

## □ Wie helfen wir Ihnen?

Die psycho-soziale Beratung ist ein Angebot der Hochschule des Bundes für Studierende und wird in der Regel durch Lehrende der Psychologie bzw. durch andere geschulte Kräfte an der Hochschule durchgeführt.

Die Beratung wird als „Hilfe zur Selbsthilfe“ verstanden, d.h. sie zielt darauf ab, Zugang zu den eigenen Ressourcen zu finden und damit eigenes Handeln und Entscheiden zu ermöglichen.



In einem persönlichen Erstgespräch können Sie sich zu psychologischen Anliegen, Unsicherheiten oder Problemen, die Lebensqualität oder Studienerfolg beeinflussen, beraten lassen.

Bei Bedarf können dann gegebenenfalls weitere Gespräche vereinbart werden.

## □ Terminvereinbarung

Wenn Sie eine Beratung wünschen, schreiben Sie bitte eine E-Mail an:

---

[psycho-soziale-beratungsstelle@hsbund.de](mailto:psycho-soziale-beratungsstelle@hsbund.de)

---



Geben Sie dabei neben Informationen zu Ihrer Person und Ihrem Anliegen auch Ihre zeitlichen Verfügbarkeiten und möglichst auch Ihre telefonische Erreichbarkeit an.

Beratung in Anspruch zu nehmen ist Ausdruck eines kompetenten Umgangs mit den eigenen Problemen und Schwierigkeiten.

---

### Impressum:

Hochschule des Bundes für öffentliche Verwaltung

Willy-Brandt-Straße 1  
50321 Brühl

[www.hsbund.de](http://www.hsbund.de)

Bildnachweis: Peggy & Marco Lachmann-Anke auf Pixabay

# Psycho-Soziale Beratungsstelle



---

Informationen  
zum Beratungsangebot  
für Studierende an der HS Bund

---

## □ Liebe Studierende,

Ihr Studium bietet viele neue Chancen, kann aber auch eine große Herausforderung sein.

Durch den neuen Lebensabschnitt an der Hochschule ergeben sich oft ungewohnte Situationen. Es gilt selbstverantwortlich zu lernen, Prüfungen zu bewältigen und den Abschluss zu schaffen. Erschwerend kommt oft hinzu, dass Vertrautes plötzlich fehlt oder nicht mehr richtig funktioniert.

Diese Umstände können dafür sorgen, dass Studierende ernste psychische Belastungen erfahren.



## □ Beratungsanliegen

Die Psycho-Soziale Beratungsstelle hilft Ihnen bei der Bewältigung von aktuellen persönlichen und studienbedingten Problemen wie z.B.

- Lernschwierigkeiten
- Stressbewältigung
- Einsamkeit und Heimweh
- Gefühl von Traurigkeit
- Sucht und Abhängigkeit

Als familienfreundliche Hochschule stehen wir insbesondere bei Problemen zur Verfügung, die sich durch das Studieren mit Kindern ergeben.



Sie können sich auch an die Beratungsstelle wenden, wenn Sie bemerken, dass Studierende aus Ihrem Umfeld Unterstützung benötigen.

Die Beratungsstelle bietet keine Psychotherapie an, unterstützt aber im Bedarfsfall bei der Vermittlung an weiterführende externe Fachkräfte.

## □ Beratungsgrundsätze und Verschwiegenheit

Alle Beraterinnen und Berater sind während und nach der Beratung zur Verschwiegenheit verpflichtet und handeln ausschließlich im Interesse des zu Beratenden.

Die Beratung ist grundsätzlich kostenfrei und erfolgt auf freiwilliger Basis.

Im Zentrum der Beratung steht das individuelle Anliegen der Ratsuchenden.



Um Ihnen einen Termin mit einer passenden Beraterin bzw. einem passenden Berater anbieten zu können, ist es hilfreich, vorab einige Eckdaten zu Ihrer Person und Ihrem Anliegen zu erfahren.

Selbstverständlich werden bereits diese Informationen streng vertraulich behandelt.