



## Behinderung – (k)ein Tabu

### Psychische Erkrankungen

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) differenziert den Begriff *psychische Erkrankung* zum einen als psychische Gesundheitsprobleme und -belastungen sowie diagnostizierbare psychische Störungen wie Schizophrenie und Depression. Laut Sozialgesetzbuch IX sind chronisch psychische Erkrankungen, welche an der Teilhabe an den verschiedenen Lebensbereichen hindern, einer Behinderung rechtlich gleichgestellt.

Gerade im Studium wirken viele verschiedene Einflüsse auf die Studierenden ein und es können Belastungen entstehen, die vorher nicht existierten. Gelingt die Bewältigung dieser Belastungen aufgrund einer psychischen Vorerkrankung oder einer entsprechenden Disposition nicht, kann es zu psychischen Fehlbelastungen und damit zu Symptomen wie Stress, psychosomatischen und psychischen Störungen oder z.B. einem Burn-Out Syndrom kommen.

Dass die Zahlen psychisch kranker Menschen über die letzten Jahre deutlich zugenommen haben – sie stiegen zwischen 2005 und 2011 um 42 Prozent an<sup>1</sup> – zeigt, dass es weiterhin dringenden Präventions- und Handlungsbedarf gibt. Zu den psychischen Störungen, die im Studium auftreten oder in ihrer Ausprägung zunehmen können, gehören z.B. Panikattacken, generalisierte Angststörungen und Depressionen. Häufig geht seelisches Leiden auch mit körperlichen Symptomen einher, die eine zusätzliche Belastung darstellen.

Psychische Erkrankungen sind immer noch stark tabuisiert. Viele Studierende, die durch psychische Probleme in ihrer Studierfähigkeit erheblich eingeschränkt sind, verzichten darauf, vorhandene Beratungsstellen und Unterstützungsangebote anzunehmen.

<sup>1</sup> Stange, K.H. (2014): Psychotherapiemöglichkeiten, Hilfen und Nachteilsausgleiche für Studierende, Februar 2014, S. 7, Fachhochschule Erfurt

„Innerhalb meines Studiums hatte ich oft Schwierigkeiten. Ich fühlte mich durch den herrschenden Leistungsdruck dazu gezwungen, immer 100% zu geben. Bezüglich meiner psychischen Erkrankung hat es mir sehr geholfen, offen mit Kommiliton\_innen zu sprechen sowie Erfahrungen innerhalb der Seminare zu teilen. Ein offener Umgang war hierbei meist gegeben. Geholfen hätte mir sicherlich, mehr Unterstützung zu erhalten, um meine psychische Erkrankung im Hochschulalltag verstummen zu lassen.“ (Studentin der HSD)

Um Stigmatisierung der Betroffenen zu vermeiden, gilt es, für Aufklärung zu sorgen und psychische Erkrankungen und ihre Auswirkungen transparenter zu machen. Da das Feld der psychischen Erkrankungen sehr weit ist, können an dieser Stelle keine allgemeinen Aussagen über Symptomatiken bzw. deren Auswirkung auf ein Studium gemacht werden. Auf spezifische Erkrankungen soll im Laufe dieser Reihe noch eingegangen werden, Anregungen dazu nehmen wir gerne entgegen.

Zur Unterstützung der Betroffenen gibt es im Großraum Düsseldorf u.a. folgende Anlaufstellen:

#### **LVR-Tagesklinik- und Ambulanzzentrum am Universitätsklinikum Düsseldorf**

Moorenstraße 5  
40629 Düsseldorf  
Telefon: 0211/9223500  
E-Mail: [taz-duesseldorf@lvr.de](mailto:taz-duesseldorf@lvr.de)

#### **Landeshauptstadt Düsseldorf Gesundheitsamt Selbsthilfe-Service-Büro**

Kölner Straße 180  
40227 Düsseldorf  
Telefon: 0211/8992244  
E-Mail: [selbsthilfeservicebuero@duesseldorf.de](mailto:selbsthilfeservicebuero@duesseldorf.de)

Ein niedrigschwelliges **erstes Beratungsangebot** an der **Hochschule Düsseldorf** bietet die **Psychologische Beratung (PSB)** an.

#### **Marion Pahlen & Dirk Burba**

Gebäude 2, Raum 02.1.013  
40476 Düsseldorf  
Tel. 0211/4351-8134  
E-Mail: [info.psb@hs-duesseldorf.de](mailto:info.psb@hs-duesseldorf.de)

Die PSB bietet u.a. folgende Serviceleistungen:

- psychologische Beratung bei persönlichen Problemen: Depression, Ängste, Psychosomatische Beschwerden, Konflikte, Beziehungsprobleme, Überforderungsgefühlen, ADHS, LRS, Prokrastination,

- Kriseninterventionen,
- Coaching zu studienrelevanten Themen: Prüfungsängste und Studienstress, Lern- und Arbeitsstörungen, Blockaden und Blackouts, Zeitmanagement, Motivations- und Orientierungsprobleme,
- psychoedukative Workshops & Trainingskurse zu studienbezogenen Kompetenzen und präventiven gesundheitsbezogenen Themen: Entspannungsverfahren, Mentales Training, achtsamkeitsbasierte Stressreduktion, Psychophysioregulation
- „kurzzeittherapeutische“ Interventionen,
- berufliche Orientierung/psychologische Interessentests,
- Hilfe bei der Suche nach einem Psychotherapieplatz.

Auch die **Arbeitsstelle Barrierefreies Studium (ABS)** der HSD bietet Unterstützung und Beratung für Studierende mit psychischen Erkrankungen an, z.B. bei der Beantragung von Nachteilsausgleichen. Nachteilsausgleiche sind keine Vergünstigungen oder Bevorzugungen, sondern kompensieren individuell und situationsbezogen beeinträchtigungsbedingte Benachteiligungen und ermöglichen so eine Gleichstellung der behinderten und chronisch kranken Studierenden. Beispielsweise fällt es vielen chronisch psychisch erkrankten Studierenden aufgrund eines in der Regel schlecht vorherzusehenden Krankheitsverlaufs schwer, Fristen für Prüfungsleistungen einzuhalten. Mögliche Nachteilsausgleiche wären die Gewährung verlängerter Bearbeitungszeiten oder die flexible Anpassung von Studienverlaufsplänen. Chronische psychische Erkrankungen können in ihrer Symptomatik sehr vielfältig sein. Neben den genannten Nachteilsausgleichen sind weitere Anpassungen möglich. Sollten Sie unsicher sein, wie diese aussehen könnten, stehen wir Ihnen beratend zur Verfügung. Wir vermitteln außerdem gerne Kontakte zu den genannten Verbänden und Anlaufstellen. Es gibt zudem die Möglichkeit, sich bei Bedarf in einen der Ruheräume an der Hochschule Düsseldorf zurück zu ziehen.

Sprechen Sie uns an!

#### **Björn Brünink**

Münsterstr. 156  
Gebäude 2, Raum 02.1.008  
Telefon: 0211/4351-8970  
E-Mail: [barrierefrei@hs-duesseldorf.de](mailto:barrierefrei@hs-duesseldorf.de)  
URL: [www.hs-duesseldorf.de/abs](http://www.hs-duesseldorf.de/abs)

#### **Studentische Beratung und Assistenz**

##### **Mira Schiffer**

Münsterstr. 156  
Gebäude 2, Raum 02.1.008  
E-Mail: [stud.behindertenberatung@hs-duesseldorf.de](mailto:stud.behindertenberatung@hs-duesseldorf.de)