



Selbstverständnis: Hängematte – auffangen und anstoßen

Wer sind Wir?

Wir, die Mitglieder von „Hängematte – auffangen und anstoßen“ sind Masterstudierende der Psychologie an der Otto-von-Guericke Universität Magdeburg. Unterstützt werden wir vom Institut für Psychologie, Abteilung Entwicklungs- und Pädagogische Psychologie, und vom DIEZ (Diagnostik-, Interventions- und Evaluationszentrum), dessen Beratungsräume wir nutzen dürfen. Alle Mitglieder haben einen Bachelorabschluss in Psychologie und haben vor der ersten Beratung an einem Einführungsseminar „Systemische Studierendenberatung“ im Umfang von zehn Stunden bei Frau Dr. Rademacher teilgenommen.

Unser Beratungsangebot richtet sich primär an Studierende der Otto-von-Guericke Universität Magdeburg, der Hochschule Magdeburg-Stendal sowie an Auszubildende des Universitätsklinikum Magdeburgs. Die Beratungssitzungen finden im Beratungsraum des DIEZ, im Institut für Psychologie, statt. Wir gewährleisten, dass keine Beratungen mit Hängematte-Klient*innen in privaten Kontexten geführt werden.

Die Kommunikation mit den Klient*innen erfolgt über den E-Mail-Account der Hängematte (haengematte@ovgu.de). Sollten spezifische Situationen eine weitere Kommunikationsform wie Handy oder private E-Mailadresse notwendig machen, besprechen wir diese Entscheidung im Team. Bei neuen Beratungsanfragen werden die Klienten darüber informiert, dass wir die Anfrage zunächst im Team besprechen und sie anschließend eine Rückmeldung mit einem Terminangebot bekommen. Im Team entscheiden wir gemeinsam, wer die Beratungsanfrage übernehmen kann und möchte. Wir achten darauf, dass jedes Teammitglied in seiner/ihrer Mitglieder*innenschaft mindestens eine Beratung durchführen kann. Der Kontakt zwischen uns als Berater*in und dem/der Klient*in sollte sich rein professionell gestalten. Entwickelt sich während der Beratung eine freundschaftliche oder auch partnerschaftliche Beziehung, wird dies im Team transparent gemacht und gemeinsam über eine Beendigung der Beratung und/oder einen Berater*innenwechsel entschieden. Sofern einem Mitglied ein*e Klient*in bereits unabhängig von Hängematte bekannt ist, so wird dies transparent gemacht und mit allen Beteiligten besprochen – sowohl im Team als auch mit dem/der Klient*in. In der Regel finden Fallbesprechungen dann in Abwesenheit der betroffenen Person statt.

Das Mitwirken und Beraten bei Hängematte erfolgt ehrenamtlich und vollkommen unentgeltlich. Wir verpflichten uns zudem keinerlei Geldgeschenke oder Geschenke materieller Art (>10€) im Kontext der Beratung anzunehmen. Das Annehmen oder Fordern von Geldbeträgen gegen Beratung führt zum sofortigen Ausschluss aus dem Hängematten-Team.

Das Team

Innerhalb des Teams sind wir gleichberechtigt und gestalten unser Team hierarchielos.

Wir treffen uns i.d.R. wöchentlich zur Teamsitzung, in der sowohl organisatorisches als auch Beratungsfälle besprochen werden. In den Teamsitzungen werden das Schreiben des Protokolls und die Moderation abwechselnd von uns übernommen. Die verschiedenen Aufgaben, die sich im organisatorischen Bereich ergeben, verteilen wir auf alle Mitglieder. Über den Fortschritt, Änderungen oder

Neuerungen bzgl. verteilter Aufgaben informieren wir die anderen Mitglieder stets in der Teamsitzung. Wichtige Entscheidungen treffen wir gemeinsam im Team, wobei wir auch nicht-anwesende Mitglieder über die anstehende Entscheidung informieren und miteinbeziehen. Wir achten darauf, dass Verantwortlichkeiten transparent gestaltet werden und insbesondere neue Mitglieder frühzeitig partizipieren können, so dass eine nachhaltige Organisationsstruktur gestaltet werden kann.

Für das Fortbestehen von Hängematte ist es wichtig, regelmäßig (mindestens einmal im Jahr) neue Mitglieder aufzunehmen. Dazu findet für alle interessierten Psychologiestudierende im Master eine Informationsveranstaltung statt, bei der über das Konzept von und die Aufgaben bei Hängematte informiert wird. Anschließend wird eine Teamsitzung festgelegt, zu der die zukünftigen Mitglieder im Team aufgenommen werden. Jedes Mitglied ist eingeladen, sich von Beginn seiner Aufnahme bei organisatorischen Aufgaben zu beteiligen; Beratungen dürfen erst nach Teilnahme am Einführungsseminar übernommen werden.

Unsere Ziele

Hängematte ist ein Gesprächs- und Zuhörangebot von Studierenden für Studierende, bei dem Beratung vertraulich, auf Augenhöhe und unter Schweigepflicht stattfindet. Wir unterstützen die Studierenden mit ihren verschiedensten Anliegen bei der Suche nach neuen Lösungsmöglichkeiten für ihre Herausforderungen, bieten ein Gesprächsangebot und können zudem Informationen über verschiedenste Psychotherapie- oder Beratungsangebote vermitteln und passende Angebote mit den Klienten suchen.

Legitimationsgrund

Wieso haben wir Hängematte als zusätzliches Beratungsangebot ins Leben gerufen?

Wir verstehen uns als ergänzendes Angebot zu den bereits im universitären Kontext existierenden Beratungsmöglichkeiten: Hängematte soll eine niedrigschwellige Möglichkeit zu persönlichen Gesprächen unter Schweigepflicht bieten. Durch die Wahl unseres Namens und der Tatsache dass die Berater*innen selbst Studierende sind, werden insbesondere diejenigen erreicht, die sich – aus verschiedensten Gründen – (noch) nicht bereit fühlen, sich an eine psychologische oder therapeutische Stelle zu wenden. Auch werden neue Anfragen schnell und unbürokratisch beantwortet und Termine können ohne lange Wartezeiten vergeben werden. Die Erfahrung zeigt, dass viele Beratungsangebote erst recht spät in Anspruch genommen werden. Wir beschreiben Hängematte als ein Zuhör- und Gesprächsangebot, um Themen oder Schwierigkeiten, die Studierende beschäftigen, einen Raum zu geben. Durch diese und andere Formulierungen möchten wir vermitteln, dass man sich mit jedem Thema und jeder Art von Belastung an Hängematte wenden kann und nicht beispielsweise ein bestimmter Schweregrad oder ähnliches erreicht sein muss. So kann Hängematte schon vor der Verfestigung von Problemen und präventiv den Studierenden helfen.

Es geht darum, den Studierenden einen Ort für ihre Sorgen und Ängste – jeder Art großer und kleiner Belastungen – zur Verfügung zu stellen. Gleichzeitig arbeiten wir auch psychoedukativ: Es kann über Therapiemöglichkeiten und andere Beratungsstellen informiert und Kontakte können vermittelt werden.

Wie wir arbeiten:

Die Mitglieder unterschreiben vor der ersten Teamsitzung eine Schweigepflichtserklärung. Die Schweigepflicht gilt auch über den Austritt hinaus weiter. Eine Beratungssitzung dauert in der Regel 1 Stunde. Die Häufigkeit und die Dauer der Beratungen werden mit den Klient*innen besprochen und an ihre Bedürfnisse angepasst. Dabei sind Beratungen maximal aller 14 Tage möglich, unter besonderen Umständen und nach Absprache im Team auch für kurze Zeit jede Woche ein Mal. Wenn eine Beratung durchgeführt wird, dann ist der regelmäßige Austausch im Team (Intervision) zur Qualitätssicherung essentiell. In dieser Zeit sollte der/die Berater*in wenigstens alle 2 Wochen an den Teamtreffen teilnehmen und sich mit den Mitgliedern austauschen über die Themen und eventuellen Herausforderungen der Beratung. Für weitere fachliche Unterstützung kann auch Frau Dr. Rademacher angefragt werden – sowohl für den direkten fachlichen Austausch, als auch zur Ermöglichung einer Gruppensupervision.

Was sind wir nicht:

Die Berater*innen von Hängematte sind keine ausgebildeten psychologischen Psychotherapeut*innen und bieten keinerlei Therapien an. Des Weiteren ist Hängematte nicht zuständig für Informationsvermittlung oder Beratung bzgl. Studienfächer oder jeglicher Themen die im Rahmen einer Studienberatung geleistet werden können. Auch eine Akuthilfe können die Mitglieder nicht bieten. Allerdings können in diesem Fall zusammen mit den Klient*innen entsprechende Hilfsangebote gesucht und besprochen werden. Die Mitglieder von Hängematte reflektieren allein und im Team ihre eigenen Grenzen und besprechen gegebenenfalls transparent mit den Klient*innen eine Weitervermittlung an eine passendere Beratungsstelle, Klinik, Therapieeinrichtung etc.