



**studierendenwerk**  
darmstadt

# 50 Jahre

## Psychotherapeutische Beratungsstelle

1968 - 2018





## Impressum

Studierendenwerk Darmstadt • Abteilung Beratung und Soziales  
Alexanderstr. 4 • 64283 Darmstadt

[www.stwda.de](http://www.stwda.de)

Redaktion: Ursula Lemmertz • Detlef Gollasch

Texte: Ursula Lemmertz • Beatrix Heinemann-Gill • Theresa Milewski • Alexander Leis •  
Rick Bode • Olaf Peter

Layout und Satz: Susanne Schuckmann

Titelbild: Susanne Schuckmann

Fotos: S. 4 Fotograf Kay Herschelmann • S. 5 TU Darmstadt • S. 6 Fotograf Jens Steingässer •  
S. 21, 22, 23 iStock • S. 24 fotolia • S. 34, 36 Archiv der TU Darmstadt •  
S. 31, 32, 33 privat • Studierendenwerk Darmstadt

Druck: service print medien der h\_da

Auflage: 350

Nachdruck – auch auszugsweise – nur mit Genehmigung der Geschäftsführung des  
Studierendenwerks Darmstadt

Hinweis: Historische Texte werden in traditioneller Rechtschreibung und Zeichensetzung  
wiedergegeben (wie sie vorliegen); neue Texte folgen im Wesentlichen der dpa-Version  
der neuen Rechtschreibung.  
Darmstadt, im November 2018

# Festschrift Inhalt

<b>Grußwort von Ulrike Laux</b> Geschäftsführerin des Studierendenwerks Darmstadt	<b>04</b>
<b>Grußwort von Achim Meyer auf der Heyde</b> Generalsekretär des Deutschen Studentenwerks	<b>06</b>
<b>Grußwort von Prof. Dr. Ralph Bruder</b> Verwaltungsratsvorsitzender des Studierendenwerks und Vizepräsident der TU Darmstadt	<b>07</b>
<b>Grußwort von Norbert Reichert</b> Kanzler der Hochschule Darmstadt	<b>08</b>
<b>Entstehung und Wirkungsgeschichte der PBS</b> Ursula Lemmertz · Abteilungsleitung Beratung und Soziales	<b>09</b>
<b>„Der eigene Weg“ – 50 Jahre PBS</b> Beatrix Heinemann-Gill · Psychotherapeutische Beratungsstelle	<b>15</b>
<b>Das aktuelle Angebotsspektrum</b> Alexander Leis · Psychotherapeutische Beratungsstelle	<b>22</b>
<b>Feedback von Klient*innen</b>	<b>27 · 35</b>
<b>Wie sind wir vernetzt?</b> Theresa Milewski · Psychotherapeutische Beratungsstelle	<b>29</b>
<b>Stimmen aus dem Umfeld</b>	<b>30</b>
<b>Was wir uns und den Studierenden für die Zukunft wünschen</b> Rick Bode und Olaf Peter · Psychotherapeutische Beratungsstelle	<b>34</b>
<b>Chronik</b>	<b>36</b>
<b>Im Spiegel der Presse</b>	<b>38</b>

## **Grußwort** Geschäftsführerin des Studierendenwerks Darmstadt **Ulrike Laux**



In den 1970er Jahren wurden in vielen Studierendenwerken in Deutschland psychologische bzw. psychotherapeutische Beratungsangebote aus der Taufe gehoben. Untersuchungen legten nahe, dass die damals sehr hohe Zahl von Studienabbrüchen bei der Hälfte der Fälle auf psychische Störungen zurück zu führen war. Suizide von Studierenden riefen öffentliche Anteilnahme hervor. In Darmstadt setzte sich ein Arbeitskreis bestehend aus Pfarrern beider Hochschulgemeinden und Studierendenvertretern stark dafür ein, dass auch hier eine psychotherapeutische Beratungsstelle eingerichtet wird. Studierende sollten eine Anlaufstelle finden, die qualifizierte und verständnisvolle Unterstützung bot. Den Entscheidungsträgern war auch zu der Zeit schon wichtig, dass die Beratung kostenfrei, niederschwellig und unabhängig angeboten wurde, dass sie sich als Hilfe zur Selbsthilfe verstand und auf die Freiwilligkeit der Ratsuchenden baute.

Zunächst hatten es die Beraterinnen und Berater in den damaligen Studentenwerken schwer. Psychotherapeutische Beratung war damals noch bei weitem nicht so akzeptiert und üblich, wie das glücklicherweise heute der Fall ist.

Für mich als Geschäftsführerin macht „Beratung und Soziales“ als vierte Säule der Leistungen von Studierendenwerken unsere Angebotspalette erst rund. Diese Haltung wird inzwischen von vielen anderen Geschäftsführungen der Studierendenwerke in Deutschland geteilt. Zusammen mit den Leistungen im Bereich Hochschulgastronomie, Wohnen und Ausbildungsförderung wirken wir seither mit unseren Angeboten in alle Lebensbereiche der Studierenden hinein – ausgenommen die Lehre – fördern und unterstützen sie so bestmöglich, damit Studieren gelingt. Nur mit Hilfe der Beratungsangebote können wir unserem umfassenden gesetzlichen Auftrag gerecht werden. Dabei werden wir von den unterschiedlichsten Fachleuten unterstützt, die an den Hochschulen und in der Stadt in Beratungsnetzwerken aktiv sind und mit denen wir intensiv zusammenarbeiten.

Der Umfang und die Qualität der Beratungstätigkeiten haben in Darmstadt wie auch in vielen anderen Studierendenwerken in den vergangenen Jahren zugenommen. Dies liegt zum einen an der höheren Zahl der Studierenden, aber auch daran, dass die Berater\*innen immer besser auf die sich ändernden Bedarfe eingegangen sind, was zur höheren Akzeptanz auf Seiten der

Studierenden beigetragen hat. Eine größere Themenvielfalt entwickelte sich insbesondere durch die neuen Studienstrukturen, die Verjüngung der Studierendenschaft, die zunehmende Internationalisierung, eine größere Bereitschaft, Elternschaft und Studium zu vereinbaren sowie durch eine zunehmende Sensibilisierung der Gesellschaft für die Integration von Menschen mit Handicap und die sich daraus ergebenden Konsequenzen für die Infrastruktur.

Dass im Jahr 2012 der Aufbau einer eigenen Abteilung „Beratung und Soziales“ notwendig war, machte bereits damals die Bedeutung des Standbeines „Beratung“ für das Studierendenwerk Darmstadt deutlich. Die Abteilung deckt neben der psychotherapeutischen Beratung die Bereiche Sozialberatung, Interkultureller Austausch, Kinderbetreuung, Rechtsberatung und Unfallversicherung ab.

Die Entwicklungszahlen belegen die gestiegene Bedeutung der psychotherapeutischen Beratung eindringlich: Während der erste psychotherapeutische Berater innerhalb eines Jahres 102 Klient\*innen unterstützt hatte, beriet das sechsköpfige Team in 2017 genau 636 Klient\*innen und führte mit diesen 3.414 Gespräche. Die Zahl der

Beratungsgespräche wird seit 2005 erfasst. Damals wurden im Jahr 2.561 Beratungsgespräche geführt.

Parallel sind zahlreiche Gruppenangebote und neue Beratungsformate hinzugekommen. Die Studierenden nehmen sie ebenfalls intensiv in Anspruch.

Bisher werden die Aufwendungen der Beratungsstelle durch die Sozialbeiträge der Studierenden getragen. Daher wünsche ich mir, dass die Leistungen der Psychotherapeutischen Beratungsstelle künftig auch vom Land Hessen bezuschusst werden. Dem steigenden Bedarf der Studierenden soll durch angemessenes Wachstum der Psychotherapeutischen Beratungsstellen entsprochen werden können.

Den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in der Beratungsstelle gilt mein herzlicher Dank für Ihre professionelle Arbeit, in die Sie ihre ganze Persönlichkeit einbringen. Ich wünsche Ihnen weiterhin gute Strukturen, die Sie bei der Arbeit unterstützen und werde daran nach Kräften mitwirken, so dass Sie mit Energie und Freude dazu beitragen können, dass Studieren in Darmstadt gelingt.

# Grußwort Generalsekretär des Deutschen Studentenwerks Achim Meyer auf der Heyde



Die studienbegleitende Beratung der Studenten- und Studierendenwerke in Deutschland, gerade die psychotherapeutische oder psychologische Beratung von Studierenden, kann in ihrer Relevanz für den Studienerfolg sowie das Hochschulsystem insgesamt nicht hoch genug veranschlagt werden.

Sie ist bitter nötig, wie Studien des Deutschen Studentenwerks zeigen. Mehr als 60 % der Studierenden haben Beratungsbedarf, der über fachliche Fragen hinausgeht. 11 % der Studierenden haben eine studienrelevante Beeinträchtigung; mehr als die Hälfte von ihnen wiederum hat psychische Erkrankungen.

Für viele Studierende ist die psychotherapeutische Beratung der Studenten- und Studierendenwerke schlicht der Schlüssel für ein erfolgreiches Studium. Man muss aber nicht allein in Kategorien wie Krise oder Erkrankung denken; in den vergangenen Jahren geht es in der psychotherapeutischen bzw. psychologischen Beratung stärker auch um präventive Angebote, oder Hilfestellungen zu Themen wie Prüfungsangst, Zeit- oder Selbstmanagement – und diese Angebote der Studenten- und Studierendenwerke werden dankbar angenommen. Weil sie niedrigschwellig sind, in aller Regel kostenlos und

exakt auf die Lebens- und Arbeitssituation von Studierenden zugeschnitten. Hier haben die Beratungs-Kolleginnen und -Kollegen der Studenten- und Studierendenwerke eine Expertise wie niemand sonst in Deutschland!

Und vergessen wir nicht: Das Studium ist eine entscheidende Lebensphase; gerade im Alter zwischen 20 und 30 werden die Weichen gestellt, und es ist gut für unsere Gesellschaft, gut für unsere Wirtschaft, wenn aus den Hochschulen Menschen kommen, die wissen, wie man Krisen meistert und die sich ihre Freude am Leben und Lernen für den Rest ihres Lebens erhalten: als Bürgerinnen und Bürger, als Führungskräfte, als Steuerzahler\*innen und künftige Eliten unserer Gesellschaft.

Wir wünschen der Psychotherapeutischen Beratungsstelle des Studierendenwerks Darmstadt, welche mit ihrer Exzellenz und Erfahrung weit über Darmstadt hinaus leuchtet, fünfzig weitere erfolgreiche Jahre – und in naher Zukunft eine direkte Förderung bzw. Bezuschussung durch das Land Hessen. Sie hat es verdient.

**Grußwort** Verwaltungsratsvorsitzender  
des Studierendenwerks Darmstadt und Vizepräsident der TU Darmstadt

**Prof. Dr. Ralph Bruder**

Ein Studium an der TU Darmstadt ist durch ein hohes fachliches Niveau, aber gerade auch durch ein hohes Maß an Eigenverantwortung und Selbstständigkeit gekennzeichnet. Die eigenständige Lösung von Herausforderungen des studentischen Alltags wie der Umgang mit Prüfungsdruck, Schreibblockaden, Kontaktschwierigkeiten oder auch privaten Problemen kann durchaus an ihre Grenzen geraten. In einem solchen Fall ist es wichtig, eine entsprechende Unterstützung zu erhalten.

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Psychotherapeutischen Beratungsstelle des Studierendenwerks verfügen über hohe Kompetenzen in der Unterstützung von Studierenden in schwierigen Lebenssituationen. Das vielfältige Angebot der Psychotherapeutischen Beratungsstelle, zu dem Einzelberatungen, Beratung gemeinsam mit Angehörigen, Gruppenangebote oder die offene Sprechstunde für Studienzweifer gehören, spiegelt einen an den individuellen Bedürfnissen der Ratsuchenden orientierten Ansatz wider. Die langjährige und große Nachfrage nach diesen Beratungsangeboten unterstreicht den Erfolg des gewählten Ansatzes. Gleichzeitig wird auch deutlich, welche hohe Akzeptanz die Arbeit der Psychotherapeutischen Beratungsstelle bei den Studierenden genießt.

Die Psychotherapeutische Beratungsstelle ist ein wichtiger Bestandteil des Beratungsangebotes für Studierende der Darmstädter Hochschulen. Um eine zielgruppenspezifische und situationsangepasste Auswahl aus einem breitgefächerten Beratungsangebot zu ermöglichen, findet an der TU Darmstadt eine enge Abstimmung der beratenden Stellen und Personen statt.

So wurde im Jahr 2017 erstmals der „Fachtag Beratung“ durchgeführt, der die bestehende Vielfalt der Angebote an und rund um unsere Universität sichtbar gemacht hat. Bei der Veranstaltung wurde deutlich, dass eine weitere Vernetzung und Abstimmung des umfangreichen Beratungsangebotes an der TU Darmstadt, zu dem die Psychotherapeutische Beratungsstelle bereits seit 1968 einen wesentlichen Beitrag liefert, eine wichtige Maßnahme ist, um die Beratung der Studierenden weiter zu verbessern.

In diesem Sinne freue ich mich auf die weitere erfolgreiche Zusammenarbeit mit der Psychotherapeutischen Beratungsstelle und gratuliere herzlich zum 50. Jubiläum.



# Grußwort Kanzler der Hochschule Darmstadt Norbert Reichert



Das Studium wird von vielen als die schönste Zeit im Leben gesehen: Die Horizonterweiterung durch den Wissensaufbau, interessante neue Bekanntschaften, eine aufregende Studierendenkultur oder eine neue Selbstständigkeit außerhalb des eigenen Elternhauses prägen diese Zeit. Gleichwohl geht ein Studium mit neuen Herausforderungen einher: Der Eintritt in das Erwachsenenleben, gewichtige Entscheidungen mit Einfluss auf das restliche Leben, die Organisation eines komplexen Stundenplans oder schwierige Prüfungen. Dazu kommen bei vielen finanzielle Sorgen, familiäre Konflikte, gesundheitliche Einschränkungen oder Zukunftsängste.

Sei es nun der Student, der seinen Eltern zuliebe ein Ingenieurstudium gewählt hat, obwohl er sich eher zu künstlerischen Fächern hingezogen fühlt oder die Studentin, die an ihrem eigenen Leistungsanspruch verzweifelt; psychisch belastende Probleme bei Studierenden sind so vielfältig wie das Leben.

Laut Arztreport 2018 einer großen deutschen Krankenkasse haben die psychischen Erkrankungen junger Studierender im zurückliegenden Jahrzehnt sogar zugenommen. Darunter seien vor allem Anpassungsstörungen, depressive Episoden oder Angststörungen.

Es ist daher beruhigend zu wissen, dass die Darmstädter Studierenden mit der Psychotherapeutischen Beratungsstelle (PBS) des Studierendenwerks eine Anlaufstelle haben, die nunmehr auf 50 Jahre Erfahrung zurückblicken kann. Hilfesuchende treffen hier auf Beraterinnen und Berater mit fundierter psychotherapeutischer Qualifikation und einem tiefgehenden Verständnis für die Rahmenbedingungen und Herausforderungen eines Studiums.

Die PBS ergänzt damit ideal die Beratungsangebote der Hochschule Darmstadt. An der h\_da können Studierende mit Lernschwierigkeiten, Fragen zur Studienwahl oder grundsätzlichen Zweifeln am Studium umfassend beraten werden. Wo diese Angebote nicht ausreichen, hilft die Psychotherapeutische Beratungsstelle niederschwellig und kostenlos für die Hilfesuchenden weiter. Laut der internen Erhebung der PBS genügen im Durchschnitt bereits sechs Gespräche, um einzelnen Studierenden mit ihren Problemen zu helfen. Das ist bemerkenswert.

Die Beraterinnen und Berater der Psychotherapeutischen Beratungsstelle sind immer da, wenn unsere Studierenden sie brauchen. Sie leisten einen wichtigen Beitrag für die Gesundheit und den Lebenserfolg junger Menschen und damit nicht zuletzt auch für den Studienstandort Darmstadt insgesamt. Und dafür sind wir Ihnen dankbar.



# Entstehung und Wirkungsgeschichte der PBS

Eine psychologische oder psychotherapeutische Beratungsstelle ist im Leistungsspektrum der Studenten- und Studierendenwerke auch heute noch keine Selbstverständlichkeit. Von den bundesweit 58 Studentenwerken betreiben 43 eine solche Beratungsstelle. Die ältesten unter ihnen sind knapp über 50 Jahre alt. Demnach zählt unsere PBS zu den ältesten Beratungsstellen. Wie kam es hier zu deren Einrichtung? Um die Frage zu beantworten, müssen wir zunächst noch etwas weiter in die Vergangenheit schauen.

Die gesundheitliche Versorgung der Studierenden war vor sechzig Jahren anders organisiert als heute. Für Studierende gab es eine Studenten-Krankenversorgung. Der Gesundheitsdienst fiel in den Zuständigkeitsbereich der Studentenwerke. Diese stellten Ärzte bereit und betrieben Arztstationen. Finanziert wurde die Arztstation in Darmstadt zum Teil aus den Sozialbeiträgen der Studierenden.


Zu den Aufgaben des Studentenarztes in Darmstadt gehörten bis weit in die 70er neben der ärztlichen Behandlung und Beratung der Studierenden auch die Überwachung der Röntgen-Reihenuntersuchungen aus medizinischer Sicht, die medizinische Beurteilung von Anträgen auf Gesundheitsförderung, vertrauensärztliche Aufgaben und die Einstellungsuntersuchungen für die Personalabteilung des Studentenwerks.

In dem Archiv der TU Darmstadt findet sich ein Brief des Darmstädter Studentenarztes Dr. med. C. Vetter, der die gesundheitliche Situation der Studierenden 1956 so schildert:

*„Die Kindheit und die frühe Jugend der derzeitigen Studierenden fallen hinein in das dritte Reich, in den Krieg und die Nachkriegsjahre. Wenn es richtig ist, was die Tiefenpsychologie behauptet, daß nämlich die richtungsgebenden Erlebnisse für die Entwicklung von Persönlichkeitsstrukturen in die frühe Kindheit fallen, so sind unsere Studenten sicherlich mehr belastet als irgend eine Generation. (...) Diese Menschen bilden sich und werden ausgebildet in einer Zeit der Hochkonjunktur. Vielleicht läßt auch der mehr technische Sinn der jungen Akademiker unserer Hochschule eine besondere Hinwendung zur Rationalisierung aller Lebensäußerungen besonders deutlich erscheinen.“*

In den sechziger Jahren war die Zahl der Studienabbrecher sehr hoch. Etwa 30 % der Immatrikulierten verließen die Hochschule ohne Abschluss. Das „seelisch-psychische Gesundheitsbild“ der Studierenden wurde genauer betrachtet und Untersuchungsergebnisse legten nahe, dass die Hälfte der Studienabbrüche auf psychische Störungen zurück zu führen war.





2. Die Studentenschaft der Technischen Hochschule Darmstadt stimmt ab Sommer-Semester 1968 einer Sozialbeitragerhöhung von DM 1,-- pro Student und Semester zu und beschließt gleichzeitig eine weitere ERhöhung um DM 1,-- pro Student und Semester ab Winter-Semester 1968/69."

Ein Auszug aus dem Beschluss des AstA-Vorstandes der TH Darmstadt vom 1. März 1968

In Darmstadt war es ein Arbeitskreis aus dem evangelischen und dem katholischen Studentenpfarrer, wissenschaftlichen Assistenten und studentischen Mitgliedern, der den Anstoß zur Gründung einer psychotherapeutischen Beratungsstelle gab. Sie hatten sich ein Jahr lang intensiv mit der psychischen Situation der Studierenden befasst und sich dafür alle zwei Wochen getroffen. Martin Stöhr, der Pfarrer der Evangelischen Hochschulgemeinde, schrieb rückblickend im März 1968:

*„Grundlage unserer Arbeit waren Gutachten anderer Universitäten und Hochschulen, Erfahrungsberichte bereits vorhandener Beratungsstellen, Dissertationen und wissenschaftliche Veröffentlichungen zu diesem Thema. Besonders wichtig jedoch wurden die Gespräche durch das Anhören von Angehörigen der Hochschule, Studentenärzten und der Studentenpfarrer.“*

Die Phase intensiver Sondierung war lohnend. Der Arbeitskreis informierte den kleinen Senat der Technischen Hochschule Darmstadt im April 1967 über das Ergebnis seiner Bestandsaufnahme und schlug vor auch an der THD eine Psychotherapeutische Beratungsstelle (PBS) ins Leben zu rufen. In der gleichen Sitzung hielt der kleine Senat in seinem Protokoll fest

*„Die Notwendigkeit einer solchen Stelle wird vom Senat voll und ganz anerkannt. Fragen der Besetzung dieser Stelle, Finanzierung und Raumbeschaffung müßten geklärt werden; der Arbeitskreis wäre bereit, eine Starthilfe zu leisten. (...) Die Hochschule erachtet die Einrichtung einer psychotherapeutischen Beratungsstelle als dringend notwendig und würde die baldige Arbeitsaufnahme begrüßen.“*

Im Oktober 1967 thematisierte der Vorstand des Studentenwerks, welche Ausrichtung ein künftiger Studententarzt haben sollte, da der bisherige Studententarzt ausschied. Im Protokoll dieser Sitzung wurde festgehalten

*„Es sollte sich um einen praktischen Arzt handeln, der auch interessiert sei an psychischen Erkrankungen, damit Betroffene an der Hochschule in Zukunft größerem Interesse und Verständnis begegneten.“*

Das Anliegen des Arbeitskreises fiel also mit einem personellen Wechsel zusammen und erleichterte somit die Neuausrichtung.

Da die gesundheitliche Versorgung der Studierenden in den Aufgabenbereich der Studentenwerke fiel, wurde dort die Psychotherapeutische Beratungsstelle angesiedelt. Der Arbeitskreis hielt sein Versprechen Start-

hilfe zu geben. Er nahm Kontakt mit dem Sigmund-Freund-Institut in Frankfurt auf und konnte dort Dr. Willi Baumann gewinnen, um an zwei Nachmittagen in der Woche in Darmstadt tätig zu sein. Dr. Baumann, der erste und damals einzige Mitarbeiter der Psychotherapeutischen Beratungsstelle, war ein ausgebildeter Psychotherapeut,

*„der über Erfahrung im studentischen Beratungsdienst in USA und Frankfurt verfügt und der überdies Verbindung zu der Universitätsklinik in Frankfurt (...) hat.“,*

so Martin Stöhr, der damalige Studentenfarrer der ESG, im März 1968 in einem Schreiben an die Verwaltung der Technischen Hochschule Darmstadt. Darin fasste er – auf Anfrage der TH – auf zwei Seiten die Entwicklungen zusammen, die zur Einrichtung der PBS geführt hatten.

Finanziert wurde die Beratungsstelle durch eine Erhöhung des studentischen Sozialbeitrags um eine Mark pro Semester. Dadurch stieg der Sozialbeitrag für die Studierenden auf 45 DM.

Im Mai 1968 nahm die Beratungsstelle ihren Dienst auf.

### **Die Entwicklung in Zahlen**

In den letzten fünf Dekaden ist die Zahl der Studierenden an den beiden staatlichen Darmstädter Hochschulen enorm gestiegen. Während das damalige Studentenwerk 1968 für ca. 6.600 Studierende zuständig war, waren es 1978 bereits über 14.700, ein

weiteres Jahrzehnt später ca. 22.800, 2008 über 28.300 und 2017 schließlich fast 42.700 Studierende. Zunächst erfolgte der Aufbau der PBS vergleichsweise zügig. Danach blieb über Jahre der Stellenumfang der PBS etwa gleich – knapp drei Vollzeit-Stellen von 1982 bis 2009 – während die Studierendenzahlen kontinuierlich stiegen. 2012 entstand eine eigene Abteilung für den Aufgabenbereich Beratung und Soziales. Seither wurden auch die Stellen in der Beratungsstelle dem wachsenden Bedarf entsprechend ausgebaut. Die letzte personelle Aufstockung – um eine ganze Stelle – wurde 2017 von Geschäftsführung und Verwaltungsrat bewilligt. Dies wird Anfang 2019 durch eine Neueinstellung und Vertragsänderungen bei bisherigen Teilzeit-Mitarbeiter\*innen umgesetzt sein. Dann stehen 5,5 Vollzeit-Stellen für mittlerweile etwa 43.000 Studierende in Darmstadt zur Verfügung.

Seit PBS-Gründung dokumentieren die Beraterinnen und Berater die Zahl der Studierenden, die zu ihnen in die Beratung kamen und deren Anliegen. Aus der – leider nicht zu 100 % lückenlosen – Dokumentation lässt sich hochrechnen, dass in den 50 Jahren über 15.980 Studierende in der PBS beraten wurden.

Aktuelle Untersuchungen und Befragungen des Deutschen Studentenwerks – des Dachverbands der deutschen Studenten- und Studierendenwerke – weisen darauf hin, dass 10 % der Studierenden psychische Probleme haben. Setzt man diese Zahl über die Jahre ins Verhältnis zu den Kapazitäten

der PBS, so kamen 1971 885 belastete Studierende auf eine Vollzeit-Stelle, 2012 ergab sich mit 1.376 belasteten Studierenden das ungünstigste Verhältnis. Durch den oben dargestellten Stellenausbau konnte der Wert in den letzten Jahren wieder auf unter 1.000 belastete Studierende pro Vollzeit-Stelle reduziert werden.

Setzt man außerdem die Zahl der vermutlich belasteten Studierenden über die Jahre ins Verhältnis mit der Zahl der Studierenden, die den Weg in die PBS gefunden haben und dort beraten und begleitet wurden, so wurden jeweils zwischen 11 % und 26 % (1978) der in Darmstadt betroffenen Studierenden erreicht. Im Durchschnitt lag der Anteil bei 14 %.

Über all die Jahre hinweg waren Frauen unter den Klient\*innen der PBS konstant überrepräsentiert. Dies lässt sich mit der erhöhten Achtsamkeit weiblicher Personen für ihr seelisches/psychisches Befinden, wie auch ihrer tendenziell größeren Bereitschaft bei Bedarf Hilfe in Anspruch zu nehmen, erklären.

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der PBS zeichneten sich meist durch eine große Kontinuität und Verbundenheit mit unserer Einrichtung aus. In den 50 Jahren waren etwa 17 Therapeut\*innen dort tätig. Das Kernteam bestand über lange Zeit aus vier Mitarbeiter\*innen und blieb der PBS bis zum Rentenalter – und zum Teil darüber hinaus – treu. Das heutige Team ist bunt gemischt: Der zuletzt eingestellte Mitarbeiter ist seit

Juni 2018 dabei, die langjährigste Mitarbeiterin hat dieses Jahr ihr 30jähriges Dienstjubiläum mit uns gefeiert. Es gibt drei Männer und vier Frauen im Team, die Altersspanne erstreckt sich von 30 bis gut 60 Jahren.

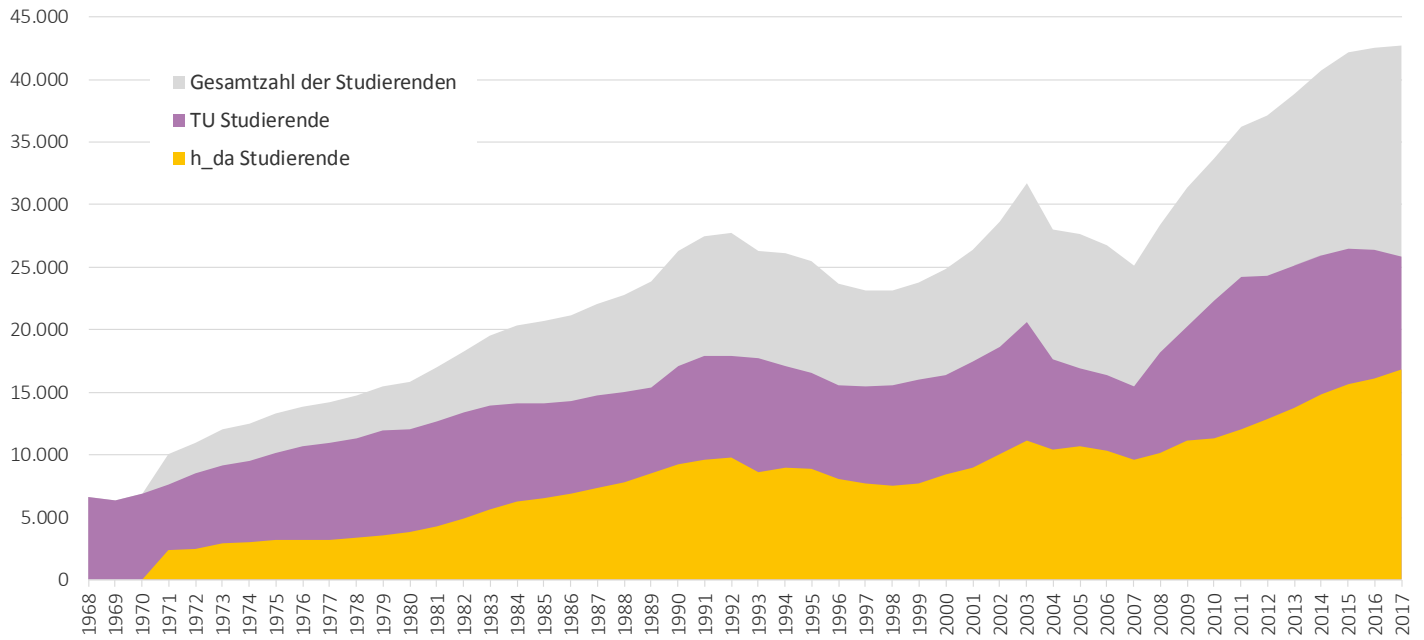
Warum die Mitarbeiter\*innen so gern und daher auch so lang in der PBS arbeiten? Es ist wohl die Kombination aus einer hochgradig sinnhaften und produktiven Arbeit, der geistig „fitten“ und sehr beweglichen Klientel der Studierenden, letztlich guten Rahmenbedingungen für die therapeutische Beratung und einer bemerkenswerten Teamkultur.

Den Studierenden kommt diese Erfahrung wiederum sehr zu Gute. Es ist ein Alleinstellungsmerkmal der PBS, die Bereiche Studium und (Privat-) Leben zusammen mit den Klient\*innen derart zu verknüpfen und hilfreiche Verbindungsmöglichkeiten in die Beratung einzubringen, dass damit Lösungswege sichtbar werden. Eine der Therapeutinnen erklärte es einmal so: In einer schwierigen Phase, wenn beispielsweise das soziale Umfeld ins Wanken geraten ist und Beziehungen (sei es durch Trennung, Tod oder Streit) nicht mehr tragen, sondern erst wieder neu aufgebaut werden müssen, kann das Studium auch Halt bedeuten und dem Leben weiterhin Struktur geben. Solche Wege können wir aufgrund der langjährigen Erfahrung mit studentischen Belangen sehr gut mit den Studierenden ausfindig machen.

Der Beitrag, den die Psychotherapeutischen Beratungsstellen für die Studierenden, aber auch für die Gesellschaft leisten, ist nicht zu

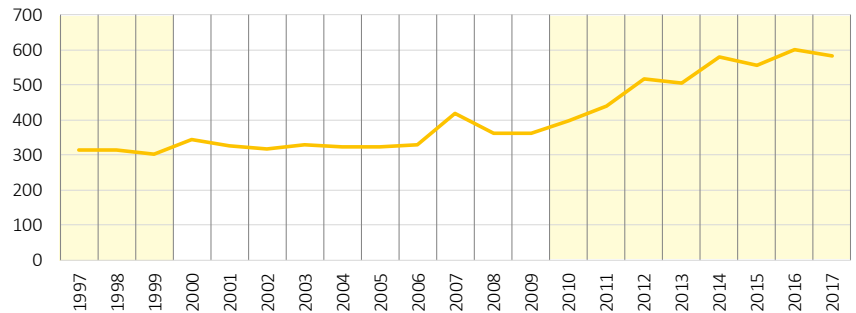


## Studierendenzahlen 1986 – 2017



## Anzahl der Klient\*innen pro Jahr

Die Grafik rechts zeigt wie sich die Zahl der Klient\*innen, die für Einzelberatungen in die Psychotherapeutische Beratungsstelle kamen, in den letzten zwanzig Jahren entwickelt hat.



unterschätzen. Zwar geschieht die therapeutische Arbeit äußerlich unspektakulär, da sie fast immer hinter verschlossenen Türen und absolut vertraulich erfolgt. Die Auswirkungen sind vielfältig. Sie lassen sich jedoch kaum in Zahlen ausdrücken, oder als Zusammenhang von Ursache und Wirkung eindimensional beschreiben. Doch lohnt es sich genau hin zu hören und zu schauen, was die Beratenden und die Studierenden zurückmelden und wovon sie berichten: von letztlich unnötigen Studienabbrüchen, die verhindert werden konnten; von neuem Antrieb für die berufliche Qualifikation durch die Bereitschaft den eigenen Weg zu gehen; von besserem Wissen um gesunderhaltende und krankmachende Bedingungen – auch als Form der Prophylaxe für die späteren Jahre der Berufstätigkeit; vom Zugewinn an Lebensfreude sowie sozialen wie psychologischen Kompetenzen ...

Davon profitieren nicht nur die Beratenden selbst. Ihr verändertes Verhalten kann Vorbild für andere sein, vielleicht reden sie mit Kommiliton\*innen oder Freund\*innen über ihre Erfahrungen – oder auch über die Beratung selbst, öffnen dadurch auch anderen den Zugang dazu, gehen mit sich selbst besser um und erkennen schneller, wenn ihnen etwas nicht guttut.

So kann sich in ihrem Umfeld tatsächlich „Gesellschaft“ verändern, können psychische Krankheiten vielleicht ein Stück weit vermieden werden, können spätere Berufstätige gesünder, ausgeglichener und erfüllter tätig sein – in dem Wissen, dass sie sich bei



Das langjährige PBS-Team (1988 - 2010) hier im Garten der Nieder-Ramstädter-Str.: Beatrix Heinemann-Gill · Heinz Trusch · Wolfgang Kraus · Sabine Lüderitz-Beck

Bedarf auch Unterstützung für ihre Anliegen holen können. Der Einsatz lohnt sich mannigfach.

Ich hoffe und wünsche den Studierenden wie auch den Mitarbeiter\*innen der Beratungsstelle und den Mitarbeiter\*innen der Hochschulen, dass diese Impulse weiterhin durch die PBS in Darmstadt ermöglicht und gegeben werden können. Es ist wunderbar und in hohem Maße anerkennenswert, welche Leistung und Beratungsqualität die Beraterinnen und Berater in den 50 Jahren für die Studierenden und die Hochschulen erbracht haben. Ich hoffe, dass auch künftig die nötigen Rahmenbedingungen geschaffen und aufrechterhalten werden, damit diese wertvolle Arbeit so weitergeführt werden kann.

## „Der eigene Weg“ – 50 Jahre PBS

In diesem Jahr, 2018, feiern wir das 50jährige Bestehen der PBS in Darmstadt. Anlass genug, sich einen Überblick zu verschaffen über Entstehung, Entwicklung und Status Quo der Beratungsstelle. Bedeutung und Relevanz psychotherapeutischer Beratung für Studierende – damals wie heute – erschließen sich aber nur, wenn auch die politischen, gesellschaftlichen und kulturellen Rahmenbedingungen in die Betrachtung miteinbezogen werden.

1968, das Jahr, in dem die PBS ihre Arbeit aufnahm, steht stellvertretend für eine Zeit des bis heute nachhaltigsten kulturellen Umbruchs der deutschen Gesellschaft nach dem Zweiten Weltkrieg. Die Studierenden am Ende der 60er Jahre waren Kriegs- oder Nachkriegskinder, aufgewachsen in einem Land und in Familien, die vom Nationalsozialismus, einem verheerenden sechsjährigen Krieg und dem Elend der Nachkriegsjahre gezeichnet waren. Mit all ihrer Kraft hatten die Menschen den Wiederaufbau gemeistert und blickten in der BRD stolz auf das erarbeitete Wirtschaftswunder.



In der noch jungen Demokratie war inzwischen aber auch eine neue Generation herangewachsen, die in der entstandenen saturierten Gesellschaft befürchtete zu ersticken. Vor allem Studierende beklagten alte undemokratische Strukturen in Politik und Gesellschaft, soziale Missstände und das Ausbleiben von Reformen, direkter Demokratie und Partizipation.

Die Politisierung erfasste alle Lebensbereiche. Es gab Proteste und Demonstrationen gegen die Wiederbewaffnung und die Notstandsgesetze in der BRD, gegen die Niederschlagung der Demokratie-Bewegung in der Tschechoslowakei („Prager Frühling“) durch die sowjetische Armee und vor allem gegen den erbarmungslosen Krieg der USA in Vietnam.

Traditionen und geltende Normen wurden in Frage gestellt, in den Hochschulen genauso wie im privaten Umfeld. Wohngemein-



Gesellschaft im Umbruch: SDS-Plakat, 60er/70er Jahre

schaften, Hippies, antiautoritäre Erziehung, sexuelle Befreiung und Frauenbewegung waren Ausdruck des Wunsches nach einem freien und toleranten Lebensgefühl. Alte und neue Werte prallten aufeinander, nicht nur in allen Bereichen der Gesellschaft, sondern auch in jedem einzelnen Individuum: Widersprüche, Ambivalenzen, Konflikte. Bisherigen Bewältigungsstrategien, u.a. auch Rückzug, Verdrängung und Krankheit, wurde die kritische, befreiende und oft auch schmerzhaft Suchende nach Verstehen und Veränderung gegenübergestellt. Die Psychologie nahm dabei eine wichtige und immer bedeutsamere Rolle ein.

In dieser Auf- und Umbruchszeit entstand die PBS in Darmstadt. Anfangs nur stundenweise bot ein Arzt (Neurologe und Psychoanalytiker) Beratung für Studierende an. Die Nachfrage wuchs schnell, so wurde zwei Jahre später eine Psychologin eingestellt und danach im Zwei- bis Dreijahresrhythmus zwei weitere Psycholog\*innen.

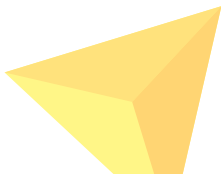
Grundlegend betrachtet kamen und kommen Studierende – vor 50 Jahren genauso wie heute – dann in die PBS, wenn sie auf der Suche nach ihrem eigenen Weg ins Erwachsenenleben und ihrer Rolle in der Gesellschaft an Grenzen stoßen, die sie glauben alleine nicht mehr überwinden zu können. Ihre Probleme und Fragen waren und sind in ihrer Ausprägung individuell und einzigartig, so wie die Persönlichkeiten selbst. Gleichzeitig geschieht Beratung und Psychotherapie in einem historischen, politischen und kulturellen Kontext, dessen Einfluss groß



Nelkenrevolution

und dessen Berücksichtigung notwendig und hilfreich sein kann.

Dieser Kontext war in dem letzten halben Jahrhundert einem extremen Wandel unterworfen: Von der Mondlandung 1969 bis hin zur derzeitigen Digitalisierung in allen Lebensbereichen; vom Wirtschaftswunder





der 50er Jahre über die Ölkrise in den 70er Jahren und der Massenarbeitslosigkeit bis zur Finanzkrise 2007; von der Anti-Atombewegung über Tschernobyl und Fukushima zum globalen Klimawandel; vom Kalten Krieg über den Mauerfall und der Auflösung der Sowjetunion zur EU und Einführung des Euro; Aufstieg und Fall von Demokratisierungsbewegungen (z. B. Portugal) und Diktaturen; langjährige Konflikte und Kriege (Jugoslawien, Nahost, Syrien); Flüchtlings-Problematik ...

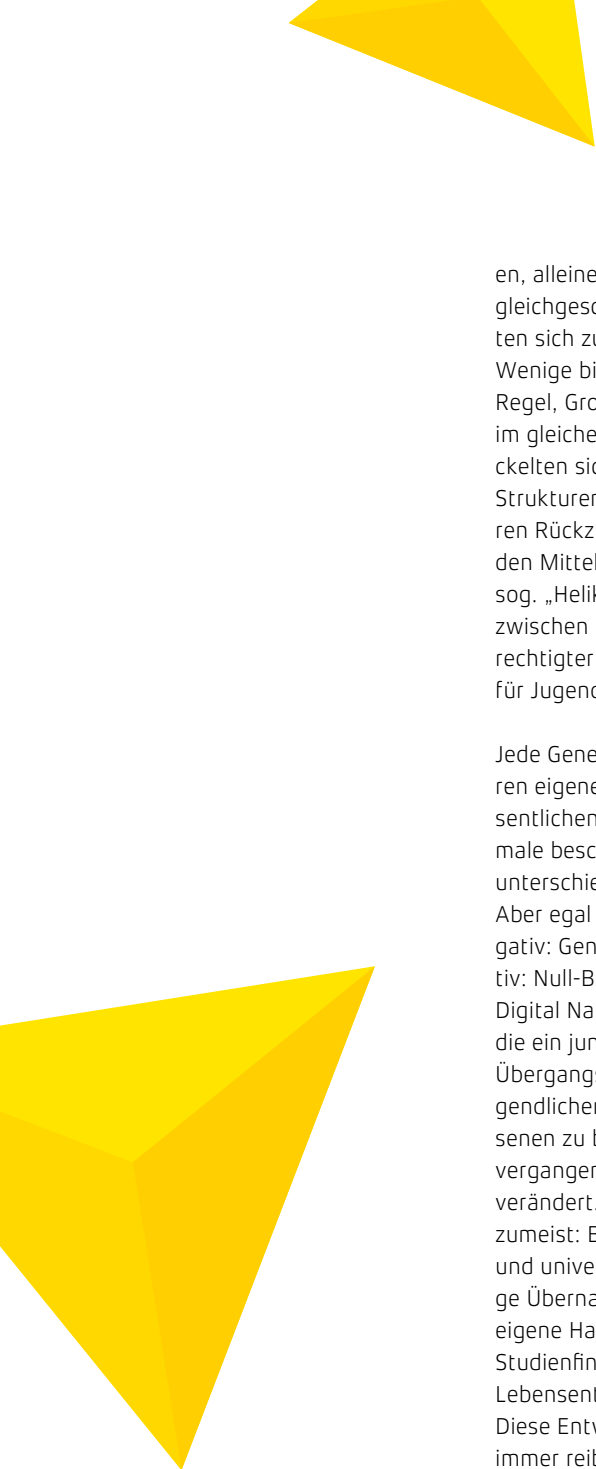


Wie der Vater so der Sohn: Rollenbilder in der Nachkriegszeit

Nicht nur Politik und Gesellschaft in Deutschland als Ganzes waren in den letzten 50 Jahren von tiefgreifenden Veränderungen geprägt, auch Hochschullandschaft und Hochschulpolitik durchliefen einen grundlegenden Wandel. Die Zahl der Studierenden wuchs von ca. 400.000 in 1968 (nur „alte“ Bundesländer) auf ca. 2,8 Millionen in 2017. Die Strukturen der Universitäten und Hochschulen wurden reformiert: Es gab partizipative Strukturen einerseits sowie Zulassungsbeschränkungen und (zumindest zeitweise) Studiengebühren andererseits; aus dem Honnefer Modell wurde BAföG; es gab bzw. gibt die Bologna-Reform, die zunehmende Internationalisierung, viele neue Studiengänge und die Öffnung der Hochschulen für andere Zugangsvoraussetzungen als nur die Allgemeine Hochschulreife.

In der Familie als Mikrokosmos verdichten sich gesellschaftliche Strukturen und deren Wandel. In den 60er Jahren war sie patriarchalisch und hierarchisch geprägt, zumeist mit dem Mann/Vater als Alleinverdiener. Formale Gleichberechtigung der Frauen gab es zwar seit 1958, aber de facto war zehn Jahre nach Verabschiedung dieses Gesetzes in vielen Familien wenig davon zu spüren. Volljährigkeit erlangten junge Menschen erst mit 21 Jahren, Kinder hatten kaum Rechte.

Im Laufe der Jahrzehnte und mit stetig steigender Erwerbsquote von Frauen wuchs deren Einfluss und Stellung. Familiensysteme wurden flexibler, manchmal auch fragiler (wachsende Scheidungsquote). Zusammenleben ohne Trauschein, Patchwork-Famili-



en, alleinerziehende Mütter und Väter und gleichgeschlechtliche Partnerschaften gesellten sich zum traditionellen Familienmodell. Wenige bis keine Geschwister wurden die Regel, Großeltern lebten immer seltener mit im gleichen Haushalt. In den Familien entwickelten sich zunehmend partnerschaftliche Strukturen. Die autoritäre Erziehung trat ihren Rückzug an. Kinder rückten vermehrt in den Mittelpunkt der Familien (bis hin zu den sog. „Helikopter-Eltern“). Die Kommunikation zwischen Eltern und Kindern wurde gleichberechtigter mit vielen Entscheidungsfreiheiten für Jugendliche und junge Erwachsene.

Jede Generation der letzten 60 Jahre hat ihren eigenen Namen bekommen, der im Wesentlichen ihre Werte und typischen Merkmale beschreibt, entstanden durch ganz unterschiedliche Einflüsse und Erfahrungen. Aber egal ob Babyboomer, Generation X (negativ: Generation Golf), Generation Y (negativ: Null-Bock-Generation), Generation Z oder Digital Natives - die vorrangigen Aufgaben, die ein junger Mensch in der biografischen Übergangsphase des Nicht-mehr-ganz-Jugendlichen und Noch-nicht-ganz-Erwachsenen zu bewältigen hat, haben sich in den vergangenen Jahrzehnten nicht wesentlich verändert. Für Studierende bedeutet das zumeist: Bewältigung gesellschaftlicher und universitärer Anforderungen, endgültige Übernahme von Verantwortung für das eigene Handeln, Ablösung vom Elternhaus, Studienfinanzierung, Entwicklung eigener Lebensentwürfe und Zukunftsperspektiven. Diese Entwicklung verlief und verläuft nicht immer reibungslos. Mit ihr sind oftmals

Zweifel, Ängste, Konflikte und manchmal auch Krisen verbunden, die, wenn sie gemeistert werden, in hohem Maße zur persönlichen Reifung beitragen. Wenn es aber Studierenden weder allein, noch mit Hilfe ihres sozialen und familiären Netzwerks gelingt, ihre Probleme zufriedenstellend zu lösen, können sie seit Jahrzehnten an vielen Hochschulen und Universitäten das Angebot der psychotherapeutischen Beratungsstellen der Studentenwerke in Anspruch nehmen.

Auch diese Einrichtungen – wie die Psychotherapie als Ganzes – veränderte sich in den vergangenen 50 Jahren stetig. Anfang der 70er Jahre wurde die Psychologie parallel zum gesellschaftlichen und kulturellen Umbruch von politischen Themen erfasst (z. B. Antipsychiatrie-Bewegung). In dieser Zeit kamen immer mehr und neue Psychotherapie-Methoden auf und bereicherten die bis dahin fast ausschließlich psychoanalytisch ausgerichtete Beratungslandschaft: Verhaltenstherapie, humanistische Verfahren wie Gesprächs- und Gestalttherapie, Psychodrama, Bioenergetik, Hypnotherapie u. v. a. Der Blick weitete sich bis hin zu spirituellen Themen, Zen-Buddhismus und Schamanismus.

Ende der 90er Jahre trat eine neue Entwicklung ein. Die Ausübung von Psychotherapie wurde erstmals gesetzlich geregelt und als geschützter Titel der approbierte „Psychologische Psychotherapeut“ eingeführt. Als sogenannte Richtlinienverfahren sind nur noch drei Psychotherapie-Methoden anerkannt und erlauben eine Abrechnung



Bewegung in der Psychotherapie: Verhaltenstherapie, humanistische Verfahren wie Gesprächs- und Gestalttherapie, Psychodrama, Bioenergetik, Hypnotherapie u. v. a.

über die Krankenkassen: Verhaltenstherapie, tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie und analytische Psychotherapie.

Wie hat sich nun die PBS in Darmstadt seit ihren Anfängen weiterentwickelt? Mitte der 70er Jahre teilten sich vier Psychotherapeut\*innen ca. drei Stellen. Räume gab es in der Otto-Berndt-Halle, zunächst die Zimmer an den beiden Enden der Galerie und dazu einen Raum im Seitentrakt. Mit dem Auszug der Studentenärztin kam ein weiteres Zimmer hinzu plus ein Gruppenraum. Bis Mitte der 90er Jahre mussten zeitweise ein oder



Das Team in den 80er Jahren im Gruppenraum am Standort Mensa Stadtmitte (heute befindet sich dort der Wohnservice)

zwei Teammitglieder aufgrund von Umplungen und Renovierungen umziehen und mal in der ehemaligen Druckerei, mal auf der Lichtwiese oder im Wohnheim Alexanderstraße arbeiten. Zusammenhängende Räume mit einem geschützten Wartebereich für Klient\*innen und einem Gruppenraum gab es dann ab Mitte der 90er Jahre, als die PBS in das Wohnheim Nieder-Ramstädter-Straße zog.

Räumlich zwar lange verteilt, zeichnete sich das Team personell aber durch eine große Konstanz aus. Ab Ende der 80er Jahre arbeitete es in gleicher Zusammensetzung über 20 Jahre miteinander, unterbrochen nur durch Schwangerschaftsvertretungen. Die inhaltliche Arbeit wandelte sich allerdings sehr. Wie überall in Deutschland ergänzten auch bald hier neue Methoden und Verfahren den psychoanalytischen Ansatz. Gesprächs- und Gestalttherapie etablierten sich genauso wie körperorientierte Therapieformen. Selbsterfahrungsgruppen, themenzentrierte Gruppen und Entspannungsgruppen wurden angeboten. Politisiert durch die

Studentenbewegung, geprägt durch die Zeit großer gesellschaftlicher Umbrüche gab es auch im PBS-Team einen lebendigen Diskurs. Alles wurde kritisch hinterfragt – auch die eigene Person – und um den (vermeintlich) besten Weg in der täglichen Arbeit gerungen. Innerhalb des Teams gab es keine Hierarchie. Im Rotationsverfahren übernahm jeweils für einige Jahre ein Teammitglied die Aufgabe der Sprecherin/des Sprechers und vertrat die PBS nach außen.

Die Existenz und Förderung von psychotherapeutischer Beratung für Studierende war lange Jahre alles andere als selbstverständlich. Immer wieder wurden – auch in Darmstadt – Stimmen laut, welche die Notwendigkeit einer PBS an einer Universität oder Hochschule in Frage stellten, trotz großer und ständig wachsender Nachfrage. Das Studierendenwerk hielt zwar an der Beratungsstelle fest, konnte sie allerdings über mehrere Jahre nicht entsprechend der wachsenden Studierendenzahlen personell weiter ausbauen.

Im Laufe der Jahrzehnte änderte sich gesamtgesellschaftlich allmählich die Einstellung zu psychischen Erkrankungen und Psychotherapie. Inzwischen kommt niemand mehr umhin zu registrieren, dass Depressionen (4,1 Millionen Betroffene) und Angststörungen (4,6 Millionen Betroffene) in Deutschland zu Volkskrankheiten geworden sind. Psychotherapeutische Beratung wird immer mehr nachgefragt, auch von Studierenden, auch in Darmstadt.



Der Wartebereich in der Nieder-Ramstädter-Str. – mit Sesseln aus dem Büro des früheren Geschäftsführers Gundolf Weibel.

Die PBS genießt mittlerweile ein hohes Maß an Akzeptanz und Ansehen innerhalb und außerhalb der Hochschulen. Mit Gründung der Abteilung „Beratung und Soziales“ 2012 wird sie nun durch eine Abteilungsleiterin nach außen vertreten. Das Team ist auf sieben Psychotherapeut\*innen angewachsen, Vielfalt ist garantiert: durch vier Frauen und drei Männer, ein Altersspektrum von 30 bis 60 Jahren und verschiedene Psychotherapie-Verfahren. Neue Räume gibt es auch: Die personelle Entwicklung und der geplante Abriss des bisherigen Domizils machten im März dieses Jahres einen weiteren Umzug notwendig, diesmal an den Steubenplatz.

Etwa 600 Studierende suchen jedes Jahr Rat bei der PBS. Warum gerade hier? Gibt es ein Alleinstellungsmerkmal? Das Besondere ist die Expertise der Mitarbeiter\*innen, ihr spezielles Wissen über die sogenannte spätadoleszente Lebensphase der Studieren-

den einerseits und den Studienbedingungen und Hochschulstrukturen andererseits. Eine Schnittstelle zwischen Studium und Privatleben. Der Zugang zur Beratung ist niederschwellig, Fragen und Probleme müssen keinen Krankheitswert haben. Es werden keine Diagnosen gestellt und nicht mit Krankenkassen abgerechnet. Alles das sind gute Voraussetzungen dafür, dass Studierende frühzeitig um Beratung nachsuchen, ehe ihr



So einladend zeigt sich die PBS seit März 2018 am neuen Standort am Steubenplatz.

Leben und ihr Studium durch Probleme und Krankheit nachhaltig beeinträchtigt werden. In dem Lebensabschnitt zwischen 20 und 30 Jahren werden viele Weichen für das spätere Leben gestellt. Es ist die ereignisreiche Zeit sowohl des Experimentierens als auch des Konsolidierens, der Abgrenzung und der Integration. Hierbei zu begleiten, zu unterstützen und zu helfen ist die wichtige Aufgabe der PBS. Sie gelingt am ehesten, wenn auch die Berater\*innen sich genauso wie ihre Klient\*innen den sich ständig verändernden Herausforderungen stellen, wenn sie sich bemühen, Bewährtes von lähmendem inzwischen Überholten abzugrenzen und zukunftsweisende, unserer Aufgabe dienende Impulse von modernistischen Trends zu unterscheiden.

50 Jahre PBS sind Anlass zum Rück- und Ausblick, Anlass aber auch, uns zu bedanken:

- bei unseren Klient\*innen aus einem halben Jahrhundert – wir haben viel von ihnen gelernt,
- bei unseren ehemaligen Kolleg\*innen, die die PBS aufgebaut und lange geprägt haben,
- bei unserer Geschäftsführung, die unsere Arbeit unterstützt, würdigt und uns Raum lässt für einen eigenen Weg.



# Das aktuelle Angebotsspektrum



Alle Studierenden der TU und der Hochschule Darmstadt sind bei uns herzlich willkommen. Bei Interesse kann jede\*r mit uns telefonisch oder über E-Mail Kontakt aufnehmen. Alle Angebote sind für eingeschriebene Studierende kostenfrei. Die Mitarbeiter\*innen unterliegen selbstverständlich der Schweigepflicht.

Wir bieten Einzelberatungen, Beratung mit Partner\*in, Familie oder anderen Bezugspersonen sowie Gruppenberatungen an. In den Einzelgesprächen suchen viele Studierende Rat und Unterstützung bei sowohl studienrelevanten als auch persönlichen Themen. Zu den am häufigsten genannten studienbezogenen Problemen zählen Prüfungsangst, Prokrastination, damit verbundene Leistungsschwierigkeiten sowie Studienzweifel.

Da wir direkt an der Schnittstelle zwischen Studium und Privatleben mit jungen Erwachsenen arbeiten, ist es eher die Regel, dass Schwierigkeiten in einem Bereich sich auf den jeweils anderen Bereich negativ auswirken. Somit ist es nicht weiter verwunderlich, dass wir in unseren Beratungen ebenso sehr persönliche Themen bearbeiten, u.a.:

- familiäre Konflikte
- Partnerschaftsprobleme
- Selbstwertprobleme
- sowie verschiedene Beschwerdebilder wie z. B. depressive Verstimmungen und Ängste.

In unseren Einzelgesprächen gehen wir unter Zuhilfenahme bewährter Methoden aus der kognitiven Verhaltenstherapie, Gestalttherapie sowie der tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie individuell auf die Studierenden ein. Unsere Grundhaltung ist dabei von Empathie, unbedingter Wertschätzung und Authentizität geprägt.

# Unsere Gruppenangebote



Zu ausgewählten Themen bieten wir darüber hinaus Gruppenberatungen an, welche speziell an die Bedürfnisse von Studierenden angepasst sind. Die folgenden Beschreibungen enthalten Formulierungen, mit denen die Angebote den Studierenden auf der Webseite vorgestellt werden.

## **Achtsamkeitsgruppe: Aufmerksamkeit und Konzentration auf das Hier und Jetzt**

Achtsamkeit bedeutet, mit unserer ganzen Aufmerksamkeit bei dem zu sein, was jetzt gerade ist – was wir sehen, hören, riechen, schmecken und empfinden, aber auch, was wir gerade denken und welches Gefühl wir gerade haben. Wir nehmen eine „Beobachterperspektive“ ein, nehmen wahr, was ist und nicht, was wir befürchten oder was wir sehen wollen.

Dadurch lernen wir unsere Welt und besonders uns selbst wieder besser kennen, gewinnen einen Zugang zu unseren Bedürfnissen und Gefühlen und lernen auch negative Empfindungen akzeptierend anzunehmen.

Achtsamkeit ist kein Ziel, welches wir vollständig erreichen, sondern eine Haltung, die trainiert und geübt werden kann. Genau dies wollen wir neben der Vermittlung von Achtsamkeitsfertigkeiten gemeinsam in der Gruppe anhand unterschiedlicher Techniken erproben.



### **Diesseits-Gruppe: zum Austausch für Studierende, deren Mutter und/oder Vater gestorben ist**

Es scheint so selbstverständlich zu sein, dass Eltern mindestens so lange leben, bis ihre Kinder selbst Eltern geworden sind, einem Beruf nachgehen, autonom im Leben stehen.

Aber dann ist das Leben mancher Studierender durch den frühen Tod der Mutter und/oder des Vaters erschüttert worden.

In der Diesseits-Gruppe kann offen über die vielen Fragen gesprochen werden, die sich nun stellen: Wie komme ich mit einem (völlig) veränderten Leben klar? Wie kann ich neue Herausforderungen, neue Rollen bewältigen?

Andere Studierende, die in einer ähnlichen Situation sind, die ebenfalls den Tod eines Elternteils verkraften müssen, nehmen gleichfalls teil. Die angebotene Gruppe bietet somit den Betroffenen die Möglichkeit, sich auszutauschen.

### **Gruppentraining sozialer Kompetenzen: zum Aufbau neuer Fähigkeiten**

Oft fällt es uns schwer unsere Rechte durchzusetzen, was bedeutet auch mal „Nein“ zu sagen oder unsere Wünsche, Gefühle und Bedürfnisse in sozialen Beziehungen adäquat zum Ausdruck zu bringen. Doch selbstsicheres soziales Verhalten kann genau wie anderes Verhalten erlernt werden.

Mit Hilfe von modernen kognitiv-verhaltenstherapeutischen Ansätzen, welche praktische Übungen beinhalten, arbeiten wir in dieser Gruppe daran, die vorhandenen sozialen Kompetenzen zu fördern und weiterzuentwickeln.





### **Gruppe gegen Prüfungsangst: zur Bewältigung von Ängsten, bei Präsentationen, mündlichen und schriftlichen Prüfungen**

Bei Klausuren oder mündlichen Prüfungen handelt es sich um Leistungssituationen, die für gewöhnlich psychischen Druck und damit zusammenhängend eine normale Angstreaktion auslösen. Manchmal kann die Prüfungsangst jedoch so intensiv werden, dass die Leistung im Studium weit hinter dem eigenen Potential zurückbleibt und das allgemeine Wohlbefinden stark beeinträchtigt ist.

Unter Zuhilfenahme bewährter kognitiv-verhaltenstherapeutischer Techniken haben Teilnehmer\*innen in dieser Gruppe die Gelegenheit sich mit den eigenen Prüfungsängsten intensiv auseinander zu setzen und konkrete Bewältigungsmöglichkeiten zu erarbeiten, die den Umgang mit Prüfungsängsten erleichtern.



### **Prokrastinationsgruppe: gegen das Aufschiebeverhalten**

In dieser Gruppe legen sich Studierende auf ein realistisches Arbeitsziel für das Semester fest, dessen Bearbeitung sie im Rahmen des Gruppenprozesses regelmäßig reflektieren möchten.

Anhand der individuellen Studienaufgabe wird geübt, frühzeitig im Semester zu beginnen und strukturierter zu arbeiten. Hierbei wird besonderer Wert auf eine realistische Planung begrenzter Arbeitszeitfenster gelegt. Ziel ist eine Annäherung an die Übereinstimmung zwischen Planung und tatsächlichem realisiertem Arbeitsverhalten, um auf diesem Wege die Zufriedenheit zu erhöhen.



Hessenweites  
Netzwerk N.I.S.



Ursula Lemmertz • Abteilungsleitung  
Beratung und Soziales  
**Beratung von Studienzweiflern**

Zusätzlich zu ihren Aufgaben als Anbieter von Einzelberatungen und Gruppenangeboten ist die PBS seit 2014 ein aktiver Teil des Darmstädter Beratungsnetzwerks für Studienzweifler.

Darin engagieren sich außerdem Zentrale Studienberatungen der Darmstädter Hochschulen, Industrie- und Handelskammer Darmstadt, Handwerkskammer Frankfurt-Rhein-Main und Hochschulteam der Agentur für Arbeit.

Einmal pro Monat gestalten die Berater\*innen der o.g. Institutionen eine gemeinsame offene Sprechstunde. Hier können sich Studierende informieren, denen ihr Weg nicht mehr klar ist: „Soll ich weiter studieren? Wie könnte ich mein Studium anders organisieren? Welche Unterstützung kann ich bei Schwierigkeiten bekommen? Welche alternativen Studiengänge kommen für mich in Betracht? Ist es für mich sinnvoll, die Hochschule zu wechseln? Was wären Alternativen zu einem Studium? Welche Fristen und Abläufe muss ich beachten? Welche Ausbildungsmöglichkeiten gibt es? Welche Karriere-Perspektiven bietet das Handwerk? Welche konkreten Stellen sind gerade ausgeschrieben und könnten eine Alternative

für mich sein? Wie gehe ich persönlich mit einem solchen Kurswechsel um? Wie sage ich es meinen Eltern und Freunden?“

So lauten häufige Fragen, mit denen Ratsuchende, Studienzweifler und Neustarter in die offene Sprechstunde kommen.

Unser lokales Netzwerk hat sich als Teil des Projektes „N.I.S.“, dem Hessenweiten „Netzwerk Berufliche Integration von möglichen Studienabbrechern und Studienabbrecherinnen“ entwickelt. Es wird bis Ende 2018 gefördert vom Hessischen Ministerium für Wirtschaft, Energie, Verkehr und Landesentwicklung, dem Hessischen Ministerium für Wissenschaft und Kunst sowie der Europäischen Union – Europäischer Sozialfonds.

Die Akteure in Darmstadt werden auch über den oben genannten Förderzeitraum hinaus das gemeinsame Angebot der offenen Sprechstunde aufrechterhalten.

## Feedback von Klient\*innen

Liebes Team der PBS, vielen Dank für die tollen Beratungsangebote. Mir persönlich hat die Beratung sehr geholfen, denn während des Studiums gibt es immer wieder Hindernisse, die sich durch Tipps und Hilfestellung der PBS überwinden lassen. Auf die nächsten 50 Jahre und herzlichen Glückwunsch! 😊

Größartig, dass es diese Organisation schon seit 50 Jahren gibt. Mir hat es wahnsinnig geholfen & hinterlässt einen Eindruck für das Leben. Auf dass es sich noch viele weitere 50 x Jahre hält!

DANKE  
für die  
Unterstützung!

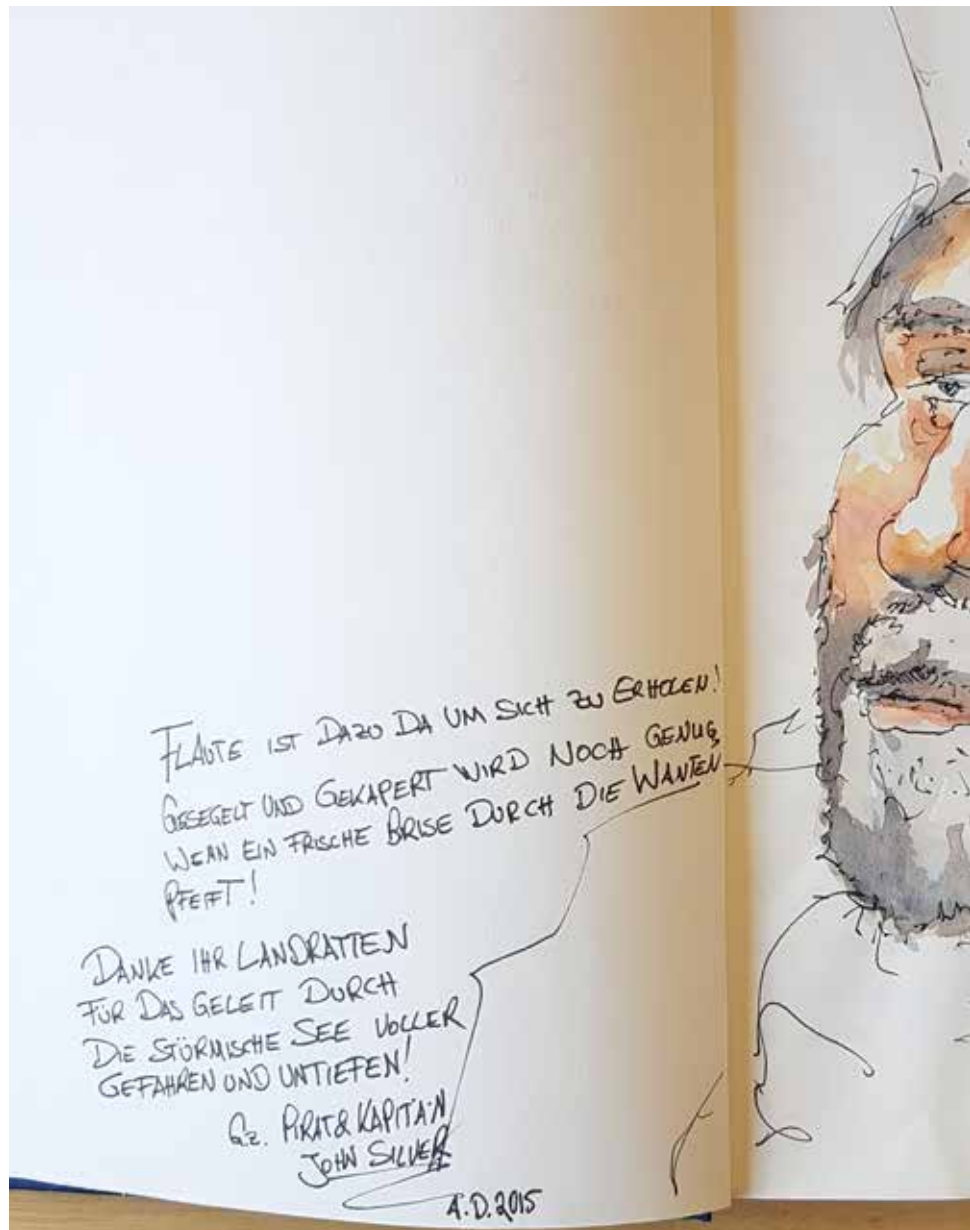


3 Jahre später bin ich noch so dankbar für diese kostbare Zeit.

Bitte macht mit dieser wertvollen Arbeit weiter, ihr seid für viele Studenten mehr als nur eine Beratungsstelle.

Ein großes Herz an jeden einzelnen von euch! ♥

Dieses kleine Kunstwerk hinterließ uns ein/e Klient\*in im „offenen Buch“ der PBS. Es lädt Klient\*innen ein anonym Rückmeldung an das Team bzw. den/die Therapeut\*in zu geben oder mit anderen Studierenden zu teilen, was sie aus der Begleitung durch die PBS mitgenommen haben.



## Wie sind wir vernetzt?



Als Teil der Abteilung Beratung und Soziales arbeitet die PBS eng mit den Kolleg\*innen aus der Sozialberatung und dem Bereich Interkultureller Austausch zusammen. Darüber hinaus ist es uns aber auch sehr wichtig, mit Institutionen und Fachbereichen der TU Darmstadt und der Hochschule Darmstadt im regen Austausch zu bleiben. Hier seien z. B. die Zentrale Studienberatung (ZSB) der TU oder das Student Service Center (SSC) der h\_da genannt. Mit dem Darmstädter Netzwerk für Studienzweifer\*innen (N.I.S.) wurde ein Kooperationsprojekt geschaffen.

Über den universitären Kontext hinaus bestehen kollegiale Kontakte zu psychiatrischen und psychotherapeutischen Kliniken in Darmstadt und Riedstadt sowie zu ambulant tätigen Psychotherapeuten\*innen oder zum Caritasverband Darmstadt. Im Rahmen regelmäßig stattfindender Tagungen und Fortbildungsseminare des Deutschen Studentenwerks findet ebenfalls ein reger Austausch mit Kollegen\*innen aus anderen hessischen und bundesweiten Studierendenwerken statt.



# Stimmen aus dem Umfeld



## **Ingrid Allibät**

Diplom Psychologin und Psychologische Psychotherapeutin, seit 2013 Supervisorin des PBS-Teams

Die Psychotherapeutische Beratungsstelle hat eine sehr wichtige Funktion für den universitären Betrieb. Sie bietet allen Studenten, die sich mit ihrem Studium oder mit Problemen des studentischen Lebens überfordert oder alleingelassen fühlen, eine Anlaufstelle. Oftmals entwickelt sich aus beratenden Gesprächen eine Psychotherapie, weil hinter den zunächst geäußerten Problemen mit dem Studium tiefer liegende psychische Probleme deutlich werden.

Mit ihren sehr gut ausgebildeten Psychologen und deren qualifizierter Weiterbildung zu Psychologischen Psychotherapeuten leistet die Beratungsstelle zudem einen wichtigen Beitrag, psychische Probleme der Studenten zu erkennen und zu diagnostizieren und diese bei Bedarf an geeignete Behandlungsstellen wie Psychotherapeutische Praxen, Psychiater oder an Psychiatrische Krankenhäuser weiter zu vermitteln.

Ich wünsche der Psychotherapeutischen Beratungsstelle für die Zukunft auch weiterhin ein so gutes, kollegiales Miteinander und so viel Freude und Engagement bei ihrer erfüllenden, aber auch herausfordernden Arbeit. Und ich wünsche ihr auch weiterhin die großzügige und wertschätzende Unterstützung durch das Studierendenwerk und die beiden Hochschulen.

## **Michael Kremer**

TU Darmstadt: ZSB

Die Zentrale Studienberatung und -orientierung ZSB der TU gratuliert der Psychotherapeutischen Beratungsstelle aufs Herzlichste zum runden Jubiläum.

Nicht nur mit Blick auf die Etablierung professioneller Beratungsstandards im Hochschulkontext war und ist die PBS ein wichtiger Partner für die ZSB. Weiterhin verbindet uns die Idee, Persönlichkeitsentwicklung als Studienziel zu begreifen und zu befördern.

Gerade in Zeiten, wo Studierende zunehmend von Stressfaktoren betroffen sind, könnten Beratungsangebote zu einem gesunden Umgang mit psychischen Belastungen oder den eigenen Ressourcen kaum wichtiger und zukunftsweisender sein.

Vor diesem Hintergrund ist der PBS zu wünschen, dass sie ihr unverzichtbares Angebot weiter ausbauen kann und sich noch mehr Schnittstellen für eine fruchtbare Zusammenarbeit über die Grenzen zwischen Studierendenwerk und Universität hinweg finden.

### **Kerstin Koch, Bernhard Kliehm**

Hochschulteam Darmstadt, Agentur für Arbeit Darmstadt

Die Psychotherapeutische Beratungsstelle sehen wir ähnlich wie ein Netz und eine Hilfestellung beim „Drahtseilakt“ Studium, sie vermittelt Sicherheit und hilft die Balance herzustellen – bei kleineren „Wacklern“ ebenso wie bei großen Krisen.

Die PBS ist eine sehr wichtige Anlaufstelle mit kompetenten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern für Studierende mit studienbedingten Problemen und in persönlichen Konfliktsituationen. Sie erhalten dort professionelle Unterstützung und Hilfestellungen bei der mentalen Bewältigung persönlicher Krisen.

Besonders schätzen wir als Beraterin und Berater des Hochschulteams Darmstadt die Kooperation mit der Psychotherapeutischen Beratungsstelle im Rahmen des „Netzwerks im Studium (NIS)“ bei den gemeinsamen Sprechstunden für Studienzweifer. Wir bedanken uns an dieser Stelle für die gute Zusammenarbeit bei der Beratung, Orientierung und Stärkung junger Menschen bei deren Neustart und freuen uns auf die künftige Netzwerkarbeit. Herzliche Gratulation zum 50jährigen Jubiläum!

### **Steffen Heß und Julian Söller**

ASTA der Hochschule Darmstadt, Referat Soziales und Wohnen

Gerade bei dem zunehmenden Leistungsdruck unserer Gesellschaft, der auch den Studienalltag beeinflusst, ist es von großer Bedeutung, einen vertrauenswürdigen Ansprechpartner für seine Sorgen, Belastungen und Ängste zu haben.

Die PBS ermöglicht eine zeitnahe Unterstützung und bildet somit eine/n Ergänzung/ Kontrast zu anderen psychotherapeutischen Angeboten und dies schon seit 50 Jahren. In dieser Zeit stand sie vielen Studierenden in schwierigen Phasen mit Rat und Tat zur Seite. Dafür bedanken wir uns herzlich.

Für die Zukunft wünschen wir der PBS alles erdenklich Gute, vor allem viel positive Energie und Einfühlungsvermögen, so dass sie weiterhin viele Menschen in schwierigen Lebenslagen entscheidend unterstützen kann.





### **Andreas Debus**

Dipl.-Psychologe/Psychologischer Psychotherapeut, Leitender Psychologe  
AGAPLESION ELISABETHENSTIFT gemeinnützige GmbH

Der Auszug aus dem Elternhaus, die Notwendigkeit als Neubürger der Stadt Orientierung zu finden, der Verlust von sozialen Beziehungen bzw. Einsamkeitserfahrungen, Probleme der Selbstorganisation und Überforderungserleben sind kritische Momente in der Entwicklung eines jungen Menschen im Studium. Student\*innen empfinden gegenüber den neuen Strukturen und organisatorischen Abläufen nicht selten Ohnmacht. Folgen können psychische Störungen oder langfristig ungünstige Bewältigungsmechanismen sein, welche wiederum psychisches Leid verursachen. Die frühzeitige Erkennung und Unterstützung bzw. Zuweisung an Behandler bei Störungen mit Krankheitswert kann den Verlauf eines Lebens entscheidend bestimmen. Dies stellt eine zentrale Aufgabe der studentischen Beratungsstelle dar, die eine sehr gute und fachlich kompetente Arbeit leistet. Wir danken für die unkomplizierte und offene Zusammenarbeit!

Wir wünschen der Psychotherapeutischen Beratungsstelle eine Erweiterung ihrer Kapazitäten in Zeiten des Rotstifts und hoffen auf eine weiterhin gute Zusammenarbeit!

Alles Gute zum 50sten!

### **Dorothea Böhmer**

Hochschule Darmstadt: Studienberaterin und Ansprechpartnerin bei Studienzweifeln

Die Psychotherapeutische Beratungsstelle hat aus meiner Sicht eine sehr große Bedeutung für die Studierenden und im gesamten Hochschulkontext. Psychische Gesundheit ist Voraussetzung dafür, das eigene Studium zu meistern und viele Studierende kommen innerhalb ihres Studiums an einen Punkt, an dem sie eine Krise meistern müssen. Dass sie dann bei der PBS Unterstützung finden, die unkompliziert und leicht erreichbar ist, ist für die Studierenden wertvoll und zeigt, dass das Thema psychische Gesundheit im Studium im Hochschulkontext als wesentlich erkannt wird.

Ich wünsche der PBS für die Zukunft, dass sie weiter wachsen wird, um die vielen Anfragen (die sich in einer langen Warteliste widerspiegeln) mit vielen guten Beratern und Beraterinnen bearbeiten zu können und dass sie ihre wertvolle Arbeit weiterführen kann.



# Studentische Stimmen auf dem Campus

Studierende auf dem Campus Stadtmitte und Schöffersstraße wurden um kurze Stellungnahmen gebeten.

## **Frage:**

Was denkst du, warum ein solches Angebot - wie es die PBS macht - wichtig für Studierende ist?



Die markante Fassade des Hochhauses der h\_da

## **Studentin · Informatik an der TU Darmstadt**

Weil es generell wichtig für Menschen ist. Viele kommen irgendwann an einen Punkt in ihrem Leben, an dem sie Hilfe gebrauchen können. Dann kann so eine Einrichtung dabei helfen, den Alltag wieder „managebar“ zu machen.

## **Studentin · Internationale BWL an der h\_da - berufsbegleitend**

Solche Angebote werden immer wichtiger. Sie bringen Studierende in ihrem Leben weiter und helfen so auch der Wirtschaft, unterstützen sie bzw. kurbeln sie an. Das hilft einem perspektivisch nicht nur persönlich weiter, sondern auch zukünftigen Arbeitgebern etc.

## **Studentin · Mathematik an der TU Darmstadt**

Weil es vielen Studierenden peinlich ist und viele Probleme haben, es sich nicht leisten können und nicht die Möglichkeit haben, sich woanders Hilfe zu suchen.

## **Student · Geschichte und Politik an der TU Darmstadt**

Es ist schon immer wichtig gewesen. Es gibt schon immer Leute, die Probleme haben, seien es leichte Depressionen oder Prüfungsschwierigkeiten. Es ist wichtig, dass man da jemanden ansprechen kann.

Alles Gute – und ich hoffe, dass die Institution weiterhin bestehen bleibt.

# Was wir uns und den Studierenden für die Zukunft wünschen



Die Studierenden, die in die Psychotherapeutische Beratungsstelle kommen, bringen die unterschiedlichsten Anliegen mit. Ein Versuch, das Leiden unserer Klient\*innen zusammenzufassen, könnte wie folgt lauten: das Scheitern daran, bewusst oder unbewusst erlebte, eigene oder von außen wahrgenommene Ansprüche zu erfüllen.

Wir bemühen uns die Studierenden dabei zu begleiten, ihren für sie ganz persönlich passenden Weg im Leben zu finden - am besten aus einem Gefühl der Entscheidungsfreiheit heraus. Häufig begleiten wir die Studierenden dabei in einer Lebensphase, die sich vielleicht als Spannungsfeld in der persönlichen Entwicklung bezeichnen lässt. Neben dem Übergang von Schule, Freiwilligenjahr oder Ausbildung ins Studium, stehen noch weitere Herausforderungen an, wie der Auszug aus dem Elternhaus, erste Partnerschaften, die Entwicklung von Selbstständigkeit und einer größeren Verantwortung für die eigene Lebensgestaltung und den damit einhergehenden Konsequenzen.

Wie möchte ich mein Leben gestalten und was kann ich planen? Wie gehe ich mit auftretenden Schwierigkeiten und Veränderungen um? Was tun, wenn sich meine Wünsche, Pläne und Vorstellungen nicht erfüllen lassen? Was kann ich versuchen zu verändern und bei welchen Dingen ist es sinnvoll, diese als gegeben zu akzeptieren? Die meisten erleben viel stärkere Frustrationen und Herausforderungen, als sie dies vielleicht von früher gewöhnt sind. Und am Ende steht meist noch die Frage: Wie lässt sich das alles miteinander vereinbaren? Nach 50 Jahren PBS Darmstadt sei auch

ein kleiner Blick in die Zukunft bzw. ein Wunsch gestattet. Aus unserem speziellen Blickwinkel, dem der psychotherapeutischen Beratung an Hochschulen, wünschen wir uns vor allem weiterhin den Freiraum, die Studierenden entsprechend ihrer persönlichen Bedürfnisse zu begleiten. Diese spielen sich zwar häufig im Zeitraum „Studium“ ab, aber beinhalten, wie beschrieben, noch vielmehr.

Ein motivierendes Ergebnis unserer Arbeit ist es häufig, die Studierenden dabei begleiten zu dürfen, wie sie ihr eigenes Potential entfalten; dabei zuzusehen, wie sie Experimentierfreude und Offenheit dafür gewinnen, sich neue Erfahrungen zu erlauben. Um diesen Freiraum zu eröffnen, braucht es auch für uns die Freiheit, unsere Arbeitsbedingungen den Bedürfnissen der Studierenden anzupassen und nicht zu stark an bestimmte Themen, eine zu geradlinige Lösungsorientierung oder zu enge Stundenkontingente gebunden zu sein.

Den Studierenden wünschen wir, dass sie weiterhin die Möglichkeit haben, die eigene Beweglichkeit in all den Anforderungen, die sie an sich stellen oder die an sie gestellt werden, zu entdecken, um so ihre Potentiale entfalten zu können. Damit nicht nur Studieren, sondern auch Leben gelingt.

## Feedback von Klient\*innen

Ein so großes Glück hier sein  
zu dürfen.  
DANKE!

Thank you so much for your help  
and guidance. I was suffered with  
retroactive jealousy OCD. Life became  
so stressful. I came to visit PBS  
doctor. Within 3 months I was  
recovered with the help of you.  
Thank you so much for saving  
my relationship.  
Now I'm living happily.  
Much love;  
♥

Hier habe ich mehr gelernt  
als in jeder Uni. Ein unglaublich  
prägender Ort, der mich immer  
weiter gebracht hat durch die  
dunklen Phasen hindurch.  
Alleine zu wissen, dass es  
so etwas gibt, hilft.  
Ich wünsche jedem die  
Chance so etwas erleben  
zu dürfen.

Herzlichen Dank und  
Herzlichen Glückwunsch!

# Chronik



Dr. med. Willi Baumann 1970 im Gespräch mit der "darmstädter studentenzeitung" dds Juni 1970 Jg. 18 Nr.112 S.2

## Psychische Konflikte der TH-Studenten

- 1968.05.02 Dr. med. Willi Baumann, Psychotherapeut und Facharzt für Neurologie und Psychiatrie, nimmt mit sieben Wochenstunden die Arbeit auf. Klienten sind Studierende der Technischen Hochschule Darmstadt (THD).
- 1971.07 Einstellung einer zweiten Therapeutin in Vollzeit.
- 1972 Das Studentenwerk betreut nun auch Studierende der neu gegründeten Fachhochschule Darmstadt (FHD).
- 1973 Ein weiterer Mitarbeiter wird eingestellt. Seine Vollzeit-Stelle wird bis zum Rentenantritt von der THD bzw. TU Darmstadt finanziert.
- 1977 Erweiterung des Teams: die neue Kollegin übernimmt 50 % der Stunden der bisherigen Mitarbeiterin. Die vier Therapeut\*innen teilen sich zwei Zimmer im Mensagebäude Stadtmitte.
- 1986 – 88 Außergewöhnliche Gruppenangebote: offene und geschlossene Entspannungsgruppe, Fastengruppe, Selbsterfahrung mit psychodynamischen sowie mit gestalttherapeutischen Elementen, Encountergruppe mit intensiver Körpererfahrung und Wochenendgruppe.
- 1988 Die PBS-Räumlichkeiten sind auf drei Standorte verteilt.
- 1993 Ab Sommer Unterbringung in vier Büros im Mensagebäude Stadtmitte.
- 1996 Das Studentenwerk ist zuständig für 24.500 Studierende.  
Während der Sanierung der Mensa Stadtmitte ist der Gruppenraum der PBS nicht nutzbar, die Entspannungsgruppe findet in der Evangelischen Studentengemeinde statt.

- 1997.09 Umzug der PBS in die Wohnanlage Nieder-Ramstädter-Straße.
- 2000 Einrichtung der „Sozial- und Behindertenberatung“.
- 2001 Ein Tutorenprogramm für ausländische Studierende wird eingeführt.
- 2008 40-jähriges Bestehen der PBS. Eine Beraterin verfasst den Bericht „Elite ohne Lobby“.
- 2012.10 Die Einrichtung der Abteilung „Beratung und Hilfe“ führt die bereits existierende Psychotherapeutische Beratungsstelle, die Sozialberatung und den neu entstehenden Arbeitsbereich „Interkultureller Austausch“ organisatorisch zusammen.
- 2014 PBS und Sozialberatung beteiligen sich ab Frühjahr aktiv im hessenweiten Netzwerk für Studienzweifler (N.I.S.). Eine monatliche gemeinsame offene Sprechzeit wird eingerichtet.
- 2015 Umbenennung des Studentenwerks in Studierendenwerk Darmstadt.
- 2015/16 Renovierung der PBS.
- 2016 Herausgabe des Tätigkeitsberichts „Beratung 2015“.
- 2017 Fokus Studium und Gesundheit bei Intensivierung der Öffentlichkeitsarbeit. Kurse: „Psychisch fit studieren“ und in Kooperation mit der TK „Mentalstrategien“ gegen Stress; Kooperation mit der Caritas-Suchthilfe: SKOLL-Kurs.
- 2018.03 Umzug in die neuen Räumlichkeiten am Steubenplatz 12.
- 2018.05 50. Geburtstag der PBS.



**Das Team heute**

stehend: Alexander Leis,  
Sandra Bausch-Haumann,  
Rick Bode, Theresa Milewski  
sitzend: Julia Saam, Olaf Peter,  
Beatrix Heinemann-Gill

# Im Spiegel der Presse

Hochschulpsychiatrie

## Nur wer sich wohlfühlt, kann studieren

**Krisensituation** – Wenn Studenten Probleme haben, ist die Psychotherapeutische Beratung die richtige Anlaufstelle

## Pro Nase eine Mark für den Psychotherapeuten

Studentenparlament einigt sich auf Beratungsstelle für gestörte Kommilitonen

...Zahlen wurden in der ... also vielleicht nur weil eine nicht erkannte ... tragen und die Beiträge dürften nicht a


## Wenn der Kopf allein nicht weiterhilft

Wie Psychologen versuchen, den Studenten bei der Lösung ihrer Probleme zu helfen

DE 1.12.86

## Hauptsächlich Vereinsamung und Prüfungsangst

Studenten-Psychotherapeut hat die Arbeit an der TH aufgenommen



# Wenn der Druck zu groß wird

Viele Studierende leiden unter enormem Prüfungsstress. Hochschulen in Darmstadt, Krankenkassen und Kammern bieten Hilfe an – und die Nachfrage wächst. Mehr auf Seite 12.

FOTO: LASSEDESIGNEN/FOTOLIA

## »Keine Lust auf Frust«

Seit 1968 gibt es die Psychotherapeutische Beratungs-Stelle (PBS) als eine feste Einrichtung des Studentenwerks Darmstadt. Sie kann sowohl von Studierenden der Technischen Hochschule als auch von der Fachhochschule Darmstadt genutzt werden. Ursprünglich ging sie aus der Sprechstunde eines Arztes hervor; heute engagieren sich in »teilzeitlicher« Absprache vier Psychologinnen für die Belange der Ratsuchenden.

## „Die Hemmschwelle ist gesunken“

## „Wir sind mehr als ausgelastet“

**Beratungsstellen** – Immer mehr Studenten werden mit dem steigenden Druck an der Hochschule nicht fertig

**Probleme sind da, gelöst zu werden**  
AudioMax zu Gast bei der psychosozialen Beratungsstelle

