

Hospitation 4 : Psychosoziale Beratung

22.10.2012: **PSB, Jena**

23.10.2012: **PSB, Erfurt**

25.10.2012: **PSB, Weimar**

Die Psychosoziale Beratung ist für mich eher fremd. An meiner Universität in China ist dieser Service leider noch nicht so üblich.

Zunächst lernte ich in einem Teamtreffen alle Berater in Thüringen kennen und stellte die Beratungssituation bei uns in China vor. Die Berater stellten mir gleich viele Fragen, z.B. über die Tabuthemen im Umgang mit chinesischen Studierenden.

Mit Erlaubnis der Studierenden konnte ich auch in einigen Beratungen hospitieren.



Die Probleme, die die Studierenden angesprochen haben, sind auch bei uns in China üblich, Studienstress und das Aufschieben wichtiger Termine spielen auch bei unseren Studierenden eine große Rolle.

Der Unterschied ist aber, dass die Studierenden sich hier trauen, offen über ihren Stress im Alltagsleben oder über Traumata offen reden. Den Kummer offen anzusprechen, ist sehr hilfreich! Wie ein Berater mir sagte, ist es wichtig, dass die Studierenden sich in geschützter Atmosphäre aussprechen können. In den meisten Fällen tragen sie die Lösung ihrer Probleme schon in sich, sie müssen sie nur (wieder) finden.

Im Vergleich zu Deutschen haben die ausländischen Studierenden meines Erachtens in vielerlei Hinsicht sogar mehr Stress: Sprachbarrieren, finanzieller und zeitlicher Druck oder die fehlende Integration im Ausland verschärfen die normalen Studienprobleme noch.

Ich finde es sehr vernünftig und gut, dass die deutschen Studierenden sich hier Hilfe holen, wenn sie Probleme haben. Den chinesischen Studierenden möchte ich mit meinem Bericht diesen Service richtig vorstellen, damit auch sie wissen, dass Hilfe zur Verfügung steht, wenn sie sie brauchen.

In China denkt man häufig, dass Menschen, die zur Beratung oder zum Psychiater gehen, psychisch unnormal oder krank sind. Deshalb gehen viele nicht zur Beratung, niemand will sich eingestehen, dass er psychische Probleme hat. Manche Chinesen glauben, dass ihr eigenes Problem zu klein ist, um sich professionell beraten zu lassen. Andere schämen sich, zur Beratung zu gehen und die eigenen Probleme auszuschütten.

Durch meine Einschätzung, wie die chinesischen Studierenden über die Beratung denken, haben auch die Berater besser verstanden, warum die chinesischen Studierenden in den meisten Fällen zögern, sich an die Beratungsstellen zu wenden.

Angesprochen auf den Beratungsservice vom Studentenwerk meinten viele chinesische Studierende zu mir, dass sie zwar schon davon gehört, aber noch nie daran gedacht haben, sich dorthin zu wenden. Erstens haben sie den Hintergedanken, dass man nur zur Beratung geht, wenn man psychisch krank ist. Zweitens fürchten sie die Reaktion ihrer Kommilitonen und Freunde, wenn diese mitbekommen würden, dass sie zur Beratung gehen. Lieber bekämpfen sie ihren Studienstress oder das Aufschieben alleine, auch wenn es ungleich schwieriger für sie ist. Hilfesuchen ist ihnen eher fremd.



Meine Zeit bei der Psychosozialen Beratung hat mich sehr beeindruckt. Ich finde diesen Service ausgesprochen hilfreich und notwendig, besonders in unserer heutigen, stressigen Gesellschaft. Die Studierenden bekommen hier die Möglichkeit, sich psychisch zu festigen.

Außerdem haben mich die angenehme und gemütliche Atmosphäre der Beratungszimmer und die unterschiedlichen Angebote begeistert. Die Studierenden können viele Kurse besuchen, beim Kurs „Studienabschlusscoaching“ einer Kollegin in Weimar durfte ich hospitieren:

Ich stellte fest, dass auch mir ein solches Coaching während meines Abschlusses viel Kummer erspart hätte und einen reibungsloseren Abschluss ermöglicht hätte.

Text: Yun XUE (China-Trainee-Programm beim Studentenwerk Thüringen 2012/ 13)