

# Probleme im Studium?

## Informationen für Studierende: Wo finde ich Hilfe?

### Hier gibt es Hilfe

Viele Studierende fühlen sich gestresst, tragen schwer an Problemen – das Studium, die finanzielle Absicherung, Zukunftssorgen und das Leben an sich fordern heraus! Deshalb sind Studienschwierigkeiten, persönliche Konfliktsituationen oder psychische Belastungen nichts Außergewöhnliches. Darüber zu sprechen, fällt den meisten Menschen schwer. Zum Glück gibt es mittlerweile viele Beratungsangebote für Studierende.

### Sorgentelefon von Studierenden für Studierende: Nightline

Hier kannst Du Dir Deine Probleme von der Seele reden und Lösungen finden. Oberstes Prinzip der Nightlines: Absolute Anonymität! Auch die Nightliner selber bleiben anonym. Nichts von dem, was hier besprochen wird, dringt irgendwie nach außen. Die Nightliner, die Dir zuhören und mit Dir sprechen, sind Studierende wie Du und kennen sich aus mit den großen und kleinen Sorgen von Studierenden. Sie sind allerdings keine Psycholog\*innen, doch in Gesprächsführung geschult. Hier für Dich eine Liste der aktiven Nightlines in Deutschland

Nightline	Tage	Uhrzeit	Telefon	Homepage
Aachen	Mo	21 - 24	0241 - 56520343	<a href="http://www.nightline.rwth-aachen.de/">http://www.nightline.rwth-aachen.de/</a>
Berlin	Di, Do	20:30 - 24	030 – 2093 70666	<a href="http://berlin.nightlines.eu/">http://berlin.nightlines.eu/</a>
Bielefeld	Di, Mi, Do	21 - 24	0521 - 1063048	<a href="http://www.uni-bielefeld.de/stud/nightline/">http://www.uni-bielefeld.de/stud/nightline/</a>

Nightline	Tage	Uhrzeit	Telefon	Homepage
Dresden	Di, Do, So	21 - 01	0351 - 4277345	<a href="http://www.nightline-dresden.de">http://www.nightline-dresden.de</a>
Frankfurt/M	Mo, Mi, Fr	20 - 00	069 - 79817238	<a href="http://nightlineffm.com/">http://nightlineffm.com/</a>
Freiburg	Mo, Di, Mi, Do, Fr, Sa, So	20 - 24	0761 - 2039375	<a href="http://www.nightline-freiburg.de">http://www.nightline-freiburg.de</a>
Greifswald	Di, Do, So	22 - 02	03834 - 863016	<a href="http://www.nightline-greifswald.de">http://www.nightline-greifswald.de</a>
Heidelberg	Mo, Di, Mi, Do, Fr, Sa, So	21 - 02	06221 - 184708	<a href="http://www.nightline-heidelberg.de/">http://www.nightline-heidelberg.de/</a>
Karlsruhe	Di, Do,	21 - 01	0721 - 75406646	<a href="http://www.nightline-karlsruhe.de">http://www.nightline-karlsruhe.de</a>
Köln	Mo, Di, Do, Fr, So	21 - 01	0800 - 4703500	<a href="http://www.nightline-koeln.de/">http://www.nightline-koeln.de/</a>
Konstanz	Di, Mi, Sa, So	21 - 01	07531 - 206886	<a href="http://nightline-konstanz.de">http://nightline-konstanz.de</a>
Leipzig	Mo, Mi, Fr,	21 - 24	0341 - 9737777	<a href="http://leipzig.nightlines.eu">http://leipzig.nightlines.eu</a>
Magdeburg	Mi, So	21 - 24	0391 - 6752075	<a href="http://www.nightline-magdeburg.de/">http://www.nightline-magdeburg.de/</a>

Nightline	Tage	Uhrzeit	Telefon	Homepage
München	Di, Do,	21 - 01	089 – 35713571	<a href="https://nightlinemuenchen.wordpress.com/">https://nightlinemuenchen.wordpress.com/</a>
Münster	Mo, Di, Mi, Do, Fr	21 - 01	0251 - 8345400	<a href="http://www.nightline-muenster.de">http://www.nightline-muenster.de</a>
Potsdam	Mo, Di, Mi, Do, So	21 - 24	0331 - 9771834	<a href="http://www.nightline-potsdam.de/">http://www.nightline-potsdam.de/</a>
Tübingen	Mo, Mi,	21 - 01	07071 - 8895440	<a href="http://www.nightline-tuebingen.de/">http://www.nightline-tuebingen.de/</a>

## Psychosoziale Beratungsstellen der Studierendenwerke

In 43 Studierendenwerken gibt es mittlerweile psychosoziale Beratungsstellen. Deren Mitarbeiter\*innen unterliegen der Schweigepflicht und die Beratung ist kostenlos. Sie können weiterhelfen bei Prüfungsangst, Panikattacken, Motivationskrisen, Zweifeln an der Studienwahl, Stress oder Selbstzweifel, Aufschiebeverhalten, Kontaktschwierigkeiten, depressiven Verstimmungen, Ängsten/Hemmungen, Erfahrungen mit Gewalt und sexuellen Übergriffen, Problemen mit Alkohol oder Drogen, Schwierigkeiten aufgrund psychischer Erkrankungen und anderen Themen, die Dich belasten.

Ansprechpartner\*innen an Deinem Studienort:

<https://www.studentenwerke.de/de/ansprechpersonen-psb>

## Seelsorge der Evangelischen oder Katholischen Studierendengemeinde

In jeder Evangelischen oder Katholischen Studierendengemeinde gibt es Seelsorger\*innen, die für Gespräche mit Studierenden in allen Lebenslagen offen sind. Immer besteht auch die Möglichkeit Einzelgespräche zu führen oder sich über einen Zeitraum begleiten zu lassen. Die Evangelischen und Katholischen Studentengemeinden verstehen sich auch als Anlaufstelle für Erstsemester und Studierende, die neu an einen Studienort kommen. Sie bieten eine Vielzahl von Aktivitäten, die mehr oder weniger mit Religion zu tun haben und immer den Kontakt zu Mitstudierenden eröffnen.

Hier einige Links dazu:

<https://www.bistum-dresden-meissen.de/bildungsstark/ausbildung-und-studium/studierendenseelsorge-ksg/studierenden-seelsorge>

<https://www.esgkoeln.de/beratung-seelsorge-fur-studierende/>

<https://www.esg-bremen.de/beratung-und-seelsorge.php>

<https://www.esg-dortmund.de/seelsorge-und-beratung/>

<https://esgberlin.de/>

<https://karrierebibel.de/seelsorge/>