

Online – Studium in Zeiten von Corona partizipativ erforscht - Handlungsimpulse für die Gesundheitsförderung Studierender

Chiara Dold, Pädagogische Hochschule Heidelberg

Prof.in Dr.in Petra Wihofszky, Julia Mathews, Theresa Schwab-Graf,

Prof.in Dr.in med. Eva Hungerland, Verena Hoppe, Paraskevi Kotsapanagiotou, Leonie Priewe,

Elina Reichenbecher, Dr.in Jule Kunkel, Philipp Braun

Beteiligte Hochschulen

Duale Hochschule Baden-Württemberg (DHBW) Stuttgart

Hochschule Esslingen

Karlsruher Institut für Technologie (KIT)

Pädagogische Hochschule Heidelberg



Photo by DS stories:
<https://www.pexels.com/photo/thank-you-arranged-from-scrabble-letters-6005318/>



Übersicht

- Ziel und Fragestellung
- Methodik
- Ausgewählte Ergebnisse
- Implikationen für Onlinelehre und Studentisches Gesundheitsmanagement

Ziel & Fragestellung

- Erkenntnisse über die gesundheitlichen Auswirkungen des Online-Studiums auf Studierende zu gewinnen
- Wie gestaltete sich die pandemiebedingte Online-Lehre und was waren die Einflüsse auf Studium, soziale Aspekte, Stress etc.?
- Was sind die Implikationen für eine gesundheitsförderliche Online-Lehre?

Methodisches Vorgehen

Ansatz: Partizipative Gesundheitsforschung (<http://partnet-gesundheit.de>)

- Leitfadengestützte Fokusgruppenerhebung
- Erhebungsinstrumente:
 - Leitfaden thematisch COVID-19 International Student Well-being Study entlehnt
 - Dokumentationsbogen und Moderationsanleitung vom Kompetenzzentrum Gesundheitsfördernde Hochschulen (<https://www.kompetenzzentrum-gesunde-hochschulen.de>)



Leitfragen - offen formuliert zu folgenden Themen

Technische
Umsetzung und
Ausstattung

Auswirkungen auf
das
Stressempfinden

Wünsche an die
Online-Lehre

Kommunikation
mit Dozierenden

Lehr- und
Prüfungs-
gestaltung

Arbeitspensum

Soziale Kontakte
zu
Kommiliton*innen

Zukunftsgedanken

Ideen für das SGM

Teilnehmer*innenansprache und Sampling

Ansprache:

- Hochschulinterne Verteiler, Newsletter
- Peer-to-Peer
- Instagram, Facebook
- Innerhalb von Lehrveranstaltungen

Sampling:

- Insgesamt 17 Fokusgruppen an 4 Hochschulen, durchschnittlich 5 TN je Gruppe
- PH Heidelberg: 7 heterogene, fach- und semesterübergreifende Fokusgruppen mit insgesamt 29 Teilnehmer*innen

Erhebung

- Peer-to-Peer Durchführung der Fokusgruppen
- In Online-Meetings
- In studentischen Tandems (Moderation und Protokoll)
- Erläuterung von Erhebung und Ablauf zu Beginn
- Anonyme Erfassung der Aussagen der Teilnehmenden via Dokumentationsbogen, per Chat und Etherpad
- Verzicht auf Audio- und Videoaufzeichnung

Auswertung

- Hochschulübergreifendes deduktives Kategoriensystem
- Jeweils hochschulinterne inhaltsanalytische Auswertung (Mayring 2019; Kuckartz 2019) unter Verwendung von MAXQDA
- Bei Bedarf Ergänzung der deduktiven Kategorien durch induktive

Ausgewählte Ergebnisse

Kommunikation von Erwartungen

- Prüfungen
- Vorlesungsinhalte
- Angemessenes Verhalten in der Online-Lehre

»Ich glaube, dass online der Austausch stark zu kurz kommt - was relevant ist und was nicht. Vor allem in asynchronen Vorlesungen«



Verbesserungsvorschläge für die Onlinelehre

- Wechsel zwischen synchroner und asynchroner Lehre
- Methodenvielfalt
- Methoden, die Gespräche anregen

»Dozenten haben manchmal versucht zufällige Breakoutsessions für kleine Lerngruppen zu starten, manchmal Vorstellungsrunde – gerne mehr!«



Kontakt zwischen Studierenden

- Mangel an Kontakt; Kontakte vorrangig in Verknüpfung mit Medien
- Schwierigkeit neue Kontakte zu knüpfen
- Wegfallen spontaner und informeller Begegnungen
- Wegfallen des „Studierendenlebens“

„Der persönliche Austausch und Kontakt zu anderen Kommilitoninnen fehlt extrem - ich denke dadurch/wenn das nicht wäre, würde vielleicht auch etwas Stress wegfallen, weil man sich so oft abgegrenzt und alleine mit diversen Problemen fühlt!“



Stressfaktoren während der Onlinelehre

- fehlende Abgrenzung, Ablenkung
- technische Probleme
- hohe Bildschirmzeiten
- Bewegungsmangel
- Flexiblere Zeiteinteilung, Zeiteinsparung

„[...] ich finde halt diese ganze fehlende soziale Interaktion plus diese hohe Bildschirmzeit ist ultra stressig, weil man, also man ist in ner Reizüberflutung auch dadurch, dass man ständig am Computer ist [...]“



Zukunftsgedanken – Unterstützung durch die Hochschule

- Austausch mit Lehrenden
- Nachfragen, wie es geht (z.B. Stimmungsbarometer)
- Erreichbarkeit signalisieren
- (Lern-) Räume zur Verfügung stellen
- Anlauf- und Beratungsstellen, niederschwellig erreichbar
- Kontroverse Diskussion einer möglichen Fortführung des Onlinestudiums (Befürchtungen vs. Potenziale)

Wünsche der Studierenden an das SGM

- Organisierte Vernetzung der Studierenden untereinander
- Soziale Veranstaltungen
- Angebote zur Bewegungsförderung

„[...] man geht ja nicht mal
100 Schritte, wenn man
nicht muss [...]“



Implikationen für die Onlinelehre

Belastungsfaktor (paraphrasiert)	Lösungsvorschlag
Asynchrone Lehre: geringer Kontakt zu Dozierenden „Ich mag die zeitliche Flexibilität, aber mir ist es wichtig, auch mal synchrone Veranstaltungen zu haben und mein:e Dozent:in zu sehen“	Im Dialog bleiben: Bei Bedarf in Absprache mit Studierenden gelegentliches Durchführen synchroner Veranstaltungen, insbesondere zum Klären offener Fragen
Fehlende Gelegenheit für Tür- und Angelgespräche mit den Dozierenden „In der Fernlehre habe ich weniger Kontakt zu meinen Dozierenden. Ich würde gerne vor oder nach der Stunde die Möglichkeit haben, Fragen zu stellen. In Präsenz war das immer möglich!“	Das 10-Minuten-Plus: Informieren Sie Ihre Studierenden, dass Sie (wahlweise vor oder nach der Veranstaltung) noch 10 Minuten im „Raum“ bleiben, um Fragen zu klären. Im besten Fall könnte dies auch Ihr Mailaufkommen deutlich reduzieren.
Unsicherheit bezüglich der Erwartungen „Ich fühle mich sehr gestresst, weil ich nicht genau weiß was, was von mir erwartet wird und es schwer ist, den Überblick zu bekommen“	Klare Erwartungen kommunizieren: Gerade Erstsemester würden von einem „Transparenzpapier“ zu Beginn der Vorlesungszeit profitieren. Hier können Lehrende stichpunktartig Inhalte, Erwartungen und thematische Gewichtungen auflisten, um den Studierenden Orientierung zu geben.
Hoher Workload „Ich sitze den ganzen Tag vorm Computer. Gefühlt habe ich mehr Arbeit mit Vor- und Nachbereitung von Sitzungen als in Präsenz“	Regelmäßig Feedback einholen: Hier könnten eine kurze Umfrage/Abstimmung, ein Blitzlicht o.ä. Methoden genutzt werden, um zwischendurch ein Stimmungsbild der Studierenden einzuholen



Online-Lehre - wie kann's gehen?

Vorschläge von Studierenden der SABP

Im Alltag der Online-Lehre, fit und gesund zu bleiben, ist für Studierende und Dozierende eine Herausforderung. Im Wintersemester 2020/21 führte das Projekt HEalthy Hochschule - Studentisches Gesundheitsmanagement der SABP - Fokusgruppen zu den gesundheitlichen Auswirkungen der Online-Lehre durch. Studierende aus Bachelor- und Masterstudiengängen brachten sich ein. Wir stellen in aller Kürze Vorschläge und Anregungen für die Online-Lehre aus Sicht der Studierenden vor, die sich einfach umsetzen lassen.

Überblick und Sicherheit geben

- Seminarpläne geben Orientierung und machen das Ziel einer Lehrveranstaltung klar.
- Einen Überblick über den zeitlichen Ablauf eines Seminartermins zu geben, sichert ab.
- Einen kurzen Ausblick auf den nächsten Seminartermin fördert die Vor- und Nachbereitung.



SGM Maßnahmen: Kontakte halten gesund - ob online, hybrid oder in Präsenz

- Study-Buddy-Programm PH Heidelberg
- Peer Hub- Lernzirkelkonzept
- Angebote zur Stressbewältigung (MBSR)
- BEwegt STudieren

„Eine Ansprechpartnerin zu haben,
zu der ich wegen allen möglichen
Fragen hingehen kann. Besonders am
Anfang wo alles neu und etwas
überfordernd war, war das echt
super!!“

Evaluation Study-Buddy



Literaturverzeichnis

Kuckartz, U. (2019). *Analyzing Qualitative Data with MAXQDA*. Cham: Springer. doi: 10.1007/978-3-030-15671-8.

Mayring, P. & Fenzl, T. (2019). Qualitative Inhaltsanalyse. In N. Baur & J. Blasius (Hg.), *Handbuch Methoden der empirischen Sozialforschung*, 633-648. Wiesbaden: Springer VS. doi: 10.1007/978-3-658-21308-4_42.

PartNet (2018). *PartNet Definition – Partizipative Gesundheitsforschung*. Verfügbar unter <http://partnet-gesundheit.de/ueber-uns/partnet-definition/> (Zugriff am: 21.07.21).

Van de Velde, S., Buffel, V., Bracke, P., Van Hal, G., Somogyi, N. M., Willems, B., Wouters, E., & C19 ISWS consortium# (2021). The COVID-19 International Student Well-being Study. *Scandinavian journal of public health*, 49(1), 114–122. <https://doi.org/10.1177/1403494820981186>