Studienprojekt PH/PHN 2011/2012

Untergruppe: Stress durchs Studium

Ausgangsthesen:

1. Der Bologna-Prozess an deutschen Hochschulen führt bei den Studierende subjektiv zu höheren Belastungen
2. Die Studierenden nehmen ihre Belastungen wahr und haben das Bedürfnis nach Veränderungen

Fragestellung:

1. Welche Stressoren beeinflussen das gesundheitliche Wohlbefinden von Studierenden am Setting Hochschule?
2. Welche potenziellen Verbesserungsvorschläge werden von den Studierenden genannt?

Ziel:

1. Identifizierung der Stressoren an der Hochschule Fulda, die das gesundheitliche Wohlbefinden der Studierenden negativ beeinflussen
2. Ermittlung diesbezüglicher Bedürfnisse der Studierenden
3. Erarbeitung von Verbesserungsvorschlägen unter Beteiligung Studierender

Durchführung:

- Einrichtung eines Gesundheitszirkels mit Studierenden aller Fachbereiche.
- Fünf 90-minütige Zirkeltreffen in 14-tägigem Rhythmus.
- Identifizierung von drei Themenfeldern:
    - Studienbedingungen
    - Ernährung
    - Raumproblem

Der Gesundheitszirkel wurde so erfolgreich durchgeführt, dass sich in der Folge eine dauerhafte studentische Arbeitsgruppe mit dem Namen AG StArK gründete, die die Problematik weiter verfolgt und Lösungswege erarbeitet.

Das Projekt nahm am Wettbewerb „UniGestalten“ (2012) teil und findet sich dort unter den Top 25.