

Zentralausschuss beim



Bundesministerium für
Wissenschaft, Forschung und Wirtschaft

für die Bediensteten im Bereich der Angelegenheiten der Wissenschaft und Forschung,
an den zugehörigen nachgeordneten Dienststellen und an den wissenschaftlichen Anstalten,
Bedienstete der Ämter der Universitäten (mit Ausnahme der UniversitätslehrerInnen)

Ausgabe 1/2015

SONDERNEWSLETTER



Psychologische
Studentenberatung
Orientierung - Beratung - Psychotherapie
Schöpfstraße 3, 6020 Innsbruck

Werte Kolleginnen und Kollegen,

bereits im Vorjahr führte ich mit dem Leiter der Psychologischen Beratungsstelle für Studierende in Innsbruck, Dr. Christian Schöpf, Gespräche darüber, dass seinerseits Interesse darüber besteht, die Beratungsstelle sowie deren Arbeitsinhalte allen Kolleginnen und Kollegen vorzustellen. Ausschlaggebend dafür sind die bereits entstandenen Sondernewsletter anderer nachgeordneter Dienststellen.



Foto: MTM/Andi Bruckner

Sandra Strohmaier, MBA MSc
Vorsitzende des ZA beim BMWFW für die Bediensteten im Bereich der Angelegenheiten der Wissenschaft und Forschung, an den zugehörigen nachgeordneten Dienststellen und an den wissenschaftlichen Anstalten, Ämter der Universitäten (mit Ausnahme der UniversitätslehrerInnen)

1080 Wien, Strozzigasse 2/3. Stock
Tel: +43 1 53120 3240
Handy: +43 664 9699669
sandra.strohmaier@bmwfw.gv.at
www.zabed.at

Mit großer Freude ist mir der nun Bericht zugegangen, den ich inhaltlich zur Gänze übernommen habe und Ihnen nunmehr präsentieren darf.

Wieder einmal möchte ich betonen, dass der Öffentliche Dienst sehr vielfältig und interessant ist und es mir eine große Freude ist, diese Kolleginnen und Kollegen bei all ihren Anliegen vertreten zu dürfen.

Viel Vergnügen beim Lesen dieses spannenden und umfangreichen Arbeitsbereichs,

herzlichst Ihre
Sandra Strohmaier

Die Psychologische Studierendenberatung Innsbruck

Seit langem schätzen wir das Engagement des ZA und lesen mit Interesse den Sonder-Newsletter, in dem wir immer wieder interessante Einblicke in die wertvolle Arbeit anderer Stellen erhalten. Dies motivierte uns, diesmal selbst aktiv zu werden und uns Ihnen vorzustellen.

Die Psychologische Studierendenberatung Innsbruck ist als nachgeordnete Dienststelle des bmwfw zuständig für die psychologische und psychotherapeutische Beratung / Betreuung von rund 28.000 Studierenden der Leopold-Franzens-Universität, rund 3.000 Studierenden der medizinischen Universität Innsbruck, sowie für über 5.000 FH-Studierende, deren Studienstandorte sich über Tirol und Vorarlberg verteilen, aber auch Studieninteressent/innen im Rahmen der Orientierungsphase und Mitarbeiter/innen/Personal von Unis und Fachhochschulen können in dieser Einrichtung psychologische Unterstützung erhalten.

Fotos „Räumlichkeiten PBS Innsbruck“



Die psychologische Beratungsstelle liegt im Zentrum der Landeshauptstadt Innsbruck, um für die Studierenden möglichst zentral erreichbar zu sein und dennoch außerhalb des Universitätscampus, um die Hemmschwelle zu senken, psychologische Unterstützung zu suchen. Vielen Studierenden

fällt es leichter, in eine derartige Einrichtung zu kommen, wenn sie nicht in einem für alle einsehbaren direkten Unibereich positioniert ist. Wenn Ratsuchende unsere Stelle aufsuchen, ist gewährleistet, dass ihre persönlichen Angaben und sämtliche Gesprächsinhalte der Verschwiegenheit unterliegen und vertraulich behandelt werden.

In der Psychologischen Studierendenberatung Innsbruck wird nach einem „Sprechstundenmodell“ gearbeitet, zu offenen Sprechstundenzeiten können Ratsuchende, die sich durch persönliche Probleme im Studium beeinträchtigt fühlen, Lern-, Prüfungs- oder Konzentrationsprobleme haben oder ihre kommunikativen und sozialen Kompetenzen verbessern möchten, ohne Voranmeldung kommen, um ein erstes persönliches Gespräch mit einer(m) der erfahrenen klinischen Psychologen/innen / Psychotherapeuten/innen zu führen.

Foto „gestellte Beratungssituation“



In den ersten Sitzungen findet zunächst ein Clearing statt, um die Anliegen der Ratsuchenden genauer zu klären und die bestmögliche Unterstützung zu überlegen. In Folge wird der/die Klient/in dann entweder direkt in der Beratungsstelle weiter betreut – z.B. in Form einer Kurzzeittherapie oder aber an Psychotherapeuten/innen in freier Praxis weiter vermittelt, vor allem wenn schnell abschätzbar ist, dass der /die Ratsuchende einer längerfristigen psychotherapeutischen Unterstützung bedarf, die im Rahmen der psychologischen Studierendenberatung Innsbruck nicht angeboten werden kann. Hier zielt die psychologische Betreuung darauf ab, eigene Probleme klarer zu sehen, Zusammenhänge und Ursachen zu erkennen, Lösungsstrategien zu erarbeiten und positive Veränderungen zu erzielen. Dabei geht es nicht nur um akute Problemlösungen, sondern die Arbeit mit den jungen Klienten/innen hat auch präventiven Charakter. Wer gelernt hat, aus

Krisen heraus Chancen zu nutzen und gezielt an seiner Persönlichkeitsentwicklung zu arbeiten, entwickelt damit für die eigene Zukunft und die spätere berufliche Tätigkeit wichtige Kompetenzen. Da gerade Uni- und FH- Absolventen im späteren Beruf oft Verantwortung im Bereich Personalführung tragen, profitieren nicht nur sie selbst von der eigenen Persönlichkeitsentwicklung und dem Verbessern ihrer Fähigkeiten wie beispielsweise Stress- und Krisenbewältigung, Umgang mit schwierigen Situationen und Wissen um die eigenen Stärken und Schwächen, sondern auch deren zukünftige Mitarbeiter/innen. So entsteht durch die erarbeiteten Einsichten, Erkenntnisse und Kompetenzen, die von den Klienten/innen in ihr zukünftiges Lebens- und Arbeitsumfeld hinaus getragen und dort angewandt und umgesetzt werden, ein gesamtgesellschaftlicher Benefit. Da die hoch qualitative, professionelle und anspruchsvolle Betreuung für viele Studierende unbezahlbar wäre, werden die Betreuungsangebote den Ratsuchenden kostenfrei zur Verfügung gestellt. Damit wird einer Klassengesellschaft entgegen gewirkt, in der nur finanziell sehr gut Betuchte sich wichtige psychologische Unterstützung leisten könnten.

Um den Zugang zu den Betreuungsangeboten möglichst niederschwellig zu halten, besteht zusätzlich einmal pro Woche das Angebot, online Chatberatung (www.studierendenberatung.at) in Anspruch zu nehmen.

Wie bereits erwähnt, betreut die Psychologische Studierendenberatung auch Studieninteressierte in der Orientierungsphase, und zwar im Rahmen des bewährten bundesweiten Projektes „18plus. Berufs- und Studienchecker“. In direkter Zusammenarbeit mit den höheren Schulen werden flächendeckend alle Maturanten/innen in Fragen einer passenden Studienwahl unterstützt. Dies beugt unüberlegten Studienwahlentscheidungen vor, die in Folge häufige Studienwechsel /-abbrüche nach sich ziehen würden. Auch hier setzt bereits das Konzept der Selbstreflexion in Bezug auf eigene Stärken und Schwächen, Begabungen und Interessen an, um eine kompetente Entscheidungsfähigkeit zu fördern. Darüber hinaus werden in Innsbruck mehrtägige Intensiv-Studienwahlseminare angeboten, die von Schülern/innen, die vor der Matura stehen, gerne besucht werden.



Weiters können Workshops und Seminare zu bestimmten Themen kostenfrei besucht werden: Prüfungsangstseminar, Lernen lernen - Workshop, analytische Selbsterfahrungsgruppe „Ausblick nach innen“, Studienabschlussgruppe „Das Ende ist mein Anfang“ und „Schlußendlich“, „In BeWEGung kommen“, Ressourcentraining „Dem inneren Kritiker begegnen“, Studienwahl-Intensivseminare und Entspannungstraining in der Gruppe oder auch in Einzelsitzungen unterstützt durch Bio-Feedback, um die Signale des Körpers – zb.B. bei Stress - frühzeitig wahrnehmen zu lernen und zu trainieren, entsprechend gegen zu steuern.



In der Psychologischen Studierendenberatungsstelle Innsbruck arbeiten derzeit unter der Leitung von Dr. Christian Schöpf, ein klinischer Psychologe /Gesundheitspsychologe sowie Psychoanalytiker mit langjähriger Erfahrung, weitere sieben Mitarbeiterinnen mit psychologisch/psychotherapeutischer Ausbildung und zwei Mitarbeiterinnen im Bereich Administration/Verwaltung. Die Innsbrucker Psychologische Studierendenberatung ist eine von sechs psychologischen Studierendenberatungsstellen in ganz Österreich, die in den Universitätsstädten vertreten sind: Wien, Linz, Graz, Salzburg, Klagenfurt und Innsbruck. Je nach Anzahl der Studierenden vor Ort variieren die personelle Besetzung sowie die regionalen Themen und Schwerpunkte.

Zum Schluss ein Zitat von Dr. Christian Schöpf, dem seit 10 Jahren die Leitung der Psychologischen Studierendenberatung Innsbruck obliegt: „Bildung und individuelle Persönlichkeitsentwicklung beeinflussen sich gegenseitig, dürfen nicht voneinander getrennt werden und müssen einen zentralen Beitrag zu einem gesellschaftlichen Zusammenhalt leisten. “

Elke Jungmann, Mitarbeiterin der Psychologischen Studierendenberatung Innsbruck

Wenn Sie mehr über die Psychologische Studentenberatung Innsbruck erfahren wollen, dann besuchen Sie die Homepage:
<http://www.studierendenberatung.at/standorte/innsbruck.html>