



Leitfaden für Lehrende

zur Unterstützung im Umgang mit Studierenden mit psychischen Beeinträchtigungen

Impressum

Dieser Leitfaden wurde von einer Arbeitsgruppe zum Thema „Unterstützung im Umgang mit Studierenden mit psychischer Beeinträchtigung“ erstellt. Darin waren Mitarbeitende folgender Einrichtungen der HHU vertreten: [Beratungsstelle des Beauftragten für Studierende mit Behinderung oder chronischer Erkrankung](#) (BBST), [Heine-Center for Sustainable Development](#) (HCSD, Section Health), [Graduiertenakademie philGRAD](#), [Service-Center für gutes Lehren und Lernen](#) (SeLL), [Studienberatung im Studierendenservice](#).

Kontakt

Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf
Service-Center für gutes Lehren und Lernen (SeLL)
Natalie Böddicker
Universitätsstraße 1
40225 Düsseldorf
E-Mail: sell@hhu.de
www.sell.hhu.de

Titelfoto: HHU / Ivo Mayr



Dieses Dokument steht – mit Ausnahme der verwendeten Fotos sowie Wort-/Bildmarken – unter einer CC BY-4.0 Lizenz (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>). Sie dürfen das Dokument vervielfältigen, verwenden, verarbeiten, vermischen und verbreiten unter der Bedingung, dass Sie die Originalautor*innen nennen.

Wir empfehlen folgende Angabe:

Der „Leitfaden für Lehrende zur Unterstützung im Umgang mit Studierenden mit psychischen Beeinträchtigungen“ der AG Psychische Beeinträchtigungen der HHU Düsseldorf (www.sell.hhu.de/mentalhealth) ist lizenziert unter einer CC BY 4.0 International Lizenz (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

Stand: 03/2026

Inhalt

1. Ziele und Grenzen des Leitfadens	4
2. Fallbeispiele für Lehrsituationen mit psychisch belasteten Studierenden	5
3. Handlungsoptionen	6
4. Unterstützungsangebote für Lehrende.....	11
5. Lehrstrategien und Prävention	12
6. Weiterführende Informationen	14

1. Ziele und Grenzen des Leitfadens



Foto: HHU / Ivo Mayr

Immer wieder begegnen Lehrende Studierenden, deren Verhalten Fragen aufwirft oder Anlass zur Sorge gibt: Rückzug, häufiges Fehlen, emotionale Ausbrüche oder auffällige Mitteilungen. In solchen Situationen stellen sich viele Lehrpersonen ähnliche Fragen:

- Soll ich etwas sagen?
- Wie spreche ich das Thema an?
- Was, wenn ich überfordert bin?

Psychische Belastungen und Erkrankungen sind unter Studierenden keine Seltenheit¹ – und viele Lehrende fühlen sich unsicher im Umgang damit. Dieser Leitfaden möchte Sie dabei unterstützen, solche Situationen besser einzuordnen, erste Schritte zu überlegen und passende Ansprechstellen zu kennen.

Dieser Leitfaden ersetzt keinesfalls die Expertise von Fachkräften im Bereich der psychischen Gesundheit. Vielmehr soll er Lehrenden pragmatische Handlungsmöglichkeiten an die Hand geben, um in akuten Situationen angemessen und unterstützend zu reagieren.

¹ „Insgesamt geben etwa 65 Prozent der Studierenden mit studienerschwerender Beeinträchtigung an, dass sie eine psychische Erkrankung haben.“ (Deutsches Zentrum für Hochschul- und Wissenschaftsforschung. (2023). [Die Studierendenbefragung in Deutschland: 22. Sozialerhebung: Die wirtschaftliche und soziale Lage der Studierenden in Deutschland 2021](#) (Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) Referat Hochschul- und Wissenschaftsforschung, Hrsg.).

2. Fallbeispiele für Lehrsituationen mit psychisch belasteten Studierenden

Die folgenden Fallbeispiele veranschaulichen typische Situationen aus dem Lehralltag, in denen Studierende psychisch belastet sein könnten. Diese Szenarien sollen dazu dienen, das Bewusstsein für mögliche Anzeichen psychischer Belastung zu schärfen und zu einer reflektierten Auseinandersetzung mit entsprechenden Handlungsoptionen anzuregen.

Fallbeispiel 1

Student*in Noa nimmt an der fünften Sitzung des Seminars von Dozent*in Sam teil und soll nach der Besprechung des Textes, den die Kursteilnehmer*innen lesen sollten, alleine ein zwanzigminütiges Referat vor den 37 anwesenden Personen halten.

Noa spricht ungern vor mehreren Menschen und hat Angst vor der bevorstehenden Situation.

Während im Plenum der Text besprochen wird, wird Noa innerlich immer unruhiger.

Als Sam Noa auffordert, nach vorne zu gehen und die Präsentation zu beginnen, spürt Noa einen immer schneller werdenden Herzschlag und ein Engegefühl im Brustkorb. Kurz nachdem Noa aufgestanden ist, wird Noa schwindelig und fängt an, zu zittern. Sam merkt, dass es Noa nicht gut geht.

Fallbeispiel 2

Dozent*in Robin unternimmt mit neun Studierenden eine fünftägige Exkursion nach Athen. Robin fällt auf, dass Student*in Sasha im Gegensatz zu den anderen Kursteilnehmer*innen auch bei 34 Grad Celsius ein langärmeliges Oberteil trägt, denkt sich aber zunächst nicht viel dabei.

Während eines Vortrags von Sasha vor der Akropolis am dritten Tag rutscht der linke Ärmel von Sashas Oberteil ein wenig nach unten und Robin bemerkt unterschiedlich gut verheilte Einschnitte in Sashas Haut.

Fallbeispiel 3

Student*in Kim wartet vor dem Büro von Dozent*in Lois darauf, die letzte mündliche Prüfung des Studiums ablegen zu können. Kim ist gut vorbereitet und kann es kaum erwarten, dass die Prüfung vorbei ist. Lois bittet Kim ins Büro und zunächst läuft die Prüfung für Kim gut. Nach zwölf Minuten stellt Lois Kim eine Frage, nach der Kim unerwartet unkonzentriert wirkt.

Lois und Dozent*in Nika, die*der das Protokoll schreibt, bemerken, dass Kim Schweißperlen von der Stirn rinnen und Kim schlecht Luft bekommt. Beiden ist nicht bewusst, dass die Frage Kim an ein traumatisches Erlebnis erinnert hat, und beiden ist nicht bekannt, dass Kim eine Posttraumatische Belastungsstörung hat.

3. Handlungsoptionen



Foto: HHU / Ivo Mayr

Ansprechen oder nicht?

Sie haben den Eindruck ein/e Student*in steckt in einer persönlichen Krise oder Ausnahmesituation, sind aber unsicher, ob Sie das Thema ansprechen sollen? Die Einschätzung solcher Situationen von außen fällt nicht leicht. Verhält sich jemand tatsächlich ungewöhnlich und gibt Anlass alarmiert zu sein? Oder hat die Person einen schlechten Tag oder eine belastende Prüfungsphase, die auch wieder vorübergeht? Aus Unsicherheit oder Sorge, etwas falsch zu machen, neigen wir dann vielleicht dazu, Dinge nicht offen anzusprechen.

Da Menschen verschieden sind und auch unterschiedlich auf Belastungen reagieren, gibt es kein allgemeingültiges Rezept. Wenn Ihnen im Verhalten und in der Kommunikation Dinge auffallen wie in den Fallbeispielen oben, die Sie als beunruhigend oder besorgniserregend empfinden, trauen Sie Ihrem Bauchgefühl und Ihrer Erfahrung und sprechen die Person an. Einmal zu häufig nachgefragt zu haben ist besser, als im Notfall nicht zu fragen.

Wie spreche ich es an?

Die nachfolgenden Hinweise können helfen, für sich eine gute Art der Ansprache zu finden.

- Finden Sie einen passenden Rahmen und eine ruhige Atmosphäre z.B. nach einer Veranstaltung.
- Wenn Sie das Thema ansprechen, stellen Sie sicher, dass Sie Zeit und Ruhe für ein Gespräch haben.
- Sprechen Sie konkret an, was Ihnen aufgefallen ist und schildern Sie am Beispiel Ihre Wahrnehmungen. Beschreiben Sie Verhaltensbeobachtungen, ohne zu mutmaßen, z.B.:

„Ich möchte kurz ansprechen, was mir aufgefallen ist...“

„Sie wirken auf mich bedrückt und ich habe bemerkt, dass Ihre Teilnahme nachgelassen hat...“

„Ich habe beobachtet, dass Sie in der letzten Zeit Fristen nicht einhalten...“

„Mir ist in den letzten Tagen/ Wochen aufgefallen, dass Sie gefehlt haben...“

„Ich mache mir Sorgen, weil Sie häufig zu spät kommen...“

„Anders als bisher waren Sie während der Seminare sehr zurückhaltend...“

- Vermitteln Sie, dass Sie sich sorgen und unterstützen möchten, z.B.:

„Ich spreche Sie an, weil ich mir Sorgen mache und weil es mir wichtig ist, wie es Ihnen geht.“

„Ich habe den Eindruck, dass es Ihnen vielleicht gerade nicht so gut geht – und ich möchte Sie wissen lassen, dass Sie nicht alleine damit sind.“

„Mir ist wichtig, dass Sie wissen, dass ich ein offenes Ohr habe und wir gerne darüber sprechen können, was Sie gerade beschäftigt.“

- Machen Sie deutlich, dass Sie die Gesprächsinhalte nicht an andere Lehrende oder Studierende weitergeben werden.
- Hören Sie zu und stellen Sie Fragen. Nehmen Sie die Informationen erst einmal auf und lassen Sie die Dinge so stehen, ohne der Person eigene Gefühle etc. abzusprechen.

„Möchten Sie mir erzählen, wie es Ihnen gerade geht?“

„Wenn Sie möchten, höre ich Ihnen gerne zu.“

„Gibt es etwas, das Ihnen gerade besonders schwerfällt?“

„Ich würde gerne verstehen, wie Sie die Situation erleben.“

„Ich verstehe, dass das im Moment sehr belastend für Sie ist – danke, dass Sie mir das anvertrauen.“

- Springen Sie nicht vorschnell in gut gemeinte Lösungsvorschläge und stellen Sie auch keine Diagnosen in den Raum.
- Spielen Sie Dinge nicht herunter, um die Person aufzubauen.
- Lassen Sie dem/der Student*in Raum, falls die Person nicht sofort ins Gespräch gehen möchte und sich möglicherweise von der Situation überfordert fühlt. Bieten Sie bei Bedarf auch einen weiteren Gesprächstermin an, ohne Druck aufzubauen. Signalisieren Sie Ihre Gesprächsbereitschaft z.B.:

„Wenn Sie möchten, können wir auch einen Gesprächstermin in Ruhe zu einem späteren Zeitpunkt vereinbaren.“

„Sie müssen jetzt nichts erzählen, wenn Sie das nicht möchten – wir können auch gern ein anderes Mal sprechen.“

„Falls Sie zu einem anderen Zeitpunkt darüber sprechen möchten, steht meine Tür für Sie offen.“

- Verweisen Sie auf Unterstützungsangebote an der Hochschule. Oft kann es bereits erleichternd wirken festzustellen, dass man mit bestimmten Herausforderungen nicht alleine ist. Die Psychologische Beratung ist beispielsweise eine wichtige erste Anlaufstelle, in der Probleme mit professioneller Unterstützung angegangen werden können. Außerdem wird bei Bedarf auch an passende Institutionen weiterverwiesen.

„Viele Studierende erleben im Laufe ihres Studiums Phasen, die sehr herausfordernd sind. Sie sind mit diesen Gefühlen nicht allein und es ist wichtig, sich Hilfe zu suchen.“

„Wenn Sie Unterstützung möchten, kann ich Sie gern dabei unterstützen, passende Angebote zu finden.“

„Es kann entlastend sein, sich mit jemandem professionell über das zu unterhalten, was Sie belastet. Die Psychologische Beratung ist eine vertrauliche und gute Anlaufstelle.“

„An unserer Hochschule gibt es Angebote, die in solchen Situationen hilfreich sein können, wie z.B...“

Wie gehe ich mit akuten Krisensituationen um?

Ist eine Person massiv emotional aufgewühlt, muss es sich noch nicht um einen Notfall handeln. Hier kann es im ersten Schritt hilfreich sein, der Person Zeit und Raum zu geben sich zu sammeln und akute Emotionen zu regulieren. In Fällen, in denen keine akute Gefährdung vorliegt, verweisen Sie die Person auch gerne an die Psychologische Beratung im Studierendenservice.

Eine persönliche Belastungssituation kann sich aber auch so zuspitzen, dass sie zu einer psychischen Ausnahmesituation wird. Haben Sie den Eindruck, dass die Person alleine nicht gut in der Lage ist, die Situation zu bewältigen, ist ein Verweis an Anlaufstellen für den Notfall zu empfehlen.

- **Telefonseelsorge:** anonym, kostenlos und 24-Stunden erreichbar unter 0800/111 0 111 oder 0800/111 0 222
- **LVR-Klinikum Düsseldorf** – Notfallambulanz: Bergische Landstraße 2, 40629 Düsseldorf | Tel.: +49 211 822-2801

Besteht zudem aufgrund von Äußerungen oder Handlungen der Verdacht, dass eine Selbst- oder Fremdgefährdung bevorstehen könnte, ist es wichtig, die Person darauf anzusprechen. Fragen Sie direkt nach einer Suizidabsicht und thematisieren Sie, wie konkret diese Überlegungen sind. z.B.

„Ich mache mir Sorgen, wenn Sie so etwas sagen. Denken Sie darüber nach, sich etwas anzutun?“

„Haben Sie konkrete Pläne, wie Sie sich das Leben nehmen würden?“

„Wie häufig haben Sie in letzter Zeit suizidale Gedanken?“

(Skala 1-10 | 1 = keine Gedanken und 10 = sehr häufig)

„Wie stark ist Ihre eigene Angst, dass Sie sich wirklich etwas antun könnten?“

(Skala 1-10 | 1 = keine Angst und 10 = große Angst)

Je konkreter die Gedanken und Planungen sind, desto größer ist in der Regel die Gefahr einer Umsetzung. Finden Sie im Gespräch keinen Zugang zur Person, ist sie nicht bereit Hilfe anzunehmen und besteht die Gefahr unmittelbarer Selbst- oder Fremdgefährdung, zögern Sie nicht, den Rettungsdienst 112 oder die Polizei 110 zu rufen.

Hilfreiche Anlaufstellen zur Weitervermittlung

Psychologische Beratung der HHU

Die Psychologische Beratung begleitet bei persönlichen und psychischen Herausforderungen während der Studienzeit. Dies sind zum Beispiel Ängste wie Prüfungsangst, Konzentrationsprobleme und Prokrastination, Überlastung und Niedergeschlagenheit oder persönliche Probleme.

Zusätzlich zur **offenen Sprechstunde** können individuelle **Termine per Mail** an psychologischeberatung@hhu.de abgestimmt werden.

Die Beratung ist ergebnisoffen und selbstverständlich vertraulich. Die Gespräche können persönlich im SSC, online oder telefonisch erfolgen. Auch eine englischsprachige Beratung ist möglich. Alle Angebote und aktuelle Informationen finden Sie unter: www.hhu.de/beratung

Studienberatung der HHU

Die Studienberatung kann in manchen Fällen eine niedrighschwelligere erste Anlaufstelle sein, bei der die Hürde für Studierende geringer ist. Sie bietet eine professionelle Beratung bei Herausforderungen im Studium wie z.B. der Studienorganisation, Studienzweifeln und der Orientierung im und nach dem Studium. Auch hier gibt es neben der offenen Sprechstunde die Möglichkeit zur individuellen Terminvereinbarung per E-Mail an studienberatung@hhu.de.

Notfall-Anlaufstellen für Studierende

Für akute Krisen gibt es verschiedene Anlaufstellen, an die Studierende auch kurzfristig verwiesen werden können, z.B. die Telefonseelsorge, das LVR-Klinikum oder das Tagesklinik- und Ambulanzzentrum (TAZ).

Einen Überblick über hilfreiche Anlaufstellen für Notfälle finden Sie unter www.hhu.de/krisenhilfe.

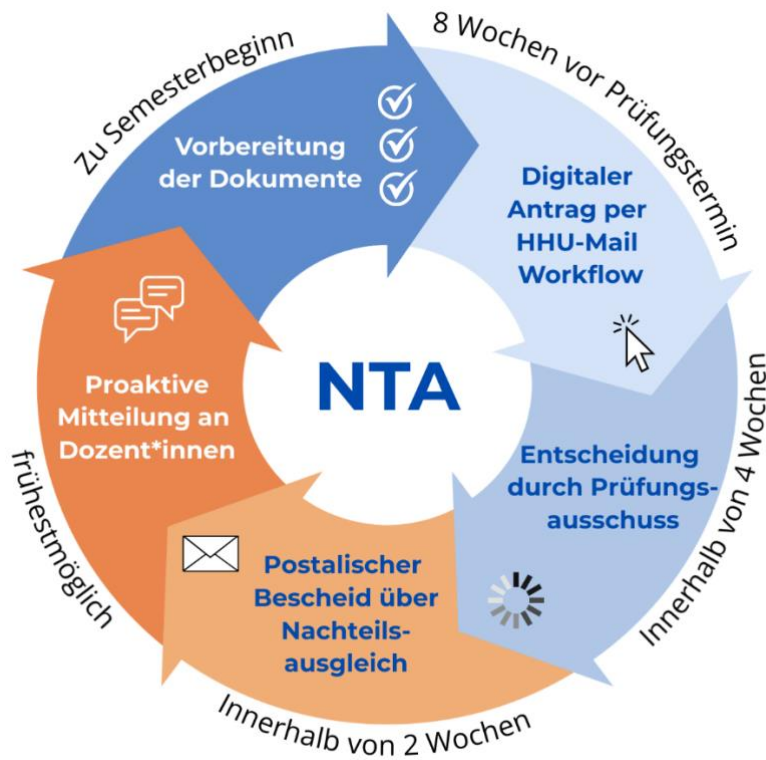
Informationen zum Nachteilsausgleich

Studierende, die aufgrund einer Behinderung oder chronischen Erkrankung nicht in der Lage sind, Studien- bzw. Prüfungsleistungen ganz oder teilweise in der vorgeschriebenen Prüfungsform und/oder -dauer (gemäß der Prüfungsordnung) zu erbringen, können einen sogenannten Nachteilsausgleich beantragen.

An der HHU berät die Beratungsstelle des Beauftragten für Studierende mit Behinderung oder chronischer Erkrankung (BBSt) zum Nachteilsausgleich: www.hhu.de/bbst

Nachteilsausgleiche ...

- ... sind individuell und an die Beeinträchtigung gebunden.
- ... sollen behinderungsbedingte Nachteile ausgleichen und es entstehen dadurch keine Vorteile.
- ... können einmalig oder für das gesamte Studium bewilligt werden.
- ... müssen nicht in jeder Prüfung genutzt werden – Studierende können selbst entscheiden, ob und in welchen Prüfungen sie einen Nachteilsausgleich nutzen.
- ... werden nicht in der Leistungsübersicht vermerkt.
- ... können optional gemeinsam mit der [BBST](#) beantragt werden, indem eine Beratung und Begleitung beim Antragsprozess stattfindet.
- ... sind per [Antrag](#) verpflichtend mit einem ärztlichen Attest bei dem/der zuständigen Prüfungsausschussvorsitzenden zu beantragen.



Nachteilsausgleich (NTA) bei Behinderung oder chronischer Erkrankung: Digitaler Antragsprozess. Grafik: BBST

Eigene Grenzen als Lehrperson

Berührungspunkte mit der Not anderer Menschen zu haben, kann auch für uns selbst zur Belastung werden. Gerade psychische Erkrankungen lassen sich nicht von heute auf morgen lösen, sondern münden meist in einen längeren Prozess.

Beachten Sie dabei im Sinne der Selbstfürsorge:

- Zu helfen bedeutet nicht, die Verantwortung für die Problemlösung zu übernehmen.
- Achten Sie auch auf Ihre eigenen Grenzen und unterstützen Sie nur im Rahmen der eigenen Kompetenzen und Möglichkeiten.
- Verweisen Sie bei Bedarf an Expert*innen und spezialisierte Anlaufstellen auf dem Campus.
- Nutzen Sie zur eigenen Entlastung bei Bedarf den Austausch mit Kolleg*innen und den entsprechenden Expert*innen.

4. Unterstützungsangebote für Lehrende

Psychologische Beratung & Allgemeine Studienberatung der HHU

Als Lehrende können Sie Studierende an die Psychologische Beratung sowie Allgemeine Studienberatung verweisen oder die Kolleg*innen auch selbst kontaktieren, wenn Sie zu einer konkreten Situation bzw. einem konkreten Fall einen Austausch oder Unterstützung benötigen. Schreiben Sie dafür eine **E-Mail** an psychologischeberatung@hhu.de bzw. studienberatung@hhu.de.

Notfall-Anlaufstellen für Studierende

Für akute Krisen gibt es verschiedene Anlaufstellen, an die Studierende auch kurzfristig verwiesen werden können, z.B. die Telefonseelsorge, das LVR-Klinikum oder das Tagesklinik- und Ambulanzzentrum (TAZ).

Einen **Überblick über hilfreiche Anlaufstellen** für psychische Belastungssituationen finden Sie unter www.hhu.de/krisenhilfe.

Psychologische Beratung für Beschäftigte

Bestimmte Situationen im Umgang mit belasteten Studierenden können auch für Sie als Lehrende fordernd sein. Um einen guten Umgang damit zu finden, kann es hilfreich sein, sich auszutauschen und Unterstützung zu holen. Als Mitarbeiter*in der HHU haben Sie die Möglichkeit, einen Beratungstermin mit der Psychologischen Beratungsstelle für Beschäftigte zu vereinbaren und persönliche Herausforderungen im vertraulichen Umfeld zu besprechen.

Kontakt:

M.Sc.-Psych. Nisrine Aydin

Gebäude: 23.03 | Etage/Raum: U1.46

Tel.: +49 211 81-10550 | E-Mail: psychologischemitarbeiterberatung@hhu.de

Workshopangebot(e) des SeLL

In den Workshops des SeLL stärken Sie Ihre Beratungskompetenz im Umgang mit Studierenden und erhalten konkrete Impulse, wie Sie Lehrveranstaltungen lernförderlich und diversitätssensibel gestalten können (einige Tipps hierzu finden Sie auch unter [Lehrstrategien und Prävention](#)).

Das gesamte **Workshop-Angebot** für Lehrende der HHU finden Sie unter www.sell.hhu.de/workshops

5. Lehrstrategien und Prävention



Foto: HHU / Ivo Mayr

Als Lehrperson haben Sie einige Möglichkeiten Ihre Lehrveranstaltung so zu gestalten, dass die erfolgreiche Teilnahme für Studierende mit psychischen Belastungen und/oder anderen Herausforderungen erleichtert wird. Dabei kommen Prinzipien studierendenzentrierter Lehre zum Einsatz, von denen *alle* Studierenden Ihrer Lehrveranstaltung profitieren.

Didaktische Planung

Eine durchdachte didaktische Planung stellt sicher, dass Studierende die (realistischen) Ziele klar vor Augen haben und wissen, welche Schritte erforderlich sind, um diese zu erreichen. Gleichzeitig ermöglicht sie es, Lehrveranstaltungen so zu gestalten, dass Studierende ihre Mitarbeit und ihr Lernen flexibler organisieren können, wodurch unterschiedliche Bedürfnisse besser berücksichtigt werden. Hierfür können u.a. folgende Ansätze hilfreich sein:

- Stoffreduktion: Konzentration auf das Wesentliche, um Inhalte zugänglicher zu machen
- Lernzielorientiert planen und Lernziele klar kommunizieren
- Bei der Gestaltung der Lehrveranstaltung unterschiedliche Methoden und Sozialformen einsetzen (z.B. Input, Gruppenarbeit, Diskussion im Plenum, Online-Lerneinheit etc.), um unterschiedliche Zugänge anzubieten
- Falls möglich: Mehrere Optionen für die Erbringung eines Leistungsnachweises / einer Prüfungsleistung anbieten
- Allgemein: Selbstbestimmung ermöglichen durch Wahlmöglichkeiten
- Klare Bewertungskriterien für Prüfungen erstellen und diese an die Studierenden kommunizieren
- Beispielaufgaben und Probeklausuren anbieten

Kommunikation

Offene und transparente Kommunikation schafft Orientierung für Studierende und gibt ihnen die Sicherheit, sich bei Schwierigkeiten vertrauensvoll an die Lehrperson wenden zu können. Konkret bedeutet das zum Beispiel:

- Zu Beginn der Lehrveranstaltung Ansprechbarkeit bei besonderen Bedarfen signalisieren
- Auf Nachteilsausgleich hinweisen (siehe [Informationen zum Nachteilsausgleich](#))
- Niedrigschwellig erreichbar sein, dabei Kommunikationskanäle und -zeiten klar kommunizieren (wann bin ich auf welchem Wege ansprechbar?)
- Transparente Kommunikation von Zielen/Erwartungen
- Kooperative Lernatmosphäre und Zusammenarbeit fördern
- Regelmäßig zu (Rück-)Fragen ermutigen
- Ggf. individuelle Absprachen mit Betroffenen zu Fehlzeiten

Unterstützung des Lernprozesses

Lehrpersonen können den individuellen Lernprozess auf vielfältige Weise begleiten und dadurch insbesondere Studierende unterstützen, die beim Organisieren und Strukturieren ihres Lernens vor besonderen Herausforderungen stehen. Sinnvoll sind dafür u.a.:

- Fehlerfreundliche Lernkultur
- Strukturierung des Lernstoffes
- Realistisches Tempo
- Realistische Arbeitsaufträge, evtl. gestuft von einfacher bis komplexer (Beteiligung der Studierenden je nach Energie- und Belastungslevel)
- Anbieten flexibler Wege zur Aneignung des Lernstoffes (evtl. auch: Flexibilität in der Präsenz-Teilnahme)
- Hilfestellungen bei der Lernorganisation/Lernstrategien
- Bildung von Lerngruppen, ggf. mit Peer Feedback
- Geben von ermutigendem, konstruktiven Feedback zu Aufgaben/Übungen
- Einplanen von Pausen, evtl. mit Bewegung/Entspannung

Medien und Materialien

Geeignete Lehrmaterialien können Studierenden mit psychischen Beeinträchtigungen dabei unterstützen, ihren Lernprozess individuell zu gestalten. Hilfreiche Maßnahmen:

- Materialien zum Vor- und Nachbereiten anbieten (z.B. Folien, Skript, Vorlesungsaufzeichnung)
- Lehrmaterialien immer frühzeitig bereitstellen
- Materialien möglichst barrierefrei gestalten (z.B. Formatvorlagen nutzen für eine übersichtliche Gliederung, Untertitel bei Videos einbinden)
- Wenn möglich: hybride Teilnahme ermöglichen

6. Weiterführende Informationen

Literatur

Hofmann, Y. E. (Hrsg.) (2024): *Die psycho-soziale Situation von Studierenden in der (post-) pandemischen Zeit. Stand der Forschung und Impulse aus der Praxis*. Bielefeld: UVW UniversitätsVerlagWebler. (Hochschulwesen: Wissenschaft und Praxis; N. F. 48). Verfügbar unter: https://www.pedocs.de/volltexte/2024/32089/pdf/Hofmann_2024_Die_psychosoziale_Situation.pdf (Zugriff am: 30. Oktober 2025).

Mühlfelder, M. (2014): *Studieren macht krank oder Freude. Anforderungen, Belastungen und Gesundheitsressourcen für Studierende und Dozierende in einer sich verändernden Hochschullandschaft. Konzepte, Methoden, Praxisbeispiele*. Lengerich: Pabst Science Publ.

Links / Materialien

Hamburg open online University: [„Studieren mit psychischer Erkrankung und Neurodivergenz: \(wie\) geht das?“](#). Seite mit umfangreichen Informationen und Materialien sowohl für Studierende als auch speziell für Lehrende.

TU Graz: [University all inclusive – Respektvolle Begegnung mit Studierenden und Mitarbeitenden mit Behinderungen und/oder physischen/psychischen Erkrankungen](#). Online-Kurs auf iMoox, stark auf den österreichischen Kontext ausgerichtet.

Gemma Armstrong (et al., 2021): [Capacity to Connect: Supporting Students' Mental Health and Wellness. Facilitator's Guide for Use with Faculty and Staff](#). Freie Materialien (Open Educational Resources) für Multiplikator*innen, die Lehrende/Mitarbeitende für das Thema Mental Health bei Studierenden sensibilisieren möchten.

Serious Game

TH Köln: [Beyond the Chalkboard](#). Browserbasiertes Serious Game, das einen Teil des Lebens als Student*in mit psychischer Erkrankung erlebbar macht.

Podcasts

[ENABLING Cities: Podcast Folge 7 – Psychische Erkrankungen](#). Podcast, in dem eine Psychologin von ihren Erfahrungen aus der Beratung von Studierenden berichtet.

[Zwischentöne \(Inklusive Geschichten\): Kein Tabu: Über psychische Erkrankungen im Studium](#).

Podcast-Folge, in der Studierende mit psychischer Erkrankung von ihren Erfahrungen im Studium berichten.