

Interviews mit Studierenden – Teil 4: Unterstützungsangebote der Hochschule

Welche Hochschulangebote für Studierende mit psychischen Erkrankungen sind dir bekannt?

Studierende 1: Ich weiß, dass es bei uns an der Uni eine Hochschulambulanz gibt. Da können sich Studierende melden, wenn sie akut etwas haben. An der Uni Hamburg gibt es das auch. Ich weiß von unserer Arbeit, dass viele damit nicht zufrieden sind, weil es dort überlaufen ist. Sie wünschen sich noch mehr Angebote. Ich würde mir wünschen, dass es noch mehr Austausch gibt. Unter anderem stelle ich mir darunter vor, dass Studierende mehr miteinander sprechen. Es sollte mehr Austauschmöglichkeiten geben.

Studierende 2: Peer to Peer, Zentrale Studienberatung, psychologische Beratungsstellen.

Studierende 4: Peer to Peer ist mir bekannt und ich weiß, dass es eine psychologische Beratung gibt.

Studierende 5: Ich kenne Peer to Peer und ich glaube, es gibt so eine psychosoziale Sprechstunde. Ich glaube, ich habe mich darüber schon mal informiert.

Studierende 8: Ich kenne das Programm Peer to Peer. Da gibt es immer die Abende und man kann so einen Begleiter haben, der einem in der Uni hilft. Ich selber habe das nicht in Anspruch genommen, weil ich bis jetzt nicht das Bedürfnis hatte. Ich bin mir ziemlich sicher, dass die Kontingente auch nicht riesig sind. Deswegen wollte ich das niemandem wegnehmen. Aber ich glaube, dass ist auch so eine typische Einstellung, die ich für mich habe und dass man das schon in Anspruch nehmen sollte. Auch wenn man denkt, irgendwer könnte das besser gebrauchen. Auf jeden Fall hin gehen (lacht). Dann gibt es noch diese Zusammentreff-Abende, wo man sich mit Anderen austauschen kann. Da fühlt man sich vielleicht nicht so allein. Das sollte man auch machen, wenn man möchte. Ich glaube es ist für einige mit psychischen Erkrankungen schwer in eine Gruppe zu gehen und zu sagen: "Hey, ich bin krank.", obwohl die auch alle krank sind. Das ist nochmal ein extra Schritt. Es tut dann aber gut, wenn man es macht. Deswegen würde ich das auf jeden Fall empfehlen. Wenn man Schwierigkeiten damit hat, Studienaufgaben zu bewältigen, sollte man immer mit dem Dozenten sprechen. Es gibt in der Stiftstraße, glaube ich, eine psychologische,

psychosoziale Beratung. Die habe ich auch noch nicht in Anspruch genommen. Aber man kann das auf jeden Fall machen. Das sollte man auch tun (lacht kurz).

Studierende 9: Gott sei Dank sehr viele (lacht). Es gibt das Direkteinkläger-Verfahren. Dann gibt es die Möglichkeit, das Studium zu strecken oder Teilzeit zu studieren. Es gibt die Sprechstunde der Behindertenbeauftragten, überhaupt Ansprechpartner für chronisch Kranke. Es gibt eine psychologische Beratung und ein Programm von der Universität Hamburg, das heißt HOPES.

Hast du von den Angeboten schon mal eines oder mehrere in Anspruch genommen?

Studierende 1: Nein.

Studierende 4: Nein.

Studierende 5: Selber in Anspruch genommen habe ich noch keines davon.

Studierende 6: Nein, noch nicht.

Studierende 7: Ich war einmal bei Peer to Peers habe mich aber dagegen entschieden, weiter hin zu gehen. Ich denke, dass es für viele auch eine Hilfe sein kann. Da ich in der Zeit schon in psychologischer Betreuung war, habe ich das Gefühl gehabt, ich nutze die Zeit lieber und mache etwas, was mich ablenkt. Ich glaube, es würde mich zu sehr belasten, wenn da noch sechs andere Leute sind, die mir davon erzählen, wie schlecht es ihnen geht. Es kann vielen Leuten helfen, die Zeit zu überbrücken zwischen: Ich habe ein Problem und jetzt hole ich mir wirklich Hilfe. Aber wenn man schon Hilfe bekommt, weiß ich nicht, ob einem das noch so viel bringt.

Studierende 9: Ja. Ich habe an fast allen teilgenommen bis auf HOPES und die Sprechstunde bei Frau Schumann, die für die HAW zuständig ist. Den Nachteilsausgleich habe ich auch nicht in Anspruch genommen. An allen anderen habe ich mit viel Freude und Dankbarkeit teilgenommen, weil mir das in vielen Situationen vor dem Studium und während des Studiums schon geholfen hat.

Wenn ja, welche Erfahrungen hast du damit gemacht?

Studierende 8: Also ich war einmal bei dem Peer to Peer-Abend. Das war cool. Da habe ich echt ein paar aus meinem Studiengang getroffen, von denen ich das nicht erwartet hätte, dass die da sind. Das hat mir selber wieder gezeigt, dass man das sehr doll versteckt und dass es eigentlich schade ist. Ja, es war total cool, sich mal mit anderen auszutauschen. Man

geht auf jeden Fall mit einem besseren Gefühl raus. Auch wenn man vorher Angst hatte, (lacht) hin zu gehen.

Studierende 9: Also es gibt ja die Beratungsangebote und Sprechstunden bei Frau Butenob. Die hatte ich vor dem Studium in Anspruch genommen. Es hat mir sehr geholfen, mich nochmal zu sortieren. Bin ich wirklich soweit, zu studieren? Möchte ich das überhaupt? Und was für Hilfen gibt es eben noch, die ich vor dem Studium auch schon in Anspruch nehmen kann? Sie hat mir vom dem Peer to Peer-Projekt erzählt und direkt Kontakt mit einer Studentin aufgenommen, was mir auch sehr geholfen hat. Viele Fragen konnten geklärt werden. Welche Ängste sind damit verbunden? Welche Möglichkeiten gibt es? Traut man sich das zu? Auch Finanzierungsmöglichkeiten waren zu dem Zeitpunkt auch noch nicht klar. Ansonsten war für mich das Teilzeitstudium vorher auch eine Überlegung. Einfach das Ganze zu strecken, um den Druck raus zu nehmen. Da ich aber BAföG beziehe ist es dann rausgefallen. Jetzt versuche ich mich im Vollzeitstudium (lacht).

Wenn nicht, warum?

Studierende 1: Weil ich tatsächlich nicht wusste, dass es bei uns die Hochschulambulanz gibt. Zum Beispiel sind die bei uns jetzt ins Departement gezogen. Damit ist es für mich auch sichtbar gewesen in diesem Semester. Aber vorher habe ich davon gar nichts gewusst.

Studierende 2: Am Anfang habe ich es ein bisschen ignoriert. Ich dachte, die Essstörungen und das Gewicht sind wieder vollkommen in Ordnung. Und alles andere habe ich so ein bisschen weggeschoben, weil da sehr viel Anderes auch dahintersteckt (lacht kurz). Als dann wirklich die richtige Einstellung da war, so was in Anspruch zu nehmen, hatte ich schon andere Taktiken gefunden oder mich an andere Stellen gewandt, wo ich besser damit umgehen konnte.

Studierende 5: Einfach nicht, weil für mich diese Hemmschwelle so riesig ist. Bei Peer to Peer ist es so: Oh mein Gott, dem bin ich schon mal begegnet. Was ist, wenn ich ihm auf dem Flur begegne? Ich kann doch jemandem jetzt nicht meine ganzen Sorgen erzählen. Das geht ja nicht. Doch, es geht eigentlich schon. Man tut es halt nur nicht. Das ist schon ein bisschen doof. Andererseits habe ich immer die Hemmschwelle zu sagen: „Ja, okay, bemitleide ich mich jetzt selbst und deshalb gehe ich dahin?“ Ich kann mir selbst nicht eingestehen, dass es mir schlecht geht.

Studierende 6: Wie gesagt, ich war schon in Therapie. Deswegen hatte ich das Gefühl, dass ich das nicht unbedingt so extrem brauche. Ich hatte ja sozusagen schon Hilfe und deswegen habe ich das nicht in Anspruch genommen.

Studierende 8: Die psychosoziale Beratung habe ich bisher nicht in Anspruch genommen, weil ich ganz tolle Freunde und Familie habe, die sich hier gut auskennen. So konnten sie mir teilweise auch viel helfen. So, dass ich das nicht benötigt habe. Und die Peer to Peer Begleiter habe ich bis jetzt auch noch nicht gebraucht.

Studierende 10: Ich denke, ich hatte immer genug Kontakte-, also einige von meinen Kommilitonen, die meine Freunde geworden sind, haben auch (lacht kurz) psychische Probleme. Das hat sich immer so ergeben, dass wir viel darüber geredet haben und ich nie so wirklich das Bedürfnis hatte. Im Nachhinein hätte ich es gerne schon mal versucht, einfach um zu gucken. Ich glaube, ich hätte nie davon erfahren, wenn meine Freundin mir das nicht erzählt hätte. Ich habe nie irgendwas davon gesehen. Und ich habe das Gefühl, dass das eine abgespaltene Sache ist, mit der man nichts-, man hört davon nichts. Es sei denn, man ist betroffen und kommt über die Leute da ran, wenn man mit anderen Betroffenen Kontakt hat. Es wäre wichtig, dass das ein offeneres Thema wäre.

