



Universität Hamburg

DER FORSCHUNG | DER LEHRE | DER BILDUNG

# Workshop Angebote HOPES – Hilfe und Orientierung für psychisch erkrankte Studierende

Tagung Beratung für Studierende mit psychischen Erkrankungen, 18./19.09.2013 Berlin



Anja Rieth, Diplom-Psychologin

[Anja.Rieth@verw.uni-hamburg.de](mailto:Anja.Rieth@verw.uni-hamburg.de)



Universität Hamburg

DER FORSCHUNG | DER LEHRE | DER BILDUNG

# Überblick

Seit 2001

Träger:

Universität Hamburg

Zentrale Studienberatung und Psychologische Beratung

Personelle Ausstattung:

0,5 E13

3,5 SWS akademische Tutorenstunden (ab 01.10.2013)



## Vernetzung

Kooperationsvertrag mit der Psychiatrischen Klinik der Universitätsklinikums  
Hamburg Eppendorf:

Krisenintervention, Behandlung, Fachaufsicht

Sozialberatung des Studierendenwerks, Psychosen-Ambulanz des  
Universitätsklinikums Hamburg-Eppendorf, Berufliches Trainingszentrum,  
Büro für die Belange von Studierenden mit Behinderung oder chronischer  
Erkrankung



## Angebot von HOPES

Semesterbegleitende wöchentlich Gruppentreffen(max. 12. TN):

Planung und Durchführung des Studiums, reflektierte Erfahrung mit individueller Leistungsfähigkeit, soziale Unterstützung, Studientechniken.

Einzelberatung zu oben genannten Themen

Information zu Möglichkeiten des Nachteilsausgleichs



## Zielgruppe

Studierende mit psychischer Erkrankung, die nach einer krankheitsbedingten Pause ihr Studium wieder aufnehmen oder neu beginnen

Ansprache der Zielgruppe durch Informationen an Kliniken und kooperierenden Einrichtungen, auf der Website der Universität Hamburg und im Vorlesungsverzeichnis



Universität Hamburg

DER FORSCHUNG | DER LEHRE | DER BILDUNG

### für Studierende aller Hamburger Hochschulen,

die nach einer schweren psychischen Krise, häufig auch nach einer stationären oder teilstationären Behandlung, praktische Hilfen zur erfolgreichen Bewältigung von Studienanforderungen wünschen und benötigen. Das Angebot versteht sich als Ergänzung zur Studienberatung und zur ambulanten psychotherapeutischen oder psychiatrischen Behandlung.

### Kontakt:

Alle Angebote finden in der Nähe des Campus der Universität Hamburg statt. Bei Interesse, für nähere Informationen oder ein erstes Gespräch wenden Sie sich bitte an:

Frau Anja Rieth  
Dipl.-Psychologin

Telefon: 4 28 38 – 62 82

E-Mail:

[HOPES@verw.uni-hamburg.de](mailto:HOPES@verw.uni-hamburg.de)

Postadresse:

ZSPB/HOPES

Universität Hamburg,

Alsterterrasse 1

20354 Hamburg



## HOPES

Hilfe und  
Orientierung für  
psychisch erkrankte  
Studierende

Zentrale Studienberatung und  
Psychologische Beratung



## Das Angebot konkret:

### semesterbegleitender Kurs

Der Kurs findet mit max. 10-12 Teilnehmenden statt und befasst sich mit Fragen der Studienorganisation / Planung und Durchführung des Semesters.

Darüber hinaus bietet der Kurs die Möglichkeit, mit anderen, ebenfalls betroffenen Studierenden in Kontakt zu kommen, Erfahrungen auszutauschen, gezielt Lern- und Arbeitstechniken zu erlernen und sich Lösungsstrategien für konkrete Probleme zu erarbeiten.

Voraussetzung für die Teilnahme ist die Fähigkeit sich für 1,5 Stunden zu konzentrieren und in einer Gruppe von Menschen zu sein.

### Einzelberatung:

Individuelle Beratung zur realistischen Semesterplanung und Gestaltung des Studienalltags sowie zur Prüfungsvorbereitung

Vernetzte Beratung bei finanziellen und organisatorischen Problemen, zu Möglichkeiten von Nachteilsausgleich bei Studien- und Prüfungsleistungen, zu Fragen der beruflichen Perspektive und Suche nach Alternativen zum Studium

Vermittlung von Kontakten zu entsprechenden anderen Beratungsstellen.

HOPES ist ein Angebot der Universität Hamburg in Zusammenarbeit mit der Sozialpsychiatrischen Psychosen Ambulanz des UKE, dem Behindertenbeauftragten der Universität, dem Studierendenwerk Hamburg, der Arbeitsagentur Hamburg und dem Beruflichen Trainingszentrum Hamburg (BTZ)



## Arbeitsweise der Gruppe

Formulierung individueller Studienziele

Feedback und gemeinsame Reflektion am Anfang, in der Mitte und am Ende des Semesters

Vermittlung von Studientechniken nach Bedarf

Moderation nach Prinzipien der themenzentrierten Interaktion (Ruth Cohn):

Die Gruppe, das Individuum und das Thema

Störungen haben Vorrang

Jeder handelt in der Gruppe eigenverantwortlich



# Zahlen 2012

145 Klienten (82 weiblich, 33 männlich)

50 Gruppenteilnehmende



## Öffentlichkeitsarbeit

### Ziele:

Vorurteile gegenüber Menschen mit psychischer Erkrankung abbauen, Stigmatisierung und Diskriminierung entgegen wirken, Teilhabe erleichtern

### Beispiele:

Besuch von Ansprechpartnern an Fachbereichen, Broschüre mit Erfahrungsberichten, Postkarte „Menschen“, Plakataktion, Vorträge z. B. auf dem jährlichen Konferenztage Studium und Lehre

Kooperation mit Irre Menschlich e. V. und Psychenet

<http://www.psychenet.de/kampagne/medienkampagne>

## Augenplakate und Filmclips





# Herausforderungen

Finanzierung

Netzwerke pflegen

Integration von „schwierigen“ Klienten in die Gruppe

Verbindlichkeit herstellen

Gruppe alleine leiten?



Universität Hamburg

DER FORSCHUNG | DER LEHRE | DER BILDUNG

## Kontakt

Anja Rieth

Universität Hamburg

Zentrale Studienberatung und Psychologische Beratung

Alsterterrasse 1

20354 Hamburg

Tel.: 0 40 – 4 28 38 – 62 82

[Anja.Rieth@verw.uni-hamburg.de](mailto:Anja.Rieth@verw.uni-hamburg.de)



# Curriculum

Semesterziele

Tages- bzw Alltagsstruktur

Zeitmanagement

Umgang mit Streß: Entwicklung von Strategien zum Problemlösen,  
Entspannungstechniken, Hedonistische Lebensregeln.

Umgang mit Leistungsstörungen

Umgang mit Arbeitsstörungen

Lese- und Lerntechniken

Übergang von der Lektüre wissenschaftlicher Texte zum eigenen  
Schreibprozess



## Curriculum

Erstellen eines Referates oder einer Hausarbeit

Vortragen kurzer Arbeiten in der Gruppe mit der Möglichkeit von Feedback in einem geschützten Rahmen

Präsentationstechniken

Umgang mit Prüfungsangst oder sozialer Angst

Prüfungsvorbereitung

Bildung von Arbeitsgruppen

Aufbau von Kontakten an der Universität

Umgang mit der Erkrankung an der Hochschule



## Zahlen und Fakten

- ca. 620 Professor/-innen
- ca. 4.100 wissenschaftliche Mitarbeiter/-innen
- ca. 5.500 Technik- und Verwaltungsmitarbeiter/-innen
- rund 39.000 Studierende an 6 Fakultäten:
  - Rechtswissenschaft
  - Wirtschafts- und Sozialwissenschaften
  - Medizin
  - Erziehungswissenschaft, Psychologie & Bewegungswissenschaft
  - Geisteswissenschaften
  - Mathematik, Informatik und Naturwissenschaften

