

Psychisch beeinträchtigte Studierende

Viele Studierende sprechen nicht über ihre Probleme, weil sie Angst davor haben sich jemanden anzuvertrauen bzw. nicht wissen was für Angebote vorhanden sind. Die Studierenden-Sozialerhebung hat gezeigt, dass psychische Erkrankungen im Jahr 2009 an der Universität Innsbruck 2,1% (573 Personen) aller Studierenden betroffen haben. Eine jüngere Erhebung unter 1500 Studierenden zeigte, dass sich in Folge der Corona-Pandemie bei 36 % der Befragten Ängste und depressive Verstimmungen entwickelt hatten (Vgl. Vötter 2021, S. 39ff). Du bist nicht allein mit deinen Problemen. Du kannst dich an die unten genannten Stellen, an uns vom Referat oder an die Behindertenbeauftragte der Universität wenden.

Psychologische Beratungsstelle

Die Psychologische Beratungsstelle bietet dir die Möglichkeit dich in einem Beratungsgespräch über Sinnhaftigkeit einer Therapie, Kosten und mögliche Formen der Finanzierung zu informieren bzw. stellt dir Infomaterial dafür zur Verfügung.

Hier findest du mehr Informationen zur Psychologischen Beratungsstelle in Innsbruck:

<https://www.studierendenberatung.at/standorte/innsbruck/ueberblick/>

Telefonnummer: 0043 – (0)512 – 507 – 39601

Mail: psycholog-studentenberatung@uibk.ac.at

BÖP-Psychnet

Der Berufsverband der Österreichischen PsychologInnen (BÖP) bietet dir kostenlos, professionelle Beratung – die absolut anonym ist – über ihre Helpline. Gleichzeitig kannst du auf ihrer Homepage Ärzte bzw. Anlaufstellen in deiner Umgebung finden.

Die Nummer der Helpline: 01-504 80 00

Die Homepage des BÖP: <http://www.psychnet.at>

Mental Health und ÖH

Da das Thema der mentalen Gesundheit durch die Corona-Pandemie einen neuen Stellenwert in der gesellschaftlichen Wahrnehmung erlangt hat, haben wir als ÖH Innsbruck verschiedene Projekte ins Leben gerufen, um Studierende bestmöglich zu unterstützen. Neben unterschiedlichen Workshops zur mentalen Gesundheit, einer eigenen „Mental Health Week“ gibt es auch diverse Unterstützungsangebote und Fördermöglichkeiten. Erkundige dich hierzu am besten direkt auf der Website der ÖH Innsbruck oder frag einfach in unserem Referat nach. Mehr Infos findest du hier: <https://www.oehweb.at/news/>

Die Bundes-ÖH hat auch eine eigene ÖH-Helpline eingerichtet:

Die Nummer der Helpline: 0043 – 1585 - 3333

Die Homepage: <https://www.oeh.ac.at/helpline>

Vötter, Bernadette (2021). Studieren in Zeiten von Corona: Eine österreichweite Erhebung der psychischen Gesundheit von Studierenden – Projekt „StudentsCoWeD. In Psychologische Studierendenberatung Innsbruck (Hrsg.), Mein Studium, mein Fahrrad und ICH (S. 39-45). Innsbruck: Studia Verlag.