

Zusammenfassung Umfrage "JLU bewegt" –Online-Version

Die Umfrage „JLU bewegt“ diente zur Generierung von bedürfnisbezogenen Maßnahmen, die den Alltag der Studierenden erleichtern kann. Diese sollen ein „gesünderes Studieren“ ermöglichen.

An der Umfrage „JLU bewegt“ nahmen insgesamt 464 Studierende teil. Es muss allerdings auf ein Ungleichgewicht zwischen den Geschlechtern sowie der Sportpartizipation hingewiesen werden, somit nahmen mehr Frauen sowie mehr Sportler/innen an der Umfrage teil. Leider konnten nicht alle Fachbereiche der JLU vertreten werden.

Hinsichtlich des aktuellen Gesundheitszustandes gaben die Teilnehmer/innen an, ein subjektiv gutes Allgemeinbefinden zu haben. Ein Großteil übt einmal bis zu dreimal wöchentlich Sport aus. Dieser wird meist in den Abendstunden praktiziert.

Beschwerden im Magen sowie bei Konzentration oder auch Kopfschmerzen werden als gelegentlich auftretend von den Umfrageteilnehmern betitelt. Allerdings werden Symptome wie Stress, Nacken und Rückenschmerzen häufig von den Studierenden wahrgenommen.

Teilnehmer/innen nennen Sport und Bewegung sowie Ernährung als gesundheitsfördernde Maßnahmen, welche sie schon jetzt praktizieren. Auch der Verzicht auf Tabakkonsum, lässt sich positiv benennen. Die weiblichen Befragten sind in Sachen Vorsorgeuntersuchungen zusätzlich interessiert. Bezüglich Entspannung und einhergehendem Stressmanagement sind sie wissbegieriger gegenüber männlicher Studierender. Dies gilt ebenfalls in Bezug auf die Teilnahme an Kochkursen. Grundsätzlich kann man davon ausgehen das Themengebiete wie Bewegung und der Umgang mit Stress wichtige Inhalte für die aktiven Studierenden darstellt. Etwas mehr als die Hälfte aller Befragten würden Ruheräume im Studierendenalltag nutzen.

Der Bekanntheitsgrad des ahs sowie dessen Sportprogramms ist unter den befragten Studierenden sehr hoch, auch die Zahl der Teilnehmer an ahs- Kursen überwiegt. Jedoch wird das schnelle Ausbuchen der Kurse beklagt.

Studienplatznahe Bewegungspausen sowie Sportangebote sind wünschenswert. Dabei wird der „Studi-Pausenexpress“ als positives Beispiel benannt und eine vermehrte Durchführung erbeten.

Unterstützende Angebote zum Studium seitens der Universität weisen einen sehr geringen Bekanntheitsgrad auf, die Studienberatung und das ZfbK sind noch am bekanntesten.

In Bezug auf Faktoren, die Einfluss auf die Gesundheit der Studierenden haben und im Verantwortungsbereich der Universität liegen, werden verschiedene Dinge von den Umfrageteilnehmer/innen kritisiert. Dazu gehört eine sehr hohe zeitliche Auslastung mit Wegfall von Pausen, da Lehrveranstaltungen direkt aufeinander folgen. Allgemein gilt der Faktor Zeit als besonders limitierend in Bezug auf die Beteiligung von gesundheitsfördernden Maßnahmen. Außerdem werden die Sitzmöglichkeiten in den Veranstaltungsräumen bemängelt. Auch werden die angebotenen Gerichte in der Mensa kritisiert und als ungesund betitelt. Ferner wird der Wunsch nach Kochkursen sowie Angebote zur Stressbewältigung praktisch wie theoretisch laut.