

Psychisch gesund durch das Zusammenwirken älterer und jüngerer Studierender?

– eine Zusammenfassung der Befragungsergebnisse

Hintergrund und Fragestellung

Durch den demographischen Wandel verändern sich die Altersstrukturen der Gesellschaft und der Generationen. Der Begriff Generation wird dabei auf der Makroebene in die Altersgruppen *Jung* und *Alt* unterteilt. Der demografische Wandel bringt vor allem politische und wirtschaftliche Konsequenzen mit sich. Für die Gesellschaft und die Generationen stellt dies eine Herausforderung und Chance zugleich dar (Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen & Jugend [BMFSFJ] 2001, S.13; 2012, S.38).

Eine dieser Herausforderungen ist die Vulnerabilität für psychische Erkrankungen in bestimmten Lebensabschnitten. Die Altersgruppen mit einem hohen Risiko sind Personen zwischen 18 und 29 Jahren sowie Personen ab 65 Jahren (Hapke, Lippe, Busch & Lange, 2011, S. 42). Aus psychologischer Sicht kann soziale Unterstützung ein Schutzfaktor für die psychische Gesundheit sein (Hapke, Lippe, Busch & Lange, 2011, S. 39ff.). Vorzugsweise werden Beziehungen zwischen den Generationen innerhalb der Familien gepflegt. Aber auch außerfamiliäre Beziehungen gewinnen durch zunehmende Kinderlosigkeit, Abnahme des generativen Verhaltens und Fragilität von Familienbeziehungen an Bedeutung. Sie können somit eine Chance der Generationenbeziehungen im demographischen Wandel darstellen (Druyen, 2012, S. 103ff.).

Vorangegangene Befragungen und Angebote an der PH Freiburg mit Teilnehmenden des Studium^{Plus} und Regelstudierenden lassen auf ein beidseitiges Interesse und Bedarf am Kontakt und Austausch erschließen (Pädagogische Hochschule Freiburg, 2018). Diese Erhebung setzt den Themenschwerpunkt auf die gegenseitige Förderung der psychischen Gesundheit durch soziale Unterstützung. Es sollen der Ist- Zustand in Bezug auf außerfamiliäre Generationenbeziehungen und mögliche Interessen und Wünsche bezüglich einer potentiellen Maßnahme ermittelt werden. Die konkrete Fragestellung lautet daraus resultierend: *„Wie kann eine gegenseitige Förderung der psychischen Gesundheit aus Sicht der jüngeren und älteren Studierenden der Pädagogischen Hochschule Freiburg aussehen?“*

Methodik

Wir haben im Rahmen einer quantitativen Erhebung mittels Fragebogen Studierende des Studium^{Plus} und Regelstudierende befragt. Der Fragebogen wurde in die vier folgenden Kategorien gegliedert: Fragen zur eigenen Person, der eigenen Gesundheit, zum sozialen Umfeld und zu Kontakt mit anderen Generationen. Die Befragung fand im Dezember 2018 statt und wurde anschließend mit dem Statistikprogramm IBM SPSS Statistics 22 ausgewertet

Ergebnisse

Insgesamt haben an der Umfrage 145 Personen, davon 89 Regelstudierende (61.4%) und 53 Studium^{Plus}-Studierende (36.6%) teilgenommen mit einem jeweiligen Durchschnittsalter von 23 sowie 71 Jahren. Zusammenfassend sind beide Zielgruppen mit ihrem Leben sehr zufrieden, treiben regelmäßig Sport, ernähren sich gesund und haben meist ausreichend Schlaf. Entspannungsverfahren werden tendenziell eher selten angewendet (s. Abbildung 1 u. 2). Regelstudierende haben im Durchschnitt mehr Kontakt zu anderen Altersgruppen außerhalb der Familie als Studium^{Plus}-Studierende. Für beide Zielgruppen besteht das soziale Netzwerk größtenteils aus Familie und Freunden. Bei den

StudiumPlus-Studierenden war die Antwort *Nachbarn* ebenfalls sehr oft gewählt. Der Durchschnitt bekommt sehr leicht Hilfe bzw. Unterstützung aus dem Umfeld. Bei der Frage nach gemeinsamen Aktivitäten mit anderen Generationen. bewerteten Regelstudierende den Bereich *Entspannung* als gemeinsame Aktion als zutreffend. Hierbei gaben die StudiumPlus-Studierenden am häufigsten *trifft gar nicht zu* an. Für Aktivitäten im Bereich Kommunikation und Kunst wurde von beiden Zielgruppen am häufigsten die Kategorie *trifft eher zu* angegeben.

Zwischen der Angabe zum Gesundheitszustand und der Art, praktische Hilfe aus dem sozialen Netz zu bekommen, zeigt sich ein positiver signifikanter Zusammenhang ($\chi^2(16)=87,605$; $p<0,001$).

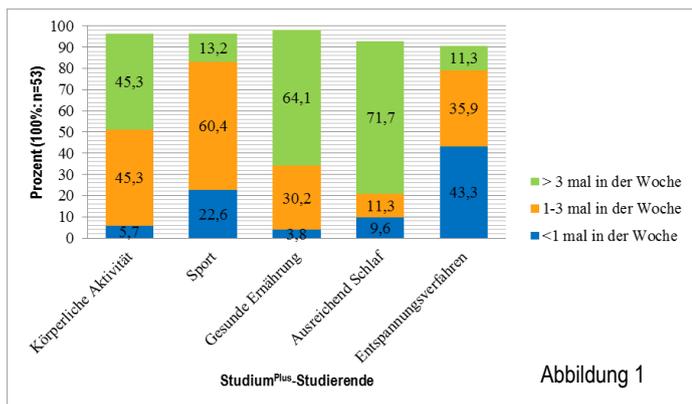


Abbildung 1

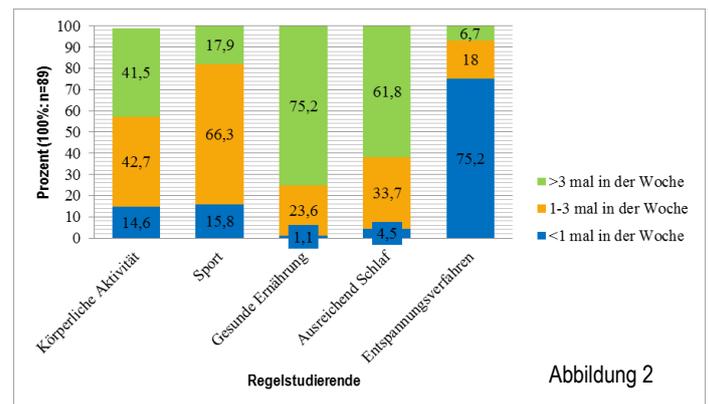


Abbildung 2

Diskussion und Ableitungen von Maßnahmen

Beziehungen zwischen Generationen können aus reziproken Hilfs- und Unterstützungsleistungen bestehen. Die Probanden sehen ihren hauptsächlichen Nutzen in der emotionalen und informationellen Unterstützung (Erfahrungsaustausch, Wertschätzung, Verständnis) sowie im sozialen Kontakt. Die Befragungsergebnisse zeigen, dass ein Wunsch nach Austausch und Aktionen beider Generationen vorhanden ist. Basierend auf den erhobenen Daten sind als mögliche gemeinsame Aktionen beider Zielgruppen in den Bereichen *Kommunikation* oder *Kunst* anzudenken.

Die gemeinsamen Aktionen könnten direkt in Littenweiler oder auch im Raum Freiburg stattfinden. Diese Initiativen sollen den Kontakt und Austausch zu anderen Generationen ermöglichen. Dazu bieten sich ein Café, welches sich in der Nähe der PH befindet, oder ein Mehrgenerationenhaus als Räumlichkeit an. Es könnten kreative Nachmittage oder Abende gestaltet werden, an denen Regelstudierende und StudiumPlus-Teilnehmende der PH Freiburg gemeinsam partizipieren könnten.

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen & Jugend. (2001). *Dritter Bericht zur Lage der älteren Generation in der Bundesrepublik Deutschland: Alter und Gesellschaft und Stellungnahme der Bundesregierung*, Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen & Jugend. Zugriff am 16.11.2018.

Verfügbar unter https://www.ssoar.info/ssoar/bitstream/handle/document/49803/ssoar-2001-Dritter_Bericht_zur_Lage_der.pdf?sequence=1

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen & Jugend. (2012). *Generationenbeziehungen - Herausforderung und Potenziale. Gutachten des wissenschaftlichen Beirats für Familienfragen beim Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend* (1. Auflage), Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen & Jugend. Zugriff am 16.11.2018. Verfügbar unter <https://www.bmfsfj.de/blob/93952/0346b5357fa3fc576b7e9e06a48a661/generationenbeziehungen-herausforderungen-und-potenziale-gutachten-data.pdf>

Hapke, U., Lippe, E. v. d., Busch, M. & Lange, C. (2011). Psychische Gesundheit bei Erwachsenen. In Robert Koch Institut (Hrsg.), *GEDA 2010* (39-50).

Pädagogische Hochschule Freiburg. (2018). *Aktuelle Forschungsprojekte im Seniorenstudium*, Pädagogische Hochschule Freiburg. Zugriff am 11.11.2018. Verfügbar unter <https://www.ph-freiburg.de/de/hochschule/zentrale-einrichtungen/zwh/abteilungen/studiumplus/forschung.html>