

Information zur Psychologischen Beratung des studierendenWERKs BERLIN

Bekanntmachung des Beratungsangebots / Kontaktaufnahme

Studierende informieren sich in aller Regel zunächst über das Internet. Berliner Studierende, die psychologische Hilfe suchen, finden die Angebote der Psychologisch-Psychotherapeutischen Beratungsstelle (PBS) des studierendenWERKs wie auch der Berliner Hochschulen unter den obersten Einträgen der Suchmaschinen. (z.B. Treffer Nr.1 bei Googlesuche *psychologische Beratung Student Berlin*).

Die Website des studierendenWERKs informiert über die Angebote in Deutsch und Englisch. Das Auffinden der Websites wird vom Studierendenwerk lfd. beobachtet. Die Anzahl der Klicks auf den Infoseiten der PBS summierte sich seit Semesterstart WS 21/22 auf rund 11.000 Klicks.

Beratungsstellen des studierendenWERKs:

Alle erforderlichen Informationen zur Erreichbarkeit der Beratungsstellen des Studierendenwerks finden sich auf der Homepage. Aktuell gibt es zwei Beratungsstellen, eine am Franz-Mehring-Platz 2-3 (Nähe Ostbahnhof), eine in der Hardenbergstraße 35 (Nähe Zoologischer Garten).

Standort Charlottenburg

Hardenbergstraße 35
10623 Berlin
+49 (0)30 93939 8401

Standort Friedrichshain

Franz-Mehring-Platz 2-
10243 Berlin
+49 (0)30 93939 8438

Terminvereinbarung

Termine können während der Sprechzeiten (aktuell: Mo – Do 9-15 Uhr, Fr 9- 13 Uhr) persönlich oder telefonisch vereinbart werden.

Jederzeit möglich ist eine Kontaktaufnahme per Mail (E-Mail an: pbs@stw.berlin). Die Kontaktaufnahme erfolgt anschließend entsprechend den Wünschen der Studierenden per Rückruf oder Mail.

Die Terminvergabe für Einzelgespräche erfolgt innerhalb eines wöchentlichen Terminkontingents. Jeweils am Montag werden die Termine der Woche vergeben. Aktuell sind bis spätestens Mittwoch die Termine der Woche i.d.R. vergeben. Eine Warteliste wird nicht geführt. Die Mehrheit der Termine wird ab Kontaktaufnahme innerhalb der kommenden zwei Wochen vergeben

Zusätzlich werden kurzfristige Termine für Notfälle (akut suizidale und andere schwere Krisen) vorgehalten: Hierfür sind 1-2 wöchentliche Termine im Kalender reserviert. Diese werden vom Sekretariat direkt vergeben. Sollte dieses Kontingent nicht ausreichen, verschicken die Sekretärinnen einen Mail-Aufruf an das Team der Psycholog*innen, die kurzfristig zusätzliche Termine zu Verfügung stellen.

Ebenfalls vorrangig behandelt wird die Schwangerschaftskonfliktberatung, v.a. wenn es um einen Schein für den Schwangerschaftsabbruch geht. Hierfür schicken die Sekretärinnen eine Anfrage per Email an alle Psycholog*innen mit dieser Zusatzausbildung, die dann kurzfristig Termine anbieten (in der Regel innerhalb der gleichen Woche).

Insbesondere für Akutsituationen außerhalb der persönlichen Erreichbarkeitszeiten verlinkt die Website auf **nachfolgende Beratungsstellen:**

- Berliner Krisendienst (v.a. für abends und Wochenende, wenn unsere Beratungsstellen geschlossen sind)

- Psychologische Beratungsstelle der eigenen Hochschule
- Kassenärztliche Vereinigung (Terminvergabestelle für Psychotherapie)
- Telefonseelsorge
- muslimisches Seelsorgetelefon
- Nightline: anonymes Zuhörtelefon von Studierenden für Studierende (keine psychologische Beratung)

Weitere Informationskanäle:

Studierende werden während der Semesterstart-Veranstaltungen der Hochschulen über das psychologische Beratungsangebot informiert. (Im WS 21/22 erfolgten diese vornehmlich online, an drei Hochschulen hat das studierendenWERK in Präsenz teilgenommen).

Info-Flyer zu den psychologischen Beratungsangeboten im Visitenkartenformat werden zum diskreten Weiterreichen an betroffene Studierende über unsere Homepage bestellt und diversen Hochschul-instituten und Studienberatungen zu Verfügung gestellt.

Im November veranstaltet das studierendenWERK BERLIN regelmäßig die „Gala der November-Depression“, eine Veranstaltung, die auf sehr niedrigschwelligem Wege aus der depressiven Verstimmung aufzeigt. 2020 wurde hierfür umfangreichen asynchroner Content auf Youtube eingestellt, der seitdem insgesamt rund 3.000 mal angeschaut worden ist.

Alle Dienstleistungsabteilungen des studierendenWERKs (weitere Beratungsstellen, Wohnheim-verwaltungen, Kundencenter, Kulturbereich etc.) kennen das psychologische Beratungsangebot, sind sensibilisiert und informiert/verweisen bei beobachtbarem Bedarf darauf.

Beratungsangebot

Ratsuchende erhalten i.d.R. maximal 3 -5 Einzelberatungstermine. Ziel ist die Herausarbeitung des individuellen spezifischen (Haupt-)Bedarfs und eine anschließende Empfehlung auf Studentenwerks-interne (z.B. spezifische Gruppenangebote) oder externe Spezialangebote (z.B. an eine bestimmte Beratungsstelle wie z.B. zu Sucht, an eine/n niedergelassenen Psychiater*in, an eine/n niederge-lassenen Psychologischen Psychotherapeut*in, eine bestimmte Klinik o.ä.)

Hier eine Liste derjenigen Beratungsstellen, an die die PBS fallspezifisch verweist (ohne Anspruch auf Vollständigkeit):

- Berliner Krisendienst
- Sozialpsychiatrische Dienste
- Diverse Kliniken (inklusive Fritz Frühinterventions- und Therapiezentrum und FeTZ Früherkennungs- und Therapiezentrum für Psychosen Berlin)
- Ambulanzen psychotherapeutischer Ausbildungsinstitute
- TransVer (Ressourcennetzwerk zur interkulturellen Öffnung, Charité)
- Diverse niedergelassene Psychiater*innen
- Diverse niedergelassene Psychologische Psychotherapeut*innen
- Suchtberatungsstellen (u.a. vista, Caritas v.a. in der Großen Hamburger Straße, Dick & Dünn, Lost in Space)
- Schwulenberatung inklusive QueerLeben, Lesbenberatung
- Erziehungsberatungsstellen
- Pro familia
- Selbsthilfegruppen (v.a. Junge Selbsthilfe)
- Familienzelt

- EZI (Evangelisches Zentralinstitut, v.a. für Paarberatung)
- Beratungsstellen bzgl. sexuellem Missbrauch: Wildwasser, Tauwetter, Strohalm
- Weißer Ring
- Soulspace/Transit
- ZielTeam katholische Studierendengemeinde
- Mediation (EHB)
- MBSR - Anbieter
- Arbeitsamt, Löwinnen, Weiberwirtschaft, Schmetterling und Raupe, Queraufstieg
- PoC (Afropolitan)
- Schuldnerberatung
- Ambulante Dienste
- Trauer: TABEA
- ADHS Diagnostik (Spezialambulanzen in Kliniken, niedergelassene Therapeut*innen)

Die Beratung erfolgt in Deutsch und Englisch sowie in weiteren Sprachen, u.a. Spanisch.

Aktuell sind an beiden Standorten des Studierendenwerks insgesamt 18 Psycholog*innen beschäftigt. 2021 wurden nachfolgende Beratungsleistungen erbracht:

| | |
|--|-------|
| Durchgeführte Beratungsstunden (Einzelne und Paare, ohne Gruppen): | 9.121 |
| Anzahl beratene Personen (inklusive Gruppenteilnehmende): | 1.731 |
| Anzahl Erstgespräche (Einzelne und Paare, ohne Gruppen): | 1.520 |
| Gruppenberatungsstunden: | 467 |

Präventionsangebote

Neben Einzelberatung und Gruppenangeboten setzt das Studierendenwerk seit 2021 vermehrt auch auf präventive und vor allem niedrigschwellige Angebote rund um das Thema psychische Gesunderhaltung und bietet z.B. Workshops zum Thema Achtsamkeit, Reflexion und Motivation an. Diese Angebote werden im Online-Veranstaltungskalender des Studierendenwerks (hier seit Semesterstart ca. 3.200 Klicks) via Newsletter (Versand einmal wöchentlich, d.h. 18 Newsletter seit Semesterstart, Anzahl Abonnenten derzeit bei 660 mit wachsender Tendenz) und Social Media Posts (PBS-bezogener Content seit 1.12.21: 153 Beiträge mit Reichweite von insgesamt 23.828). Die Kommunikation der verschiedenen PBS-Angebote erfolgt zudem auf den Campus-Bildschirmen der Mensen.

Die psychologische Beratungsstelle des Studierendenwerks pflegt ein fachspezifisches Netzwerk inner- und außerhalb des Berliner Hochschulraums. Die Studienberater*innentreffen mit den Psychologischen Berater*innen der Hochschulen und Vertreter*innen der PBS wurden auch während der Pandemie im üblichen Turnus (einmal pro Semester) – per Webex – durchgeführt. Das nächste Treffen ist im März geplant.

Mai-Hartung
14.02.2022