

# Kompetenz Werkstatt

Gesund durchs Studium

Lennart Haß

Hochschule für Angewandte  
Wissenschaften Hamburg

17.05.2022



# Inhalt

1. Bedarf
2. Rückblick Kompetenz-Werkstatt
3. Methodischer Hintergrund
4. Ergebnisse
5. Diskussion
6. Fazit

# 1. Bedarf

- Jede\*r vierte Studierende klagt über ein hohes Stresserleben
- Weibliche Studierende berichten häufiger über psychische Beschwerden
- Die häufigsten psychischen Beeinträchtigungen sind Symptome einer Depression, Angst-, Ess- und Persönlichkeitsstörung
  
- Studierende der Geisteswissenschaften häufiger betroffen als in den MINT-Fächern
- Studienbeginn (Umbruchssituation) stellt Studierende vor besondere Herausforderung

(Grützmacher et al., 2018; Rubermann, 2014)

# 1. Bedarf

- Digitale Kommunikation strengt an
- Motivation zu eigenständigem Arbeiten fällt schwer
- Persönliche Gespräche sind durch nichts zu ersetzen
  
- Zunahme von generalisierten Angstzuständen und depressiven Symptomen
- Lebenszufriedenheit sinkt
- Gefühl von Einsamkeit steigt

(TK, 2021; Dietz et al., 2021)

## 2. Rückblick KompetenzWerkstatt



## 2. Rückblick KompetenzWerkstatt



# 3. Methodischer Hintergrund

- Vorlesungsreihe zur Stärkung der Gesundheitskompetenz (GK)
  - Interaktives Workshopformat
  - Vermittlung von überfachlichen Kompetenzen
  - Themenvielfalt rund um das Thema Gesundheit
- 
- Ausrichtung an der GK nach Lenartz

# 3. Methodischer Hintergrund

- Großteil der Studierenden verfügen über eingeschränkte GK
- Je höher die Kompetenz, desto eher ist das Individuum in der Lage, im Alltag und im Umgang mit dem Gesundheitssystem so handeln lässt, dass es sich positiv auf die Gesundheit auswirkt.“

(Schaeffer et al., 2018; Reick & Hering, 2018; Lenartz, 2012)

# 4. Ergebnisse

## (Kompetenz-Werkstatt)

- Evaluation SoSe 2021 im Längsschnittdesign zur GK und subjektiven Gesundheitseinschätzung (n=38)
- Leicht höhere Werte für GK und subjektive Gesundheitseinschätzung im Vorher-Nachher-Vergleich
- Körperliche subjektive Gesundheitseinschätzung höher als bei Normstichprobe
- Psychische subjektive Gesundheitseinschätzung niedriger als bei Normstichprobe

# 4. Ergebnisse

(Gesundheitskompetenz-Seminar Universität Göttingen)

- Evaluation SoSe 2021 im Längsschnittdesign zur GK und subjektiven Gesundheitseinschätzung (n=55)
- Signifikanter Zusammenhang zwischen GK und subjektiver psychischer Gesundheitseinschätzung
- GK signifikanter erhöht bei Studierenden im Alter von 18 – 21 Jahren
- Subjektive psychische Gesundheitseinschätzung bei Studierenden im Alter von 25 – 28 Jahren signifikant erhöht
- Studierende der Fakultät Biologie und Psychologie weisen höhere Mittelwerte auf
- Fakultät als erklärende Variable identifiziert

# 5. Diskussion

- Erhöhte GK und subjektive Gesundheitseinschätzung
  - Signifikante Ergebnisse (Göttingen)
  - Stichprobengröße und –überschneidung problematisch
- 
- Erhöhung mit Hilfe von Anreiz (bspw. Credit Points) zur Teilnahme
  - Orientierung an anderen Hochschulen und Universitäten

# 6. Fazit

- Literatur verdeutlicht Wichtigkeit von GK im Bildungssektor
- Messinstrument ist geeignet
- Ergebnisse weisen auf Einfluss hin
- Erhöhung der Stichprobengröße und -überschneidung ist notwendig
- Aufnahme der Kompetenz-Werkstatt in ein departement- und fakultätsübergreifendes Modulhandbuch ist zu diskutieren
- Förderung von Gesundheitskompetenz als Querschnittsthema in der Lehre
- Weitere Erhebung nötig sowie zukünftig eine Überprüfung der Interventionswirkung

# Literatur

A, &7=nM&7!/kÑ X [ ÖW&+1 Q+&6&l =85 P,78! 7,21 921 P78%&5&l%&l ,1 A&876\$+!/1%: ◊+5&l%%&5 P>OPf@29f\ fM 1%&0 ,&kFl m >5#&760 &%q=,1 P2=,!/0 &%q=,1 R0 : &/70 &%q=,1n\_`k

D57=0 ! \$+&5nGnD86<n? knI &6&l &5nQnP8%+&0 &5nPkd T ,//,( &nGkÑ X| bÖD&681%+&7P78%&5&l%&5 ,1 A&876\$+!/1%\ X| akEi n Koop erati onsprö jekt zw ische n de m De utsche n Ze ntrum für Hochsch ul - und W sse nsc haftsforschung, de r Freie n Uni ve rsität Be lin und de r Te chni ke r Kranke nka sse .

I &l! 57=nKkÑ X| \ ÖD&681%+&76. 20 3 &7&l =81%P&#675&( 8/! 7,21kFl m² 211 R1,9&56,7< M&66k? 211mSd O 81,35&66 D0 #Ek

O&\$ . nPkd E &5,1(nQkÑ X| bÖD&681%+&76. 20 3 &7&l =P78%&5&l%&5 h B5( &#1,66&&1&5 L1/,1&f? &5! (81( !1 %&5 E2\$+6\$+8/&'\_5D&681%+&7? 2\$+80 kFl 7GE &/7+ M62' \_Ñ Gn^f\_ \ k+773 6rää! 2,125( ä| Xk ^a bä,-+3f\ X| bf XXXa

O8#&50 ! 1nIkÑ X| ^Ö@!//&l( &6 ,1 7+&75! 16,721 72 \$2//&( &m7+&3 &563 &\$7,9&2' 7+&7+&5! 3,67#! \$. +20 &kFl m>0 &5,\$! 1 -2851!!/2' 36<\$+27+&5! 3<` b Ñ ÖPk[ X] h[ [ \_kAL Fm| Xk [ a` ä! 33,136<\$+27+&5! 3<k X| ^k b| k| X] k

P\$+! &' &5nAknE 855&/0 ! 11nHkn? ! 8&5nR &7!/kÑ 56( ÖÑ X| bÖK! 7,21! /&5> . 7,2163/! 1 D&681%+&76. 20 3 &7&l =mA,& D&681%+&76. 20 3 &7&l =,1 A&876\$+!/1%6705. &l k+773 6rää! 2. f #9k/ä,0 3&5,! ä0 %ä! 2. #9ä( &681%+&76. 20 3 &7&l =äl! (j #526\$+8&5&j : &#j X\ X\ [ bk3% W8( 5,' !0 mXc kX\_ k X\ \

Q&\$+1, . &5 H5! 1. &l . ! 66&ÑHöÑ X| [ ÖP\$+! /70 !!! #nA&876\$+!/1%ÄP78%&=85 A,( ,7! /. 20 3 &7&l =\ X\ [ k

# Vielen Dank für die Aufmerksamkeit.

Kontakt Daten:

Lennart Haß

T +49 40 428 75- 6248

[lennart.hass@haw-hamburg.de](mailto:lennart.hass@haw-hamburg.de)