



## Wie unterstützt man psychisch kranke Studenten?

Psychologische Beratungsstellen für Studierende gibt es mittlerweile an vielen Universitäten. Das Hamburger Universitätsprojekt *HOpeS* – Hilfe und Orientierung für psychisch erkrankte Studierende – aber wendet sich an eine Gruppe mit besonderen Problemen. Seit sechs Jahren soll es Studentinnen und Studenten mit psychischen Erkrankungen bei der Bewältigung ihres Studienalltags zur Seite stehen. Anja Rieth ist eine der beiden Psychologinnen, die bei *HOpeS* Studentinnen und Studenten mit psychischem Handicap in Einzel- und Gruppensitzungen beraten – und hoffen, dass sie dies auch künftig noch tun können: Die Finanzierung des Projekts durch die Hamburger Stiftung für Wissenschaft und Kultur sowie die Bundesagentur für Arbeit ist nur noch bis Jahresende gesichert. Torsten Flögel hat in seiner Dissertation den Erfolg des studienbegleitenden Dienstes anhand der Erfahrungen von 21 dort betreuten Studenten untersucht

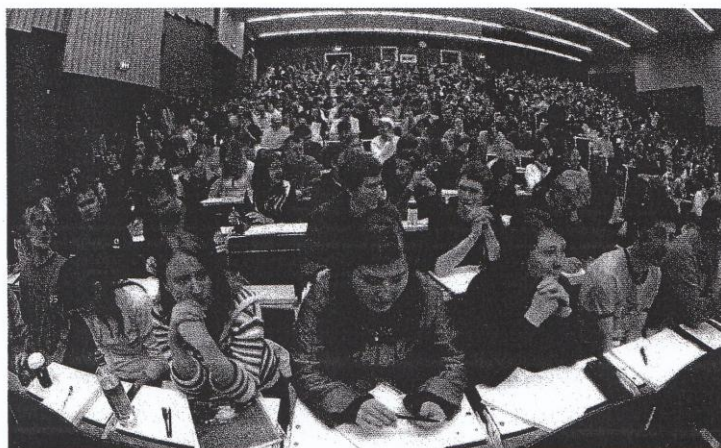
**PSYCHOLOGIE HEUTE** Mit welchen Schwierigkeiten kommen psychisch erkrankte Studierende zu *HOpeS*?

**TORSTEN FLÖGEL** Sie haben meist schwere Zeiten hinter sich, mit psychotischen Phasen und Aufenthalten in psychiatrischen Kliniken. Das war ein Einbruch in ihrem Leben. Sie müssen sehen, wie sie wieder festen Boden unter den Füßen gewinnen können. Psychische Störungen bringen außerdem oft Beziehungsstörungen mit sich.

**ANJA RIETH** Psychisch Erkrankte sind nach einer akuten Krankheitsphase erst einmal weniger leistungsfähig als andere Studierende: Sie können weniger Stunden arbeiten, überfordern sich häufig selbst, setzen ihre Ziele zu hoch. Da alltägliche Ängste und Arbeitsschwierigkeiten bei ihnen einfach mehr Brisanz haben als bei anderen Studierenden, ist emotionale Unterstützung notwendig, damit Betroffene nicht aufgeben. Sie lernen in der Grup-

pen hängt man in der Luft, kann in einer Scheinidentität leben und deshalb leicht in eine Krise geraten. Die Herausforderung ist, psychisch Erkrankte da herauszuführen. Dabei ist *HOpeS* behilflich.

**RIETH** Wir vermitteln Kompetenzen, mit dem Chaos, der Selbstorganisation, der Freiheit umzugehen. Wir bieten aber keine Therapiegruppen, auch wenn das immer eine Gratwanderung ist. Bei uns ist Bedingung für die



Vereinzelt und oft überfordert: Die Universität ist kein idealer Ort für Menschen mit einem seelischen Handicap

pe durch die Erfahrungen anderer, wie man die Arbeit strukturiert, das Studium organisiert, aber auch, wie man auf Kommilitonen zugeht.

**PH** Bietet es nicht auch Vorteile, dass man im Studium seine Zeit frei einteilen kann?

**FLÖGEL** Ja, man hat mehr Zeit und Freiheit. Aber es ist nicht so einfach, mit Freiheit umzugehen. Im Studium hat man die Chance, Erholungspausen einzulegen. Aber Belastungen und Anforderungen wollen gestaffelt werden. Und man hat es an der Universität schwer, das Gefühl zu bekommen, dass man gebraucht wird. Das ist im Betrieb ganz anders, da bekommt man sehr schnell Feedback. Als Student hinge-

Beratung, dass alle extern eine Therapie machen. Wenn das mal nicht gegeben ist, helfen wir bei der Suche nach einem Therapeuten. Außerdem werden bei *HOpeS* studientechnische Dinge thematisiert: Wie schreibe ich eine Hausarbeit? Wie gehe ich mit der Bibliothek um? Wie nutze ich das Internet für die Recherche? Wie überwinde ich Schreibhemmungen und Redeängste?

**PH** Könnten die Betroffenen solche Dinge nicht auch in der „gewöhnlichen“ psychologischen Studienberatung lernen?

**FLÖGEL** Die psychisch Erkrankten, die wir hier erreichen wollen, sind eine kleine Gruppe. Die Zentren für Stu-

dien- und psychologische Beratung, die es an fast jeder Uni gibt, sind von den schweren Fällen, die bei uns betreut werden, überfordert. Es gibt Studenten, die so krank sind, dass sie eigentlich gar nicht mehr zu den Veranstaltungen gehen können. Manchmal muss innerhalb der Beratung eingesehen werden, dass ein Studium abgebrochen und eine andere Laufbahn eingeschlagen werden muss.

**PH** Wie wird das aufgenommen?

**FLÖGEL** Meist halten die Betroffenen erst mal an dem fest, was sie haben. Irgendwo ist jeder Abbruch auch eine Kränkung. Es tut weh, zu sagen, ich verabschiede mich. Das ist ein Prozess, bis jemand dahin kommt, das ist keine leichte Phase.

**RIETH** Wichtig ist, mit den Studenten zusammen ein gemeinsames Konzept zu entwickeln, sodass keiner das Gefühl hat, wir beraten in eine Richtung, die nicht gewünscht ist.

**PH** Hat den Studenten, die *HOPeS* in Anspruch genommen haben, das Projekt geholfen?

**FLÖGEL** Meine Studie hat gezeigt, dass die meisten Befragten ihr Studium wieder effektiver angehen konnten. Für viele verbesserte sich der Kontakt zu anderen Studierenden. In der Gruppe lernt man: Wie machen andere das mit dem Kennenlernen oder wie erklärt man sein Handicap nach außen? Einige gehen regelmäßig nach der Gruppe gemeinsam in die Mensa oder unternehmen etwas anderes zusammen. Solche Rituale sind sehr wichtig. Insgesamt gewinnen Studenten bei *HOPeS* an Selbstbewusstsein, Zufriedenheit, Optimismus und fühlen sich emotional unterstützt. Außerdem lernen sie, ihre Studien- und Lernzeit besser einzuteilen.

*Mit Anja Rieth und Torsten Flögel sprach Anette Stührmann*

📞 *HOPeS*, Tel.: 040/428386282

E-Mail: [hopes@uni-hamburg.de](mailto:hopes@uni-hamburg.de)

Die wissenschaftliche Begleitstudie von Torsten Flögel erschien Ende 2005 im Verlag Dr. Kovac, Hamburg