



Universität
Zürich ^{UZH}

ETH

Eidgenössische Technische Hochschule Zürich
Swiss Federal Institute of Technology Zurich

Psychologische Beratungsstelle

Tätigkeitsbericht 2018

Universität Zürich und ETH Zürich
Psychologische Beratungsstelle
Plattenstrasse 28
8032 Zürich
044 634 22 80
www.pbs.uzh.ch
www.pbs.ethz.ch

Inhaltsverzeichnis

1 Angebot der PBS	3
1.1 Angebote für Immatrikulierte	3
1.2 Coaching für Angehörige der UZH und ETHZ bei Problemen mit Studierenden oder Doktorierenden	3
1.3 Experten-Funktion	3
2 Entwicklungen und Ereignisse	4
2.1 Zusammenfassung	4
2.2 Kommission / Arbeitsgruppe Strategie	4
2.3 Team	4
2.4 Weiterbildungen / -qualifikationen der Teammitglieder	4
2.5 Kontakte und Kooperationen	5
2.6 Medienpräsenz / Events	6
2.6.1 Vorträge / Kursleitung	6
2.7 Netzwerk Krise & Suizid	7
3 Kennzahlen und Statistik	8
3.1 Zusammenfassung	8
3.2 Anzahl der Anmeldungen / Hochschulzugehörigkeit	8
3.3 Studienstufen / Hochschulzugehörigkeit	8
3.4 Geschlecht	9
3.5 Konsultationssprachen	10
3.6 Zyklischer Jahresverlauf	10
3.7 Konsultationen	10
3.8 Durchschnittliche Anzahl Konsultationen pro Klient bzw. Klientin / Abschluss	11
3.9 Abschluss, Behandlungsempfehlung	11
3.10 Gruppen	12
3.11 Coaching	12
3.12 "Nim" (nicht-immatrikulierte Personen)	12
3.13 Fazit	13
4 Ausblick und Ziele für 2018	13

Vorwort

Studieren an der UZH und ETHZ erfreut sich ungebrochener Popularität und hohen Ansehens. Allerdings können sich während allen Studienstufen durch akademische Aufgaben und adoleszentäre Dynamik Herausforderungen auftürmen und Krisen oder seelisches Leiden bewirken. Wir machen es gerne zu unserer Aufgabe, rasch und kompetent zu helfen. Die Möglichkeit mit Fachleuten über sich zu sprechen, hilft zu beruhigen, begünstigt die Entwicklung der Persönlichkeit und garantiert frühzeitig und präventiv psychischen Störungen entgegenzuwirken.

Dieser Tätigkeitsbericht informiert über die Arbeit der Psychologischen Beratungsstelle für Studierende im Jahr 2018, indem ein Einblick in Angebot, institutionelles Umfeld, Kennzahlen und klinische Merkmale der Klientel gegeben wird.

1 Angebot der PBS

Unser Angebot gliedert sich gemäss der Vereinbarung zwischen UZH und ETHZ vom 1. Juni 2016 in drei Elemente, nämlich in das primäre für Immatrikulierte, in ein zweites für Angehörige von UZH und ETHZ, soweit Studierende involviert sind, und in ein drittes, das Experten-Dienstleistungen für die UZH und ETHZ umfasst. Im Jahr 2018 wurden folgende spezifische Angebote gemacht:

1.1 Angebote für Immatrikulierte

- Klinisch-psychologische Beratung bei Belastungssituationen und psychischen Problemen
- Schreibberatung, wenn aus psychischen Gründen schriftliche Arbeiten nicht gelingen
- Konfliktberatung (speziell für Doktorierende)
- Cultural Integration

1.2 Coaching für Angehörige der UZH und ETHZ bei Problemen mit Studierenden oder Doktorierenden

- Coaching im persönlichen Gespräch, per Telefon oder E-Mail
- Unterstützung der Student-Services von UZH und ETHZ (Coaching und Weiterbildung)
- Supervisionsgruppe für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in beratenden Funktionen, die ihre Kompetenz für schwierige Gesprächssituationen verbessern möchten.

1.3 Experten-Funktion

- Bedrohungsmanagement (Assessment und Intervention im interdisziplinären Team)
- Beurteilung von Studierfähigkeit
- Weiterbildungen (bspw. für Studienfachberater, administratives Personal)
- Betreuung des Netzwerks "Krise & Suizid"
- Mitarbeit im Bereich "Gesunde Hochschule"

2 Entwicklungen und Ereignisse

2.1 Zusammenfassung

- Im Jahr 2018 sind wieder sehr viele Studierende und Doktorierende zu uns gekommen, um sich unterstützen zu lassen. 1508 Personen haben sich zum ersten Mal an uns gewandt, das sind 22% mehr als im Vorjahr.
- Durch die Aufstockung der personellen Ressourcen kam es zu personellen Veränderungen in der Psychologischen Beratungsstelle: Für die neugeschaffenen Stellen konnten wir mit Sandra Angst per September und mit Katarzyna Swita per Oktober zwei neue psychologische Mitarbeiterinnen gewinnen. Im Oktober verliess uns Fiona Herzig, die freigewordene Stelle konnten wir per Januar 2019 neu besetzen.
- Für das Netzwerk Krise & Suizid haben wir eine interessante Weiterbildung mit med. pract. Natalija Gavrilovic Haustein und Dipl.-Psych. Cornelia Beck als Referentinnen zum Thema "Krise & Suizidalität – und danach? Umgang der Fachstellen und des betroffenen Umfelds" durchgeführt sowie zwei Krisen-Cafés. Das Bedrohungsmanagement erforderte in Einzelfällen intensives Engagement.
- Monatlich fand eine Fallgruppensupervision unter der Leitung von Dr. med. Hans-Rudolf Schneider statt.

2.2 Kommission / Arbeitsgruppe Strategie

Die PBS wird von der "Kommission Psychologische Beratungsstelle für Studierende" unterstützt und beaufsichtigt.

Die Arbeitsgruppe Strategie ist eine Untergruppe der Kommission und unterstützt die Ausrichtung und Differenzierung des Angebotes. Am 22. Januar 2019 wurden folgende Fragen diskutiert:

1. Aktuelle organisatorische Veränderungen
2. Überblick über die wichtigsten Entwicklungen 2018 und Erläuterungen zum Angebot der PBS
3. Diskussion hinsichtlich der steigenden Klientinnen-/Klientenzahlen

2.3 Team

Zum Team im Jahr 2018 gehören Sandra Angst (Psychologin), Fiona Herzig (Psychologin), Salome Lienert (Psychologin), Dian Ngurah Alit (Psychologin), Susanne Richter (Psychologin), Dominic Suter (Psychologe), Katarzyna Swita (Psychologin), Laura Camenzind (Sekretariat), Annette Kerkow (Sekretariat) und Cornelia Beck (Psychologin und Leitung).

2.4 Weiterbildungen / -qualifikationen der Teammitglieder

Das Team hat sich mit diversen internen und externen Weiterbildungen, Kursen, Einzelfallsupervisionen und Fallsupervision im Team fachlich weitergebildet, z.B.:

- Am 30. Januar 2018 nahm das ganze Team an einer Weiterbildung durch Dr. phil. Philipp Horn, Psychotherapeut, Coach und Organisationsberater, zum Thema ‚Suizidalität‘ teil.
- Am 19. Juni 2018 nahm das ganze Team an einer Weiterbildung durch Dr. phil. Irmgard Dettbarn, Psychotherapeutin in Deutschland und China, zum Thema ‚Psychologische Beratung bei chinesischen Studierenden‘ teil.

2.5 Kontakte und Kooperationen

- Am 12. Februar 2018 präsentierte D. Suter das Angebot der PBS am Orientation Event ETHZ für Internationals.
- Am 16. Februar 2018 stellte D. Suter das Angebot der PBS im Rahmen einer Welcome Veranstaltung des IRO für Internationals der UZH vor.
- Am 28. Februar 2018 nahm C. Beck für einen Austausch an der Generalversammlung der AVETH teil.
- Am 6. April 2018 besprachen sich C. Beck und Karin Bertschinger, Leiterin der Abteilung Personal UZH, bzgl. der weiteren Implementierung der neuen Beratungs- und Schlichtungsstelle für Mitarbeitende an der UZH.
- Am 31. August trafen sich S. Lienert und C. Beck mit Katrin Timmel, Leiterin der Abteilung Sicherheit, Gesundheit und Umwelt ETHZ, und Adrian Meier, Leiter der Security ETHZ, um die weitere Zusammenarbeit zwischen der PBS und dem Bedrohungsmanagement ETHZ zu konkretisieren.
- Am 4. Mai 2018 gab es einen Austausch zwischen C. Beck und Nina Ripin, Mitarbeiterin im AVETH Counseling Team, um eine Kooperation im Rahmen von ETH+ zu klären.
- Am 31. Mai 2018 führten wir unseren traditionellen Kontakt-Apéro durch, an welchem sich sehr viele der niedergelassenen Psychotherapeutinnen und Psychiater gerne bei uns treffen und einen geselligen und fachlichen Austausch pflegen.
- Am 4. Juni 2018 nahmen F. Herzig und S. Lienert am Rektoratsausflug der ETH teil.
- Am 5. Juni 2018 nahm C. Beck an einer Abteilungsinternen Schulung durch das HR teil.
- Am 8. Juni 2018 gab C. Beck eine Supervision an drei Mitarbeitende des Teams der Nightline.
- Am 21. Juni 2018 nahm D. Suter an einem Austauschtreffen mit der Studienangebotsentwicklung teil.
- Am 27. Juni 2018 besuchten F. Herzig und D. Ngurah Alit die Fortbildung des Netzwerks Krise & Suizid.
- Am 3. Juli 2018 leiteten C. Beck und Ulrich Frischknecht, Leiter der Abteilung Studieninformation und Beratung, eine Postvention an einem Institut der UZH.
- Am 17. Juli 2018 gab es einen Austausch zwischen C. Beck und Linde Warland, Geschäftsführerin der Kommission für Nachhaltigkeit UZH.
- Das Team der PBS nahm am 20. August 2018 am Teamevent des neuen Prorektorats Studium und Lehre UZH teil, dem die PBS seit 1. August 2018 zugeteilt ist.
- Am 29. August 2018 traf sich C. Beck mit den Teamleitern der psychologischen Beratungsstellen der Deutschschweizer Hochschulen zu einem fachlichen Austausch.
- Am 31. August 2018 trafen sich S. Lienert und C. Beck mit dem Kernteam des Bedrohungsmanagements ETHZ zur Klärung des Mandats im Bedrohungsmanagement ETHZ.
- Am 11. September 2018 nahm S. Lienert am Workshop ‚Intercultural Competence Development‘, veranstaltet durch das IRO UZH, teil.
- Am 14. September 2018 stellte S. Angst das Angebot der PBS im Rahmen einer Welcome Veranstaltung des IRO für Internationals der UZH vor.
- Am 20. September 2018 präsentierte D. Ngurah Alit das Angebot der PBS am Orientation Event ETHZ für Internationals.
- Am 27. September 2018 nahm D. Ngurah Alit an einer Informationsveranstaltung der UZH zum Thema Transidentität teil.
- Am 9. November 2018 tauschte sich C. Beck mit Cuno Künzler, Herausgeber der Zeitschrift ‚Personal in Hochschule und Wissenschaft entwickeln‘, über die Möglichkeiten einen Artikel über das Netzwerk Krise & Suizid zu publizieren aus.

- Am 12. November 2018 nahm D. Ngurah Alit an einer Informationsveranstaltung der UZH zur in Kraft getretenen Diversity Police teil.
- Am 20. November und 4. Dezember 2018 tauschten sich D. Ngurah Alit, S. Angst, K. Swita und C. Beck mit dem Leiter der Abteilung SIB UZH, der Fachstelle Studium und Behinderung UZH und ETHZ, der Studienfinanzierung UZH und ETHZ, den Student Services ETHZ, dem Career Center ETHZ, und der Zimmervermittlung UZH/ETHZ aus.
- Am 28. November 2018 traf sich C. Beck mit Isabelle Thoresen, Projektbeauftragte im HR ETHZ, zur Besprechung einer Kooperation im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements der ETHZ.
- Am 19. Dezember 2018 traf sich C. Beck mit Alfredo Picariello, Leiter der Doktoratsadministration ETHZ, und Prof. Antonio Togni, Prorektor Doktorat ETHZ, zu einem Austausch bzgl. der Entwicklungen bei den Doktorierenden und möglichen Angeboten.
- 2018 nahmen F. Herzig und S. Lienert regelmässig an Bedrohungsmanagementsitzungen UZH und ETHZ teil.
- Im Rahmen der Konzipierung einer Beratungs- und Schlichtungsstelle für Mitarbeitende UZH nahm D. Suter am 15.2.2018, 31.5.2018, 19.7.2018 und 21.9.2018 an Sitzungen im Kernteam IPPB teil.

2.6 Medienpräsenz / Events

Die **Medien** interessieren sich für das Wohlergehen der Studierenden und verhelfen der PBS zu öffentlicher Präsenz, indem sie in diesem Zusammenhang über unsere Dienstleistungen berichten.

- Radio SRF Virus „Quarter Life Crisis“, 16. März 2018
- eduwo „Mental Health in Arbeit und Studium“, 18. April 2018
- Polykum „Ein bisschen Lebenskontrolle schadet nicht“, 27. April 2018
- Der Beobachter „Locker vom Hocker zu jedem Test“, April 2018
- Jugendberatung Winterthur, 15. August 2018

Darüber hinaus beteiligten wir uns an internen **Events**:

- Erstsemestrigen-Tage (UZH, 3 Tage Beginn Herbstsemester)
- Welcome Event for Internationals (UZH IRO, Februar und September)
- Orientation-Day an der ETHZ im Februar und September
- Weiterbildung für kompetente Beobachterinnen (UZH und ETHZ, 27. Juni 2018)

2.6.1 Vorträge / Kursleitung

- Graduate-Campus:
 - S. Lienert führte den Graduate-Campus-Kurs ‚Management Conflicts for PhDs‘ zwei Mal in englischer Sprache durch, an jeweils zwei bis drei Kurstagen im Frühjahr und im Herbst 2018.
- Kursleitung:
 - S. Richter leitete 2018 zweimal die ‚Supervisionsgruppe für Studienprogrammberatende UZH‘. Die äquivalente ‚Supervisionsgruppe für Beratungspersonen der Studien- und Doktoratsadministration ETH‘ wurde zweimal durchgeführt.

- weitere Vorträge/Kurs:
 - S. Lienert hat am 2. März 2018 beim Event des VAUZ ‚...to fight mental health issues in academia.‘ einen Vortrag zu ‚Is getting a PhD bad for your mental health?‘ gehalten.
 - S. Lienert leitete mit U. Frischknecht am 5. Oktober 2018 an der Ausstellung ‚100 ways of thinking‘ den Workshop ‚Researchers‘ experiences at UZH‘.
 - D. Ngurah Alit hielt am 18. Oktober 2018 einen Vortrag zur Burnoutprävention am Departement Maschinenbau der ETH und stellte das Angebot der PBS vor.
 - C. Beck hat am 21. November einen Vortrag zu ‚Psychischen Belastungen während dem Studium‘ am Institut für Erziehungswissenschaften UZH gehalten.
 - D. Ngurah Alit hielt am 18. Oktober 2018 einen Vortrag zur Burnoutprävention am Departement Maschinenbau der ETH und stellte das Angebot der PBS vor.

2.7 Netzwerk Krise & Suizid

Am 27. Juni 2018 führten wir im Alumni-Pavillon die achte Weiterbildung für die „kompetenten Beobachterinnen und Beobachter“ zum Thema "Krise & Suizidalität – und danach? Umgang der Fachstellen und des betroffenen Umfelds" durch. Als Referent sprachen med. pract. Natalija Gavrilovic Haustein, Leitende Ärztin der Akutpsychiatrie für Erwachsene der IPW, sowie Dipl.-Psych. Cornelia Beck, Leiterin der Psychologischen Beratungsstelle UZH und ETHZ. Das Netzwerk betreibt seit Herbst 2013 zur Bereitstellung von Informationen eine eigene Website: <http://www.netzkrisesuizid.uzh.ch/index.html>

- Am 14. März 2018 fand unser achttes Krisen-Café statt, diesmal war lic. phil. Johanna van der Sluijs, Leiterin der Mobilitätsstelle des Rechtswissenschaftlichen Instituts UZH, die Gastgeberin.
- C. Beck traf sich am 4. April 2018 mit den Mitgliedern der Steuergruppe des Netzwerks Krise & Suizid um die jährliche Weiterbildung zu planen und zu organisieren.
- Das neunte Krisen-Café fand am 12. September 2018 statt, diesmal war Isabelle Lendvai, Administrative Assistentin am Department für Materialwissenschaften ETHZ, die Gastgeberin.

3 Kennzahlen und Statistik

3.1 Zusammenfassung

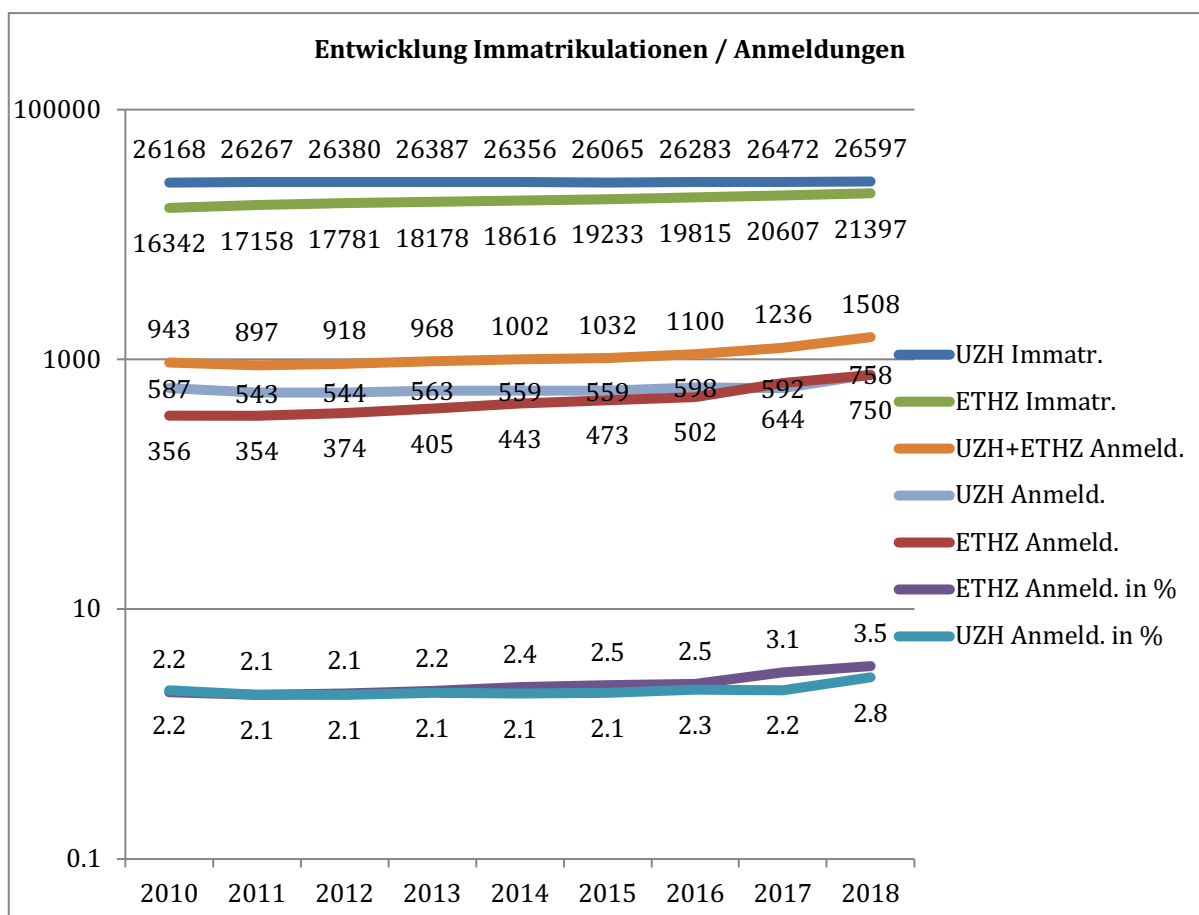
Im Vergleich zum Vorjahr stieg die Anzahl der Anmeldungen um 22% (von 1236 auf 1508) und diejenige der Einzel-Konsultationen um 16.6% von 2849 auf 3321 an. Die Grundgesamtheit der immatrikulierten Studierenden und Doktorierenden stieg um 1.9% (von 47079 auf 47994).

Die beiden Hochschulen sowie die Fakultäten bzw. Departemente sind unter der Klientel in gleichem Masse vertreten. Unterschiede gibt es jedoch im Hinblick auf das Geschlecht. Frauen suchen uns häufiger auf als Männer. Besonders ausgeprägt ist dieser Effekt bei den Studentinnen und Doktorandinnen der ETHZ.

3.2 Anzahl der Anmeldungen / Hochschulzugehörigkeit

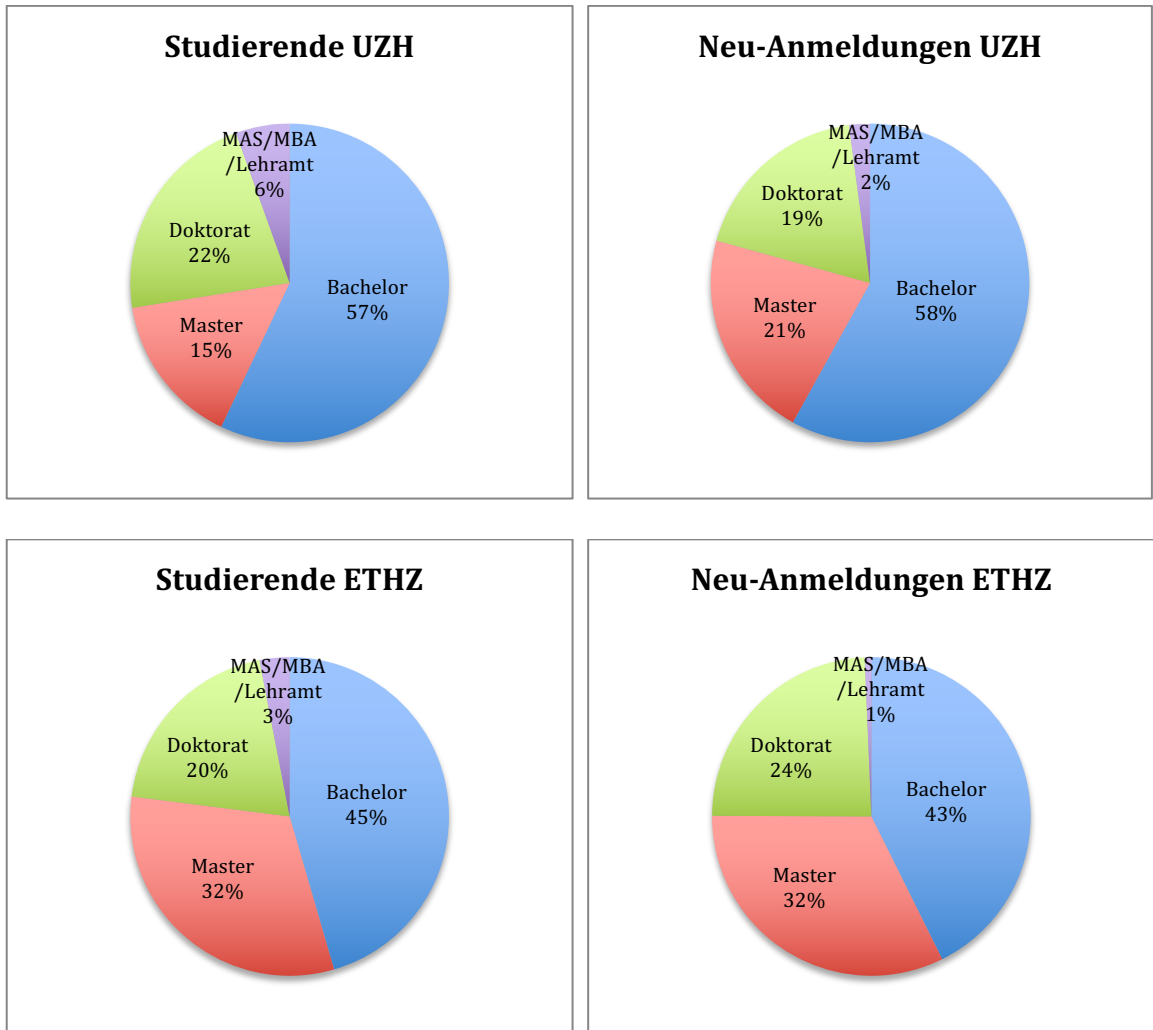
Vergangenes Jahr nahmen 3.14% aller Studierenden und Doktorierenden der UZH und ETHZ unsere Dienstleistungen zum ersten Mal in Anspruch (=Neu-Anmeldungen).

Die Grafik verdeutlicht die Entwicklung über die vergangenen neun Jahre.



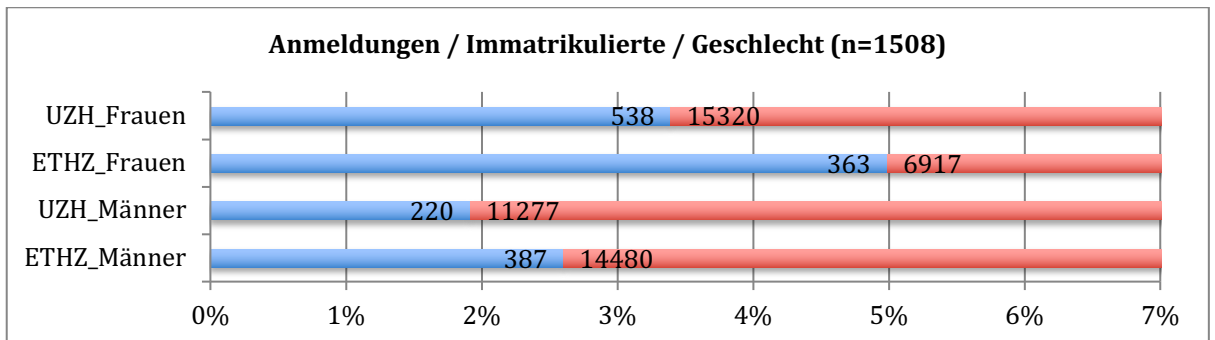
3.3 Studienstufen / Hochschulzugehörigkeit

Die Studierenden in der Bachelorstufe melden sich in der Tendenz häufiger, wenn sie an der UZH studieren und weniger oft, wenn sie an der ETHZ sind. Bei den Masterstudierenden und den Doktorierenden ist es umgekehrt: Diejenigen der ETHZ melden sich häufiger als diejenigen der UZH.



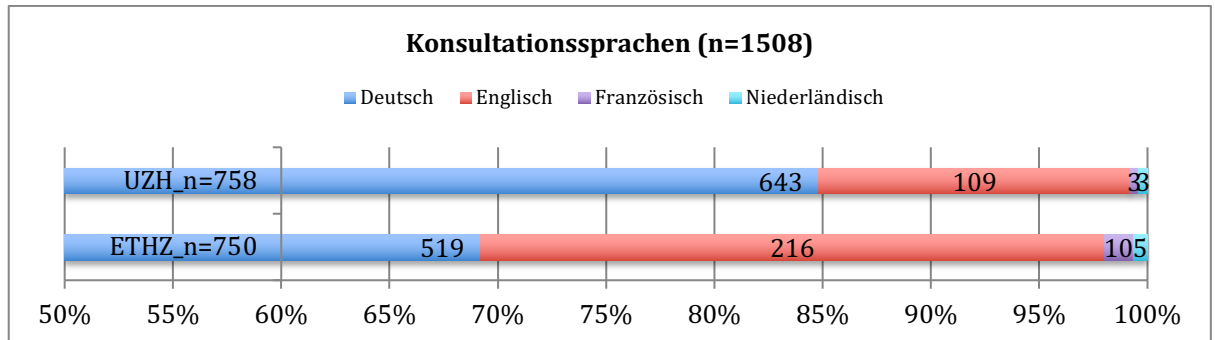
3.4 Geschlecht

Der Prozentsatz der Frauen, die sich 2018 bei uns anmeldeten, ist in Übereinstimmung mit Erfahrungswerten aus psychosozialen Diensten höher als derjenige der Männer. Während die UZH und ETHZ gemeinsam einen Frauenanteil von 46.3% (n=22237 von 47994) aufweisen, liegt er bei unseren Anmeldungen bei 59.8% (n=901 von 1508). Insbesondere die Studentinnen und Doktorandinnen der ETHZ suchen uns häufiger auf als diejenigen der UZH; zwischen dem Verhalten der Männer von UZH und ETHZ ist kaum ein Unterschied festzustellen (vgl. folgende Grafik).



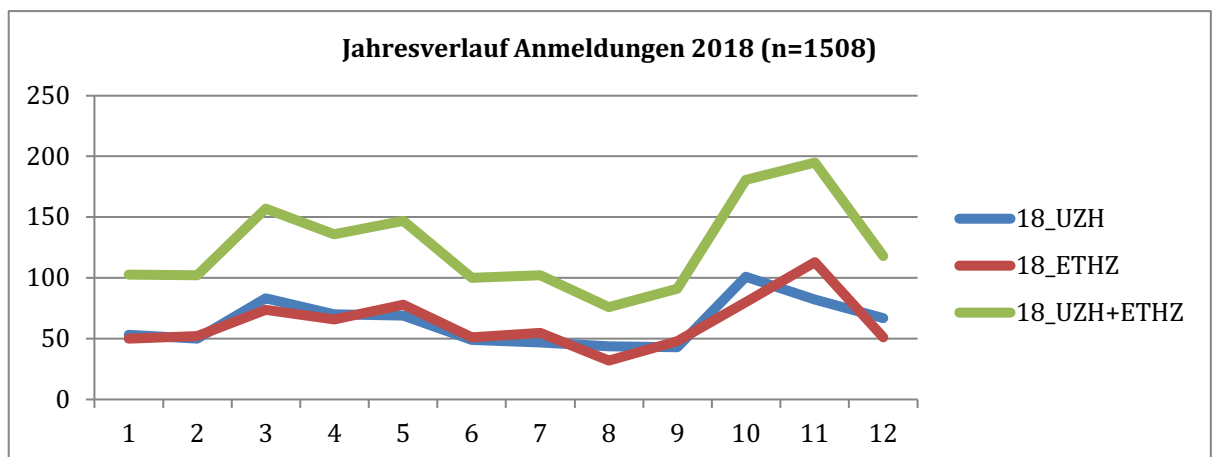
3.5 Konsultationssprachen

Der Anteil der Konsultationen in einer anderen Sprache als Deutsch liegt gesamthaft bei 22.9%, gegenüber des Vorjahres eine Abnahme um 2.8%. Studierende der UZH wünschten in 15.2% eine spezifische Konsultationssprache und diejenigen der ETHZ in 30.8%, wie die folgende Grafik zeigt.



3.6 Zyklischer Jahresverlauf

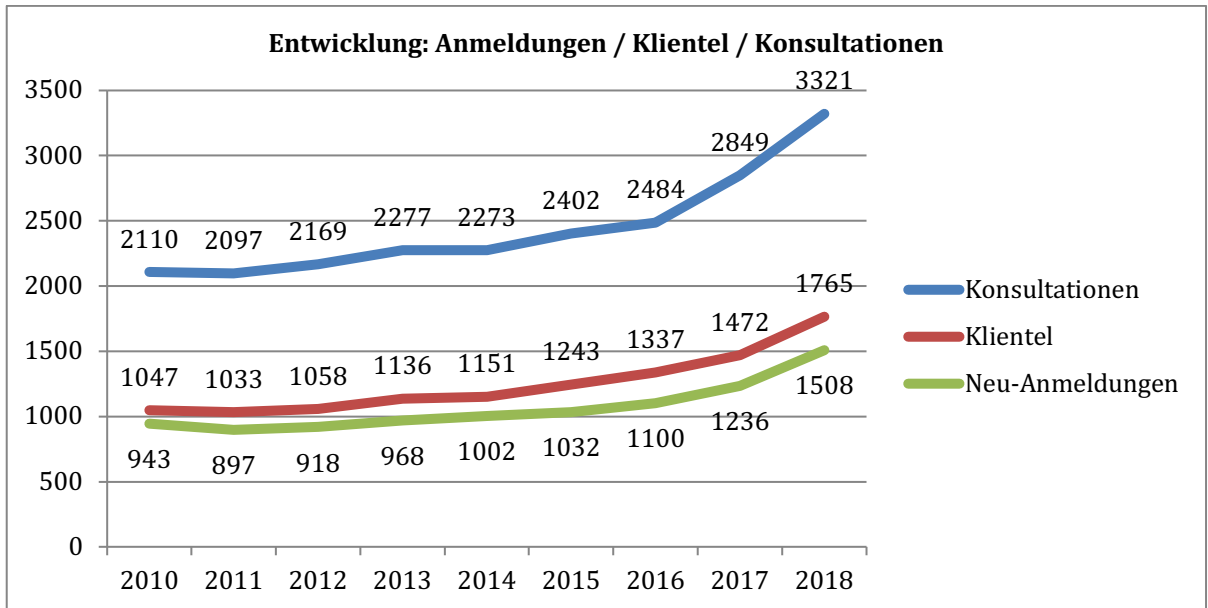
Bei Betrachtung des Jahresverlaufs (folgende Grafik) wird die ausgeprägt zyklische Inanspruchnahme, die mit den Semesterdaten korreliert, deutlich. Wir reagieren darauf mit einer flexiblen Präsenz des Teams.



3.7 Konsultationen

Die Anzahl der Klientinnen und Klienten, die Konsultationen erhalten, liegt über der gesamten Anzahl der Neu-Anmeldungen, weil darin auch diejenigen Personen enthalten sind, die über den Jahreswechsel in unserer Beratung und Betreuung standen oder sich nach Abschluss der Beratung in zurückliegenden Jahren erneut an der PBS einfanden.

Die Anzahl der Einzel-Konsultationen stieg um 16.6% von 2849 auf 3321, während die Gesamtanzahl der Klientinnen und Klienten um 19.9% von 1472 auf 1765 zunahm. Nicht eingeschlossen in dieser Übersicht sind die Nicht-Immatrikulierten (n=13). Im Graph "Konsultationen" sind nur Einzel-Konsultationen erfasst.

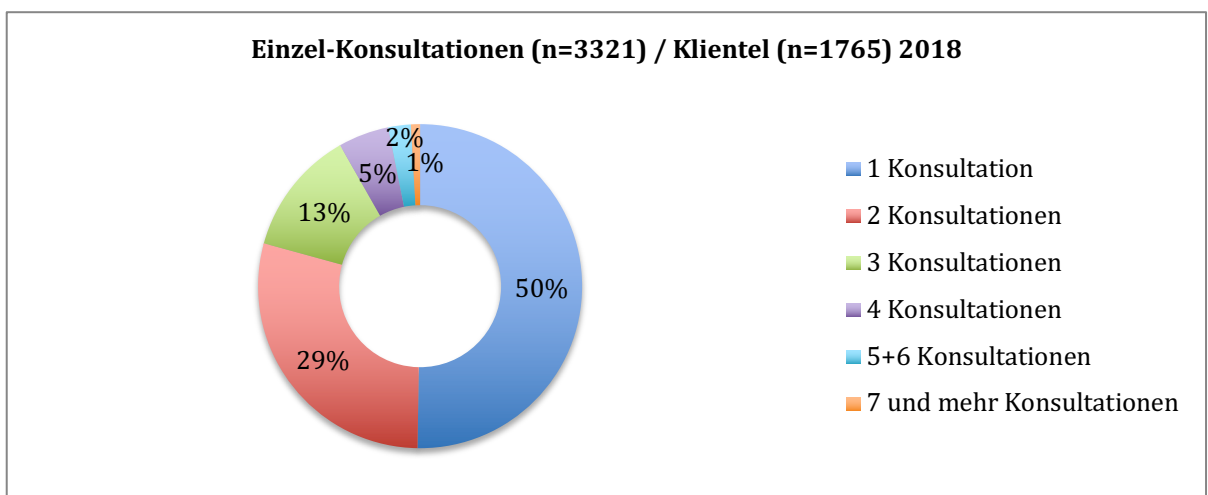


3.8 Durchschnittliche Anzahl Konsultationen pro Klient bzw. Klientin / Abschluss

Untenstehende Grafik verdeutlicht, dass wir mit 79% unserer Klientel ein bis zwei Gespräche führen und mit 21% drei oder mehr.

Die Zahlen beziehen sich auf 2018. Der Quotient der Anzahl Konsultationen (n=3321) pro Klient (n=1765) liegt bei 1.88 und zeigt, wie fokussiert wir arbeiten müssen und wie wenig Zeit wir für die Anliegen der Studierenden zur Verfügung stellen können.

In dringenden und besonderen Fällen betreuen und stützen wir Personen über eine längere Zeit an der PBS, anstatt ihnen eine externe Behandlung zu empfehlen: bspw. können studiennahe Gründe vorliegen (Prüfungsbegleitung, Abschluss-Stress), Finanzierungsprobleme externer Behandlung oder kurzzeitiger Aufenthalt in Zürich. Einige wenige Studierende stützen wir in Zusammenarbeit mit externen Behandlern beim rehabilitativen Wiedereinstieg ins Studium nach Krankheit oder Unfall.



3.9 Abschluss, Behandlungsempfehlung

Bei 48.7% (n=735) stellten wir im Verlauf der Abklärung die Indikation für Psychotherapie (n=695) oder für eine psychiatrische Behandlung (n=40). Bei den anderen 51.3% (n=773) bestand nach unserer

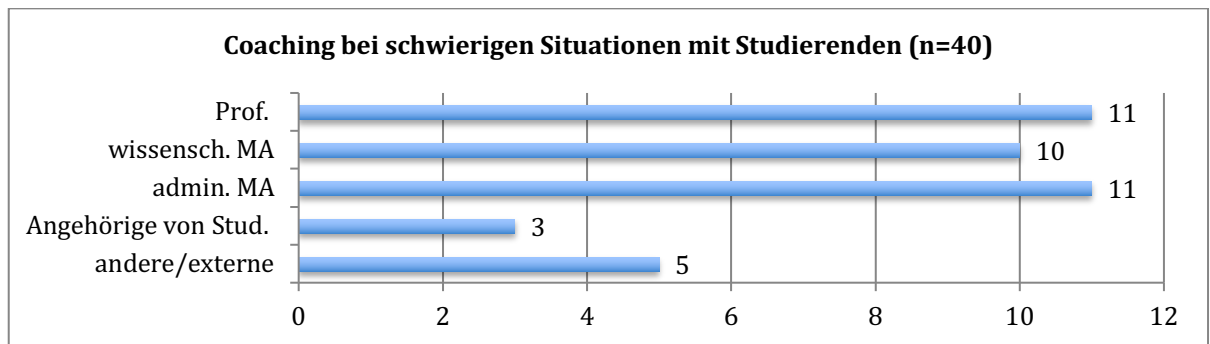
kurzen Intervention kein weiterer Behandlungsbedarf, oder in wenigen Fällen setzten die Klientinnen und Klienten ein eigenes Behandlungssetting fort, bspw. beim Hausarzt.

3.10 Gruppen

Aufgrund der hohen Anmeldezahlen konnten wir im Jahr 2018 keine Gruppen anbieten.

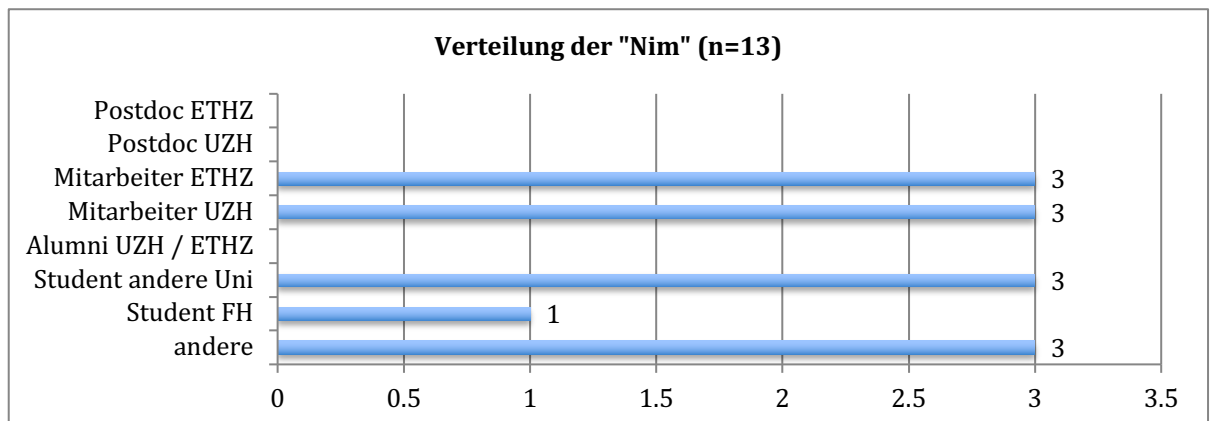
3.11 Coaching

Das Coaching-Angebot richtet sich an Mitarbeitende von UZH oder ETHZ, die sich bei schwierigen Situationen mit Studierenden oder Doktorierenden beraten lassen wollen. Die folgende Grafik zeigt deren Funktionen. Die Anzahl der Coachings hat sich im Vergleich zum Vorjahr kaum verändert (von 42 auf 40).



3.12 "Nim" (nicht-immatrikulierte Personen)

Wenn es die Ressourcen zulassen oder sehr wichtige Gründe bestehen, beraten wir ausnahmsweise auch nicht-immatrikulierte Personen, auch wenn diese aus formalen Gründen nicht zu unserem Klientel gehören, weil sie bspw. an einer anderen Uni oder an einer Fachhochschule immatrikuliert sind oder Postdocs, Angestellte, Lehrlinge an UZH/ETHZ oder Alumni sind. Diesen Ratsuchenden vermittelten wir in der Regel eine anderweitige Beratungsmöglichkeit.



3.13 Fazit

Die Psychologische Beratungsstelle kann im 46. Jahr ihres Bestehens auf rege Aktivitäten zurückblicken. Ihre spezifischen Dienstleistungen waren stark nachgefragt, und es fanden vielfältige Kontakte und Kooperationen mit externen und internen Beratungsdiensten statt. Die starke Nachfrage hat dazu geführt, dass die PBS teilweise ihrem Auftrag, schnelle und mehrmalige Termine anbieten zu können, nur unter starker Beanspruchung und Überzeit der Mitarbeitenden nachkommen konnte.

4 Ausblick und Ziele für 2019

- Qualität der klinisch-psychologischen/beraterischen Tätigkeit pflegen, insbesondere durch Supervision.
- Ausbau der personellen Ressourcen zur Aufrechterhaltung des Angebots.
- Aufrechterhalten und ausdifferenzieren der Gruppen-Angebote und der Workshops.
- Konsolidierung des Teams nach Personalmutationen.
- Weiterentwicklung und Ausdifferenzierung des Angebots.
- Nach Bedarf Weiterbildungen und Coaching für administratives Personal, das Kader und für wissenschaftliche Mitarbeitende.