

Pressemitteilung

2020/28

31. August 2020

Wie gesund leben Kemptener Studierende in Corona-Zeiten?

Studierende führen Online-Befragung durch

Kempten. Über 70 Studierende der Studiengänge „Gesundheitswirtschaft“ und „Soziale Arbeit“ der Fakultät Soziales und Gesundheit führten eine Online-Befragung zum Thema „Gesundheit von Studierenden und die Auswirkungen der Corona-Pandemie“ durch. Dabei arbeiteten sie gemeinsam mit dem Institut für Gesundheit und Generationen der Hochschule Kempten. Die Studienumsetzung wurde zudem von der Techniker Krankenkasse unterstützt. Zusätzlich dazu wurden in Einzelinterviews Studentinnen und Studenten befragt, wie die Gesundheit während der Studienzeit gefördert werden kann.

„Mit dieser Umfrage wollten wir herausfinden, wie ausgeprägt das Gesundheitsverhalten von Studierenden ist und wie wir von Seiten der Hochschule hier unseren Beitrag zu einem gesunden Studium leisten können“, so Professorin Anneke Bühler, welche die Befragung begleitete. Die Ergebnisse zeigen, dass die Kemptener Studierenden im bundesweiten Vergleich im Bereich der sportlichen Aktivitäten besonders gut abschneiden. Als Vergleich wurde die Studie „Gesundheit Studierender in Deutschland 2017“ der Freien Universität Berlin sowie der Techniker Krankenkasse herangezogen. Die Nähe zu den Bergen und die vielseitigen Freizeitmöglichkeiten in der Allgäuer Natur scheinen hier der logische Erklärungsansatz zu sein.

Des Weiteren stellte sich heraus, dass sich die Studierenden der Fakultät Soziales und Gesundheit ähnlich gesund oder ungesund verhalten wie junge Erwachsene in anderen deutschen Städten. Hierfür wurden die Ergebnisse aus Kempten mit denen aus der Studie „Gesundheit in Deutschland aktuell 2009“ des Robert Koch Instituts verglichen. *„Der Obst- und Gemüseverzehr könnte aber noch weiter gesteigert werden, gerade bei jüngeren Studierenden“,* so das Fazit der Studieren-

Pressekontakt:

Bachelor of Arts
Anna Gabler

Telefon 0831 2523-698
Telefax 0831 2523-106
Anna.Gabler@hs-kempten.de

Abteilung
Hochschulkommunikation

Hochschule für angewandte Wissen-
schaften Kempten

Postanschrift:
Postfach 1680
87406 Kempten (Allgäu)

Campus:
Bahnhofstraße 61
87435 Kempten (Allgäu)

Telefon 0831 2523-0
Telefax 0831 2523-104
post@hs-kempten.de
www.hs-kempten.de
www.facebook.com/hs.kempten
www.twitter.com/hskempten
www.youtube.com/hskemptentv

dengruppe, welche sich mit den Ergebnissen zum Ernährungsverhalten beschäftigt hat.

„Dadurch, dass die Umfrage im Mai dieses Jahres durchgeführt wurde, gehen wir davon aus, dass sich die Corona-Pandemie auf die Wahrnehmung der Studierenden ausgewirkt hat. Umso wichtiger fanden wir, auch direkte Auswirkungen der Pandemie abzufragen“, lautet die Einschätzung von Professor Marcus Zinsmeister. Während die Zufriedenheit mit dem Studium grundsätzlich hoch ist, gaben knapp über 60 Prozent der Studierenden an, dass diese aufgrund der Pandemie leicht bis deutlich zurückgegangen sei. Dies lässt sich unter anderem auf die besonderen Bedingungen der Online-Lehre zurückführen, die mit fehlenden sozialen Kontakten mit Kommilitoninnen und Kommilitonen sowie zusätzlichen familiären Belastungen einhergeht. Knapp 60 Prozent der Studierenden berichtete von einer Erhöhung des Stresslevels aufgrund von Corona.

Doch die Pandemie hat auch positive Seiten: Für etwas über 50 Prozent der Studierenden erhöhte sich das Level an körperlicher Aktivität und Sporteinheiten. Auch die Achtsamkeit gegenüber gesunder Ernährung steigerte sich. Insgesamt nahmen 278 Studierende der Fakultät Soziales und Gesundheit an der Umfrage teil. Parallel fanden auch einzelne Interviews statt. Dabei entstanden kreative Ideen, wie das Studium noch gesundheitsfördernder gestaltet werden könnte. Kostenlose Apps zur Stressbewältigung, flexiblere Sportangebote oder ein regelmäßiger Austausch mit Studierenden aus höheren Semestern sind einige Beispiele, die genannt wurden.