



UNTERSTÜTZUNGSANGEBOTE FÜR STUDIERENDE

*bei akuten Krisen, psychischen
Belastungen und Erkrankungen*



Eine akute Krise beinhaltet den Verlust des inneren Gleichgewichts, wenn Situationen oder Lebensumstände momentan nicht bewältigt werden können, weil die gewohnten Verhaltensstrategien nicht greifen oder zusammenbrechen.

In so einer Situation sind oft das Denken und das Fühlen gestört. Manchmal können Gefühle so intensiv auftreten, dass sie schwer zu kontrollieren sind und beispielsweise Angst, Wut, Hoffnungslosigkeit, Einsamkeit oder Trauer übermächtig und bedrohlich erscheinen.

Die Ursachen für eine psychische Krise sind vielfältig: Verluste, traumatische Erlebnisse, psychosoziale Konflikte oder lebensverändernde Umbrüche sind nur einige mögliche Auslöser. Die Ursache kann aus einer kurzfristigen Belastung resultieren, zum Beispiel infolge einer Schockreaktion aufgrund einer realen Gefahrensituation. Oder sie ist die Folge einer andauernden Belastung, die sich über die Zeit zunehmend aufstaut und plötzlich entlädt. Dies äußert sich in Symptomen wie akuter Angst, Aggressivität, Verwirrtheit oder Wahn mit unterschiedlicher Intensität.

Gelingt es nicht, psychische Krisen aus eigener Kraft in kurzer Zeit zu überwinden, sollte professionelle Hilfe gesucht werden.

In diesem Flyer sind mögliche Anlaufstellen aufgelistet, an die sich Betroffene wenden können.

HILFEN IN AKUTEN KRISEN

RETTUNGSDIENST / NOTARZT 112

KRISENDIENST

Rund um die Uhr erreichbar: **0800 6553000**

www.krisendienste.bayern/

TELEFONSEELSORGE

Rund um die Uhr erreichbar: **0800 1110111**

oder **0800 1110222**

www.telefonseelsorge-wuerzburg.de/

KLINIK FÜR PSYCHIATRIE, PSYCHOSOMATIK UND PSYCHOTHERAPIE DES UNIVERSITÄTSKLINIKUMS

Telefonisch ist die Pforte unter **0931 20176050** erreichbar. Lassen Sie sich mit dem diensthabenden Arzt bzw. Ärztin verbinden.

www.ukw.de/psychiatrie/startseite/

Margarete-Höppel-Platz 1, 97080 Würzburg

ZENTRUM FÜR SEELISCHE GESUNDHEIT (ZSG) AM KÖNIG-LUDWIG-HAUS

Telefon: **0931 8030**

Telefon Diensthabender Arzt: **0931 8035528**

<https://zentrum-fuer-seelische-gesundheit.bezirk-unterfranken.de/>

Brettreichstr. 11, 97074 Würzburg

BEZIRKSKRANKENHAUS LOHR

Telefon: **09352 5030**

www.bezirkskrankenhaus-lohr.de/

Am Sommerberg 21, 97816 Lohr am Main

BEZIRKSKRANKENHAUS WERNECK

Telefon: **09722 210**

www.psychiatrie-werneck.de/

Balthasar-Neumann-Platz 1, 97440 Werneck

ANGEBOTE DER UNIVERSITÄT WÜRZBURG

Für Studierende

KONTAKT- UND INFORMATIONSTELLE FÜR STUDIERENDE MIT BEHINDERUNG UND CHRONISCHER ERKRANKUNG (KIS)

Sandra Mölter M.A. | Nele Hallemann

Beratung und Unterstützung bei studiumsbezogenen Problemen bei vorliegender psychischer Erkrankung (z. B. Depression, Angststörung, ADHS, PTBS).

Telefon: **0931 3184052**

E-Mail: **kis@uni-wuerzburg.de**

www.uni-wuerzburg.de/chancengleichheit/kis/startseite/

Am Hubland, 97074 Würzburg

Die KIS vermittelt auch an geeignete Stellen!!!

Für Doktorandinnen und Doktoranden

KONFLIKTBERATUNGSSTELLE / SUCHTBERATUNGSSTELLE

Geschäftsführende Leiterin: Dipl.-Psych. Katja Beck-Doßler

Telefon: **0931 3182020**

E-Mail: **konfliktberatung@uni-wuerzburg.de**

E-Mail: **suchtberatung@uni-wuerzburg.de**

www.uni-wuerzburg.de/konfliktmanagement

www.uni-wuerzburg.de/suchtberatung

Marcusstraße 9–11, 97070 Würzburg

V.i.S.d.P: Universität Würzburg, Kontakt- und Informationsstelle für Studierende mit Behinderung und chronischer Erkrankung (KIS)

Redaktion: Sandra Mölter, Leiterin der KIS | **Stand:** November 2022

PSYCHISCHE BELASTUNGEN UND ERKRANKUNGEN

KLINIK FÜR PSYCHIATRIE, PSYCHOSOMATIK UND PSYCHOTHERAPIE DES UNIVERSITÄTSKLINIKUMS

Allgemein- und Spezialsprechstunden

Die Poliklinik bietet ambulante Behandlung zur Krankheitsverhütung, Früherkennung, Rückfallverhütung und die Vermeidung unerwünschter Therapie-Effekte. Die poliklinische Betreuung bezieht Familienberatung, Krisenintervention, Sucht- und Suizid-Prophylaxe mit ein. Neben der normalen ambulanten Behandlung übernehmen die unterschiedlichen Spezialambulanzen die nachstationäre Versorgung von Patientinnen und Patienten im Anschluss an einen stationären Aufenthalt.

Anmeldung und Terminvereinbarung sind unter
Telefon: **0931 20177800** oder per E-Mail: **ep_poli@ukw.de**
über das Sekretariat während der Geschäftszeiten möglich.

FACHSTELLE SUIZIDBERATUNG WÜRZBURG

Wenn Sie nicht mehr weiter wissen ...

Wenn Sie das Gefühl haben, am Abgrund zu stehen ...

Wenn das Leben Herausforderungen an Sie stellt, die Sie im Moment nicht alleine bewältigen können ...

Wenn Sie einschneidende Erfahrungen machen wie Trennung, Tod eines nahestehenden Menschen, nach einem Suizidversuch, Gewalterfahrungen, Verlust des Arbeitsplatzes oder anderer wichtiger Lebensgrundlagen ...

Wenn Sie selbst daran denken, nicht mehr leben zu wollen ...

Wenn Angehörige daran denken, nicht mehr leben zu wollen ...

Wenn Sie jemanden durch Suizid oder eine andere Todesart verloren haben ...

Telefon: **0931 571717**

E-Mail: **info@fachstelle-suizidberatung.de**

www.fachstelle-suizidberatung.de/

AMBULANTE PSYCHOTHERAPIE

Sprechstunde (KVB Therapieplatzvermittlung, Terminservicestelle)

**[www.kvb.de/service/patienten/terminservicestelle/
terminservicestelle-psychotherapie/](http://www.kvb.de/service/patienten/terminservicestelle/terminservicestelle-psychotherapie/)**

HOCHSCHULAMBULANZ FÜR PSYCHOTHERAPIE

Sollten Sie an einer Psychotherapie interessiert sein, rufen Sie bitte in der festen Aufnahmesprechstunde (Mo 12–13 Uhr, Mi 9–10 Uhr und Do 18–19 Uhr) an.

Telefon: **0931 3182839**

E-Mail: **hochschulambulanz@psychologie.uni-wuerzburg.de**

www.psychologie.uni-wuerzburg.de/hochschulambulanz/psychotherapie/



SOZIALPSYCHIATRISCHE DIENSTE

Für Menschen mit psychischer Erkrankung.

Bei beispielsweise folgenden Fragen ist der Sozialpsychiatrische Dienst der richtige Ansprechpartner:

- Sie sorgen sich um ihre psychische Gesundheit?
- Machen Sie sich Gedanken um die psychische Gesundheit Ihrer PartnerInnen, KollegInnen, Eltern oder Kinder?
- Interessieren Sie sich für die Möglichkeiten von Psychotherapie oder einer Rehabilitation?
- Brauchen Sie eine Begleitung bis zum Beginn Ihrer Psychotherapie oder danach?
- Sie möchten nach einer Erkrankung wieder ins Berufsleben einsteigen?
- Sie sind längerfristig erkrankt und suchen nach Unterstützung?

ERTHAL SOZIALWERK

Telefon: **0931 55445**

E-Mail: **spdi.wuerzburg@erthal-sozialwerk.de**

www.erthal-sozialwerk.de/spdi/beratung-3/

Juliuspromenade 3, 97070 Würzburg

BERATUNGSSTELLE FÜR SEELISCHE UND SOZIALE GESUNDHEIT DES BRK KREISVERBAND WÜRZBURG

Telefon: **0931 413080**

E-Mail: **spdi@kvwuerzburg.brk.de**

www.kvwuerzburg.brk.de/angebote/sozialpsychiatrie/beratungsstellen-fuer-seelische-und-soziale-gesundheit/wuerzburg.html

Frankfurter Straße 10, 97082 Würzburg

PSYCHOLOGISCHES BERATUNGSTEAM IN DER KATHOLISCHEN HOCHSCHULGEMEINDE (KHG)

E-Mail: **beratungsteam@khg-wuerzburg.de**

www.khg-wuerzburg.de/arbeitskreise-initiativen/psycholberatungsteam/

Hofstallstr. 4, 97070 Würzburg

PSYCHOTHERAPEUTISCHE BERATUNGSSTELLE DES STUDENTENWERKS

Die Psychotherapeutische Beratungsstelle steht allen Studierenden der Hochschulen aus Würzburg, Aschaffenburg, Schweinfurt und Bamberg zur Seite. Sie hilft, ein tieferes Verständnis für Ihre persönlichen Probleme zu entwickeln, Lösungswege zu erkunden und Mut für anstehende Veränderungsschritte zu fassen. Bei studienbezogenen Problemen gibt die Beratungsstelle Anregungen, wie Studierende ihren Arbeitsalltag sinnvoll strukturieren und effektiv lernen können. Das Team besteht aus Psychologinnen und Psychologen.

Die Beratungsstelle unterliegt der Schweigepflicht und geht mit allen Daten und persönlichen Informationen vertraulich um. Die Beratungsstelle ist eine Einrichtung des Studentenwerks und unabhängig von den Hochschulen.

Außerdem bietet die Beratungsstelle Seminare und Gruppen zu verschiedenen Themen an. Anmeldung unter:

www.studentenwerk-wuerzburg.de/beratung/anmeldung.html

Am Studentenhaus, 97072 Würzburg

PSYCHOLOGISCHE BERATUNGSSTELLE AN DER ESG

Telefon: **0931 7961914**

E-Mail: beratungsstelle@esg-wuerzburg.de

www.beratungsstelle-esg.de

Friedrich-Ebert-Ring 27b, 97072 Würzburg