

See discussions, stats, and author profiles for this publication at: <https://www.researchgate.net/publication/350662930>

Projektstart "SHAB@CUAS" (Student Health Advisory Board at Carinthia University of Applied Sciences)

Article · April 2021

CITATIONS

0

READS

29

2 authors:



Andrea Limarutti

Fachhochschule Kärnten

19 PUBLICATIONS 7 CITATIONS

[SEE PROFILE](#)



Eva Mir

Fachhochschule Kärnten

134 PUBLICATIONS 973 CITATIONS

[SEE PROFILE](#)

Some of the authors of this publication are also working on these related projects:



SHAB@CUAS (Student Health Advisory Board at Carinthia University of Applied Sciences) [View project](#)



POSADEM Positive about Dementia [View project](#)

Projektstart „SHAB@CUAS
(Student Health Advisory Board at
Carinthia University of Applied Sciences)

Andrea Limarutti, Eva Mir
 Fachhochschule Kärnten
 Studienbereich Gesundheit und Soziales
a.limarutti@fh-kaernten.at



Hintergrund

Die Weltgesundheitsorganisation (Tsouros et al., 1998) beschreibt Hochschulen als ein wichtiges Setting für die Umsetzung von Gesundheitsförderung. Auch die Okanagan Charta (2015) fordert die Schaffung eines unterstützenden Lebensumfelds speziell für die Universität, um die Gesundheit und das Wohlbefinden der Studierenden zu fördern. Bis dato liegt der Fokus eher auf der Etablierung betrieblicher Gesundheitsförderung für Beschäftigte – Studierende erhalten kaum Mitbestimmungsmöglichkeiten, wenn es um ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden geht (Gräser, 2010; Kämpfe, Köster & Brandl-Bredenbeck, 2015; Sonntag & Hartmann, 2019). Doch Studien zeigen auf, dass das universitäre Umfeld die Gesundheit von Studierenden gefährden kann (Grützmaker, Gussy, Lesener, Sudheimer & Willige, 2018; Hofmann, Sperth & Holm-Hadulla, 2017): hohe Arbeitsbelastungen, Konkurrenzdruck, fehlende soziale Unterstützung oder Schlafmangel können als mögliche gesundheitsschädliche Faktoren genannt werden (Hofmann et al., 2017; Kirsch, Laemmert & Tittlbach, 2017; Moeller & Seehuus, 2019; Reich & Cierpka, 2017).

Erwähnt sei hier auch, dass es sich dabei nicht um Einzelfälle handelt; eine große Anzahl an Studierenden ist betroffen. In Österreich beispielsweise sind 57% der Studierenden von stressbedingten Beschwerden betroffen und 48% der Studierenden leiden unter psychischen Problemen (Unger et al., 2020). Insbesondere

unter COVID-19 Bedingungen werden die Beschwerden der Studierenden oftmals noch verschärft – so können beispielsweise veränderte Lernbedingungen, insbesondere der Fokus auf E-Learning, zu Schwierigkeiten bei der Studienorganisation führen (Schober et al., 2020).

Genau hier knüpft das Projekt SHAB@CUAS (Student Health Advisory Board at Carinthia University of Applied Sciences) an, welches durch die Ludwig Boltzmann Gesellschaft gefördert wird. Im Rahmen des Projekts wird ein Gesundheitsbeirat, bestehend aus Studierenden der vier Studienbereiche Bauingenieurwesen & Architektur, Engineer & IT, Gesundheit & Soziales und Wirtschaft & Management, an der Fachhochschule Kärnten (FHK) installiert. Dieser wird sich mit Themenkomplexen rund um die Förderung von Studierfähigkeit, Motivation, Gesundheit und allgemeinem Wohlbefinden beschäftigen. Das SHAB@CUAS Team wird ganz nach dem Motto „von Studierenden für Studierende“ eigenständig und selbstbestimmt wichtige Themen definieren und priorisieren, geeignete Maßnahmen entwickeln, pilotieren und evaluieren. Gerade in der Gesundheitsförderung kann die Beteiligung der Zielgruppe als eine Schlüsselkomponente gesehen werden, die es ermöglicht Maßnahmen auf die Bedürfnisse zuzuschneiden und die Akzeptanz der Inanspruchnahme zu erhöhen (Rifkin, 2009). Abschließend werden handlungsleitende Elemente für eine nachhaltige Verankerung verfasst und in einem Katalog festgehalten.

Projekttablauf SHAB@CUAS

Dissemination & Science Communication	Initiierung des SHAB@CUAS Team	Information, Sensibilisierung und Rekrutierung von Studierenden durch E-Mails, Social Media, die OH der FH-Kärnten	Mentoring and Consulting the SHAB@CUAS Team
	Schritt 1: Definition und Priorisierung von Themen und Zielen	Basierend auf Literatur, Befragungen und weitere Einbeziehung der Zielgruppe	
	Schritt 2: Planung und Entwicklung von Maßnahmen	SHAB@CUAS Team plant und entwickelt eigenständig Maßnahmen	
	Schritt 3: Pilotierung und Evaluierung der Maßnahmen	SHAB@CUAS Team pilotiert und evaluiert eigenständig die entwickelten Maßnahmen	
	Schritt 4: Erstellung von Handlungsempfehlungen	Handlungsleitenden Elemente für eine strukturelle Verankerung werden erstellt und in einem Katalog zusammengefasst	

Durch das Projekt SHAB@CUAS erhalten Studierende die Möglichkeit das Setting Hochschule so zu gestalten, wie sie es für ein erfolgreiches und gesundes Studieren benötigen. Zudem werden aktuelle Entwicklungen zum Studentischen Gesundheitsmanagement (Techniker Krankenkasse, 2018) nicht nur aufgegriffen, sondern auch umgesetzt. Letztlich kann durch SHAB@CUAS aufgezeigt werden, wie relevante CO-Kreationsprozesse, nicht nur gefördert, sondern auch im Sinne eines „Modell guter Praxis“ für die österreichische Hochschullandschaft realisiert werden können.

Literatur

- Gräser, S. (2010). Zur internationalen Entwicklung der gesundheitsfördernden Hochschulen. *Prävention und Gesundheitsförderung*, 5(3), 179–184. <https://doi.org/10.1007/s11553-010-0254-1>
- Grützmacher, J., Gusy, B., Lesener, T., Sudheimer, S. & Willige, J. (2018). Gesundheit Studierender in Deutschland 2017. Ein Kooperationsprojekt zwischen dem Deutschen Zentrum für Hochschul- und Wissenschaftsforschung, der Freien Universität Berlin und der Techniker Krankenkasse. Zugriff am 19.10.2019. Verfügbar unter: https://www.ewi-psy.fu-berlin.de/einrichtungen/arbeitsbereiche/ppg/bwb-2017/_inhalts Elemente/faktenblaetter/Gesamtbericht-Gesundheit-Studierender-in-Deutschland-2017.pdf
- Hofmann, F.-H., Sperth, M. & Holm-Hadulla, R. M. (2017). Psychische Belastungen und Probleme Studierender. *Psychotherapeut*, 62(5), 395–402. <https://doi.org/10.1007/s00278-017-0224-6>
- Kämpfe, A., Köster, C. & Brandl-Bredenbeck, H. B. (2015). Körperlich-sportliche Aktivität und subjektiver Gesundheitszustand sowie studienspezifisches Stressempfinden bei Studierenden. In A. Göring & D. Möllenbeck (Hrsg.), *Bewegungsorientierte Gesundheitsförderung an Hochschulen* (S. 257–272). Göttingen: Niedersächsische Staats- und Universitätsbibliothek; Univ.-Verl. Göttingen.
- Kirsch, A.-S., Laemmert, P. & Tittlbach, S. (2017). *Gesundheitliche Anforderungen und Ressourcen*

- cen von Studierenden. Prävention und Gesundheitsförderung, 12(3), 181–188.
<https://doi.org/10.1007/s11553-017-0584-3>
- Moeller, R. W. & Seehuus, M. (2019). Loneliness as a mediator for college students' social skills and experiences of depression and anxiety. *Journal of Adolescence*, 73, 1–13.
<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2019.03.006>
 - Okanagan Charter. (2015). Okanagan Charter. An international charter for health promoting universities & colleges. Kelowna, British Columbia, Canada. Retrieved from <http://www.health-promotingcampuses.ca/wp-content/uploads/2016/11/Okanagan-Charter-January13v2.pdf>. Zugriff am 19.11.2020. Verfügbar unter: <https://open.library.ubc.ca/cIRcle/collections/53926/items/1.0132754>
 - Reich, G. & Cierpka, M. (2017). Studieren(de) als Herausforderung [Studying/Students as a challenge]. *Psychotherapeut*, 62(5), 393–394.
<https://doi.org/10.1007/s00278-017-0218-4>
 - Rifkin, S. B. (2009). Lessons from community participation in health programmes: a review of the post Alma-Ata experience. *International Health*, 1(1), 31–36.
<https://doi.org/10.1016/j.inhe.2009.02.001>
 - Schober, B., Lüftenecker, M., Spiel, C., Holzer, J., Ikanovic, S. & Pelikan, E. (Fakultät für Psychologie, Universität Wien, Hrsg.). (2020). Lernen unter COVID-19-Bedingungen [Learning under COVID 19-Conditions]. Verfügbar unter: https://lernocovid19.univie.ac.at/fileadmin/user_upload/p_lernocovid19/Zwischenergebnisse_Studierende.pdf
 - Sonntag, U. & Hartmann, T. (2019). Studentisches Gesundheitsmanagement. Ein Konzept macht Karriere. *Impulse*, (103), 22–23.
 - Techniker Krankenkasse (Techniker Krankenkasse, Hrsg.). (2018). Gesundheitsmanagement für Studierende. Konzepte und Praxis. [Health management for students. Concepts and practice.]. Zugriff am 20.08.2019. Verfügbar unter: http://www.duz.de/cms/media/uploads/user/duz_SPE-CIALS_PDFS_und_Cover/duzSpecial_M03_TK_23.03.18.pdf
 - Tsouros, A., Dowding, G., Thompson, J., Dooris, M. & World Health Organization. Regional Office for Europe. (1998). Health promoting universities: concept, experience and framework for action, Copenhagen: WHO Regional Office for Europe. EUR/ICP/CHVD 03 09 01. Accessed 22.12.2020. Retrieved from <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/108095/E60163.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
 - Unger, M., Binder, D., Dibiasi, A., Engleder, J., Schubert, N., Terzieva, B. et al. (Institut für Höhere Studien (IHS), Hrsg.). (2020). Studierenden-Sozialerhebung 2019 [Student Social Survey 2019]. Kernbericht. Zugriff am 25.09.2020. Verfügbar unter: http://www.sozialerhebung.at/images/Berichte/Studierenden-Sozialerhebung_2019_Kernbericht.pdf.