

Ergebnisse der Fokusgruppen und Schlussfolgerungen für ein SGM-Konzept



23. November 2016, Frankfurt am Main

Struktur der Hochschulen

10 Hochschulen

- 3 Unis, davon eine TU
 - 7 HS, davon eine TH, eine Duale HS
 - 4 Campus-HS, 6 Standort-HS
 - Studierendenzahl: 3.500 - 34.000
-
- Schwerpunkte der HS sind sehr heterogen
 - 5 HS mit gesundheitsbezogenen Studiengängen

Struktur der Fokusgruppen

13 durchgeführte Fokusgruppen

- Themen
 - SGM (8)
 - Gesunde Lehre /Prüfungen(2)
 - Willkommenskultur (1)
 - Gesundes Studieren (1)
 - Gesundheitsförderung (1)
- Zusammensetzung
 - mehr Frauen als Männer (ca. 1/3 Männer)
 - 3 Fokusgruppen studiengangs-/semesterhomogen,
 - 7 Fokusgruppen studiengangs-, semesterübergreifend

Fokus: Ernährung

- Trinkwasserspender
- Gesundes Mensaessen / Kioskangebot
- Einfaches Labeling, was gesund/ ungesund ist
- Ansprechende Präsentation der Gerichte
- Auswahl an allen Standorten
- Abendmensa
- Schulungen zu gesunder Ernährung im Studium

Fokus: Ernährung

Schlussfolgerungen für ein SGM-Konzept

- Mensa als Ort für soziale Kontakte
- Gesundheitsförderndes Potenzial und bio-psycho-sozialen Aspekte von Essen /Mensabesuch berücksichtigen
- Bedarfe und Bedürfnisse vor Ort mit Studierenden analysieren
- Anpassung partizipativ umsetzen

Fokus: Ernährung... ...weiter

Beispiele aus dem Forschungs-Workshop:

- Runder Tisch „Mensa“
- Running dinner
- Food sharing

Fokus: Bewegung

- Bewegung in den studentischen Alltag integrieren (Pausen-Express, Anpassung der Kurse an Studienzeiten, Bewegungsraum für die Pausen, Gadgets auf dem Campus...)
- Sportstätten/Kurse:
 - ausreichend, kostenfrei, zentral
- Kooperation mit Fitnessstudios und Physiotherapeut*innen

Fokus: Bewegung

Schlussfolgerungen für ein SGM-Konzept

- Enorm hohes soziales und gesundheitsförderndes Potenzial berücksichtigen
- Bewegungsfördernde Verhältnisse, die der Diversität der Studierenden gerecht werden, schaffen

Fokus: Bewegung... ...weiter

Beispiel aus dem Forschungsworkshop:

- Spezielle Programme für Prüfungszeiten
- Alltagsbewegung fördern
(Tagung zu Bewegungsförderung von Studierenden des
adh vom 8.-9.12.2016 in Hannover)

Fokus: Verortung SGM

- Wer sollte beteiligt werden?
 - Studien-Sekretariate
 - Professor*innen
 - Externe Fachleute
 - Förderverein
 - Praxisstellen
- Wo sollte eine Koordinierung angesiedelt werden?
 - AStA
 - Hochschulsport
 - Fachbereichsübergreifend eine externe Person
 - Studienkoordinator*innen
 - Zentrale Studienberatung
 - Zentrale Stelle sowohl online als auch örtlich an der HS

Fokus: Verortung SGM

Schlussfolgerungen für ein SGM-Konzept

- Von den Studierenden akzeptiertes und gewolltes Organ
- Bedarfe, Bedürfnisse und vorhandene Infrastruktur vor Ort genauestens prüfen
- Entlang des Rhythmus und Bedürfnisse der Studierenden prozesshaft immer weiter / neu entwickeln

Fokus: Verortung SGM... ... und weiter

Beispiele

- Interdisziplinärer Steuerkreis
- SGM und BGM als zwei Säulen
- Studentische*r Prorektor*in

Fokus: Kommunikationswege

- Smartphone-App (zur Prüfungs- und Sportanmeldung, für Termine, für Infos zum Studium)
- Informationsaustausch mit älteren Semestern
- Bildschirme mit Informationen
- Infozettel auf Mensatablets

Fokus: Kommunikationswege

Schlussfolgerungen für ein SGM-Konzept:

- Die sozialen Medien sind zielgruppen- und zeitgerecht
- Hohe Verfügbarkeit von Informationen wichtig: zu jeder Zeit, im gesamten Semester, für alle Semester
- Soziale Komponente gewünscht: Kontakt

Fokus: Kommunikationswege... ...und weiter

- Die soziale Komponente betonen: Tutorien
- Online-Projekte nutzen, die schon „erfunden“ sind
- Webauftritt besonders bei mehreren Standorten
- Campusradio machen von Studis für Studis

Fokus: psychische Gesundheit

- Maßnahmen zur work-study-balance
- Prüfungszeiten entzerren
- Mehrfachbelastungen, Pendeln etc. berücksichtigen
- Kultur der Hilfsbereitschaft
- Konstruktive Konfliktkultur

Fokus: psychische Gesundheit

Schlussfolgerungen für ein SGM-Konzept

- Die Bedürfnisse der Studierenden mehr berücksichtigen
- Deren Unterschiedlichkeiten mehr in Betracht ziehen
- Flexible Kulturveränderungen

Fokus: psychische Gesundheit... ...und weiter

- Acht Wochen Kurs in Achtsamkeit
- Achtsamkeit in Vorlesungen bringen
- Pausen einhalten, pünktlich enden
- Patenschaften zwischen Erstsemestern und höheren Semestern

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

