

Neue Kursräume für die Psychotherapeutische Beratung

PBS an der Universität erweiter Platzangebot um zwei neue Räumlichkeiten / Grund: Steigender Bedarf an Einzelgesprächen

MAINZ (red) – Die Psychotherapeutische Beratungsstelle (PBS) an der Johannes Gutenberg-Universität Mainz hat vergangene Woche zwei neue Kursräume eingeweiht, die nun für ihr erweitertes Angebot zur Verfügung stehen. Die Universität reagiert damit auf den steigenden Bedarf an Einzelgesprächen und Kursen durch die Studierenden. „Die Kurse sind sehr gut nachgefragt“, sagt Univ.-Prof. Dr. Ursula Luka-Krausgrill, die Leiterin der Psychotherapeutischen Beratungsstelle. „Wir freuen uns, dass wir dafür neue Räumlichkeiten nutzen können, die größer und besser geeignet sind als der alte Raum und die den Studierenden ein angenehmes Umfeld bieten.“ Zum Angebot der Beratungsstelle gehören beispielsweise Kurse zur Bewältigung von Redeangst und Prüfungsängsten, zur Zeitplanung und zu den Lernmethoden, zur Überwindung von Schreibblockaden oder zur Reintegration in das Studium nach psychischer Erkrankung.

Die Psychotherapeutische Beratungsstelle an der Universität Mainz wurde 1967 gegründet, um den Studierenden bei psychischen Schwierigkeiten und Krisen zur Seite zu stehen. Die Bilanz der vergangenen Jahre zeigt, dass die Nachfrage kontinuierlich gestiegen ist: Im Jahr



Neue Räumlichkeiten für die Kurse der Psychotherapeutischen Beratungsstelle.
Foto: PBS

2000 suchten 158 Studierende die Beratungsstelle auf, 2010 waren es bereits 683. Die Zahl der Einzelgespräche stieg in diesem Zeitraum von 684 auf über 2600 an. „Die Zahlen sind nicht über-raschend, wenn man davon ausgeht, dass mindestens sieben bis zehn Prozent der Studierenden unter psychischen Problemen und Störungen leiden“, so Luka-Krausgrill. Zu den Hauptproblemen gehören depressive Symptomatiken, aber auch Leistungsstörungen und Ängste.

Von der PBS können die Betroffenen eine gezielte Diagnostik und Indikationsstellung erwarten - bei akuten Krisensituationen auch kurzfristige Hilfe. Eventuell erfolgt dann eine Kurzzeittherapie nach bewährten verhaltenstherapeutischen Verfahren. In ca. 40 Prozent der Fälle wird den Hilfesuchenden geraten, eine länger dauernde Psychotherapie zu beginnen, die

jedoch nicht in der PBS erfolgen kann. Allerdings helfen die vier Mitarbeiterinnen der Beratungsstelle bei der Suche, was aufgrund der langen Wartezeiten mitunter nicht einfach ist und eine enge Zusammenarbeit mit den niedergelassenen Psychotherapeuten erfordert. Schließlich kann bei den Einzelgesprächen auch die Empfehlung zur Teilnahme an einem bestimmten Kurs ausgesprochen werden; die Studenten können sich zu den Kursen aber auch direkt per Internet anmelden. „Das Kursprogramm stellt einen wesentlichen Teil unseres Beratungskonzepts dar“, sagt die Leiterin der PBS. Die Arbeit in Gruppen ist besonders geeignet, um soziale Kompetenzen zu verbessern und Prüfungs- und Redeängste zu verringern. Jedes Semester bietet die Beratungsstelle 17 bis 19 Kurse an, die von internen und externen Kurslei-

tern und Kursleiterinnen durchgeführt und von durchschnittlich 13 Teilnehmern besucht werden. Sowohl die Kurse der PBS als auch die Einzelgespräche werden von den Teilnehmern gut eingeschätzt, wie die Evaluationen zeigen. „Wir können damit sicher sein, dass unsere Angebote von den Studierenden als sehr unterstützend empfunden werden“, fasst Ursula Luka-Krausgrill die Ergebnisse zusammen. Die Entwicklung der vergangenen Jahre lässt jedoch befürchten, dass bei einer weiterhin steigenden Nachfrage die Studierenden länger auf einen Gesprächstermin warten müssen. Eine schnelle Hilfestellung stellt jedoch für die PBS einen ganz entscheidenden Qualitätsaspekt dar, dies gilt auch für die Übernahme in eine psychotherapeutische Behandlung außerhalb der Beratungsstelle. Hier gilt es in der Zusammenarbeit mit professionellen Kooperationspartnern in der Region zeitnahe Weiterbehandlungen zu ermöglichen.

INFO

<http://www.pbs.uni-mainz.de/126.php>