

# Tätigkeitsbericht 2022





## **Konsolidierung auf hohem Niveau, gleichbleibende Beratungszahlen, mehr Klientinnen und Klienten**

Nach herausfordernden «Corona-Jahren» war die Hoffnung gross, dass sich die angespannte Situation bezüglich der psychischen Gesundheit der Studierenden wieder etwas beruhigt. Dies auch gerade vor dem Hintergrund, dass wir zunehmend weniger isoliert sind und auch vermehrt wieder stärkende persönliche soziale Interaktionen erleben können. Auch das Wissen, wieder «vor Ort» studieren zu können, half, eine Perspektive zu geben und die erlebte Studien- und Lebensqualität zu erhöhen.

So blieben dann die Einzelberatungstermine mit 801 (Vorjahr: 806) auch auf hohem Niveau stabil, wobei insgesamt mehr Personen betreut wurden, nämlich 453 (387 im Vorjahr). Erfreulicherweise durften auch wieder Workshops an der Sentimatt durchgeführt werden: An vier Workshops (Prokrastination, Stressbewältigung, Prüfungsangst, Achtsamkeit) nahmen im Herbstsemester insgesamt 48 Personen teil – eine grosse Zahl für uns und auch dies ein Hinweis darauf, dass sich Mitarbeitende und Studierende freuen, wieder «in der Gruppe» Veranstaltungen zu erleben.

Stolz ist das Team der PBLU darüber, dass das ganze Jahr hindurch, sogar im beratungsintensiven Herbstsemester, eine Wartezeit von etwa zwei Wochen eingehalten werden konnte. Dies war insbesondere auch möglich, da die Rektorate eine dauerhafte Erhöhung der Stellenprozentage beschlossen haben. In der Person von Lili Küttel konnte eine äusserst kompetente Psychologin engagiert werden, die sofort einen sehr guten Draht zu Studierenden und Mitarbeitenden aufbauen konnte und eine grosse Bereicherung für das Team darstellt.

Mit dem Krieg in der Ukraine kamen neue Herausforderungen auf die Psychologische Beratungsstelle zu: ukrainische und russische Studierende und Mitarbeitende, die in die Schweiz geflüchtet sind, teilweise in grosser Sorge um ihre Familien, Freunde und Länder. Daneben gibt es auch zahlreiche Studierende aus anderen Ländern, in denen Konflikte schwelen und die sich gegenüber den Geflüchteten aus der Ukraine oder aus Russland teilweise als benachteiligt empfanden. Dabei handelt es sich beispielsweise um Studierende aus dem Iran, Afghanistan, Syrien, Kurdistan, Kongo, Venezuela oder Mexiko, um nur einige zu nennen.

Die ausländischen Studierenden sollen in diesem Tätigkeitsbericht im Zentrum stehen und ihre psychologischen Herausforderungen (und der Umgang der Hochschulen damit) etwas ausführlicher beleuchtet werden. Mehr dazu im Schwerpunktteil weiter unten.

Trotz vieler Herausforderungen hat es auch in diesem Jahr wieder enorm Freude gemacht, junge und ältere Menschen auf dem Campus Luzern zu begleiten. Jeder kleine Schritt in Richtung mehr Selbstwirksamkeit und Erhöhung der Lebens- und Studienqualität inspiriert und freut uns sehr – es ist schön, ein solch grosses Vertrauen zu geniessen, sei dies von unseren Klientinnen und Klienten oder von den unterschiedlichen Hochschulen, Rektoraten, Departementen und Instituten. Dieses Vertrauen zeigt sich nachfolgend auch wiederum in unseren Jahreszahlen.



## 1. Beratungszahlen und Anmeldegründe 2022

	Studierende	Mitarbeitende	PhD	Total
HSLU	232	21	1	<b>254</b>
PHLU	80	16	1	<b>97</b>
UNILU	89	5	8	<b>102</b>
	<b>401</b>	<b>42</b>	<b>10</b>	<b>453</b>

Tabelle 1

Insgesamt wurden **801 Einzelsitzungen** (Vorjahr: 806) mit 453 Personen und vier Workshops mit insgesamt 48 Personen durchgeführt. Zusätzlich fanden Informations- oder Supervisionsgespräche für 70 Personen an unterschiedlichen Institutionen der drei Luzerner Hochschulen statt. Die Zusammensetzung der Klientinnen und Klienten der PBLU verschob sich wiederum etwas: So waren etwa 56% unserer Klientel Mitarbeitende oder Studierende der Hochschule Luzern (HSLU), 23% der Universität Luzern (UNILU) und 21% der PH Luzern (PHLU). (Tabelle 1)

Die durchschnittlich beanspruchte Sitzungszahl lag dieses Jahr bei **1,77 Sitzungen pro Person**.

Die Gründe für die Anmeldungen teilten sich wie folgt auf:

Anmeldegrund	Anzahl Personen
Stress und Erschöpfung	98
Selbstzweifel	48
Beziehungsprobleme	36
Prokrastination	34
Psychosoziale Belastungen (Verlust, finanzielle Schwierigkeiten usw.)	33
Depressive Zustände	28
Familiäre Konflikte	21
Persönlichkeitsakzentuierungen	19
Prüfungsangst/Lerncoaching	17
Ängste/Panik	17
Motivationale Schwierigkeiten/Zweifel am Studium	13
Interpersonelle Konflikte an der Hochschule	10
Beratung im Umgang mit psychisch kranken Studierenden	9
Soziale Ängste	8
Zwänge	2
Sucht/schädlicher Gebrauch von Substanzen	2
Psychische Beeinträchtigungen bei körperlichen Erkrankungen	1
Andere	57
<b>Total</b>	<b>453</b>

Tabelle 2

Im Vergleich zum Vorjahr sind die Beratungen aufgrund von Stress und Erschöpfung nochmals deutlich gestiegen (um beinahe 40%), auch verzeichnen wir eine deutliche Zunahme der Klientinnen und Klienten, die sich wegen Beziehungsproblemen an uns gewendet haben.



## 2. Stellensituation PBLU

Die deutlich gestiegenen Anmeldezahlen in den Jahren 2020 und 2021 haben dazu geführt, dass es mit den gegebenen Stellenprozenten (140%) nicht mehr möglich war, die gewünschte Wartezeit von zwei Wochen für ein Erstgespräch einzuhalten. Die Rektorate haben darauf reagiert und zusätzliche 20 Stellenprozente gesprochen.

Lili Küttel verstärkt seit Mai 2022 das Team als äusserst kompetente Mitarbeiterin. Sie ist nicht nur Psychologin, sondern verfügt auch über ein Musikstudium an der HSLU und kennt so die Bedürfnisse der Studierenden und die Gegebenheiten auf dem Campus Luzern aus erster Hand. Lili Küttel hat sich bestens ins Team integriert und hat entscheidend dazu beigetragen, dass wir das ganze Jahr hindurch, selbst in den anmeldeintensivsten Zeiten, eine Wartezeit von zwei Wochen einhalten konnten.

Auch wenn sich die Situation mit der Wartezeit nun verbessert hat, bedarf es in den kommenden Jahren sicherlich eines weiteren Personalausbaus an der Psychologischen Beratungsstelle: Steigende Studierenden- und Mitarbeitendenzahlen sowie die zunehmend schlechtere psychische Gesundheit junger Erwachsener (siehe Tätigkeitsbericht 2021 oder Medienmeldungen des BAG) führen zu einem höheren Beratungsbedarf. Neben den jährlich steigenden Anmeldezahlen wird in unseren Evaluationen seit Jahren gewünscht, dass die beschränkte Sitzungszahl von fünf psychologischen Sitzungen erhöht wird, wie es an den meisten Psychologischen Beratungsstellen der Schweizer Hochschulen bereits der Fall ist. Dafür ist aber deutlich mehr Personal notwendig – auch hier sind andere Hochschulstandorte wie Basel, Bern und Zürich schon sehr viel weiter und haben im Gegensatz zum Campus Luzern ein X-faches an psychologischen Fachpersonen angestellt, die Studierende und Mitarbeitende betreuen.

An die Psychologische Beratungsstelle Campus Luzern dürfen sich bei Bedarf über 30'000 Personen der drei Luzerner Hochschulen wenden, welche hier studieren, arbeiten oder eine Weiterbildung besuchen – 160 Stellenprozente reichen dabei knapp für das Nötigste an psychologischer Betreuung.

## 3. «Internationals» – Inspiration und Herausforderung

Wie in den Jahren zuvor durften wir auch in diesem Jahr wieder ausländische Studierende aus zahlreichen Ländern in psychologisch schwierigen Situationen und Krisen begleiten. Diese Kontakte sind für uns sehr bereichernd und es macht grosse Freunde, Geschichten verschiedenster Menschen zu hören und Einblicke in unterschiedlichste Kulturen zu erhalten – es ist, als würde man selbst ganz viele kleine Reisen machen, und man erfährt meistens auch eine enorme Dankbarkeit, da man schon mit kleiner psychosozialer «Übersetzungsarbeit» viel bewirken kann. Nachfolgend möchten wir ein wenig ausführlicher auf die unterschiedlichen Bedürfnisse unserer «Incomings» und deren Betreuungspersonen auf dem Campus eingehen.

### a. International Offices

Zunächst gilt es zu unterstreichen, was für eine unermüdliche und aufopfernde Arbeit die International Offices aller drei Hochschulen leisten: Die Mitarbeitenden dieser Organisationseinheiten sind es, die als Erste mit den ausländischen Studierenden in Krisen zu tun haben, regelmässige Zusammenbrüche und Weinkrämpfe in ihren Büros und an ihren Schaltern erleben und Anrufe am Wochenende nur schlecht ausblenden können, da sie die hilfeschuchenden Studierenden in ihrer Verzweiflung mehrfach zu erreichen versuchen. Oft sind die Mitarbeitenden der International Offices gleichzeitig Sozialarbeitende, Administrator\*innen, Notfallpsycholog\*innen, Budgetberater\*innen und Vermittelnde aller Art – dies alles ohne spezialisierte Ausbildung. Doch in erster Linie sind sie Menschen, die jeden Tag alles geben, um den Studierenden und Mitarbeitenden das Gefühl eines «Zuhause in der Ferne» zu ermöglichen. Ihnen gebührt ein riesiges Lob, die Ermöglichung von spezialisierten Weiterbildungen sowie insbesondere das Gehör und die Wertschätzung ihrer Vorgesetzten.

Eine in diesem Zusammenhang auch überaus wichtige Stelle, die niemals in Vergessenheit geraten darf, ist das Housing: Mitglieder des Housing-Teams rücken aus, auch ausserhalb der üblichen Arbeitszeiten, wenn es «brennt», wenn Studierende unterschiedlichster Herkunft in den Studierendenheimen und WGs aneinandergeraten, es zu Tätlichkeiten kommt oder sich jemand aus anderen Gründen nicht mit seiner Wohnsituation in Liegenschaften der Hochschulen zurechtfindet.



### **b. Ausländische Studierende und die Luzerner Hochschulen**

In den letzten Jahren nahm die Zahl der auf Englisch durchgeführten Studiengänge an den Luzerner Hochschulen stetig zu. Dies lockt von Jahr zu Jahr mehr «Incomings» auf den Campus Luzern. Auch die Psychologische Beratungsstelle berät jedes Jahr mehr ausländische Studierende aus einer grösseren Anzahl unterschiedlicher Länder.

Diese Entwicklung ist in erster Linie vor allem eins: Eine Bereicherung. Sei dies für die Mitstudierenden, die unterschiedlichste Kulturen, neue Perspektiven und vorher kaum mögliche Freundschaften erleben können, für die Luzerner Hochschulen, die vermehrt eine internationale Ausstrahlung erhalten, aber auch für die ausländischen Studierenden selbst, die am qualitativ hochwertigen Schweizer Bildungssystem teilnehmen können, was ihnen in ihren Herkunftsländern oft entscheidende Vorteile auf dem Arbeitsmarkt ermöglicht.

Aus Erfahrungen unterschiedlicher Stellen – wie auch der Beratungsstelle – geht jedoch hervor, dass bei dieser hohen Geschwindigkeit der Zunahme an Studienplätzen für ausländische Studierende an den Hochschulen oft Konzepte fehlen, die diese Entwicklung genügend begleiten. «Incomings» zu immatrikulieren und ihnen eine Unterkunft zu organisieren, reicht allein oftmals nicht aus. Um herausfordernden Situationen, die mit den speziellen Vulnerabilitäten ausländischer Studierender einhergehen (beispielsweise kulturelle Eigenheiten, unterschiedliche soziale Interaktionsbedürfnisse, Ernährungsgewohnheiten, teils stark divergierende Sprachniveaus), begegnen zu können, bedarf es Konzepten, die eine ganzheitliche Integration und Begleitung vorsehen. Andernfalls steigt die Wahrscheinlichkeit von Konflikten oder psychischen Krisen.

### **c. Psychische Krisen und Vorerkrankungen**

In den letzten Jahren wandten sich direkt oder via International Offices immer mehr ausländische Studierende an die Beratungsstelle, welche sich in einer ernsthaften psychischen Krise befanden. Einige von ihnen waren bereits im Heimatland in psychiatrisch-psychotherapeutischer Behandlung, haben diese aber in der Schweiz nicht weitergeführt (beispielsweise, weil sie gedacht haben, dass sie dies schon allein schaffen würden oder dass sich die Symptomatik hier weniger zeigen würde). Andere wiederum sind erst hier in

eine Krise geraten, da sie sich das Leben in der Schweiz einfacher vorgestellt hatten (kulturelle Gegebenheiten, soziale Integration in Studium und Gesellschaft, Anforderungen des Studiums, Herausforderung selbstständiges Leben etc.).

In beiden Fällen kann es sinnvoll sein, seitens der Hochschule vermehrt präventive Massnahmen zu ergreifen, um möglichen Krisen vorzubeugen. Im ersten Fall etwa damit, dass die Betroffenen bereits im Voraus freiwillig angeben können, ob sie unter psychischen Krankheiten leiden bzw. eine psychologische Begleitung benötigen (in diesem Fall könnte bereits vor dem Aufenthalt eine adäquate psychotherapeutische Behandlung organisiert werden, welche Krisen abfedern könnte). Zahlreiche ausländische Hochschulen fragen dies sogar zwingend ab. Im zweiten Fall könnte es sinnvoll sein, den International Offices mehr Ressourcen zur Entwicklung von Integrationsprogrammen und Workshops zur Verfügung zu stellen, die den Studierenden in der ersten Zeit helfen. Die International Offices machen mit ihren vorhandenen Ressourcen diesbezüglich schon viel, was in gewissen Fällen jedoch nicht zu reichen scheint, da einige Studierende erst mit der Zeit in solche Krisen geraten (nachdem die initialen Unterstützungsmassnahmen, wie etwa Willkommensveranstaltungen, bereits vorbei sind). Auch die Psychologische Beratungsstelle kann innerhalb der fünf vorhandenen Beratungssitzungen kein soziales Netzwerk ersetzen.

### **d. Ukraine und Russland**

Wie bereits in der Einleitung angetönt, war auch die Psychologische Beratungsstelle vom Konflikt zwischen der Ukraine und Russland betroffen. Sowohl ukrainische als auch russische Studierende erleben eine psychosoziale Ausnahme-situation: Sei dies, weil sie flüchten mussten, nach einem bereits vorher begonnenen Studienaufenthalt nicht mehr zurückgehen können oder weil sie sich Sorgen machen um Freunde und ihre Familien. Die russischen Studierenden werden oftmals angefeindet aufgrund des Vorgehens ihres Landes. Dies obwohl sie selbst von ähnlichen Sorgen betroffen sind, Mühe haben, auf ihr Geld zurückzugreifen und teilweise in ihrem Heimatland sogar verfolgt würden, etwa da sie sich der Opposition zugehörig fühlen. Nicht selten hörten wir da auch von Suizidabsichten.

Die Luzerner Hochschulen haben bezüglich der Aufnahme Studierender und Mitarbeitender aus der Ukraine und Russland gute Arbeit geleistet und oft unkomplizierte Lösungen



gefunden. Mit der zunehmenden Dauer des Kriegs wird es jedoch schwieriger, da teilweise Fragen bezüglich Finanzierungen, Aufenthaltsbewilligungen und des Umgangs mit ungenügenden Leistungen (und damit zusammenhängenden möglichen Exmatrikulationen) nicht vollständig geklärt sind.

Eine weitere Herausforderung für die Psychologische Beratungsstelle zeigt sich darin, dass Klientinnen und Klienten aus beiden Ländern teilweise eher misstrauisch gegenüber psychologischen Angeboten sind. Gründe dafür können Befürchtungen sein, dass die Inanspruchnahme eines solchen Angebots als Schwäche ausgelegt wird oder dass ihre Probleme dann irgendwo registriert sein könnten und «Staatsorgane» darauf zurückgreifen dürfen. Hier gilt es, Vertrauen aufzubauen, Betroffene zu beruhigen, psychologische Angebote zu normalisieren und auf die Schweigepflicht und Rechtssicherheit in unserem System hinzuweisen.

#### **e. Studierende aus aller Welt**

Nebst den Studierenden aus der Ukraine und Russland hatten wir es letztes Jahr auch mit vielen Studierenden aus anderen Ländern zu tun. Neben den «Incomings» aus Westeuropa gibt es auch hier zahlreiche Menschen aus Ländern, in denen Konflikte schwelen: So betreuten wir etwa Studierende aus dem Iran, Afghanistan, Syrien, Kurdistan, dem Kongo, Venezuela, Kolumbien, Mexiko, Brasilien, China, Uganda – um nur jene zu nennen, in denen Konflikte bekannter sind. Teilweise hörten wir dabei auch vom Gefühl, benachteiligt zu sein gegenüber ukrainischen und russischen Studierenden und Mitarbeitenden.

Dazu kommen viele weitere Studierende aus osteuropäischen, afrikanischen und lateinamerikanischen Ländern, die aufgrund der kulturellen Unterschiede Herausforderungen im Studium und in der Integration erleben. Auch für diese Menschen wären erweiterte Integrationskonzepte seitens der Hochschulen hilfreich.

#### **f. Zusammenarbeit International Offices mit der Psychologischen Beratungsstelle Campus Luzern**

Im vergangenen Jahr konnte die gute Zusammenarbeit zwischen der Beratungsstelle und den International Offices weiter ausgebaut werden: Supervisionsanlässe, Einzelsupervisionen oder das gemeinsame Einzelfallmanagement von ausländischen Studierenden in Krisen helfen, mit den teils sehr arbeitsintensiven Fällen umzugehen und kritische Vorfälle zu minimieren. Ein Ausbau dieser Zusammenarbeit in den nächsten Jahren ist angedacht.

In diesem Zusammenhang könnte es auch bedeutend sein, die Zusammenarbeit zwischen den Hochschulen auszubauen und Ressourcen zu bündeln. Denkbar wären etwa gemeinsame Integrationsveranstaltungen oder der Rückgriff auf Mitarbeitende, welche sozialarbeiterisch ausgebildet sind und die hochschulübergreifende koordinierte Begleitung kritischer Fälle übernehmen könnten.



#### 4. Ausblick

Auch im Jahr 2023 freut sich die Psychologische Beratungsstelle Campus Luzern auf viele inspirierende Kontakte zu Studierenden, Mitarbeitenden und einen regen Austausch – sei dies mit Menschen, die selbst Unterstützung suchen oder mit jenen, die Fragen zur Unterstützung anderer haben. Zudem planen wir unser Angebot weiter auszubauen, sei dies in Form von Workshops oder zusätzlichen Behandlungsangeboten wie dem Bio- oder Neurofeedback, das seit vergangenem Jahr genutzt werden kann.

Ferner steht in der ersten Jahreshälfte auch ein Leitungswechsel an: Am 1. April übernimmt Dr. Sibylle Matter die Leitung der Psychologischen Beratungsstelle Campus Luzern. Jonas Bamert verlässt den Campus Luzern, um sich neuen Herausforderungen in der eigenen Praxis in Bern zuzuwenden. Zum Zeitpunkt der Verfassung dieses Berichts läuft das Bewerbungsverfahren für die freiwerdende Stelle.

Dr. Sibylle Matter ist eine sehr erfahrene, hochkompetente Psychotherapeutin, die seit 2019 an der Psychologischen Beratungsstelle arbeitet. Ihre Professionalität und Weitsicht haben die PBLU bereits in den letzten Jahren positiv geprägt. Als Leiterin der Beratungsstelle wird sie eine grosse Bereicherung für den Campus Luzern sein.

Ich verlasse die Luzerner Beratungsstelle mit lachenden wie auch (freuden-)tränenenden Augen: Es ist eine wunderbare Arbeit mit den Studierenden und den Mitarbeitenden auf dem Campus Luzern – sowohl in der Beratung als auch in der Zusammenarbeit mit meinem Team und allen Partnerinnen und Partnern auf dem Campus. Von Herzen möchte ich den unzähligen Menschen danken, welchen ich auf dem Campus begegnen durfte und mit denen sich ein kürzerer oder längerer Austausch entwickeln konnte.

*Jonas Bamert, im Februar 2023*



[www.pblu.ch](http://www.pblu.ch)

**Psychologische Beratungsstelle Campus Luzern**  
**Sentimatt 1**  
**6003 Luzern**



## **Anhang**

### **Auswahl weiterer Aktivitäten der Psychologischen Beratungsstelle im Jahr 2022:**

- ▶ Supervisionsgruppen an der HSLU und UNILU
- ▶ Zahlreiche Interviews für Zeitungen, Bachelor- und Masterarbeiten sowie diverse Magazine
- ▶ Regelmässiger Austausch und Zusammenarbeit mit den Diversity-Abteilungen aller drei Hochschulen
- ▶ Austauschtreffen mit Studiengangsleitungen sowie Studienberaterinnen und Studienberatern der unterschiedlichen Departemente und Fakultäten (regelmässiger Austausch mit insgesamt über 70 Personen auf dem Campus)