

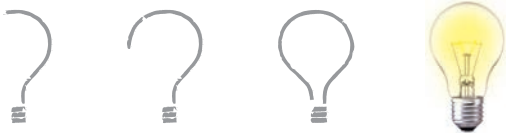
GUT ZU WISSEN

Mit welchen Problemen kann ich mich an die Beratungsstelle wenden?

Unsere Diplom-Psychologen geben Ihnen fachkundig Rat bei persönlichen und zwischenmenschlichen Problemen wie beispielsweise:

- Studienproblemen
- Arbeitsschwierigkeiten
- Problemen mit dem Zeitmanagement
- Motivationsproblemen
- Problemen mit Partner/in oder Familie
- depressiven Verstimmungen oder Depressionen
- Unruhe, Erschöpfung oder Schlafstörungen
- Ängste
- Mangelndes Selbstwertgefühl
- Kontaktschwierigkeiten
- andere psychische Probleme

Sie sind unsicher, ob Sie sich mit Ihrem Anliegen an unsere Beratungsstelle wenden können? Kontaktieren Sie uns dennoch! Thema einer Beratung kann es bereits sein, diese Frage zu klären.



Petra Kucher-Sturm und Rainer Sturm sind die Diplom-Psychologin bzw. der -Psychologe in der psychotherapeutischen Beratungsstelle des Studierendenwerk Stuttgart. Seit mehr als 30 Jahren helfen sie Studierenden in schwierigen Lebenssituationen kompetent und vertraulich weiter. Durch ihre Erfahrung sind sie mit Problemstellungen der Studierenden vertraut.

Psychotherapeutische Beratung

Studierendenwerk Stuttgart
Rosenbergstraße 68
70176 Stuttgart
(Theodor-Heuss-Heim, EG, gleich rechts)

Petra Kucher-Sturm | Dipl.-Psychologin
Tel. +49 711 / 95 74-482
pbs@sw-stuttgart.de

Rainer Sturm | Dipl.-Psychologe
Tel. +49 711 / 95 74-480
pbs@sw-stuttgart.de

Weiterführende Informationen:
www.studierendenwerk-stuttgart.de/beratung



WIR SIND FÜR
SIE DA



DIE PSYCHO-
THERAPEUTISCHE
BERATUNG FÜR
STUDIERENDE



Stand 04/19



STUDIENDENWERK
STUTTART

HILFE IN SCHWIERIGEN LEBENSLAGEN

Anton kann nachts vor Nervosität kaum schlafen. Wenn er an seine anstehenden Prüfungen denkt, bekommt der Lehramtsstudent Panikattacken. Während einer Abprüfung hatte er ein Blackout und konnte sich damals plötzlich nicht mehr an den gelernten Stoff erinnern. Was, wenn ihm das nun wieder passiert?

Auch Miriam hat Schlafstörungen, aber aus einem anderen Grund: Ihre Mutter ist vor zwei Jahren an Demenz erkrankt. Seither hat sich ihr Zustand rasend schnell verschlechtert. Die Situation nimmt die Soziologie-Studentin immer mehr ein. Ihr fehlen Konzentration und Zeit für ihr Studium. Sie weiß einfach nicht mehr weiter.

Anton und Miriam sind Beispiele für Studierende, die in ihrer Not die psychotherapeutische Beratungsstelle des Studierendenwerk Stuttgart aufgesucht haben. Unsere Diplom-Psychologin bzw. -Psychologe helfen Ihnen in schwierigen Lebenslagen während Ihres Studiums weiter. Gemeinsam lassen sich Sorgen oft besser bewältigen. In einem oder auch mehreren Gesprächen, erhalten Sie Unterstützung bei Konflikten und Krisen, Anstöße zur Veränderung, Hilfe zur Selbsthilfe und, wenn nötig, Informationen über Therapiemöglichkeiten oder weiterführende Anlaufstellen.

Kostenfrei: Studierenden entstehen für die Beratung keine Kosten

Vertraulich: Kontaktaufnahme und Inhalt der Gespräche unterliegen der Schweigepflicht

Zeitnah: In der Regel erhalten Sie innerhalb von zwei Wochen einen Termin

Kompetent: Mehr als 30 Jahre Erfahrung mit Problemstellungen aus dem Studienalltag



DIE WICHTIGSTEN INFOS ZUR PSYCHOTHERAPEUTISCHE BERATUNG

Wer kann die Beratung in Anspruch nehmen?

Studierende, die an einer der 14 von uns betreuten Hochschulen in Stuttgart, Ludwigsburg, Esslingen, Göppingen und Horb eingeschrieben sind, können die psychotherapeutische Beratung kostenfrei in Anspruch nehmen.

Darüber hinaus können auch Beschäftigte der Hochschulen unser Beratungsangebot nutzen, sofern dies vertraglich vereinbart wurde.

Wie läuft die Beratung ab?

Die Beratung erfolgt in persönlichen Einzelgesprächen in vertraulicher Umgebung. Beim ersten Treffen schildern Sie Ihr Anliegen. Im weiteren Beratungsverlauf geht es darum, die für Sie passende Lösungsmöglichkeit zu finden. Dabei zeigt sich, ob eine Sitzung ausreicht oder mehrere Gespräche benötigt werden. Falls sich Ihr Problem im Rahmen der Beratung nicht ausreichend behandeln lässt und eine Therapie erforderlich ist, besprechen wir welche Optionen es gibt und nennen gegebenenfalls weitere Anlaufstellen. In unserem Rahmen können wir keine Langzeittherapie anbieten.

Wie lange dauert ein Beratungsgespräch?

Das ist abhängig vom Einzelfall. Die Beratungsgespräche dauern im Regelfall 45 bis 50 Minuten.



Ich würde lieber mit einem Mann bzw. einer Frau sprechen? Ist das möglich?

Wenn Sie bevorzugt mit unserem Dipl.-Psychologen oder unserer Dipl.-Psychologin sprechen möchten, berücksichtigen wir Ihren Wunsch bei der Terminvereinbarung.

Kann ich mich telefonisch oder per E-Mail beraten lassen?

Eine Beratung per E-Mail ist aus Gründen des Datenschutzes nicht möglich. Telefonische Beratungen sind möglich, wenn Sie vorher bereits ein persönliches Beratungsgespräch in der Beratungsstelle mit uns geführt haben.

Was passiert mit meinen Daten?

Die Gespräche sind streng vertraulich – wir unterliegen der gesetzlichen Schweigepflicht. Ihre Daten sind bei uns sicher und werden weder an die Hochschulen noch an andere Dritte weitergegeben.

Wie kann ich einen Beratungstermin vereinbaren?

Terminvereinbarungen sind Montag bis Donnerstag zwischen 13:30 und 14:30 Uhr möglich. Entweder telefonisch oder direkt vor Ort in der Beratungsstelle. Die Adresse und die Kontaktdaten finden Sie auf der Flyer-Rückseite.

Wo findet die Beratung statt?

Alle Beratungsgespräche finden in unserer Beratungsstelle in Stuttgart-Mitte statt. Diese befindet sich im Erdgeschoss des Theodor-Heuss-Heims und bietet so die nötige Anonymität. Die Beratungsstelle ist gut mit den öffentlichen Verkehrsmitteln zu erreichen.

