Psychosoziale Beratung

Schnelle und vertrauliche Unterstützung für Studierende

HMU Health and Medical University Potsdam

Unterstützung in persönlichen Krisen oder Konflikten gesucht? Wir sind für Sie da.

Warum Psychosoziale Beratung?
Ein Studium ist immer auch mit kleinen und großen Herausforderungen verbunden. Manchmal kann es schwierig sein, diese Herausforderungen zu bewältigen und angemessen mit Stress, privaten Problemen oder veränderten Lebenssituationen umzugehen. In der Psychosozialen Beratung haben Sie die Möglichkeit, über Ihre Sorgen und Belastungen mit ausgebildeten klinischen Psychologinnen und Psychologen zu sprechen und Lösungen zu finden.

Ist die Psychosoziale Beratung richtig für mich?
Ja, wenn Sie über sich und Ihre Lage sprechen möchten und sich Orientierung und Unterstützung bei der Erarbeitung von Lösungen wünschen.

Welches Ziel hat die Psychosoziale Beratung?
Mit der Erstberatung möchten wir auf Ihre persönliche Situation eingehen und Ihnen den Raum geben, offen darüber zu sprechen. Im Anschluss entwickeln wir gemeinsam mit Ihnen einen »Fahrplan« für einen Lösungsweg, um Ihnen aus dieser Situation zu helfen.

Unsere Beratungsangebote

Wir bieten Ihnen ein offenes Ohr für Ihre studienbedingten Belastungen:

- Lern- und Arbeitsstörungen
- Stressbewältigung und Erschöpfung
- Schreib-, Rede- und Prüfungsängste
- Fragen und Krisen zur Studienfachwahl

Ihre persönlichen Probleme, wie z.B.:

- Identitäts- und Orientierungsprobleme
- Beziehungs- , Partner- und Familienprobleme
- Einsamkeitsgefühle und Kontaktschwierigkeiten
- Depressionen und Ängste
- Fragen zur eigenen Suchtgefährdung

Unser Selbstverständnis von Psychosozialer Beratung

- Psychosoziale Beratung kann schnell und unkompliziert umgesetzt werden.
  Sie dient als erste Beratung für persönliche Probleme und ist daher nicht als Therapie zu verstehen.

- Die Psychosoziale Beratung findet als Einzelberatungsgespräch nach Terminvereinbarung statt.

- Unser erfahrenes Beratungsteam ist wissenschaftlich qualifiziert und besonders mit Problemen der studentischen Lebenssituation vertraut.

- Studierende der HMU Health and Medical University Potsdam können das Beratungsangebot kostenfrei nutzen.
  Es handelt sich um eine freiwillige Serviceleistung, ein Rechtsanspruch besteht nicht.

- Alle Beratungsgespräche werden streng vertraulich behandelt.

- Sollte sich im Rahmen der Beratung herausstellen, dass zusätzlicher Therapiebedarf besteht, kann bei einer Suche nach einem Psychotherapeuten oder einer Psychotherapeutin unterstützt werden.

Ihr Beratungsteam

beratung@health-and-medical-university.de

Ole Wigger | Klinischer Psychologe, M. Sc.
Klara Györbiro / Klinische Psychologin, M. Sc.
Derya Bobrik / Klinischer Psychologe, M. Sc.
Paulina Müller / Klinische Psychologin, M. Sc.
Karla Spirandelli / Klinische Psychologin, M. Sc.
Sophia Carneim / Klinische Psychologin, M. Sc.

HMU Health and Medical University Potsdam

Sie suchen Unterstützung?
Kontaktieren Sie uns gerne jederzeit.
Unser Team der Psychosozialen Beratung nimmt Ihre Probleme ernst.

beratung@health-and-medical-university.de

Es wird Ihnen schnellstmöglich ein Beratungstermin angeboten. Hierbei dürfen Sie entscheiden: Möchten Sie eine telefonische Beratung oder ein virtuelles Gespräch von zu Hause aus? Bitte beachten Sie, dass wir zum Schutz Ihrer Privatsphäre datenschutzgerechte Portale nutzen.

HMU Health and Medical University Potsdam
Olympischer Weg 1
14471 Potsdam

Gender-Hinweis: Status- und Funktionsbezeichnungen gelten in diesem Dokument jeweils für alle Geschlechter.