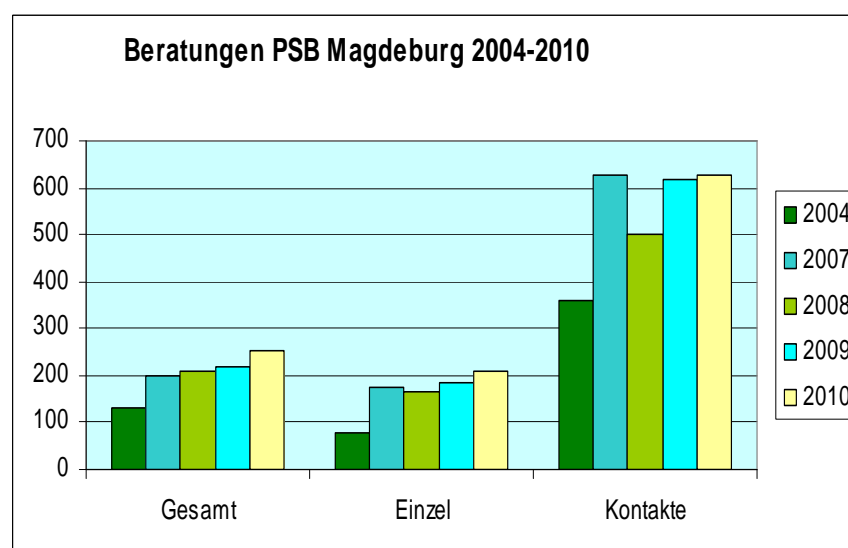
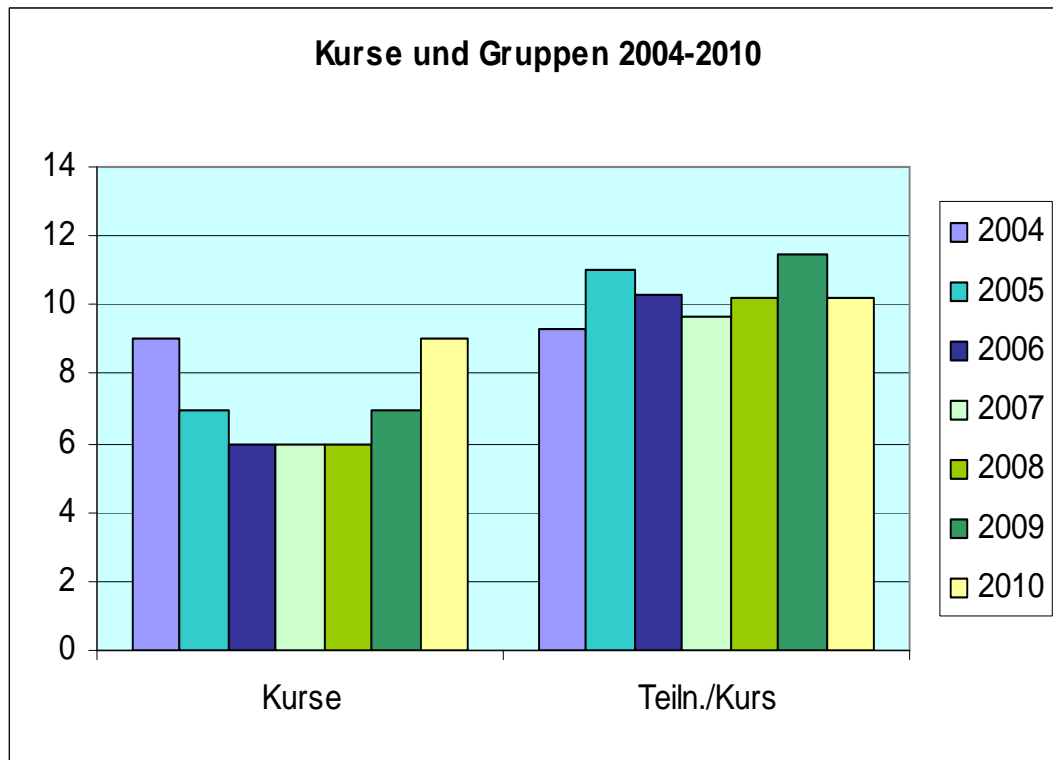


Primärprävention im Rahmen der Psychotherapeutischen Studentenberatung am Hochschulstandort MD

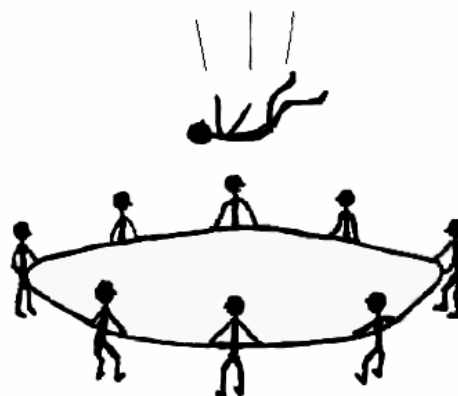
1. Aufgaben und Schwerpunkte der PSB
2. Kurse zur Verbesserung der Stressbewältigungskompetenz
3. Effekte

Einzelberatung im Rahmen der PSB





Hast du starke Ängste?
Leidest du eventuell an depressiven Phasen?
Hast du Schwierigkeiten,
deinen Alltag zu organisieren?
Ziehst du dich immer mehr zurück?
Oder trittst du phasenweise
beim Studium auf der Stelle?
... dann bist DU bei uns richtig!



Veränderungen PSB Magdeburg 2010 im Vergleich zu 2004

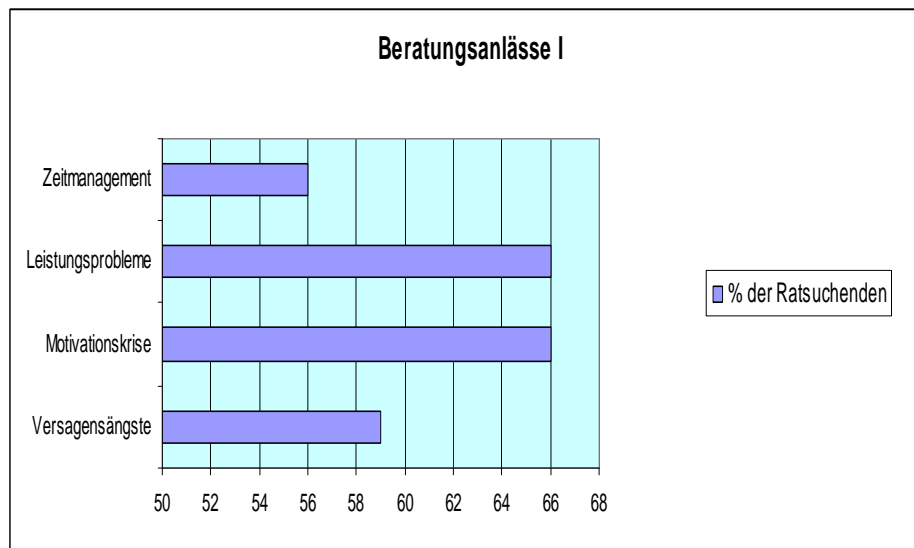
Klienten Einzelberatung	+ 261 %
Gesamtklientel	+ 173 %
Beratungskontakte	+ 73 %
KursteilnehmerInnen	+ 3,5 %
Kurse	- 12 %
Personelle Ressourcen	+ 50 %
seit 2/11	+ 140 %

Sozialerhebungen des DSW:

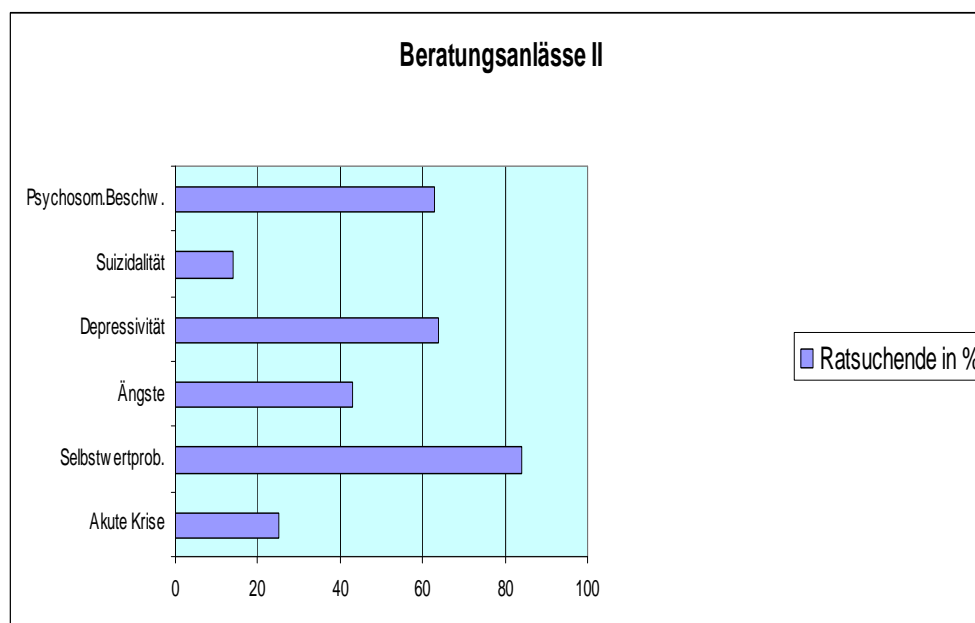
Beeinträchtigung der Studier- fähigkeit durch psychosoziale Belastungen:	20 %
Beratungsbedarf:	13 %
potenzielle Inanspruchnahme einer PSB:	4-6 %

**Das hieße für die Magdeburger PSB:
680 – 1020 KlientInnen/Jahr**

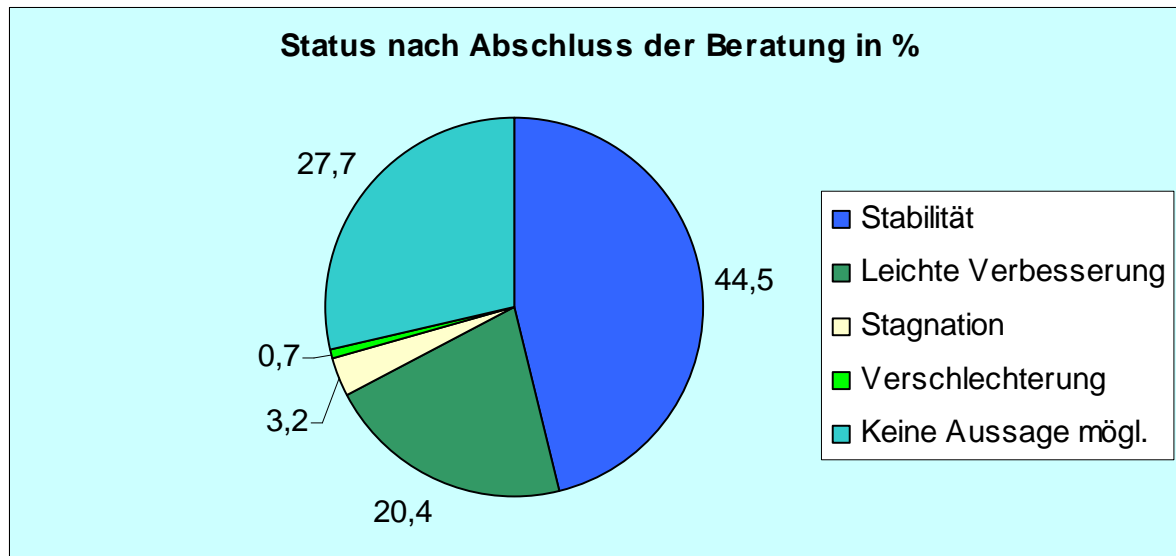
Studienbezogene Probleme



Persönliche Probleme



Ergebnisse der Einzelberatung



Weiterführende Perspektiven

2010:

Aufnahme amb. Therapie:	28,2 %
Empfehlung amb. Therapie	20 %
Psychiatr. Behandlung (amb.)	9,3 %
Stationäre Behandlung	3,6 %

„Stressbewältigung durch Entspannung, Bewegung, Gespräch“

- Erschließung neuer Zielgruppen**
- Synergieeffekte**
- Hilfe zur Selbsthilfe**

„Stressbewältigung durch Entspannung, Bewegung, Gespräch“

Schwerpunkte:

- 1. Vermittlung des Autogenen Trainings**
- 2. Bewegungsanregungen zur Körperentspannung**
- 3. Gesprächsimpulse zur Förderung der Selbstwahrnehmung und -reflexion**

„Stressbewältigung durch Entspannung, Bewegung, Gespräch“

Häufig zu beobachtende Veränderungen:

- Verbesserung der Selbstreflexion
- Sensibilisierung der (Selbst)wahrnehmung
- Konkrete Erfolge hinsichtlich
Entspannungserleben
- Selbstwirksamkeitserfahrung
- Ressourcenorientierung

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!