



## Krisendienste und Kontaktstellen für psychisch Kranke in Bielefeld

### **Sozialpsychiatrischer Dienst der Stadt Bielefeld**

Mo – Fr 7:30 – 15:00 Uhr

Tel. 51 25 81 (Bereitschaftsdienst)

---

### **Krisendienst**

Mo - Fr nachts: 18.00-7.30 Uhr

Wochenende, Feiertage: Rund um die Uhr

Tel. 3 29 92 85

### **Frauennotruf Bielefeld e.V.**

Tel. 12 42 48

**Notruf** Rettungsdienst, Feuerwehr, Notarzt

in Notfallsituationen, die außergewöhnlich oder lebensbedrohlich sind

Tel. 112

---

Innerhalb der Universität:

ZLL / ZSB-Zentrale Studienberatung

Tel: 3017 / 3019

X-Gebäude, X-E1-224

Auf der folgenden Seite finden Sie Hinweise zum Umgang mit psychisch erkrankten Studierenden, die in Austauschrunden mit Lehrenden, Verwaltungsmitarbeiter\*innen und der ZSB erarbeitet wurden.

## **Umgang mit psychisch kranken Studierenden: Hinweise für Gesprächssituationen und E-Mails**

Keine Diagnosen stellen! Ganz abgesehen von der fehlenden Kompetenz: Auch gut gemeinte Laien-Diagnosen zu psychischen Störungen können sehr verletzend sein.

Zeitraumen für Gespräche oder Mail-Kontakte im Blick haben! Bei ausufernden Darstellungen frühzeitig darauf hinweisen, dass die Zeit begrenzt ist. Ggf. nochmal auf das nahe Ende des Gesprächs bzw. der Sprechzeit aufmerksam machen. Auch per Mail: Zeitaufwand begrenzen und dies den Studierenden sachlich mitteilen! (z.B.: „Ich antworte Ihnen gern, aber manchmal kann es einige Tage dauern, bis ich mich zurückmelde.“)

Mit Offenheit zuhören oder lesen und Geschildertes ernst nehmen, auch wenn es unglaubhaft ist und das Zuhören schwerfällt! Was psychisch erkrankte Personen darstellen, ist ihre Realität. Wenn Dinge erzählt werden, die wenig glaubhaft erscheinen, geschieht dies nicht zu Täuschungszwecken oder aus böser Absicht.

Logik Betroffener muss nicht studienrechtlicher Logik entsprechen. Man muss als Person mit Entscheidungsmacht nicht unbedingt verstehen oder nachvollziehen können, was bei der erkrankten Person vorgeht.

Eigene Unsicherheit ansprechen! Wenn man unsicher ist, wie man auf eine irritierende Verhaltensweise oder Äußerung reagieren kann oder sollte, schadet es nicht, dies mitzuteilen. Es kann angebracht sein, sich Zeit zum Überlegen zu nehmen und eine Antwort zu einem späteren Zeitpunkt zuzusagen („Ihre Frage ist für mich neu und ich muss erst mal etwas darüber nachdenken. Ich antworte Ihnen morgen.“).

Sich zu schützen vor zu großer Belastung ist berechtigt. Mit manchen psychischen Störungen geht einher, dass die Betroffenen sich nur schwer abgrenzen können oder das rechte Maß für Angemessenes verlieren. Man muss sich nicht alles anhören oder alles lesen (z.B. sehr intime Inhalte) und man darf lange Schilderungen unterbrechen. Das kann man einfühlsam tun, in dem man kund tut, dass man sich überfordert fühlt oder in der jeweiligen professionellen Rolle bestimmte Dinge lieber nicht erfahren möchte („Pardon bitte, aber ich möchte das lieber nicht hören. Für unseren Kontakt hier ist es besser, wenn ich als Lehrende\*r nicht zu viel von Ihnen weiß“).

Je nach eigener Situation und Möglichkeit (limitiertes) Unterstützungsangebot machen, z.B.: Begrenztes Beziehungsangebot als Ansprechperson für Probleme im Studium, nicht für persönliche Probleme!

Unter Wahrung von Datenschutz Kolleg\*innen hinzuziehen: Es ist kein Zeichen von Inkompetenz, sondern von Professionalität, Meinungen und Rat von Kolleg\*innen einzuholen (z.B. beim Entscheid über grenzwertige Studienleistungen erkrankter Studierender).

Hinweise auf professionelle Hilfemöglichkeiten sehr sachlich ansprechen und auf niedrigschwellige Beratungsangebote aufmerksam machen, nicht gleich auf Psychiatrie!

***In krisenhaften Situationen zuständige Krisendienste hinzuziehen (s.S.1); in weniger akuten Fällen ggf. Kontakt zur ZSB aufnehmen und das eigene Vorgehen dort besprechen.***