

Zsuzsanna Ágnes Narducci, BA BA MA

*Wege aus dem post-Erasmus Blues mit Hilfe von Supervision und Coaching*

In dieser Arbeit wurde nachgegangen, welche Herausforderungen Studierende nach einem Erasmus-Aufenthalt haben und wie Coaching dabei helfen kann, sich diese zu stellen. Um das herausfinden zu können, wurden Fokusgruppeninterviews mit ehemaligen Erasmus-Studierenden geführt. Die Mehrheit war der Meinung, dass Gruppensettings die hilfreichsten sind: bei Studierenden bestand der Wunsch nach einem moderierten Setting, in dem sie sich mit anderen austauschen, die eine ähnliche Erfahrung machten. Eine Gruppe nahm an einem Gruppencoaching teil und fand, dass es sogar nach vielen Jahren nach dem Erasmus-Aufenthalt helfen kann, über Phänomene nachzudenken und zu würdigen, was man im Ausland als Person schaffte. Ihrer Meinung nach sei der beste Zeitpunkt dafür einige Monate nach der Rückkehr. Im Einzelcoaching konnten positive Erlebnisse und Herausforderungen gründlich besprochen werden. Das Feedback zeigt, dass Coaching hier hilfreich sein kann, diese mit einer externen Person zu besprechen und somit neue Impulse zu bekommen. Ein Pre-Reentry Workshop war ebenfalls Teil dieser Arbeit, dieses soll Studierende auf die Rückkehr ins Heimatland vorbereiten. Studierende schätzten sehr, dass sie sich im Rahmen des Workshops so umfassend mit Themen beschäftigen konnten, die bei der Rückkehr relevant und unumgänglich werden.

Juni 2024

Begutachtung:

Elisabeth Alder

Mag.a Petra Morgenbesser, MSc 11