



Psychische Belastungen und
Erkrankungen im Studium
**Informationen über Beratungs-
angebote und Hilfe bei akuten
Krisen und Notfällen**

Zentrale
Studienberatung

Technology
Arts Sciences
TH Köln

Einleitung

Das Studium ist für viele Studierende eine sehr erlebnisreiche Zeit mit vielen Möglichkeiten und Erfahrungen. Die Zeit ist geprägt von Wissenserweiterung, neuen Kontakten und vielleicht sogar Auslandsaufenthalten. Allerdings können neben den positiven Erlebnissen in diesem Lebensabschnitt auch Schwierigkeiten, Sorgen, Ängste und Krisen auftreten. Dafür gibt es eine Vielzahl an Beratungs- und Unterstützungsangeboten innerhalb und außerhalb der Hochschule. Die Angebote werden in diesem Wegweiser kurz vorgestellt. Selbstverständlich unterliegen alle Beraterinnen und Berater der Schweigepflicht!

Nadine Sohn
Beauftragte für Studierende mit Beeinträchtigung

Köln, im Mai 2017

Wann kann ich mich an die Beratung wenden?

Sie können sich an die psychologische Beratung, die streng vertraulich ist, mit jedem Anliegen wenden, das Sie bedrückt wie zum Beispiel:

- Studienstress
- Prüfungsjängste
- Kontaktschwierigkeiten
- Partnerschaftsprobleme
- Probleme in der Familie
- Persönliche Krisen
- Zukunftsängste
- Gedrückte Stimmung
- Psychische Erkrankungen
- Einfach einmal mit jemandem reden wollen
- ...

Impressum

Herausgeber
Präsidium der TH Köln

Text
Nadine Sohn, Zentrale Studienberatung

Redaktion, Layout & Satz
Referat Kommunikation und Marketing

Druck
saxoprint.de

Stand
Mai 2017

Angebote im Hochschulbereich

AStA

Der Allgemeine Studierendenausschuss (AStA) der TH Köln bietet offene Sprechstunden für die psychosoziale Beratung an. Darüber hinaus können auch Termine außerhalb der Sprechzeiten vereinbart werden (Kontakt siehe unten). Die offenen Sprechstunden finden zu folgenden Zeiten statt:

Campus Gummersbach
Steinmüllerallee 1
AStA-Raum 1.112
Dienstags: 9.30–13.00 Uhr

Campus Leverkusen
Gebäude E39
Raum R033a
Mittwochs: 10.00–13.30 Uhr

Sprechzeiten für internationale Studierende
Campus Südstadt
Claudiusstraße 1
AStA-Raum A4.404
Freitags: 10.00–12.00 Uhr

Sprechzeiten für internationale Studierende
Campus Deutz
Betzdorfer Str. 2
AStA-Raum 1
Dienstags: 14.00–16.00 Uhr

Kontakt

Susanne Kremkau
T: +49 176-2370-6065
E: susanne.kremkau@web.de

Thomas Ontrup
T: +49 176-2370-6064
E: thomas.ontrup@web.de

Kölner Studierendenwerk

Termine für die psychologische Beratung vom Kölner Studierendenwerk können Sie über das Sekretariat vereinbaren.
T: +49 221-168815-0

Das Sekretariat ist zu folgenden Zeiten erreichbar:
Montag bis Donnerstag: 9.00–13.00 Uhr
und 14.00–16.30 Uhr
Freitags: 8.30–14.00 Uhr

Kölner Studierendenwerk
Luxemburger Str. 181–183
50939 Köln
www.kstw.de

Am Campus Deutz gibt es in der Vorlesungszeit eine offene Sprechstunde der psychologischen Beratung, AStA-Beratungsraum 2:
Mittwochs: 12.00–13.00 Uhr

In den Semesterferien findet die Offene Sprechstunde nur nach vorheriger Anmeldung statt.
Terminabsprache unter: T: +49 172-7284904

Zusätzlich bietet das Kölner Studierendenwerk auch eine E-Mail- und eine Chatberatung an. Alle Angaben werden durch ein spezielles Verschlüsselungssystem geschützt und können nicht von Dritten gelesen werden.

Informationen und Termine können Sie hier einsehen:
<https://koelner-studierendenwerk.beranet.info/>

Nightline

Die Nightline ist ein Zuhör- und Informationstelefon von Studierenden für Studierende. Die Mitarbeiter der Nightline sind für diese Aufgabe speziell geschult worden und unterliegen der Schweigepflicht. Es können alle Themen angesprochen werden, die einen belasten. Allerdings handelt es sich nicht um eine psychologische Beratung.

Die Nightline können Sie in der Vorlesungszeit zu folgenden Zeiten kontaktieren:
Mo., Die., Do., Frei. und So.: 21.00–1.00 Uhr
Kostenlose Rufnummer: T: 0800-470-3500
Kölner Rufnummer: T: +49 221-470-3500

Externe Angebote

Telefonseelsorge

Die Telefonseelsorge ist Tag und Nacht erreichbar unter den kostenlosen Rufnummern T: 0800-1110111 oder T: 0800-1110222.

Psychotherapeutische Sprechstunde

Seit dem 1. April 2017 müssen alle ärztlichen und psychologischen Psychotherapeut*innen und Ärzte mit der Zusatzbezeichnung Psychotherapie eine Sprechstunde anbieten. Die Sprechstunden können entweder als offene Sprechstunde oder mit Terminvergabe organisiert werden. Die Therapeut*innen können in bis zu drei Gesprächen klären, welcher Unterstützungs- bzw. Behandlungsbedarf besteht.

Akutbehandlung bei einer Psychotherapeutin bzw. einem Psychotherapeuten

Ab dem 1. April 2018 ist ein Gespräch in der Sprechstunde Voraussetzung für eine Akutbehandlung. Sie soll Personen in akuten Krisen helfen, sie auf eine Kurz- oder Langzeittherapie vorbereiten oder sie soweit stabilisieren, dass sie andere ambulante Angebote in Anspruch nehmen können. Bis zu 12 Akutbehandlungen sind möglich.

Psychiatrische Kliniken in Köln und ihre Aufnahmegebiete

In Köln gibt es vier Fachkrankenhäuser, die die psychiatrische Versorgung sicherstellen. Für die Notfallversorgung gibt es festgelegte Aufnahmegebiete, d. h. Patientinnen und Patienten aus diesen Gebieten müssen bei einem Notfall dort aufgenommen werden. Handelt es sich um einen planbaren Aufenthalt, können Patientinnen und Patienten das Krankenhaus frei wählen, sofern es freie Plätze gibt. An jedes Krankenhaus ist auch eine Fachambulanz angeschlossen. Zusätzlich besteht bei allen Krankenhäusern die Möglichkeit, sich teilstationär bzw. tagesklinisch behandeln zu lassen.

LVR-Klinik Köln

Wilhelm-Griesinger-Straße 23

51109 Köln

T: +49 221-8993-0

www.klinik-koeln.lvr.de

Aufnahmegebiet: Innenstadt (Altstadt-Süd und Neustadt-Süd – siehe Tagesklinik Alteburgerstraße) mit den Stadtteilen Deutz, Ehrenfeld, Nippes, Chorweiler, Mülheim und Kalk

Universitätsklinikum Köln

Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie

Joseph-Stelzmann-Straße 9

50931 Köln

T: +49 221-478-0

<http://neurologie-psychiatrie.uk-koeln.de/psychiatrie-und-psychotherapie/>

Aufnahmegebiet: Stadtbezirk Lindenthal

Alexianer Köln GmbH

Fachkrankenhaus für Psychiatrie, Psychotherapie und Neurologie

Kölner Straße 64

51149 Köln

T: +49 2203-3691-10000

www.alexianer-koeln.de

Aufnahmegebiet: Stadtbezirk Porz und im Stadtbezirk Rodenkirchen folgende Stadtteile: Rodenkirchen, Rondorf, Meschenich, Hahnwald, Weiß, Immendorf, Godorf, Sürth
übrige Stadtteile: siehe Tagesklinik Alteburger Straße

Tagesklinik Alteburger Straße gGmbH

Alteburger Straße 8-12

50678 Köln

T: +49 221-3394-0

www.tka-koeln.de

Aufnahmegebiet im Stadtbezirk Rodenkirchen: Bayenthal, Marienburg, Raderberg, Raderthal, Zollstock
Innenstadt: Altstadt-Süd, Neustadt-Süd

Hilfe in akuten Krisen und bei Notfällen

Wenn Sie dringend Hilfe benötigen, können Sie sich an die psychiatrischen Fachambulanzen, die an die oben aufgeführten Krankenhäuser angeschlossen sind, wenden. Für Notfälle gibt es feste Aufnahmegebiete (s. o.). Die Notfallambulanzen sind rund um die Uhr besetzt.

Bei akuter Gefahr für die betroffene Person selbst oder für andere, können Sie den Notdienst rufen (112 für die Feuerwehr oder 110 für die Polizei). Der Rettungsdienst wird vor Ort klären, welche weiteren Schritte erforderlich sind.

Kontakt:

Nadine Sohn

Studienberaterin und
Beauftragte für Studierende mit
Beeinträchtigung

T: +49 221-8275-3248

E: nadine.sohn@th-koeln.de

Raum E1.17

Sprechzeiten:

ohne Termin mittwochs

von 13.00–14.00 Uhr

oder nach Vereinbarung

anonyme Chat-Beratung freitags

von 13.00–14.00 Uhr unter

webconf.vc.dfn.de/best-thk

TH Köln

Campus Südstadt

Claudiusstraße 1

50678 Köln

**Zentrale
Studienberatung**

**Technology
Arts Sciences
TH Köln**