

# BeSOS – Schule, Beratung & Berufsorientierung als sicherer Hafen.

**Beratungsinstrumentarium zur Stärkung bzw. Wiederherstellung der beruflichen Orientierungsfähigkeit von Schülerinnen und Schülern mit psychischer Belastung**

## Unser Auftrag:

BeSOS entwickelt für Lehr- und Fachkräfte mit Aufgaben in Bildung und Beruflicher Orientierung ein **praktisches und alltagstaugliches Instrumentarium** für die Beratung und Unterstützung von psychisch belasteten Schülerinnen und Schülern. Dadurch sollen die individuelle Berufs- und Studienwahl situationsgerechter gefördert und Lücken in der Bildungskette präventiv reduziert werden. Das primäre Ziel besteht in der Entwicklung und Pilotierung dieses Instrumentariums, einer ersten Implementierung in Fortbildung, Schule und Vorbereitungsdienst sowie im Transfer der gewonnenen Erkenntnisse in andere Bundesländer und Schulformen.

## Unser Leitgedanke:

**Bei Belastung und Stress leidet die Lern- und Orientierungsfähigkeit zuerst.**

Wenn Kinder und Jugendliche in den **biologischen Überlebensmechanismus** fallen, können sie nicht lernen, merken sich sehr viel weniger, können nicht komplex denken und wichtige Entscheidungen für ihr Leben nicht treffen. In diesem Zustand befinden sie sich außerhalb der Reichweite pädagogischer Interventionen.

Wenn Lehr- und Beratungsfachkräfte durch dauerhafte Überlastung nicht mehr über die nötigen Ressourcen für individuelle Stresstoleranz und Resilienz verfügen, um Situationen besonderer Belastung auszugleichen, können auch sie in den biologischen Überlebensmechanismus fallen. In dieser physiologischen Reaktion auf **akuten Stress** geht als erstes die Fähigkeit verloren, eine **pädagogische Beziehung** aufzubauen und zu gestalten.

Selbstregulation bezeichnet die kognitiven, emotionalen, motivationalen und sozialen Fähigkeiten, bei Belastung und Stress handlungsfähig und orientiert zu bleiben. Zur Stärkung und Wiederherstellung der beruflichen Lern-, Leistungs- und Orientierungsfähigkeit bedarf es daher der Förderung von **Selbstregulationskompetenzen**.

## Unsere Vorgehensweise:

Um BeSOS erfahrungsbasiert und zielgruppenorientiert zu entwickeln, wurden 80 Experten befragt. Lehr- und Fachkräfte sowie Schülerinnen und Schüler wurden bereits in der Erhebungs- und Pilotierungsphase in den wissenschaftlichen Prozess eingebunden. In Form einer „**Gläsernen Werkstatt**“ erhalten Fachkräfte Einblick in die Entwicklung der Handreichung und können aktiv Einfluss auf den Entstehungsprozess nehmen. Feedbackschleifen mit Erfahrungsträgern und den Pilotierungsschulen bilden das Rückgrat der Pilotierungsphase, um altersgerechte und nachweislich wirksame Best-Practice-Methoden bereitzustellen.

## Unser Modell:

Ausgehend vom traumapädagogischen Wissen um den biologischen Überlebensmechanismus, die neurophysiologischen Grundlagen von Selbstregulation und Körpergedächtnis sowie das Vulnerabilitäts-Stress-Modell entwickelt BeSOS ein Modell, um das komplexe Fachwissen in ein lebensnahes pädagogisch nutzbares Instrumentarium zu übersetzen. Mit den „nützlichen Metaphern“ **Hafen, Schiff und Leuchtturm** können ziel- und kontextorientiert Wissen und Fähigkeiten vermittelt werden. Auf diese Weise verschmelzen theoretisches Modell und pädagogisches bzw. beraterisches Handeln.

## Unsere Toolbox:

Eine virtuelle Methodensammlung präsentiert gleichermaßen basale wie wirkungsvolle Techniken und Routinen zur alters- und zielgruppenorientierten Förderung von Selbstregulationskompetenzen. Die Tools sind leicht anwendbar, leicht anzuleiten und schnell wirksam. Ihrer Wirksamkeit ist wissenschaftlich belegt sein. Sie basieren auf der **Interdependenz von Selbst- und Ko-Regulation**, d.h. sie wirken positiv auf die Gesundheit von Kind und Fachkraft. Die Stärkung bzw. Wiederherstellung von Selbstregulations- und Orientierungsfähigkeiten bilden so eine sinnvolle Einheit und ergänzen bewährte pädagogische Konzepte tätigkeitsfeldspezifisch und praxisnah.

BeSOS-  
Modell



BeSOS-  
Toolbox



BeSOS-  
Fortbildungen



Implementierung  
in die Schul- und  
Beratungskultur

**Unsere Zielstellung: Erwachsene, Kinder und Jugendliche sollen die gemeinsame Zeit an Orten des Lernens als so sicher erleben, dass sie nicht in den Überlebensmodus fallen.** Die Einsicht in die neurobiologische Funktionsweise des „Krokodil-Gehirns“ bietet dafür ein handlungsleitendes Grundverständnis, um selbstständig und kontextsensibel mit Modell und Toolbox arbeiten zu können. Die frühzeitige, regelmäßige und autonome Anwendung dieser Methoden in Schul- und Beratungskontexten normalisiert Praktiken des gemeinsamen Lernens und guten Lebens, die helfen, eigene Selbstregulationskompetenzen zu entwickeln und individuell passende Übungen, Techniken und Rituale eigenständig in andere Lebensbereiche zu übertragen. So entsteht ein Erfahrungswissen, das im eigenen Tun weitergegeben wird.

Das Projekt BeSOS ist ein Nachfolgeprojekt von Quickstart Sachsen und wird als Leuchtturmprojekt im Rahmen der Bund-Land-Vereinbarung in Kooperation mit der Bundesagentur für Arbeit als Teil der Initiative zur Schließung der Bildungsketten durchgeführt. Es wird vom Sächsischen Staatsministerium für Kultus aus Mitteln des Bundesministeriums für Bildung und Forschung (BMBF) finanziert. In der Durchführung kooperiert die Graduierten- und Forschungsakademie der TU Bergakademie Freiberg mit der Kooperationsstelle Wissenschaft und Arbeitswelt Leipzig (KOWA). Projektlaufzeit: 15.07.2023 bis 30.06.2025. Weitere Informationen unter: [www.besos-sachsen.de](http://www.besos-sachsen.de) sowie unter [www.kowa-leipzig.de](http://www.kowa-leipzig.de)