



# Psychisch fit studieren

## Offen. Hilfreich. Wirkungsvoll

### Evaluationsergebnisse

Psychisch fit studieren wirkt: Es hilft psychischen Krisen vorzubeugen. Es macht Studierenden Mut, offener und angstfreier mit psychischen Krisen umzugehen, sie zur Sprache zu bringen und sich frühzeitig Hilfe zu suchen. Es unterstützt Hochschulen, ein Klima zu schaffen, in dem psychische Krisen akzeptiert sind und gemeinsam nach Lösungen gesucht wird.

Das Institut für Sozialmedizin, Arbeitsmedizin und Public Health (ISAP) der Universität Leipzig hat die Wirksamkeit der Psychisch fit studieren-Foren in der Pilotphase 2017/18 ausgehend von den Zielen des § 20a SGB V und des Leitfadens Prävention des GKV-Spitzenverbandes nachgewiesen.

#### Informationen zu den Teilnehmenden

An der Studie zur Evaluation des Forums zur psychischen Gesundheit für Studierende „Psychisch fit studieren“ nahmen 15 Hochschulen deutschlandweit mit insgesamt 642 Studierenden teil.

Drei Viertel der Teilnehmenden (75,5%) waren weiblichen Geschlechts. Das durchschnittliche Alter betrug 24 Jahre. Knapp 75% der Befragten waren unter 26 Jahre alt und 72% befanden sich im ersten Semester.

Etwa die Hälfte (47,3%) der Befragten kam aus dem Bereich Sozialwesen. Die andere Hälfte setzte sich aus einer Vielzahl von Studiengängen zusammen.

72% aller Befragten gaben an, bereits eigene Erfahrungen mit psychischen Krisen gemacht zu haben; davon ein Drittel „häufig wiederkehrend“.

Jedoch gaben nur 37% an, dass ihnen Hilfen und Beratungsstellen bereits bekannt waren.

### **Einschätzung des Forums durch die Studierenden**

Das Forum „Psychisch fit studieren“ wurde insgesamt gut bis sehr gut bewertet. Etwa 73% hielten die Platzierung der Veranstaltung zu Beginn des Studiums bzw. im ersten Semester für sinnvoll und 27% hätten sich ein derartiges Format bereits zu Schulzeiten gewünscht.

- **79,3%** schätzen das Forum „Psychisch fit studieren“ als hilfreich zur Vorbeugung von psychischen Krisen ein.
- **62,3%** geben an, dass Bedenken bezüglich psychischer Krisen während des Studiums abgebaut werden konnten.
- **98,2%** geben an, Informationen darüber erhalten zu haben, wo sie sich im Falle einer Krise Hilfe holen können.

Die didaktische Qualifikation der Vortragenden wurde von der Mehrheit (94%) mit „gut“ bis „sehr gut“ bewertet. Auch die fachliche Qualifikation wurde von nahezu allen Befragten (96%) mit „gut“ bis „sehr gut“ bewertet. Am Ende der Veranstaltung wünschten sich 84% der Befragten, noch mehr über psychische Krisen zu erfahren.

### **Evaluationsteam**

Maria Koschig, M.Sc.-Psych. (Wiss. Mitarbeiterin)

Dr. phil. Ines Conrad (Arbeitsgruppenleiterin)

Prof. Dr. med. Steffi Riedel-Heller, MPH (Institutsdirektorin)

Projektleitung

Dr. phil. Ines Conrad, Tel. 0341 97-24336

[Ines.Conrad@medizin.uni-leipzig.de](mailto:Ines.Conrad@medizin.uni-leipzig.de)