sich manche 30 Minuten-Beratungen an wie ein Marathon?

Studierende betreten das Büro scheinbar mit einer formalen Frage zu Prüfungsordnung oder Fristen. Dahinter verbirgt sich jedoch häufig eine existenzielle Orientierungs- oder Lebenskrise.

"Der intuitive Reflex, sofort stellvertretend jedes Problem zu lösen, führt am Feierabend zu totaler Erschöpfung."

Die Falle der Lösungsübernahme

DYNAMIK

⚠️ Der Retter-Reflex

Wir werfen ungefragt den Rettungsring aus:

- ❗ Wir wälzen eigenhändig Prüfungsordnungen und Paragraphen.
- ❗ Wir errechnen Fristen und formulieren fremde Anträge vor.
- ❗ Wir übernehmen die gesamte inhaltliche Lösungsverantwortung.

↺ Die negativen Folgen

Verlierer auf beiden Seiten des Schreibtischs:

- ✓ **Studierende:** Geraten in erlernte Hilflosigkeit und die Dreifach-Termin-Schleife.
- ✓ **Berater:innen:** Chronische Überlastung, ständiger Druck, große Gefahr eines Burnout.
- ✓ **Grundsatz:** Wer die Lösung abnimmt, entmündigt das Gegenüber.

Das 3-Hüte-Modell

VERANTWORTUNGSSTEUERUNG



HUT 1 • STRUKTUR

Fachberatung

Klarer Fokus auf Fakten, Regeln, Modulpläne, Härtefallanträge und hochschulische Ordnungen.

🛡️ Verantwortung: 100% Berater:in



HUT 2 • HANDLUNG

Training

Befähigung durch methodische Instruktion, z.B. bei Fragen zum Strukturieren des Semesters, bei Prokrastination, etc.

🖱️ Verantwortung: 100% Student:in



HUT 3 • REFLEXION

Coaching und Prozessberatung

Ergebnisoffene Prozessbegleitung durch gezielte zirkuläre Fragen und personenzentrierte Haltung.

👤 Lösung: 100% Student:in

Wissenschaftlicher Vergleich

THEORIE

Rolle & Hut	Theoretische Basis	Funktion im Gespräch	Ort der Verantwortung
Fachberatung	Sickendiek, Engel & Nestmann (Hilfeprozess durch Fachwissen)	Fach- & Wissensexpert:in	100% Berater:in Inhaltliche Richtigkeit
Training	Heinrich Roth (Handlungskompetenz & Instruktion)	Instruktor:in & Skill-Vermittler:in	100% Student:in Ausführung & Übung
Coaching	Astrid Schreyögg (Ergebnisoffene Prozessberatung)	Neutrale:r Denkpartner:in auf Augenhöhe	100% Student:in Lösungsfindung & Weg

Hut 1: Die Fachberatung

FAKTEN

"Die Fakten liegen auf dem Tisch."

- ✓ **Reine Information:** Verlässliche Auskünfte zu Fristen, Ordnungen, Härtefallanträgen und Dienstwegen – neutral und ohne Wertung.
- ✓ **Objektive Leitplanken:** Sie definieren den formalen Handlungsspielraum präzise, treffen aber keine persönlichen Lebensentscheidungen.
- ✓ **Effiziente Vorstufe:** Gut aufbereitete FAQs, Merkblätter und Portallinks sparen wertvolle Zeit in der Präsenzsprechstunde.

Hut 2: Das Training

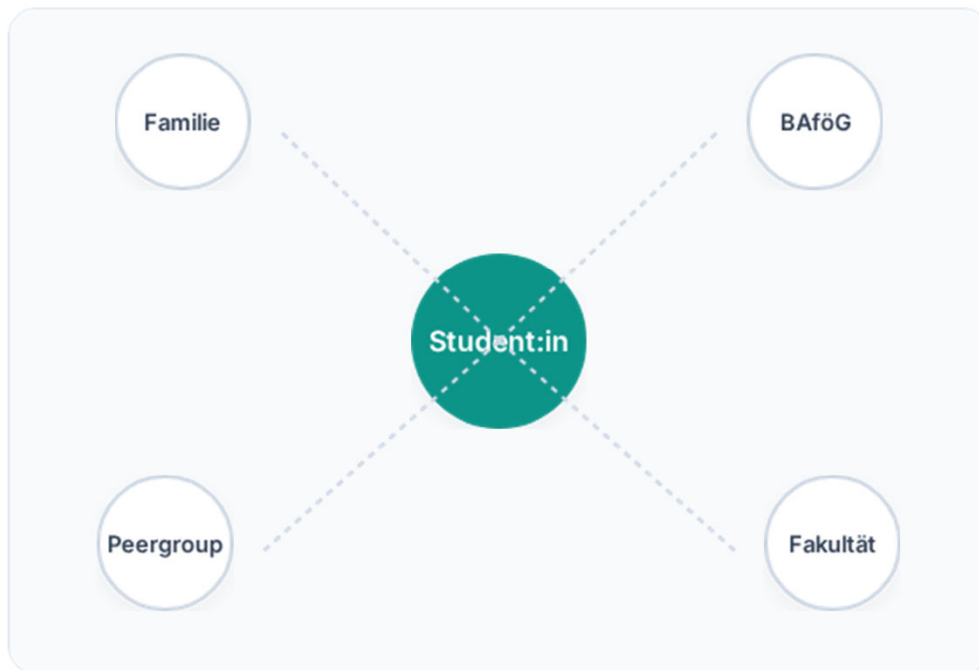
HANDLUNGSKOMPETENZ

"Hilfe zur Selbsthilfe statt Erklärbar."

- 📅 **Blanco-Lernpläne übergeben:** Studierenden füllen ihre Tage selbst aus, machen den Realitäts-Check gemeinsam mit Beratenden.
- 📋 **Methodische Anleitung:** Schritt für Schritt wird eine sinnvolle Strukturierung des Tages bzw. von Wochen begreifbar gemacht.
- 👤 **Nachhaltiger Lerneffekt:** "Wir strukturieren ein, zwei Tage gemeinsam – die übrigen fünf Tage gestaltest du selbst und führst die Nachlese durch"

Hut 3: Das Coaching

PROZESSBEGLEITUNG



Prozessbegleitung auf Augenhöhe

Im Coaching steuern Sie keine inhaltlichen Lösungen bei. Sie führen durch gezielte zirkuläre Fragen und eine personenzentrierte Haltung nach Carl Rogers.

🔍 Der systemische Blickwinkel

Niemand studiert isoliert. Zirkuläre Impulsfrage: *"Wer in Ihrem Umfeld wäre am meisten überrascht, wenn Sie den Studiengang wechseln?"*

Transparenter Hüte-Wechsel

METAKOMMUNIKATION

BERATUNG – COACHING

Vom Paragraphen zum Ziel

"Die formalen Vorgaben der Prüfungsordnung liegen nun auf dem Tisch. Ich lege diesen Hut jetzt ab: Wenn Sie auf Ihre Situation blicken – welcher Weg passt zu Ihren Zielen?"



Signalisiert klar das Ende der Auskunft und öffnet den Raum für Reflexion.

BERATUNG – TRAINING

Von Theorie zur Praxis

"Ich könnte dir jetzt einen Lernplan fürs 2. Semester erstellen. Damit du das künftig völlig stressfrei selbst beherrscht: Bitte starte du den Plan und wir checken dann, ob dies realistisch ist."



Verhindert die Erklärbar-Falle und stärkt sofort die Selbstwirksamkeit.

Demarkationslinien im Alltag

ABGRENZUNG



Fachberatung, Training: Vermittlung von Arbeits- und Lerntechniken, formalen Abläufen und hochschulische Systemstrukturen.



Coaching/ Prozessberatung: Bearbeitung von Motivationsblockaden, Rollenkonflikten und Zielfindung. Setzt psychische Grundstabilität bei Ratsuchenden zwingend voraus!



Psychotherapie: Unerlässlich bei klinischem Leidensdruck (Panikattacken, schwere Depressionen, Suizidalität). Absolute Grenze für Berater:innen

Der Lotsen-Hut in Krisen

Entlasten • Stabilisieren • Lotsen

Wenn Studierende zittern, weinen oder über totale Schlaflosigkeit klagen, treten Fachfragen komplett in den Hintergrund. Halt geben, Druck herausnehmen.

"Du musst das nicht alleine tragen. Studienfragen stellen wir hinten an. Lass uns gemeinsam den Kontakt zur Psychotherapeutischen Beratungsstelle (PBS) herstellen."



Praxis-Check: Welcher Hut passt?

FALLSTUDIEN

Fall 1: Die Lösungsdelegation

"Sagen Sie mir doch einfach, was ich jetzt tun soll!"

Möglicher Reflex: Sofortige Ratschläge erteilen.

Hüte-Wechsel (Coaching): Entscheidungsverantwortung empathisch zurückgeben.

Fall 2: Die Erklärbar-Schleife

"Ich blicke im Prüfungsportal überhaupt nicht durch."

Möglicher Reflex: Selbst klicken und Formulare ausfüllen.

Hüte-Wechsel (Training): Maus übergeben, Navigieren strukturiert anleiten.

Fall 3: Systemischer Druck

"Ich studiere das eigentlich nur meinen Eltern zuliebe..."

Möglicher Reflex: Gegen die Familie argumentieren.

Hüte-Wechsel (Coaching): Zirkuläre Erwartungsfragen im System stellen.

Fall 4: Akute Überlastung

Tränen, Atemnot und Panikattacke im Beratungsraum.

Möglicher Reflex: Psychotherapeutische Ursachenforschung.

Hüte-Wechsel (Lotsen-Hut): Akut stabilisieren, Begleitung zur PBS organisieren.

Rollenklarheit im Gesamtsystem

UMFELD



SCHRITT 01

Clearing/ Anliegensabfrage

Der erste Moment im Gespräch: Strukturierte Ersteinschätzung treffen – liegt ein reines Informationsproblem, eine Blockade oder eine akute Krise vor?

▼ Erste Filterung & Priorisierung



Weitere mögliche Schritte für Ratsuchende

Mentoring

Im Unterschied zum Coaching ein zielgerichteter Erfahrungstransfer auf Augenhöhe (z. B. Vermittlung an erfahrene studentische Peers & Fachschaften).

👥 Peer-to-Peer Begleitung



Weitere Schritte für Berater:innen

Supervision / Intervision

Das unverzichtbare Must-have für Berater:innen zur Psychohygiene: Den eigenen Retter-Reflex im Team kollegial reflektieren und auffangen.

🛡 Nachhaltiger Selbstschutz

Der innere Gesprächskompass

ENTSCHEIDUNGSBAUM

Fehlen Fakten & Regeln?



Auskunftspflicht zu Gesetzen, Fristen & Curricula



Fachberatung (Ich liefere)

Fehlt Methoden-Skill?



Verständnis vom Lernen, Prokrastination

Trainings (Studi arbeitet/ trainiert)

Fehlt Orientierung & Ziel?



Zweifel, Abbruchgedanken, Rollenkonflikte



Coaching (Studi löst)

Fehlt psychische Stabilität?



Panik, Ausweglosigkeit, akuter Leidensdruck



Lotsen (An PBS verweisen)

Mögliche Takeaways für den Alltag

01

Verantwortungs-Check

Vor jeder Antwort kurz innehalten: Gehört die inhaltliche Lösungsverantwortung zum Studierenden oder die reine Auskunftspflicht zu mir?

02

Rollenwechsel markieren

Sprachlich laut ankündigen, welcher Hut gerade aufgesetzt wird. Das schützt zuverlässig vor überzogenen Erwartungen und beugt Enttäuschungen vor.

03

Brücke statt Retter

Professionelle Grenzen wahren: Wir sind eine verlässliche Brücke zur Orientierung – kein Heilbehandler und keine persönliche Lebensversicherung. (Hut ab!)