

ÜBERGÄNGE MEISTERN – GUT AN DER HS D ANKOMMEN

Workshop der PSB für Studienanfängerinnen und –anfänger

„Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne... „

Ein Neuanfang bringt oft viele neue Möglichkeiten der Entfaltung und Entwicklung. Gleichzeitig kann das Neue und Aufregende auch als sehr anstrengend empfunden werden.

Dieser Wechsel zwischen Hoch und Tief, einhergehend mit Verunsicherung und Zweifeln, ist typisch für den sogenannten „Kulturschock“ (Culture Shock). Dieser begegnet uns nicht nur im Ausland, sondern kann uns bei jedem Wechsel von einem System in ein anderes widerfahren, so zum Beispiel auch beim Übergang von der Schul- oder Arbeitswelt in die Welt der Hochschule.

Die gute Nachricht: Nicht nur ist es möglich, aus dem Zustand des ‚Kulturschocks‘ herauszukommen; wir können ihn auch für uns nutzen und als Persönlichkeit daran wachsen.

Neben einem kurzen Überblick über das Phänomen ‚Kulturschock‘ stehen in diesem Workshop vor allem die Erfahrungen der TeilnehmerInnen im Vordergrund. Zusammen wollen wir schauen, welche Strategien bereits genutzt werden, um Übergänge zu meistern und wie Sie sich besonders in der ersten Eingewöhnungszeit gut unterstützen können.

Referentin: Marion Pahlen, Psychologische Beratung (PSB)

Im Rahmen der StudienStart Woche des Fachbereichs Sozial- und Kulturwissenschaften