



Beratung – bevor die Krise kommt

Psychosoziale Studierendenberatung



Kontakt

Ihre Ansprechpartnerin



Kay Filiz Burmeister
Dipl. Sozialpädagogin (FH) / Gestalttherapeutin GSK

Tel: 0431 32 09 150
Mobil: 0179 44 82 795
E-Mail: psb@fhvd-sh.de
www.fhvd-sh.de
Campus Altenholz
Raum 32 (Treppenaufgang beim Fitnessraum)



Campus Altenholz
Rehmkamp 10
24161 Altenholz

Campus Reinfeld
Ahrensböcker Str. 51
23858 Reinfeld

Anmeldung

Die Terminvereinbarung kann auf unterschiedlichen Wegen stattfinden:

Über den **Online Terminkalender** auf der Homepage der FHVD oder hier:



zur Homepage



zur Terminvergabe

Während der **offenen Sprechstunde**:
Montag und Donnerstag von 09.30 Uhr bis 12.00 Uhr

Telefonisch: sollte die PSB nicht erreichbar sein, können Sie eine Nachricht (mit Angabe von Namen und Telefonnummer) auf dem Anrufbeantworter hinterlassen; Sie werden zeitnah zurückgerufen.

Per **E-Mail:** Senden Sie eine Nachricht mit Ihrem Anliegen und Ihrer Telefonnummer. Die PSB bemüht sich, Ihre Anfragen umgehend zu bearbeiten.

Termine sind kurzfristig möglich.

Psychosoziale Studierendenberatung PSB

Liebe Studierende,
Liebe Teilnehmende von Studienaufbaugängen,

Das Studium bietet viele Chancen und kann gleichzeitig große Herausforderungen mit sich bringen.

Haben Sie persönliche oder studienbedingte Anliegen oder Probleme?

Leiden Sie unter starken Prüfungsängsten?

Hinterfragen Sie den Sinn und die Ziele Ihres gegenwärtigen Tuns?

Plagen Sie sich mit Selbstzweifeln und suchen Sie nach Orientierung?

Dann kann die Psychosoziale Studierendenberatung die richtige Adresse für Sie sein, an die Sie sich wenden können: Die PSB bietet eine unkomplizierte Anlaufstelle bei allen studienbezogenen und persönlichen Fragen und Anliegen.

Sie ist ein Angebot der Fachhochschule für Verwaltung und Dienstleistung und wird von einer professionellen Fachkraft durchgeführt.

Beratungsanliegen

Sie können sich grundsätzlich mit allen Themen des Lebens an die PSB wenden. Die PSB hilft bei der Bewältigung, beispielsweise bei:

studienbezogenen Problemen:

- Prüfungsängste
- Arbeitsstörungen
- »Aufschieberitis« (Prokrastination)
- Überforderung und Stressbewältigung
- Lernstrategien

persönlichen Problemen:

- akute Krisen
- Entscheidungs- und Orientierungsschwierigkeiten
- Beziehungsprobleme
- Konflikte
- depressive Verstimmungen
- Süchte

Sie und Ihr Anliegen stehen im Mittelpunkt der Beratung. Je nach Bedarf können ein oder mehrere Gespräche stattfinden.

Wenn Sie es wünschen, können Sie auch weiterführende Hilfsangebote erhalten – Sie geben das Thema und die Richtung vor.

Arbeitsweise

Wie wir Menschen sind Anliegen und Lösungen individuell und besonders. Die Arbeitsweise der PSB ist geprägt durch eine grundsätzlich wertschätzende, respektvolle und erwartungsfreie Haltung.

Die Beratung in der PSB versteht sich als Hilfe zur Selbsthilfe und soll dazu beitragen, eigene Stärken und Fähigkeiten (wieder) zu entdecken und zu beleben. Sie hilft Ihnen, Ihre Situation zu klären, Entscheidungen zu treffen und neue Handlungsmöglichkeiten zu entwickeln.

Die Beratungsgespräche können in Präsenz, online oder telefonisch durchgeführt werden.

Die Beratung ist kostenlos, unterliegt der Schweigepflicht und wird streng vertraulich behandelt. Sie erfolgt auf freiwilliger Basis und kann auf Wunsch anonym erfolgen.

Weitere Informationen und Angebote finden Sie auf der Homepage der FHVD oder auf der Lernplattform ILIAS.

Zielgruppe:

- Studierende an der FHVD am Campus Altenholz und am Campus Reinfeld
- Teilnehmende von Aufbaustudienlehrgängen