

Studierende mit psychischer Erkrankung und Studierfähigkeit

Vortrag auf der Tagung des
Deutschen Studentenwerks
„Beratung für Studierende
mit psychischen Erkrankungen“

Dr. Torsten Flögel

Berlin, 19. September 2013

Thesen

- These 1:

Eine psychische Erkrankung bedeutet eine schwere Erschütterung im Leben des Einzelnen und ist häufig verbunden mit monatelangem Krankheitsausfall.

Thesen

- These 2:

Menschen, die psychisch erkrankt sind (oder waren), sind grundsätzlich in der Lage, ein Studium aufzunehmen und zu absolvieren.

Ihre Intelligenz ist nicht grundsätzlich beeinträchtigt.

Thesen

- These 3:

Um nach einer Krankheitsphase das Studium wieder effektiv weiter führen zu können, ist die Unterstützung durch Mitarbeiter eines speziellen studienbegleitenden Dienstes für psychisch erkrankte Studierende sinnvoll (und notwendig).

Thesen

- These 4:

Mitarbeiter eines speziellen studienbegleitenden Dienstes sollten sich in der (Sozial-)Psychiatrie und mit psychischen Erkrankungen auskennen, aber auch mit Lern- und Studientechniken.

Thesen

- These 5:

Ein studienbegleitender Dienst kann helfen,

- das Studium besser zu strukturieren und wieder erste Erfolgserlebnisse zu haben.
- zu der Entscheidung zu kommen, das Studium abzubrechen und sich beruflich umzuorientieren.

Thesen

- These 6 a:

Ein Studium wegen einer psychischen Erkrankung abbrechen zu müssen, bedeutet meist eine zusätzliche Kränkung.

Für einzelne Studierende ist dies aber ein notwendiger und sinnvoller Schritt.

Thesen

- These 6 b:

Auch für die Entscheidung zum Abbruch des Studiums bedarf es der Begleitung.

Der Mitarbeiter des studienbegleitenden Dienstes sollte Kenntnisse und Kontakte über/zu Einrichtungen der beruflichen Rehabilitation haben.

Thesen

- These 7:

Die Studierenden sollten neben der Hilfe des studienbegleitenden Dienstes auch andere Hilfen in Anspruch nehmen (Psychiater, Psychotherapeut).

Wichtig: Manchmal haben die Medikamente auch unerwünschte Nebenwirkungen!!!

Studierfähigkeit

Die Rehabilitation der Studierfähigkeit kann in einem Prozess der Begleitung und Unterstützung gelingen in

- angeleiteten Gruppengesprächen (semesterbegleitend)
- länger angelegten Einzelberatungen

HOpes: Hilfe und Orientierung für psychisch erkrankte Studierende

- Seit 2000/01 an der Universität Hamburg
- Entstanden durch einen Beirat von Mitarbeitern aus:
 - Sozialpsychiatrischer Ambulanz der Uniklinik
 - Zentrum für Studienberatung
 - Berufsberatung für Akademiker des Arbeitsamts
 - Behindertenbeauftragter der Universität
 - Sozialberatung des Studentenwerks
 - Berufliches Trainingszentrum
 - Landesverband Psychiatrieerfahrener
 - Wissenschaftliche Begleitforschung

Verlauf und Ergebnis

- Zufriedener mit dem Stand der Lerntechniken
- SCL-90-R: Verbesserung in den Skalen „Psychotizismus“, „Depressivität“ und im Gesamtindex sowie „Unsicherheit im Sozialkontakt“
- AVEM: Verbesserung bei der „Offensiven Problembewältigung“
- Fragebogen zur Studierfähigkeit: Verbesserung im „Studienbezogenen Selbstvertrauen und Optimismus“
- Katamnese 2010: Studierende mit psychischer Erkrankung brauchen länger für ihr Studium, können aber ihre Studienziele mehrheitlich erreichen und ihr Studium erfolgreich abschließen (Neuefeind 2010)

Studierfähigkeit - Was hilft?

- „dass ich gelernt habe, meine eigenen Leistungsansprüche selbstkritisch zu hinterfragen.“
- „dass ich mich nicht mehr so alleine gefühlt habe, seitdem ich mich an das Projekt gewandt habe.“

Studierfähigkeit – Was hilft?

- Grenzen der Belastbarkeit akzeptieren (Pausen, Freizeit, Erholung:
„auch mal faul und müßig sein dürfen“!)
- Informationen zu
Studien- und Lerntechniken
(realistische Semesterplanung,
Ziele und Teilziele auf Karteikarten,
Lernalltag gut strukturieren (Tagesprotokolle),
Arbeiten in kleine Schritte unterteilen).

Semesterbegleitende Gruppe

- Semesterplanung und Festlegung von Zielen und Teilzielen (auf Karteikarten)
- Beschreibung der Realisierung der Ziele in kleinen Schritten
- Vermittlung von Lerntechniken
- Einhaltung angemessener Pausen
- Tagesprotokolle schreiben
- Vortragen kurzer Arbeiten in der Gruppe
- „Veränderung von Rede- zur Lerngruppe“

Studierfähigkeit – Was hilft?

- Hoffnung, Mut, Zuspruch durch andere:
Der Gewinn von Zuversicht und die
Überwindung der Isolation
- Relativierung bzw.
„Universalität des Leidens“
- Unbefangenerer Umgang mit Erkrankung

Fragebogen zur Studierfähigkeit

- 39 Items die versuchen, die Situation psychisch erkrankter Studierender sowie Veränderungen über einen Zeitraum der Begleitung zu erfassen
- Positive Veränderung im Generalfaktor „Studienbezogenes Selbstvertrauen und Optimismus“

Beispielitems

- Ich weiß, wen ich um Rat fragen kann, wenn ich in einem Seminar etwas nicht verstanden habe.
- Manchmal kann ich nicht auf meine Umwelt reagieren und muss einfach abwarten, bis es wieder möglich ist.
- Ich habe große Angst, dass meine Kommilitonen mir anmerken könnten, dass ich psychische Probleme habe.

Beispielitems

- Ich spiele mit dem Gedanken, das Studium abzubrechen.
- Es gibt oft Zeiten des Tages, die ich sinnlos vertue und in denen ich mich zugleich unbehaglich fühle.
- Ich weiß einfach nicht, wie ich die Kontakte zu den Kommilitonen vertiefen könnte.
- An die Professoren und Dozenten komme ich nicht richtig heran.

SYLVIA PLATH HENRI TOULOUSE-LAUTREC FRANZ LISZT
FREDERIC CHOPIN DANTE ALIGHIERI VIRGINIA WOOLF
AUGUST STRINDBERG JUSTUS LIEBIG ISAAC NEWTON
ROBERT WALSER FRANZ GRILLPARZER WILLIAM BLAKE
PETER TSCHAIKOWSKI RAINER MARIA RILKE GUSTAV
MAHLER ANDRE MARIE AMPERE WINSTON CHURCHILL
CAMILLE CLAUDEL FRIEDRICH II. SÖREN KIERKEGAARD
JEAN-JACQUES ROUSSEAU

WAS HABEN DIESE MENSCHEN GEMEINSAM?

JOHANN HEINRICH PESTALOZZI EDWARD MUNCH ELSA
BRANDSTRÖM CHARLES DARWIN NICCOLO PAGANINI LUIS
BRAILLE OTTO VON BISMARCK FRIEDRICH HÖLDERLIN
CASPAR DAVID FRIEDRICH MARIE CURIE VINCENT VAN
GOGH FRIEDRICH NIETZSCHE LUDWIG VAN BEETHOVEN
CHARLOTTE UND EMILY BRONTE CLAUDE DEBUSSY
ROBERT SCHUMANN LEW NIKOLAJEWITSCH TOLSTOI