

Impulsvortrag: Bedarfe zur Gesundheitsförderung an der Universität Kassel

Referentin: Julia Arnold

wissenschaftliche Mitarbeiterin „ErfolgInklusiv“, Institut für Sozialwesen, Fachgebiet „Theorie und Empirie des Gesundheitswesens“

Vortragsgliederung:

1. Eckdaten zur Studierendenbefragung
 2. ausgewählte Ergebnisse aus der Studierendenbefragung im Wintersemester 2021/22 zu Präventionsbedarfen aus Sicht der Studierenden
 3. Experteninterviews: Hauptthemenfelder der Studierenden und Bedarfe zur Gesundheitsförderung aus Sicht der Akteure
 4. Fazit und Handlungsempfehlungen
-

1. Eckdaten zur Befragung

Im März 2022 wurden alle zu dem Zeitpunkt immatrikulierten Studierenden der Universität Kassel zu einer freiwilligen Online-Befragung über Limesurvey eingeladen. Insgesamt antworteten 3.330 von 23.699 Studierenden (Rücklaufquote von 14,1%). Das Durchschnittsalter betrug 25,9 Jahre. Mit 58,6% nahmen deutlich mehr Frauen an der Befragung teil. Knapp ein Viertel befanden sich zum Befragungszeitpunkt im ersten Semester. Inhalte der Befragung waren Gesundheit, Studienerfolg, Studienbelastung, Unterstützungsangebote und Gesundheitsförderung.

2. ausgewählte Ergebnisse aus der Studierendenbefragung im Wintersemester 2021/22 zu Präventionsbedarfen aus Sicht der Studierenden

2.1 allgemeiner subjektiver Gesundheitszustand von Studierenden an der Universität Kassel im März 2022:

- 84,4% der befragten Männer und 78,6% der befragten Frauen beschrieben ihre Gesundheit als gut oder sehr gut.
- Frauen bewerteten ihren Gesundheitszustand signifikant schlechter als Männer.
- es besteht ein Zusammenhang zwischen einem schlechten subjektiven Gesundheitszustand und der Verringerung des zu erreichenden Studienpensums.

2.2 Teilnahme an gesundheitsfördernden Angeboten in den letzten 12 Monaten:

- 29,2% der Studierenden gaben an gesundheitsfördernde Maßnahmen der Universität in den letzten 12 Monaten erhalten zu haben.
- Männer (26,3% vs. 31,0%) und Studierende mit Gesundheitsbeeinträchtigung (27,4% vs. 31,1%) geben seltener an, gesundheitsfördernde Maßnahmen der Universität zu erhalten.
- 6,5% der Studierenden nutzten die Angebote der Universität und 6,0% die Gesundheitskurse der Krankenkasse.
- Gesundheitskurse der Krankenkassen und der Universität wurden deutlich häufiger von Frauen als und Studierenden mit chronischer Erkrankung/ Behinderung genutzt als von den übrigen Studierenden.

2.3 Hinderungsgründe und Beurteilung des Erfolgs:

- Top 3- Hinderungsgründe:
 - 71,1% fehlt die Kenntnis über diese Angebote.

- 62,7% haben Bedarf an den Angeboten (Männer geben signifikant häufiger an, keinen Bedarf an Gesundheitskursen zu haben (69,5% vs. 58,2%, $p < 0,001$).
- 55,3% fehlt die Zeit um Gesundheitsangebote zu nutzen
- 42,2% fehlen die finanziellen Mittel
 - Studierende mit chronischer Erkrankung/ Behinderung fehlen mit 50,8% signifikant häufiger die finanziellen Mittel für Gesundheitskurse als Studierende ohne Gesundheitsbeeinträchtigung (33,5%).
- 60,3% der Studierenden, die Gesundheitsangebote nutzten, bewerteten ihre Teilnahme als Erfolg
 - Studierenden mit chronischer Erkrankung/ Behinderung bewerteten ihre Teilnahme seltener als Erfolg als die übrigen Studierenden (56,2% vs. 64,2%).

2.4 Interesse an den Gesundheitskursen:

- die am stärksten nachgefragten Kurse in den nächsten 12 Monaten sind Kurse zur Entspannung bzw. Stressbewältigung (54,7%), Bewegung (40,3%) und Ernährung (28,9%). Dabei zeigten ...
 - a) Frauen ein signifikant höheres Interesse an den drei Kursarten.
 - b) Studierende mit chronischer Erkrankung (61,3%) und amtlich anerkannter Behinderung (66,1%) ein signifikant höheres Interesse an Entspannungskursen als die übrigen Studierenden (47,1%).
 - c) 43,2% der Studierenden, welche die nationale Bewegungsempfehlung von mindestens 150 Minuten körperlicher Aktivität pro Woche nicht erfüllen, Interesse an Bewegungskursen und 56,7% an Entspannungskursen.
 - d) 53,0% der Rauchenden und 60% der Ex-Rauchenden Interesse an Entspannungskursen.
- es besteht ein signifikanter Zusammenhang ($p < 0,001$) zwischen den rauchenden Studierenden und dem Interesse an einem Kurs zur Raucherentwöhnung (22,6%) und zum angemessenen Umgang mit Alkohol (11,0%).
- Männer äußern fast doppelt so häufig Interesse an Kursen zum Suchtmittelumgang als Frauen.

2.5 Verhaltensprävention auf dem Hochschulgelände:

- je 73,3% bewerten das Angebot zur gesunden Ernährung und die Atmosphäre in den Hochschulgebäuden als ausreichend.
- nur 32,8% bewerten die Sitze in den Hörsälen als ausreichend bequem bewertet (32,8%).
 - Chronisch erkrankte Studierende bewerten mit 24,5% die Bequemlichkeit seltener als ausreichend als Studierende ohne gesundheitliche Beeinträchtigungen (32,8%).
- Studierende mit chronischer Erkrankung (45,1%) und amtlich anerkannter Behinderung (47,5%) halten im Vergleich zu den übrigen Studierenden (45,1%) die vorhandenen Ruhe- und Rückzugsräume seltener als ausreichend.
- 49,9% der Befragten befürworten ein generelles Rauchverbot auf dem Hochschulgelände. 63,4% der Nicht-Rauchenden und 41,9% der Ex-Rauchenden sprechen sich dabei für ein Rauchverbot auf dem Hochschulgelände aus.

3. **Experteninterviews:**

3.1 Expert:inneninterviews an der der Universität Kassel:

- Im Zeitraum von 07-09/2022 wurden gesundheitsfördernder Akteure der Universität Kassel ($n=7$) mittels explorativer leitfadengestützter Expert:inneninterviews befragt. Die Auswertung erfolgte nach der inhaltlich-strukturierenden Inhaltsanalyse nach Kuckartz. Der Schwerpunkt lag auf der psychischen Gesundheitsförderung von Studierenden aus Sicht der Akteure.

3.2 Hauptthemenfelder der Studierenden aus Sicht der Akteure:

- **Persönliche Anliegen:**
 - psychische Belastungen der Altersstruktur entsprechend, z. B. Identitätsfragen und Ablösethemen vom Elternhaus.

- Ängste, Depressionen und die Unsicherheit, was nach dem Studium passieren könnte.
- Pandemiebedingt: Einsamkeit, sowie Perspektiv- und Motivationslosigkeit.
- Knüpfen und Pflegen sozialer Kontakte.
- der Umgang mit der eigenen Einschränkung und ein Konflikt zwischen selbstbestimmten Handeln und gleichzeitig auf Prüfungsmodifikationen angewiesen zu sein (Studierende mit Beeinträchtigung)
- **Studienbezogene Anliegen:**
 - Studienbedingungen
 - Studienzweifel- und Abbruchgedanken.
 - unzureichende Studienfinanzierung
 - besonders betroffen: Studierende mit Beeinträchtigungen z.B. aufgrund fehlenden/ zu spät bereitgestellten Hilfsmitteln, nichttragbarer Doppelbelastung oder fehlende Kenntnis über Unterstützungsmöglichkeiten
 - Anerkennung von Teilleistungsstörungen und Barrierefreiheit (besonders für Studierende mit Beeinträchtigungen)

3.3 Bedarfe zur Förderung der Gesundheit aus Sicht der Akteure:

- Verbesserung der Sichtbarkeit bzw. dem Bekanntheitsgrad der Angebote und Akteure
- Abbau von Hemmschwellen zu den beeinträchtigungsspezifischen und psychosozialen Angeboten
- Sensibilisierung für und Entstigmatisierung von psychischer Gesundheit, sowie der entsprechenden Beratungsangeboten.
- Vernetzung der Akteure und Bündelung der Angebote (intern und extern)
- Vernetzung der Studierenden untereinander (Förderung der Partizipation)
- Ausbau der Barrierefreiheit
- Schaffen spezieller Angebote für Studierende mit Beeinträchtigung ausgesprochen.

4. **Fazit und Handlungsempfehlungen**

Es bestehen Übereinstimmungen der qualitativen Befragung der Akteure und der Studierendenbefragung. Zur Verbesserung des Studienerfolgs können folgende Handlungsempfehlungen abgeleitet werden:

1. Sensibilisierung zum Nutzen von Präventionskursen
2. Erhöhung des Bekanntheitsgrades der Präventionsangebote sowohl der Universität als auch der Krankenkasse
3. Berücksichtigung der geschlechter- und beeinträchtigungsspezifischen Bedarfe
4. Ausbau von Angeboten zum Suchtmittelumgang
5. Ausbau von Ruhe- und Rückzugsorten für Studierende mit Gesundheitsbeeinträchtigung, des Nichtraucherschutzes und ressourcenstärkender bedarfsorientierter Angebote
6. Auf- und Ausbau eines strukturierten studentischen Gesundheitsmanagements zur Förderung eines positiven Studienverlaufs

Literatur:

1. Holleder, A. (2023). *Gesundheit und Studienpensum von Studierenden: Ergebnisse eines Gesundheitssurveys an der Universität Kassel. Präventiv Gesundheitsf.* <https://doi.org/10.1007/s11553-023-01035-6>
2. Arnold, J., Holleder, A. (2023). *Psychische Gesundheit Studierender aus Sicht der Akteure – Experteninterviews an der Universität Kassel. Public Health Forum 2023; 31(3): 196–201.* <https://doi.org/10.1515/pubhef-2023-0047>
3. Arnold, J., Holleder, A. (2024). *Präventionsbedarfe aus Sicht der Studierenden. Arnold, J., Holleder, A. (2024). Präventionsbedarfe aus Sicht der Studierenden. Public Health Forum 2024; 32 (2): 113-119.* <https://doi.org/10.1515/pubhef-2024-0024>