

Wer sind wir?



1. Reihe (sitzend, v.l.n.r.):

Christina Geisel (Sekretariat),
Mag. Johannes Röhrens,
Dipl.-Psych. Ingeborg Rubner,
Dipl. Psych. Petra Holler (Leitung).

2. Reihe (v.l.n.r.):

Dr. med. Swantje Röck,
Dipl. Psych. Anna Maria Ludescher,
Dipl. Psych. Anima von Nostitz,
Dipl. Psych. Elisabeth Emmert,
Dipl. Psych. Getraud Pinegger-O'Connor,
Dr. med. Rudolf Tauscher.

Psychotherapeutische und Psychosoziale Beratungsstelle

Studentenwerk München

Gemeinschaftszentrum im Olympischen Dorf
Helene-Mayer-Ring 9, 80809 München
Telefon +49 89 357135-40

psycho-beratung@stwm.de

www.studentenwerk-muenchen.de/beratung

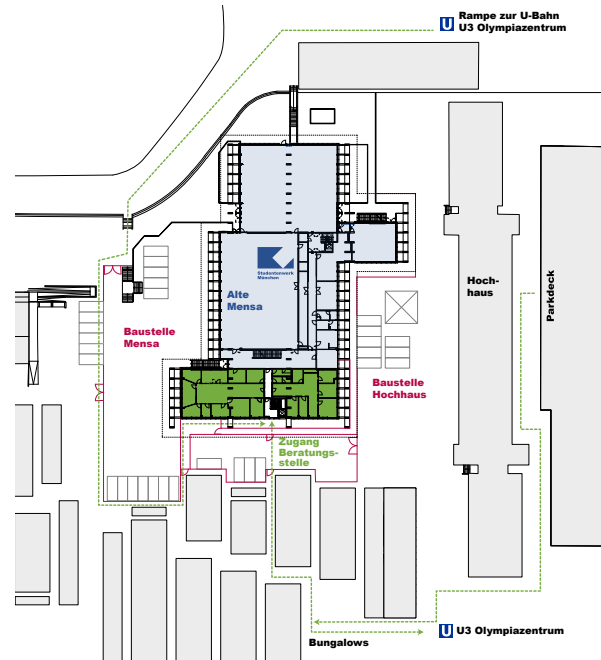
Sekretariat

Christina Geisel, Raum h6

Anmeldung zum Beratungsgespräch:

Montag bis Freitag 9.00 – 12.00 Uhr

Außerhalb dieser Zeiten erreichen Sie uns per E-Mail oder sprechen Sie uns auf den Anrufbeantworter, wir rufen schnellstmöglich zurück. Bitte vergessen Sie daher nicht, Ihre Rückruf-Nummer anzugeben.



Bilder: marqs / photocase.com, Verena Vötter



Psycho- therapeutische und Psychosoziale Beratungsstelle



Wie arbeiten wir?



Die Psychotherapeutische und Psychosoziale Beratungsstelle bietet kostenlose Beratungen an – sowohl bei studienbedingten Problemen als auch in persönlichen Konfliktsituationen.

Die Einrichtung begegnet dem ständig wachsenden Problemdruck, dem Studierende ausgesetzt sind. Selbstverständlich ist für die Beratungsgespräche die erforderliche Anonymität und Schweigepflicht gewährleistet.

Ein wesentlicher Bestandteil der Arbeit sind neben Einzelberatung, Paar- und Familiengesprächen die Selbsterfahrungs- und themenzentrierten Gruppenangebote. So werden z.B. in zusätzlichen Kursen Lern- und Arbeitstechniken vermittelt.

Die Psychotherapeutische und Psychosoziale Beratung ist Teil des Beratungsnetzwerks des Studentenwerks München. In enger Zusammenarbeit mit der Allgemeinen und Sozialen Beratung, der Studienkreditberatung und der Beratung für Studierende mit Kind suchen wir nach der besten Lösung für Ihre Situation.

Wer kann kommen?

Grundsätzlich können alle Studentinnen und Studenten zu uns kommen, die mit uns über ihre Probleme sprechen möchten, zum Beispiel über:

- Schwierigkeiten im Studium (Schwierigkeiten bei der Entscheidungsfindung, Arbeitsstörungen, Prüfungsängste, Autoritätsängste etc.)
- Beziehungs- und Partnerkonflikte, Probleme bei der Partnersuche oder in Trennungssituationen
- Isolation und Kontaktprobleme (z.B. soziale Phobie)
- Ablösungsprobleme (z.B. Ablösung von den Eltern und Neuorientierung), Identitätsprobleme
- Depressionen, Angstzustände, Selbstverletzungen, Suizidgedanken, psychosomatische Beschwerden, Essstörungen, Zwänge etc.
- Erfahrungen mit sexueller Belästigung
- Suchtprobleme (z.B. psychotrope Substanzen, Spielsucht, Computer-Sucht etc.)
- Integrationsprobleme bei ausländischen Studentinnen und Studenten.



Was bieten wir an?

- Einzelberatungen
- Paarberatung, Familienberatung
- Lerngruppen:
 - spezifisch prüfungsorientierte Gruppen
 - Zeitmanagement und Lerntechniken
- Entspannungstraining:
 - progressive Muskelentspannung
 - Autogenes Training
- Soziales Kompetenztraining
- Selbsterfahrungsgruppen
- Psychologische Beratung bei sexueller Belästigung
- Bei Bedarf Weitervermittlung in längerfristige Therapien bei qualifizierten niedergelassenen Therapeutinnen und Therapeuten.

Die Beratung ist für Studierende kostenlos.