

Positionspapier des Studentischen Konvents

Studentischer Konvent
Turnstraße 7
91054 Erlangen

stuve.fau.de
stuve-konvent@fau.de

28.11.2021

1 **Positionspapier zu Psychisches Wellbeing an der FAU**

2 **Position:**

3 Der studentische Konvent der FAU spricht sich für verschiedene Maßnahmen aus, die zu einer
4 Verbesserung des psychischen "Wellbeing" führen. Darunter fallen folgende drei Forderungen:

5 1. Die Erhöhung der Kapazität unserer Beratungs- und psychologischen Betreuungsangebote an
6 der FAU.

7 2. Ausdrücklicher Fokus auf die Fähigkeit, Herausforderungen in der akademischen, persönlichen
8 und beruflichen Laufbahn zu meistern (Resilienz Training).

9 3. Ein zusätzlicher Fokus auf das Wohlbefinden in der jährlichen FAUSt-Umfrage. Hierbei
10 schlagen wir vor, das Unterthema "Herausforderungen im Studium in "Wellbeing" zu benennen
11 und kritisch zu überarbeiten, um die vielen verschiedenen Facetten des Wohlbefindens zu
12 erfassen.

13 **Begründung:**

14 Die weltweite Covid-Pandemie hat nahezu jeden Aspekt unserer Gesellschaft tiefgreifend be-
15 einflusst, wovon auch die psychische Gesundheit und das "Wellbeing" im Allgemeinen massiv
16 betroffen sind. Das ohnehin schon unterfinanzierte und unzureichende hausinterne psychische
17 Beratungs- und Unterstützungssystem der FAU ist dadurch erheblich belastet worden.

18 Wohlbefinden wird vom CDC (american Center for Disease Control) als übergreifenden Begriff
19 definiert, der körperliches, soziales, emotionales, psychisches, bereichsspezifisches und wirt-
20 schaftliches Wohlbefinden sowie allgemeine Zufriedenheit umfasst. [1]. Als alle Lebensbereiche
21 betreffender Faktor sorgt Fokus auf das Wohlbefinden daher für eine bessere Studien- und
22 Lebensqualität, einen besseren Umgang mit Problemen und fördert so den akademischen, beruf-
23 lichen und persönlichen Erfolg. Daher plädieren wir hier, Wohlbefinden stärker in den Fokus zu
24 nehmen und über alle Bereiche hinweg hier an Verbesserungen zu arbeiten.

25 1. Erhöhung der Beratungs- und Betreuungskapazität

26 Die derzeitige Belastung unserer internen psychologischen Beratungsstellen und Therapeut*innen,
27 bei dem Studierende monatelang auf einen Termin warten müssen, darf nicht toleriert werden.
28 Studierende sollten bei akuten oder chronischen Fällen innerhalb weniger Tage bzw. einer Woche
29 einen Termin wahrnehmen können. Das Herausögern therapeutischer Betreuung bei akuten
30 und chronischen psychischen Problemen sorgt im Moment oft für erhebliche Verschlechterung
31 der Studienleistungen bis zu wesentlichen Einschränkungen der Lebenszufriedenheit.

32 2. Fokus auf Resilienz Training

33 Die Fähigkeit, sich Herausforderungen jedweder Art zu stellen, sorgt nicht nur dafür, dass
34 Studierende in zukünftigen Situationen besser gewappnet sind, sondern reduziert auch die
35 Wahrscheinlichkeit, dass sie in eine Situation geraten, bei der psychologische Betreuung notwen-
36 dig wird. Durch präventives Eingreifen und das Ausbilden eines von vorneherein gestärktem
37 Charakter, gibt man den Studierenden die Möglichkeit, sich selbst durch Krisen zu manövrieren
38 und entlastet dadurch die psychologischen Stellen an der Universität.

39 3. Überarbeitung des FAUSt Themas in *Herausforderungen im Studium*

40 Wir schlagen vor, das Unterthema "Herausforderungen im Studium" in "Wohlbefinden" umzube-
41 nennen und kritisch zu überarbeiten, um die vielen Facetten des Wohlbefindens zu erfassen.
42 Dadurch bekommt die FAU Einblicke in die speziellen Situationen der Studierenden und erhält
43 die Fähigkeit, gezielt, sinnvolle Gegenmaßnahmen zu treffen.

44 [1] <https://www.cdc.gov/hrqol/wellbeing.htm>