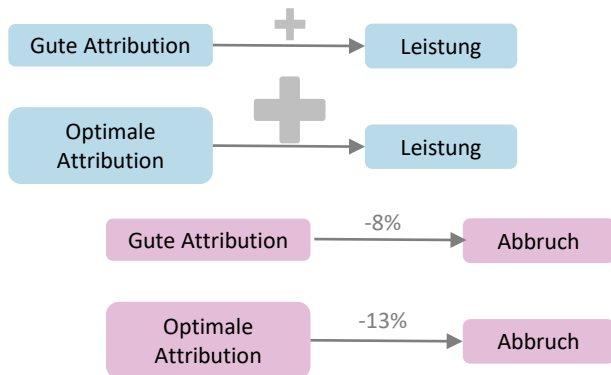


## Warum ist das HELD-Training wichtig?

Der Übergang Schule-Studium birgt Herausforderungen. Ein Studium erfordert ein hohes Maß an Selbststudium und geht mit höheren akademischen Herausforderungen einher (bspw. Leistungsniveau). Unerwartetes akademisches Versagen (bspw. zu schwer Übungsblätter) kann zu einer „erlernten Hilflosigkeit“ seitens der Studierenden führen - einem Gefühl des Kontrollverlustes in Leistungssituationen (bspw. „Ich kann meine Note nicht beeinflussen.“). Eine solche Haltung wirkt sich nachteilig auf die zukünftige Leistungsmotivation und damit Studienleistung aus.

In der vierjährigen Studierendenbefragung des Projekt UULM Pro MINT & MED an der Universität Ulm mit über 5000 Studierenden haben wir herausgefunden, dass eine Facette der Motivation besonders leistungsrelevant ist: die Attributionen. Sie beschreiben, was der Studierende als Ursache für seine Leistung empfindet. Es zeigte sich, dass Attributionen einen Einfluss auf die universitären Noten sowie das Abbruchrisiko haben.



Das HELD-Training setzt genau hier an, denn **HELD soll Erstsemesterstudierende aller Fachrichtungen unterstützen, ihre Attributionen zu optimieren.**

## Wie kann ich mitmachen?



**Möchten Sie als Dozierender das HELD-Training in Ihrem Fachbereich einbinden?**

Dann sprechen Sie uns einfach an oder schreiben Sie uns eine Mail!

### Ihre Ansprechpartner

Prof. Dr. Tina Seufert

Dr. Daniel Schropp

Dipl.-Psych. Lisa Respondek



pro-mint-med@uni-ulm.de



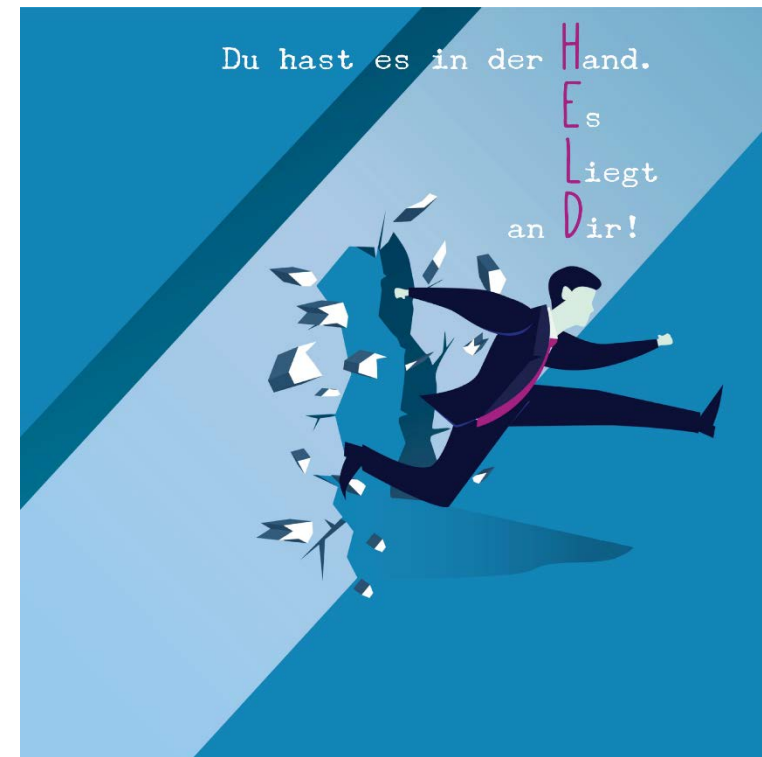
**Möchtest du als Studierender am HELD-Training teilnehmen?**

Dann Augen auf! Wenn du im ersten Semester bist, kommen wir dich in den Vorlesungen besuchen und informieren dich zusätzlich per E-Mail über den Beginn des Trainings. Dann kannst du dich auch direkt für das Training anmelden.

Du hast es in der Hand.

Es  
Liegt an  
Dir!

**HELD**



## HELD-Training

Das Motivationstraining für  
StudienbeginnerInnen

Pressemitteilung  
Studierende, welche glauben ihre eigenen Leistungen kaum beeinflussen zu können, haben ein höheres Risiko ihr Studium abzubrechen bzw. schlechte Leistungen zu erzielen



## Was wird bei HELD trainiert?

Rückmeldungen über die eigene Leistung (vor allem bei Misserfolg) regen Studierende an, nach den Ursachen für die erbrachte Leistung zu suchen. Grundsätzlich können Studierende dabei verschiedene Attributionsmuster (Ursachenzuschreibungen) heranziehen, um sich Erfolge und Misserfolge zu erklären. Diese Attributionsmuster können auf zwei verschiedenen Dimensionen eingeordnet werden: Lokalität und Kontrollierbarkeit der Ursachen.

	Internal (Studierender selbst)	External (Umwelt)
Kontrollierbar	Nicht für diese Prüfung gelernt	Dozierender ist voreingenommen
Unkontrollierbar	Krank während Prüfung	Zu hohe Standards der Lehre

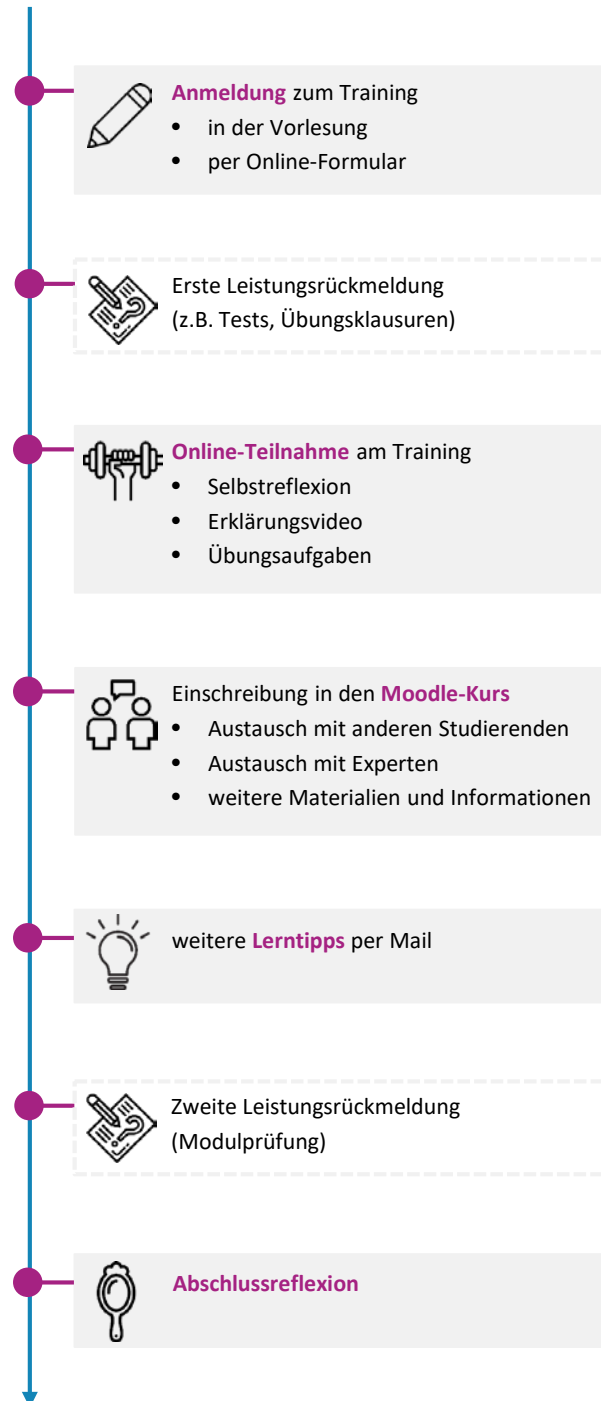
Das HELD-Training zielt darauf ab, diese Ursachenzuschreibungen bei Studierenden im ersten Semester kausal umzustrukturieren, so dass aus **ungünstigen** (external und unkontrollierbar) **günstige** Ursachenzuschreibungen (internal und kontrollierbar) werden.

Die Studierenden sollen mit Hilfe des HELD-Trainings erkennen:

Du hast es in der Hand.  
Es liegt an Dir!

**HELD**

## Wie läuft das HELD-Training ab?



## Ist das HELD-Training wirksam?

Das HELD-Training und dessen Erfolg wurde bereits über 20 Jahre lang in Kanada als Re-Attribution Training im „Motivation and Academic Achievement Labor“ der Universität Manitoba getestet und bestätigt.

Perry, R. P., & Hamm, J. M. (2017). An Attribution Perspective on Competence and Motivation. *Handbook of Competence and Motivation: Theory and Application*, 2006, 61-84.



Im Wintersemester 2018/19 konnte die Begleitforschung des Projektes UULM PRO MINT & MED das HELD-Training erstmalig in Deutschland an der Universität Ulm anbieten. An dieser Pilotphase nahmen Erstsemesterstudierende der Fächer Mathematik, Ingenieurwissenschaften, Lehramt und Psychologie teil.

Pressemitteilung  
HELD-Motivationstraining – Pilotstudie zur Motivationsförderung zu Studienbeginn @Ulm



Im Wintersemester 2019/20 bieten wir das HELD-Training nun universitätsweit in allen Fachbereichen an. Die empirische Überprüfung des Trainings erfolgt im Rahmen einer empirischen Bachelorarbeit.