**Leitfaden zur Soforthilfe**

Woche der seelischen Gesundheit - 2019

PhDnet

Wenn Sie dieses Dokument lesen, befinden Sie oder einer Ihrer Freunde sich wahrscheinlich in einer schwierigen Situation.

**Erste Schritte**

Das deutsche Gesundheitssystem stellt gemeinsam mit den von MPG und verschiedenen Universitäten angebotenen Serviceleistungen ein umfangreiches Unterstützungsnetzwerk zur Verfügung, das allerdings anfangs schwer verständlich sein kann. In Abhängigkeit vom Schweregrad und den Präferenzen der betroffenen Personen können sich verschiedene Strategien als hilfreich erweisen. Wir möchten Ihnen hier einen Überblick über die verfügbaren Serviceleistungen geben. Diese Liste ist jedoch keinesfalls vollständig. Zudem erfordern spezielle Umstände spezielle Maßnahmen – also versuchen Sie etwas Neues und stehen Sie allem offen gegenüber.

* Krisen-Hotlines
  + Von MPG über das Fürstenberg Institut angebotener EMAP-Beratungsservice
    - **Tel. 0800/387 78 36 oder aus dem Ausland:** 00800/38 77 83 62
    - Der Service ist gebührenfrei (auf Deutsch und Englisch, bei Bedarf auf Spanisch, Französisch, Niederländisch, Russisch und Türkisch).
  + Der Service wird über die Universität angeboten, an der Sie eingeschrieben sind (siehe nächste Seite)
  + Von öffentlichen und privaten Organisationen angebotener Service. Einige Notfallnummern finden Sie unter <http://www.depressionen-depression.net/notfaelle/notfallnummern.htm> (wahrscheinlich überwiegend auf Deutsch)
* Einen Termin bei einem Psychologen vereinbaren
  + Sie benötigen keine Überweisung, Sie können direkt einen Termin mit einem zugelassenen Psychologen vereinbaren (auf der nächsten Seite können Sie nachlesen, was von der Krankenversicherung erstattet wird). Beachten Sie, dass Sie in den meisten Großstädten mehrere Anrufe tätigen und sich auf eine Warteliste setzen lassen müssen, um eine Therapie zu erhalten. Ein Terminservice (siehe Tabelle 1) kann hier hilfreich sein. Einen Therapeuten zu finden, der zu Ihnen passt, ist ein wichtiger Faktor für den Erfolg der Therapie; scheuen Sie sich daher nicht, nach den ersten Sitzungen zu wechseln.
* Einen Termin bei einem Psychiater vereinbaren
  + Im Gegensatz zu einem Psychologen handelt es sich bei einem Psychiater um einen Mediziner, der befugt ist, bei Bedarf Medikamente gegen psychische Störungen zu verordnen.
* Einen Termin in einer Klinik (für Psychosomatik und Psychotherapie) vereinbaren
  + Wenn Sie dringend intensive Hilfe benötigen, bieten die meisten Krankenhäuser mit der Bezeichnung „Klinik für psychosomatische Medizin/Psychotherapie” mehrtägige Kriseninterventionen vor Ort sowie längere, geplante Aufenthalte an. Dazu benötigen Sie in der Regel eine Überweisung von Ihrem Hausarzt oder Psychotherapeuten.
* Nehmen Sie unseren Leitfaden zur Selbsthilfe zur Hand und prüfen Sie, ob Sie zusätzlich noch etwas tun können. Manchmal müssen Sie auf den ersten Termin warten, daher ist es am besten, gleichzeitig zwei Strategien auszuprobieren.
* Krankmeldung: Wenn Sie wirklich nicht mehr arbeiten gehen können, lassen Sie sich krankschreiben. Wenn Sie allerdings länger als 3 aufeinander folgende Tage krank sind, benötigen Sie ein ärztliches Attest. Dieses erhalten Sie bei Ihrem Hausarzt.

**Krankenversicherungsschutz und Terminvereinbarung**

Die Krankenversicherung in Deutschland zahlt nur bei bestimmten Diagnosen, bestimmten Therapien und für zugelassene Psychologen. In Abhängigkeit davon, wie Sie versichert sind, kann es Unterschiede geben. Beachten Sie den folgenden Punkt

* Zugelassene Psychologen:
  + Suchen Sie bei Ihrer Krankenversicherung nach einem Psychologen, dort werden nur zugelassene Psychologen angezeigt. Hier z. B. TK und AOK.

<https://www.tk-aerztefuehrer.de/TK/richtlinienverfahren-suche.htm>

<https://weisse-liste.arzt-versichertenbefragung.aok-arztnavi.de/>

* + Suchen Sie einen Psychologen bei der Kassenärztlichen Vereinigung jedes Bundeslandes. Den Direktlink zur erweiterten Suche für die einzelnen Bundesländer finden Sie in Tabelle 1.
  + Terminservice: Der Ersttermin wird für Sie organisiert. Die Erstberatungssitzung sowie einige Folgetermine werden für Sie vereinbart, wenn Sie als „dringender“ Fall eingestuft wurden. Den Direktlink finden Sie in Tabelle 1.
  + Fragen Sie Ihren Hausarzt nach einem Psychologen; falls Sie noch keinen Hausarzt haben, können Sie sich auch an den Betriebsarzt wenden, sofern es in Ihrem Institut einen gibt.
* Zugelassene Therapien
  1. Verhaltenstherapie
  2. Analytische Psychotherapie
  3. Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie
* Die gesetzliche Krankenversicherung übernimmt folgende Kosten
  1. Erstberatungsgespräch: Erstdiagnose und Empfehlung
  2. etwa 3 Beratungsgespräche („Probatorik”)
  3. 2 x 12 h Kurzberatungsgespräche. Sie müssen diese mit Ihrem Psychologen nach den Erstberatungsgesprächen beantragen. Zu diesem Zeitpunkt müssen Sie sich zudem von einem Allgemeinmediziner untersuchen lassen, um andere Ursachen auszuschließen.
  4. Langfristige Therapie (Stundenanzahl je nach Art der Therapie 60 bis 160 h). Diese müssen Sie mit Ihrem Psychologen beantragen.
* Private Krankenversicherung: Wenden Sie sich an Ihre Krankenversicherung und lassen Sie sich die Kostenübernahme bestätigen.
* Der deutsche Krankenversicherungsschutz deckt „herkömmliche” Diagnosen ab, wie beispielsweise: Depression, Essstörungen, Persönlichkeitsstörungen, Angststörungen, Verhaltensstörungen und Suchterkrankungen. Es werden jedoch keine Kosten für Lebensberatung oder Paartherapie übernommen.
* Viele Psychotherapeuten bieten auch selbst bezahlte Sitzungen zum Preis von etwa 100 €/h an. Wenn Sie selbst zahlen, verkürzt sich in der Regel Ihre Zeit auf der Warteliste; zudem wird der Vorgang nicht in Ihrer Krankenakte vermerkt. Wenn Sie selbst zahlen, sollten Sie darauf achten, dass der Psychotherapeut über eine Zulassung verfügt (siehe oben).

**Tabelle 1**: Links zum Terminservice sowie das Such-Tool für Ärzte, Psychologen etc. Die meisten Webseiten sind nur auf Deutsch verfügbar, im Such-Tool können Sie aber eine Fremdsprache eingeben, die der Psychologe sprechen sollte.

|  |  |
| --- | --- |
| Bundesland | Der erste Link ist für den Terminservice  Der zweite Link ist für die Arztsuche. Meist können Sie in der erweiterten Suche eine gewünschte Fremdsprache oder eine Sprache eingeben |
| Baden-Württemberg | <https://www.kvbawue.de/buerger/patiententelefon-medcall/terminservice/>  <https://www.arztsuche-bw.de/index.php?suchen=0&expertensuche=1> |
| Bayern | <https://www.kvb.de/service/patienten/terminservicestelle-bayern/>  <https://dienste.kvb.de/arztsuche/app/erweiterteSuche.htm> |
| Berlin | <https://www.kvberlin.de/30patienten/22terminservice/index.html>  <https://www.kvberlin.de/60arztsuche/detailsuchep.html> |
| Brandenburg | <https://www.kvbb.de/patienten/terminservicestelle/>  <https://arztsuche.kvbb.de/ases-kvbb/ases.jsf?t=psychotherapeut>  (sobald Sie etwas eingeben, werden am unteren Seitenrand weitere Auswahlstichworte eingeblendet) |
| Bremen | <https://www.kvhb.de/patienteninfo-terminservicestelle>  <https://www.kvhb.de/dsearch/psychotherapeuten> |
| Hamburg | <http://www.kvhh.net/kvhh/pages/index/p/1013>  <http://www.kvhh.net/kvhh/arztsuche/index/p/274> |
| Hessen | <https://www.kvhessen.de/terminservicestelle/>  <https://arztsuchehessen.de/arztsuche/arztsuche.php?page=erweiterteSuche&message=102> |
| Mecklenburg-Vorpommern | <https://www.kvmv.de/patienten/arzt-finden/>  <https://www.kvmv.de/service/arztsuche/> (keine Suche nach Sprachen möglich) |
| Niedersachsen | <https://www.kvn.de/Patienten/Terminservicestelle.html>  <https://www.arztauskunft-niedersachsen.de/ases-kvn/> |
| Nordrhein-Westfalen | Zwei separate Bereiche: Nordrhein und Westfalen-Lippe  <https://www.kvno.de/20patienten/17tss/index.html>  <https://www.kvwl.de/patient/terminservice/index.htm>  <https://www.kvno.de/20patienten/10arztsuche/index.html>  <https://www.kvwl.de/earzt/> |
| Rheinland-Pfalz | <https://www.kv-rlp.de/patienten/terminservicestelle/>  <https://www.kv-rlp.de/patienten/arztfinder/erweiterte-suche/> |
| Saarland | <https://www.kvsaarland.de/terminservicestelle>  <http://arztsuche.kvsaarland.de/> |
| Sachsen | <https://www.kvs-sachsen.de/buerger/terminservicestelle/terminservicestelle/>  <https://asu.kvs-sachsen.de/arztsuche/>  https://www.psychotherapiesuche.de/  https://psz-sachsen.de/de/index |
| Sachsen-Anhalt | <https://www.kvsa.de/patienten/terminservicestelle.html>  [https://www.kvsa.de/service/arzt\_und\_therapeutensuche\_in\_sachsen\_anhalt.html?tx\_medsearchkva\_frontend%5Baction%5D=search&tx\_medsearchkva\_frontend%5Bcontroller%5D=Medsearch&cHash=474a0e70aec394fa92c1c04424c59402](https://www.kvsa.de/service/arzt_und_therapeutensuche_in_sachsen_anhalt.html?tx_medsearchkva_frontend%5baction%5d=search&tx_medsearchkva_frontend%5bcontroller%5d=Medsearch&cHash=474a0e70aec394fa92c1c04424c59402) |
| Schleswig-Holstein | <https://www.kvsh.de/index.php?StoryID=553>  <https://arztsuche.kvsh.de/> |
| Thüringen | <https://patienten.kvt.de/>  <https://www.kv-thueringen.de/arztsuche/> (keine Suche nach Sprachen möglich) |

**Tabelle 2**: Serviceleistungen von Universitäten an den Hauptstandorten von MPIs sowie Serviceleistungen einzelner MPIs.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Bundesland | Stadt |  |
| Baden-Württemberg | Freiburg | Studierendenwerk Freiburg A. d. ö. R.  Psychotherapeutische Beratung Basler Straße 2 79100 Freiburg  Telefon: +49 (761) 2101-200 Telefax: +49 (761) 2101-303 E-Mail: info(at)swfr.de  https://www.swfr.de/beratung-soziales/psychotherapeutische-beratung/  Direkter Kontakt:  Rosa Meyer 0761 2101-269 r.meyer(at)swfr.de |
|  | Heidelberg | Psychosoziale Beratungsstelle  Studierendenwerk Heidelberg Psychosoziale Beratung für Studierende Gartenstraße 2 69115 Heidelberg E-Mail: [pbs@stw.uni-heidelberg.de](mailto:pbs@stw.uni-heidelberg.de) Tel.: 06221 54-3750 Fax: 06221 54-3760  <https://www.studierendenwerk.uni-heidelberg.de/de/pbs_neu> |
|  | Stuttgart | Studierendenwerk Stuttgart  Rosenbergstraße 68  70174 Stuttgart  Tel.: 0711-9574480  Psychologische Notdienste Krisen und Notfalldienst  Furtbachstraße 6  70178 Stuttgart  Tel.: 01805110444 |
|  | Tübingen | Studierendenwerk Tübingen/Hohenheim Psychotherapeutische Beratungsstelle für eingeschriebene Student\*innen und Doktorand\*innen der Universität Tübingen  Gartenstraße 26  72074 Tübingen  Tel.: 07071/ 253960  <https://en.my-stuwe.de/advice/psychotherapeutic-counselling/>  Universitätsklinikum Tübingen - Psychiatrie und Psychotherapie  Terminvergabe: 07071/ 2982302  Notfälle: 07071/2982684 oder 07071/2982311  <https://www.medizin.uni-tuebingen.de/de/Presse_Aktuell/Einrichtungen+A+bis+Z/Kliniken/Psychiatrie+und+Psychotherapie/Allgemeine+Psychiatrie/Patienten/Ambulante+Behandlung.html>    Psychotherapeutische Tagesklinik der Abteilung für Psychologie  Diagnose und Behandlung von psychischen Erkrankungen Tel.: 07071/2978357 <https://uni-tuebingen.de/en/faculties/faculty-of-science/departments/psychology/research-groups/clinical-psychology-and-psychotherapy/outpatient-clinic/> |
| Bayern | München | Studierendenwerk München  <https://www.studentenwerk-muenchen.de/en/our-advisory-network/psychosocial-and-psychotherapeutic-advice-service/>  Die psychosoziale und psychotherapeutische Beratungsstelle befindet sich im Beratungszentrum Oberwiesenfeld:  Helene-Mayer-Ring 9  80809 München  U2 Olympiazentrum  E-Mail: psycho-beratung@stwm.de  Tel. +49 89 357 135 40 |
|  | Seewiesen | Universität Konstanz  Psychotherapeutische Beratung  Unsere Berater sind Reinhard Mack, Christine Klaschik, Dr. Britta Balliel und Kathrin Benz. Termine sind an jedem Wochentag möglich.  Persönliche oder telefonische Anmeldung:  Mo., Mi., Fr. 11.00 - 12.00 Uhr  Gebäude K, Ebene K3, Raum K 313 - 315 Universitätsstraße 10, 78464 Konstanz  Tel. +49 7531 - 88 7310  Anmeldung per E-Mail: [pbs[at]seezeit.com](javascript:linkTo_UnCryptMailto('ocknvq,rduBuggbgkv0eqo');)  <https://www.seezeit.com/en/advice/psychotherapeutic-counselling/> |
|  | Erlangen | Beratungsstelle der Universität  Dieter Hack  Telefon: +49 9131 8501003 oder +49 160 95749716  E-Mail: [d-hack@web.de](mailto:d-hack@web.de)  <https://www.fau.eu/intranet/gesundheit-und-sicherheit/university-counselling-service/> |
| Berlin | Berlin | Beratungsstellen (StudierendenWERK BERLIN) Übersicht über die Beratungsdienste der einzelnen Universitäten  Website:https://www.stw.berlin/en/counselling.html  Berliner Krisendienst  Stadtweiter Notfallservice  Große Hamburger Straße 5  10115 Berlin  Tel.: 030 390 63 – 10  https://www.berliner-krisendienst.de/en/  Psychologische Beratungsstelle der Freien Universität Berlin  Zentraleinrichtung Studienberatung und psychologische Beratung  Iltisstr. 4  14195 Berlin  E-Mail: sekretariat@studienberatung.fu-berlin.de  Tel.: 030 838 52247  https://www.fu-berlin.de/en/sites/studienberatung/psychologische\_beratung/kontakt/index.html  Psychologische Beratungsstelle der Technischen Universität Berlin  Hauptgebäude, Raum 0059/60/61  Straße des 17. Juni 135  E-Mail: psychologische-beratung@tu-berlin.de  Tel.: 030 314-24875, 030 314-25235, 030 314-25382 https://www.studienberatung.tu-berlin.de/menu/advising/psychological\_counseling/parameter/en/  Beratungsstelle der Humboldt Universität Berlin Mitte  Campus-Hauptgebäude, Studierenden-Servicecenter  Unter den Linden 6  10117 Berlin  Campus Adlershof  Johann-von-Neumann-Haus 2, Raum 2'227  Rudower Chaussee 25  12489 Berlin  Tel.: 030 2093-70270  E-Mail: https://www.hu-berlin.de/studium/beratung/formular  Website: https://www.hu-berlin.de/en/studies/counselling/wir1-eng |
| Brandenburg | Potsdam | Universität Potsdam  Psychologin M.A. Wega Fackeldey | Dipl.-Psych. Birgit Klöhn | Dipl.-Psych. Maia Kober  Zentrale Studienberatung | Psychologische Beratungsstelle  Campus | Am Neuen Palais Am Neuen Palais 10 Haus 08, Raum 0.82-0.84 14469 Potsdam  E-Mail: psychologische-beratung@uni-potsdam.de    Max-Planck-Institut für Kolloid- und Grenzflächenforschung  Am Mühlenberg 1  14476 Potsdam  Team für Konfliktberatung:  Antje Völkel (Kolloidchemie) Clemens Schmitt (Biomaterialien, Mitglied des Betriebsrats) Rumiana Dimova (Theorie und Biosysteme)  Informationen zur Konfliktberatung auf der Intranet-Seite: <https://intranet.mpikg.mpg.de/br/25> |
| Bremen | Bremen | Studierendenwerk Bremen AöR  Psychologisches Beratungszentrum  Bibliothekstr. 7 (Zentralbereich Campuspark)  28359 Bremen  Telefon: +49 (0) 421 22 01 - 1 13 10  Fax:     +49 (0) 421 22 01 - 2 13 90  [pbs@stw-bremen.de](mailto:pbs@stw-bremen.de)  <https://www.stw-bremen.de/de/beratung-soziales/psychologische-beratung> |
| Hamburg | Hamburg | Zentraleinrichtung Studienberatung und psychologische Beratung (ZSPB)  Leiter der psychologischen Beratungsstelle  Alsterterrasse 1  20354 Hamburg  Tel.: +49 40 42838-3646  Fax: +49 40 42838-4883 <https://www.uni-hamburg.de/en/campuscenter/beratung/beratungsangebote/psychologische-beratung.html> Studierendenwerk Hamburg <https://www.studierendenwerk-hamburg.de/studierendenwerk/en/downloads/sozialberatung/Flyer_BeSI_E_2019_03.pdf>Psychotherapeutenkammer<http://www.ptk-hamburg.de/patienten/index.html> Hamburg Medizinischer Notfallservice +49 40 228022 |
| Hessen | Frankfurt  Bad Nauheim | Psychoanalytische Hochschulambulanz  Abteilung für Psychoanalyse, Abteilung für Psychologie  Gebäude PEG, Raum 5.G002  Goethe-Universität Frankfurt  Theodor-W.-Adorno-Platz 6  Frankfurt am Main  E-Mail-Kontakt:  Psychoanalyse. Hochschulambulanz@psych.uni-frankfurt.de  Telefon: 069-798-35299  oder 01520 5136181  Sie erreichen uns persönlich unter Tel. 01520 5136181. http://www.psychologie.uni-frankfurt.de/57191659/60\_Psychoanalytische-Hochschulambulanz  Coaching zur Bewältigung von Problemen während Ihrer Promotion wird über GRADE angeboten:  http://www.goethe-university-frankfurt.de/54292910/Individual\_support\_\_\_coaching?  Call-a-CAB (Come Along Buddy) ist ein kostenloses Buddy-Programm. Dies ist ein Service von Student\*innen, die andere Student\*innen unter besonderen Umständen unterstützen. Ziel des Programms ist es, Student\*innen in schwierigen Situationen mit persönlicher und einfühlsamer Hilfe in ihrem studentischen Alltag zu unterstützen.  Gebäude PEG, Raum 5.064  Goethe-Universität Frankfurt  Theodor-W.-Adorno-Platz 6  Frankfurt am Main  Telefon: 069 798 35316  Montag, Dienstag und Donnerstag von 8 – 16 Uhr  E-Mail: [anfragecallacab@uni-frankfurt.de](mailto:anfragecallacab@uni-frankfurt.de) |
|  | Bad Neuheim | Universität Gießen  Stressmanagement von/für Student\*innen  [stress@psychol.uni-giessen.de](mailto:stress@psychol.uni-giessen.de)  Ihr Ansprechpartner: [Dr. Christine Koddebusch](https://www.uni-giessen.de/faculties/f06/psy/departments-1/clinical-psychology-and-psychotherapy/clinical/scientific-staff/dipl-psych-christine-koddebusch) Justus-Liebig-Universität Gießen Abteilung für Klinische Psychologie und Psychotherapie |
|  | Marburg | Psychotherapeutische Beratungsstelle für Student\*innen (PBS)  Thomas Schneyer,  Telefon: +49 6421 2865240  schneyer@med.uni-marburg.de |
| Mecklenburg-Vorpommern | Rostock | Rostock/Wismar Studierendenwerk für psychologische Beratung:  <https://www.stw-rw.de/de/soziale-dienste/beratung/soziale-beratung.html> (nur auf Deutsch)  Frau Nitsche organisiert Treffen (9 - 12 Uhr)  Tel.: 0381- 4592 642; E-Mail: [d.nitsche@stw-rw.de](mailto:d.nitsche@stw-rw.de)  [St.-Georg-Straße 104-107 | 18055 Rostock](https://maps.google.com/maps?q=54.081784,12.138125)  [info@stw-rw.de](mailto:info@stw-rw.de) |
| Niedersachsen | Hannover | Psychologische Beratung für Student\*innen: https://www.ptb.uni-hannover.de/ptbs.html?&L=1  Psychiatrische Notfalldienste Hannover:  Telefon: +49 511 30033470  <https://www.ptb.uni-hannover.de/296.html?&L=1>  Sozialpsychiatrische Beratungsstellen Hannover:  <https://www.ptb.uni-hannover.de/296.html?&L=1>  Telefonseelsorge:  <https://www.telefonseelsorge.de/>  Opfernotruf:  <https://www.ptb.uni-hannover.de/296.html?&L=1> |
|  | Göttingen | Psychosoziale Beratungsstelle  Goßlerstraße 23  37073 Göttingen  Tel.: 0551 - 39 35 071  <https://www.studentenwerk-goettingen.de/beratung-soziales/psychosoziale-beratung-psb.html>  Psychotherapeutische Tagesklinik für Student\*innen der Universität Göttingen  Humboldtallee 38  37073 Göttingen  Telefon: 0551 / 39-4596  Fax: -4597  pas@uni-goettingen.de  Zudem gibt es eine Reihe von Kontakten im Krisenfall, an die man sich wenden kann, wenn die oben genannten Ansprechpartner nicht erreichbar sind:  Uniklinik - Psychiatrische Klinik  Von-Siebold-Straße 5  Tel.: 0551 - 39 66 610 (24 h/Tag)  Asklepios Fachklinikum Göttingen (Beratung & Traumatherapie)  Rosdorfer Weg 70  37081 Göttingen  Tel.: 0551 - 40 2-0  Frauenhaus  Groner Straße 32/33  37073 Göttingen  Tel.: 0551 - 52 11 800  Telefonseelsorge Göttingen e.V.  Tel.: 0800 - 11 10 111 |
| Nordrhein-Westfalen | Mülheim  Bochum  Duisburg | Universität Bochum  Studienberatung / Beratungsstelle für Student\*innen  SSC, Ebene 1, Raum 105,  Tel +49 234/32 33435  <https://www.ruhr-uni-bochum.de/zsb/index_en.html>  Universität Duisburg-Essen  Campussegen  <http://campussegen.de/>  Akademisches Beratungs-Zentrum  <https://www.uni-due.de/abz/studierende/psychologische-beratung.php>  Studierendenwerk Essen-Duisburg  <https://www.stw-edu.de/beratung/psychologische-beratung/> |
|  | Köln | Kölner Studierenden Werk  Beratungs- & Sozialangebote  Psychologische Beratung  Luxemburger Straße 181 – 183 50939 Köln  Tel. 0221 16 88 15-0 Fax 0221 16 88 15-13  Öffnungszeiten: Mo-Do 9-13, 14-16:30, Fr 8:30-14:00  Online-Beratung: https://koelner-studierendenwerk.beranet.info/  Universität Köln  Psychologische Beratungsstelle Tamara Ehmer-Hahn  Dipl.-Psychologin Studierenden-Service-Center (Gebäude 102)  Universitätsstr. 22a  50937 Köln  Raum 0.323 Tel. 0221 470-8822 (Di - Do)  Psychiatrische Ambulanz  Tel. 0221 47887291 |
|  | Bonn | Psychologische Beratungsstelle  Abteilung 9.2  Zentrale Studienberatung und  Beratungsstelle  Poppelsdorfer Allee 49  53115 Bonn  [zsb@uni-bonn.de](mailto:zsb@uni-bonn.de)  Tel.: +49 2 28 / 73-70 80  [pb-zsb@uni-bonn.de](mailto:pb-zsb@uni-bonn.de)  <https://www.uni-bonn.de/studium/vor-dem-studium/orientierung-beratung/zentrale-studienberatung-en/psychologische-beratung-en> |
|  | Düsseldorf  Bochum  Duisburg | Universität Bochum  Studienberatung / Beratungsstelle für Student\*innen  SSC, Ebene 1, Raum 105,  Tel +49 234/32 33435  <https://www.ruhr-uni-bochum.de/zsb/index_en.html>  Universität Duisburg-Essen  Campussegen  <http://campussegen.de/>  Akademisches Beratungs-Zentrum  <https://www.uni-due.de/abz/studierende/psychologische-beratung.php>  Studierendenwerk Essen-Duisburg  <https://www.stw-edu.de/beratung/psychologische-beratung/> |
|  | Dortmund | Uni Bochum und Uni Duisburg siehe oben  TU Dortmund  <http://www.aaa.tu-dortmund.de/cms/en/International_Students/Everyday_Life/Counselling/index.html> |
|  | Münster | Zentrale Studienberatung (ZSB)  Schlossplatz 5  48149 Münster  [zsb@uni-muenster.de](mailto:zsb@uni-muenster.de)  <https://www.uni-muenster.de/ZSB/en/psychologische-beratung/psych.html> |
| Rheinland-Pfalz | Mainz | Psychologische Beratungsstelle für Student\*innen Johannes-Gutenberg-Universität Mainz Hegelstraße 61, 5. Stock (HDI-Haus) 55122 Mainz  Tel.: 06131-39 22 312 Fax: 06131-39 20 693 E-Mail: [pbs@uni-mainz.de](mailto:pbs@uni-mainz.de) <https://www.pcc.uni-mainz.de/> |
| Saarland | Saarbrücken | Psychosoziale Beratungsstelle  Studentenwerk Saarbrücken  Psychosoziale Beratung für Studierende  Universitätscampus Gebäude B6.2  66123 Saarbrücken  E-Mail: [ppb@studentenwerk-saarland.de](mailto:ppb@studentenwerk-saarland.de)  Tel.: 0681 302-2515  Fax: 0681 302-2537  <https://www.studentenwerk-saarland.de/beratung>  Psychosoziale Beratungsstelle  MPI Betriebsarzt  Dr. Tanja Pahl  Mecklenburgring 1  66121 Saarbrücken  Tel.: 0681 - 812247  Fax: 0681 - 811963  E-Mail: [info@schwall-pahl.de](mailto:info@schwall-pahl.de)  <https://www.schwall-pahl.de/Startseite> |
| Sachsen | Leipzig | Studentenwerk Leipzig  Psychosoziale Beratungsstelle  +49 341 9718-848  [studierendenberatung@studentenwerk-leipzig.de](mailto:studierendenberatung@studentenwerk-leipzig.de) |
|  | Dresden | Psychologische Sprechstunde des Betriebsärztlichen Dienstes (für Mitarbeiter)  <https://tu-dresden.de/tu-dresden/organisation/zentrale-universitaetsverwaltung/dezernat-4-liegenschaften-technik-und-sicherheit/sg-4-7-betriebsaerztlicher-dienst/angebote/psychologische-sprechstunde>  Prüfungsangst / Redeangst (Online-Training / App zur Bewältigung)  <https://tu-dresden.de/mn/psychologie/ikpp/behavioralpsy/die-professur/opta>  Klinik zur Prävention von psychischen Erkrankungen - Zentrum für Früherkennung und -intervention - (für Mitarbeiter und Student\*innen zwischen 18 und 35 Jahren)  http://www.ddfruehdran.de/english.html  Raucherentwöhnung (für Mitarbeiter und Student\*innen)  http://www.raucherambulanz.tu-dresden.de/index.php?seite=start  Zentrale Studienberatung und Beratungsstelle:  https://tu-dresden.de/studium/im-studium/beratung-und-service/zentrale-studienberatung  Psychosoziale Beratungsstelle des *Studentenwerks* Dresden  https://www.studentenwerk-dresden.de/english/soziales/psychosoziale-beratung.html  https://docs.studentenwerk-dresden.de/soziales/psb\_faltblatt\_web\_en.pdf?date=20170822  HOPES  https://hopes-dresden.jimdo.com/  Nightline Dresden  https://nightline-dresden.de/ |
| Sachsen-Anhalt | Magdeburg | Psychosoziale Studierendenberatung  Gebäude 18 (Südflügel), 2. Etage, Raum 206  Dr. Evelin Ackermann  Universitätsplatz 2  39106 Magdeburg  E-Mail: psb@ovgu.de  Tel.: 0391 6751-582  https://www.ovgu.de/psb.html |
|  | Halle | Psychosoziale Beratungsstelle  https://studentenwerk-halle.de/beratung-soziales/psychosoziale-beratung/beratungsangebote/  PSYCHOSOZIALES ZENTRUM FÜR MIGRANTINNEN UND MIGRANTEN IN SACHSEN-ANHALT  http://www.stejh.de/arbeitsfelder/migrationsarbeit/psychosoziales-zentrum-fuer-migrantinnen-und-migranten-in-sachsen-anhalt  Interkultureller Gesundheitsratgeber  http://wcms.itz.uni-halle.de/download.php?down=25696&elem=2599011  Psychosoziales Zentrum für Migrantinnen und Migranten  https://www.psz-sachsen-anhalt.de/ |
| Schleswig-Holstein | Plön | https://ploen.bruecke-sh.de/index.php?idm=134.3033  Universität Kiel  Allgemeiner Studierendenausschuss  Notfallkontakt Niemannsweg 147, 24105 Kiel Mo. bis Fr. 08:00-16:30 Uhr Telefon: 0431 / 99 00 81 15  <https://www.asta.uni-kiel.de/beratung/weitere-beratung/psychosoziale-beratungsangebote/> |
| Thüringen | Jena | Konflikt- und psychosoziale Beratungsstelle für Mitarbeiter des MPI-CE, MPI-BGC und MPI-SHH:  Dr. Renate Ellinger  03641571606,  ellinger@ice.mpg.de  Psychosoziale Beratungsstelle (nur für eingeschriebene Student\*innen der Friedrich-Schiller-Universität Jena):  03641930690  psb-jena@stw-thueringen.de |
| Niederlande | Nijmegen | Max-Planck-Institut für Psycholinguistik  Betriebsärztlicher & Sicherheitsdienst AMD (Arbodienst) der Universität Radboud und Radboudumc  Philips van Leydenlaan 25, Route 351 6525 EX NIJMEGEN +31 24 361 54 00 [helpdeskamd@radboudumc.nl](mailto:helpdeskamd@radboudumc.nl)  Wir können diesen Service nutzen, um einen Termin bei unserem Betriebsarzt oder einem Sozialarbeiter zu vereinbaren. Der Service ist unabhängig, es werden verschiedene persönliche Beratungen, Gruppenberatungen sowie E-Coaching angeboten.    Außerdem gibt es einen speziellen Coaching-Service für Doktorand\*innen (mit Fokus in erster Linie auf arbeitsbezogene Fragen), der wie folgt erreichbar ist:  Sekretariat des Teams für Mitarbeiterentwicklung im Bereich Human Resources.  +31 24 3611915  loopbaan@dpo.ru.nl |