



Sorgen bei der Arbeit?

Externes Beratungsangebot

für alle Mitarbeiter*innen und Führungskräfte der
Universität Konstanz

Externe Beratung bei Problemen am Arbeitsplatz

Stress mit Vorgesetzten oder Kolleg*innen, anstehende schwierige Gespräche mit Mitarbeiter*innen, wenig Lust zur Arbeit zu gehen oder das Gefühl auszubrennen - im Arbeitsleben kann es immer wieder zu schwierigen Situationen kommen, die schwer zu lösen sind.

Die Universität Konstanz lässt Sie bei beidem nicht allein und unterstützt Sie, gute Lösungen für sich zu finden und sich wieder wohl zu fühlen.

Mögliche Themen können sein:

Probleme und Konflikte am Arbeitsplatz

- Spannungen oder Streitigkeiten mit Kolleg*innen, Vorgesetzten oder Mitarbeiter*innen
- Vorbereitung schwieriger Gespräche mit Mitarbeiter*innen oder dem Team
- Veränderungen am Arbeitsplatz
- Motivationstief oder Unzufriedenheit
- Unlust, Demotivation oder Unzufriedenheit
- etc.

In Kooperation mit der Psychologischen Beratungsstelle des Diakonischen Werks bietet die Universität Ihnen eine kompetente und vertrauliche Beratung an, bei der Sie Ihre **Möglichkeiten ausloten, Lösungswege finden und Entscheidungen treffen** können, auf die Sie alleine vielleicht nicht kommen würden.

Probleme und Konflikte im Privatleben

- Krisen in der Partnerschaft, Trennung/Scheidung
- Belastungen aufgrund von Erziehungs- oder Pflegeherausforderungen
- Umgang mit schweren Diagnosen
- Trauerfälle oder Einsamkeit
- Lebens- und Sinnkrisen
- etc.

So können Sie die Beratung in Anspruch nehmen

- Bitte vereinbaren Sie telefonisch einen Termin mit der Psychologischen Beratungsstelle (+49 7531 363260) und teilen Sie mit, dass Sie an der Universität tätig sind.
- Für Beschäftigte der Universität ist außerhalb der Schulferien jeden Mittwoch das Zeitfenster von 8.30 Uhr bis 9.30 Uhr reserviert. Selbstverständlich können Sie auch alternative Termine vereinbaren.
- Im Erstgespräch klärt der*die Berater*in Ihr Anliegen. Weitere Termine erfolgen in Absprache mit Ihnen.
- Die Universität Konstanz finanziert bis zu **drei Beratungsstunden**.

- Sofern Sie weitere Sitzungen in Anspruch nehmen möchten, können Sie den Beratungsprozess auf eigene Kosten fortführen.
- Die Beratung findet in der Psychologischen Beratungsstelle in Konstanz statt (Max-Stromeyer Straße 172). In Ausnahmefällen kann die Beratung auch in Singen durchgeführt werden.
- Die Beratung erfolgt außerhalb der Arbeitszeit.

Die Psychologische Beratungsstelle steht Ihnen mit einem Team aus **erfahrenen Berater*innen** mit systemischem Hintergrund zur Seite und unterliegt der **Schweigepflicht**.



Anbieter

Psychologische Beratungsstelle

Diakonisches Werk im Kirchenbezirk Konstanz
Max-Stromeyer Straße 172
78467 Konstanz
+49 7531 363260

Fragen und Rückmeldung zum Angebot

Kerstin Melzer

Universität Konstanz
Teamleitung Personalentwicklung, Ausbildung, Gesunde Uni
Personalabteilung
+49 7531 88-2430
kerstin.melzer@uni.kn

Weitere Informationen
zur Beratung und aktuelle
Angebote der Gesunden Uni
finden Sie auf:

– [uni.kn/gesunde-uni/
stay-healthy](https://uni.kn/gesunde-uni/stay-healthy)