

WIE GEHT ES DIR?

Gut, danke.

... ausbleibender Studierendenerfolg?

... süchtig?

... Familienprobleme?

... isoliert?

... diskriminiert?

... erdrückt von der Last?

... du bist nicht allein.

Persönliche Beratung

Zusätzlich zum Online Angebot, gibt es auch die Möglichkeit, sich einen Termin bei einer/einem unserer Psycholog*innen/Psychotherapeut*innen zu vereinbaren. Die Psychosoziale Beratungsstelle soll Studierende im vertraulichen Gespräch bei der Suche nach Lösungsmöglichkeiten sowohl zu arbeitspezifischen Problematiken als auch in persönlichen Konfliktsituationen unterstützen.

Wie geht es dir?

Meist antworten wir auf diese Frage mit „Gut, danke“. Fakt ist jedoch, dass es uns nicht immer gut geht. Stress, Prüfungsangst oder Probleme im privaten Umfeld beschäftigen viele Studierende. Sollte es auch dir mal so gehen und du brauchst jemanden zum Reden, sind die Psycholog*innen im Student Helpchat oder vor Ort für dich da.

Psychologische Studierendenberatung

Die psychologische Studierendenberatung hilft Studierenden dabei, ihre Kompetenzen zur Bewältigung des Studiums zu verbessern und Probleme in der Studienzeit zu bewältigen. Alle Angebote sind kostenlos und können vertraulich, auf Wunsch auch anonym, in Anspruch genommen werden.

Online Beratung

Die Beratung im Student Helpchat ist niederschwellig und einfach. Du kannst per Text-Chat, Video- oder Audiotelefonie mit den Psycholog*innen sprechen – und das unabhängig von Ort und Uhrzeit. So kann die Beratung zum Beispiel ganz bequem von zu Hause stattfinden – auch abends und am Wochenende.

Alle Infos findest du auch hier:
<https://htugraz.at/service/psychosoziale-und-psychologische-studierendenberatung/>