



Beratungsstelle
für Beschäftigte
der TU Darmstadt bei
sozialen, beruflichen,
persönlichen Fragen
und im Konfliktfall

Beraten Unterstützen Begleiten

Liebe Kolleg*innen,

mit diesem Flyer möchten wir Sie über unser vielfältiges Beratungsangebot informieren.

Dieses richtet sich an alle Beschäftigten an der TU Darmstadt.

Wir laden Sie herzlich dazu ein, bei Bedarf Kontakt zu uns aufzunehmen!

Frauke Spreckels

Martina Merk

Elke Naumann

Unser Anliegen

Verschiedene Umstände im Arbeits- und Privatleben können zu psychischen oder körperlichen Belastungen führen. In unserem Beratungssetting haben Sie die Möglichkeit, in aller Ruhe darüber zu sprechen.

Bereits ein Gespräch kann zu Ihrer Entlastung beitragen und Ihnen mehr Klarheit für Ihre Situation vermitteln.

Wir unterstützen Sie dabei, neue Perspektiven und Ihre eigenen Lösungswege zu entwickeln und bei Bedarf zeigen wir weitere Unterstützungswege auf.

Wenden Sie sich gerne an uns, wenn Sie beispielsweise:

- berufliche oder persönliche **Veränderungen** planen oder solche anstehen
- sich körperlich oder psychisch **belastet** fühlen
- sich in einer persönlichen **Krise** befinden und Unterstützung und Begleitung suchen
- einen **Konflikt** am Arbeitsplatz bewältigen möchten
- als Führungskraft auf der Suche nach Beratung, Coaching oder Unterstützung für Ihr **Team** sind
- mehr Sicherheit in herausfordernden **Situationen** gewinnen möchten
- Ihren Umgang mit Suchtmitteln und ähnlichen, abhängigen **Verhaltensweisen** hinterfragen möchten oder wenn Sie diesbezüglich Beratung für Ihr berufliches Umfeld benötigen
- sich **bedroht** oder gestalkt fühlen
- sexualisierte **Diskriminierung** oder Übergriffe erfahren haben



Wir beraten
in Präsenz,
telefonisch und
videogestützt.

Ziele der Beratung

Wir möchten Sie dabei unterstützen, Ihre aktuelle Situation zu analysieren, neue Perspektiven einzunehmen und alternative Wege zu prüfen.

Dabei ermutigen wir Sie dazu, Ihre eigenen Ressourcen zu erkennen und im Sinne eigener Lösungsideen einzusetzen.

Bei Bedarf unterstützen wir Sie zudem mit Informationen zu weiterführenden Angeboten und Kontaktstellen.

Unsere Beratungsgrundsätze

Eine Beratung bei uns ist immer vertraulich. Wir beraten unabhängig – Ihr Anliegen steht im Mittelpunkt.

Wir entwickeln mit Ihnen gemeinsam Lösungsmöglichkeiten, die für Sie auch umsetzbar sind.

Wir unterliegen der gesetzlichen Schweigepflicht.

Nehmen Sie Kontakt mit uns auf.

Wir freuen uns, Sie auf Ihrem Weg begleiten zu können!



Frauke Spreckels

Terminvereinbarung:
Tel.: 16-26 556

frauke.spreckels@tu-darmstadt.de

Dipl. Soziologin, Mediatorin, Zusatzausbildungen u.a. in Klientenzentrierter Gesprächsführung, Systemischer Beratung und Coaching, Organisationsentwicklung.



Martina Merk

Terminvereinbarung:
Tel.: 16-26 566

martina.merk@tu-darmstadt.de

Dipl. Sozialpädagogin, Mediatorin, Gestalttherapeutin, Zusatzausbildungen u.a. in Klientenzentrierter Gesprächsführung, und Systemischer Beratung.



Elke Naumann

Terminvereinbarung:
Tel.: 16-26 569

elke.naumann@tu-darmstadt.de

M.Sc. Psychologie, Zusatzausbildungen in Körpertherapie, systemischer Gesprächsführung, gewaltfreier Kommunikation, Supervision.

