

## Chatbeiträge

aus dem SIK-Webinar am

20. Januar 2026, 10:00 – 11:30 Uhr

### „From every day struggles to chronic conditions – Spezifische und vielseitige Beratungsbedarfe internationaler Studierender“

Dr. Susanne Wendlandt, Dipl.-Psych., Studierendenwerk Seezeit Bodensee

Die folgenden Hinweise wurden im Chat der Veranstaltung von Teilnehmenden oder Organisator\*innen geteilt. Die SIK stellt die Sammlung im Rahmen der Veranstaltungsdokumentation zur Verfügung, erhebt dabei aber keine Ansprüche auf Richtigkeit, Eignung oder Vollständigkeit.

Die Quellen und nützliche Hinweise der Referentin finden Sie direkt in den [Präsentationsfolien](#).

#### Hinweise auf Studien & hilfreiche Materialien

- Studie der Technischen Hochschule Mittelhessen (THM) [„Erfahrungen Internationaler Studierender und Studierender mit „Migrationshintergrund“ an der THM“](#) (2014. Bleicher-Rejditsch et.al.): Befunde:
  - (Alltags)rassismus ist eine häufige Erfahrung von internationalen Studierenden
  - Ausgrenzungserfahrungen und der z.T. massive Druck, der durch die unsichere Aufenthaltssituation entsteht, belasten Studierende in besonderem Maße. Dies spielte eine größere Rolle als kulturelle Unterschiede.
- Plattform zum sensibilisierten Umgang für Studierende in besonderen Lebenslagen: <https://barrierefreies-blinddate.de>
- [Webseite DAAD mit Tipps zum psychischen Wohlbefinden für internationale Studierende](#)
- [BintHo Studie 2025: Internationale Studierendenmobilität in Deutschland](#) (mit einem Sonderteil zu Diskriminierungserfahrungen in Deutschland)

#### Hinweise auf Fortbildungen

- Die SIK bietet Seminare und Webinare zu wechselnden Themen an (Regionalkompetenzen, Interkulturelle Kompetenzen, Aufenthaltsrecht, Mental Health, Best Practices usw.). Die vergangenen Veranstaltungen inkl. Hinweise auf die Referierenden finden Sie auf unserem [Infoportal](#). Unsere Veranstaltungsausschreibungen erhalten Sie per E-Mail, wenn Sie sich zu unserem [Verteiler anmelden](#).
- Kurse zu [„Erste Hilfe für Psychische Gesundheit in Unternehmen und Organisationen“](#) (Gemischte Erfahrungswerte im Plenum)
- Weiterbildung von [Juliana Wiechert](#) (selbstständig)
- [Angebote der Internationalen DAAD-Akademie](#)

## Chatbeiträge

aus dem SIK-Webinar am

20. Januar 2026, 10:00 – 11:30 Uhr

„From every day struggles to chronic conditions – Spezifische und vielseitige Beratungsbedarfe internationaler Studierender“

Dr. Susanne Wendlandt, Dipl.-Psych., Studierendenwerk Seezeit Bodensee

### Best- Practices und Erfahrungswerte:

- **Infobriefe** der SIK mit Best-Practice-Beispielen aus STW und HS zur Betreuung internationaler Studierender: <https://www.studierendenwerke.de/themen/internationale-studierende/servicestelle-interkulturelle-kompetenz/sik-publikationen>
- **Angebot "Walk & Talk"** wird insbesondere von männlichen Studierenden genutzt: <https://uni-tuebingen.de/einrichtungen/zentrale-einrichtungen/hochschulsport/home/newsfullview-aktuelles/article/walk-and-talk-laufend-ins-gespraech-kommen/>
- „Die Universität Tübingen führt **englischsprachige Online-Meetings (live)** durch, mit denen insb. ausländische, potenzielle Master-Studierende über das Studium, Deutschland/Tübingen und auch die Wohnungssituation informiert werden“: <https://uni-tuebingen.de/international/studierende-aus-dem-ausland/virtuelle-und-kurzzeit-programme/tue-vip/>
- Gut auffindbare Webseiten mit Anlaufstellen gestalten: [„Schwierigkeiten im Studium? Der Wegweiser für Studierende“](#)
- „Wichtig auch systemisch arbeiten: **Beratungsnetzwerk** der Hochschulen zusammen mit der PBS; Sensibilisierung von Lehrenden, Austauschforen an den Hochschulen etc.“
- „bereits **vor dem Onboarding kleine Sessions (online)** zu Themen wie Krankenversicherung, Hochschulsystem, Housing, etc. anzubieten. Wir machen damit seit einem Jahr gute Erfahrungen und erreichen viele. Außerdem nutzen wir auch für viele Serviceangebote Social Media (WhatsApp Kanal und Gruppen, Insta)“
- „**Supervision von Beratung** sehr sinnvoll auch im Hinblick auf Hilfesysteme in der Stadt, Kliniken, wie schnell Therapieplatz oder ärztliche Unterstützung erhältlich ist; auch **betriebsärztliche Dienste** der Universitäten sind Ansprechpartner“ (Ergänzung: „ist niederschwellig, zielführend und kostengünstig“)
- „Zur der Akzeptanz von Psychosozialer Beratung usw. bei int. Studierenden, habe ich erlebt, dass es hilft, darauf hinzuweisen, dass unsere **Gespräche vertraulich** sind.“
- „Ich habe die Erfahrung gemacht, dass besonders bei männlichen Studierenden der Vergleich hilft, dass Profisportler **Mentalcoaches** haben und das PSB genau das gleiche ist.“

Wir danken Ihnen für Ihre Teilnahme. Für Fragen und Hinweise stehen wir gern zur Verfügung: [sik@studierendenwerke.de](mailto:sik@studierendenwerke.de)