



# Psychische Krisen bei Student\*innen besser verstehen, ansprechen, vorbeugen!

## Unser Forum für Hochschulmitarbeiter\*innen

**Der Anbieter:** Irrsinnig Menschlich e.V. Leipzig ist die erste Organisation in Deutschland, die überregional ein niedrigschwelliges Präventionsprogramm zur Stärkung der psychischen Gesundheitskompetenz für Student\*innen und seit 2021 auch für Mitarbeiter\*innen an Hochschulen anbietet. Ziel ist dabei stets die Verhaltens- und Verhältnisprävention.

**Zielgruppe:** Mitarbeiter\*innen aus Lehre, Forschung und Verwaltung, die mit Student\*innen arbeiten

**Inhalt:** Junge Menschen sind am häufigsten von psychischen Erkrankungen wie Depressionen, Angst und Suchtstörungen betroffen. Deshalb werden Hochschulmitarbeiter\*innen, besonders jene, die in der Lehre tätig sind, immer wieder psychisch belasteten und erkrankten jungen Erwachsenen begegnen: Einerseits treten etwa 25% der Student\*innen ihr Studium bereits psychisch belastet an. Andererseits können sie im Studium mit Situationen, Ereignissen oder Erkenntnissen konfrontiert werden, für die sie keine Bewältigungs- oder Gestaltungsstrategien haben und die psychische Krisen auslösen. Das ist für die Mitarbeiter\*innen eine Herausforderung in der Begleitung von Student\*innen.

- Wie können sich Hochschulmitarbeiter\*innen gut darauf vorbereiten?
- Welche Maßnahmen der Prävention und Gesundheitsförderung sind nützlich?
- Wie können sie mit (eigenen) Ängsten, Vorurteilen und Stigmatisierungen umgehen?
- Was ist die Rolle von Hochschulmitarbeiter\*innen im Krisenfall?
- Wer kann und was kann helfen?
- Welche innere Haltung und welches methodische Handwerkszeug tragen zu guten Gesprächen bei?

Das Forum gibt die Möglichkeit, sich zum Umgang mit psychischen Krisen auszutauschen, die eigenen Haltungen und Kenntnisse zu überprüfen und zu erweitern sowie Impulse und Gute Praxis für Prävention und Gesundheitsförderung in Bezug auf psychische Gesundheit zu bekommen.

**Referent\*innen:** Fachliche und persönliche Expert\*innen, Irrsinnig Menschlich e.V.

**Dauer:** 2 Stunden online und / oder offline