

«Health in Students during the Corona pandemic (HES-C)»: Studierendenbefragung zu Wohlbefinden und Gesundheit während des Lockdowns

Das ZHAW-Departement Gesundheit hat bei Studierenden der ZHAW untersucht, wie sich die Corona-Pandemie und der Lockdown im Frühling auf ihr Wohlbefinden und ihre Gesundheit ausgewirkt haben. Rund ein Fünftel der ZHAW-Studierendenschaft hat an den Befragungen teilgenommen. Die Studie zeigt, dass Studierende unterschiedlich gut mit der belastenden Situation umgehen konnten.

Die Corona-Pandemie und die Massnahmen, die zu ihrer Eindämmung ergriffen wurden, haben sich in den vergangenen Monaten drastisch auf das Leben ausgewirkt. Besonders der Lockdown im Frühling – kurz nach Ausbruch der Pandemie – hatte einschneidende Auswirkungen auf den Alltag sämtlicher Bevölkerungsgruppen in der Schweiz. Wie sich die Pandemie auf das Wohlbefinden und das tägliche Leben von Studierenden auswirkt, untersucht das ZHAW-Departement Gesundheit in der Studie «Health in Students Study During the Corona Pandemic (HES-C)». Nach einer ersten Durchführung im vergangenen Frühlingsemester und über die Sommerpause läuft derzeit eine zweite Befragung, eine dritte ist für das kommende Frühlingsemester geplant. Diese Zusammenfassung zeigt in aller Kürze Aufbau, Studienpopulation und Hauptergebnisse der ersten Durchführung auf, die auf die Zeit während des Lockdowns fokussierte.

Studienaufbau und -population

An der ersten Durchführung der Befragung im vergangenen Frühlingsemester haben Studierende sämtlicher Departemente der ZHAW teilgenommen. Eine ausführliche Hauptbefragung wurde zu Beginn des Lockdowns von Anfang bis Mitte April durchgeführt, wobei die gesamte Studierendenschaft der Hochschule mit einer Mail zur Teilnahme eingeladen worden waren. Von den rund 12500 Studierenden der ZHAW füllten gut 2500 den Online-Fragebogen aus, was einer Teilnahmequote von 20 Prozent entspricht. 70 Prozent davon waren Frauen, 30 Prozent Männer und das Durchschnittsalter lag bei 25 Jahren. An den beiden kurzen Nachbefragungen im Mai und Juni nahmen 1436 respektive 1203 Studierende teil. Die Online-Befragung umfasste international anerkannte und standardisierte Instrumente und Fragen, mit denen das Wohlbefinden, der Zustand der physischen und psychischen Gesundheit und das Gesundheitsverhalten der Teilnehmenden erfasst wurde. Darüber hinaus wurden Fragen gestellt, die sich konkret auf die Corona-Pandemie bezogen und die teils spezifisch für die Zielgruppe entwickelt worden waren, teils von einer schweizweiten Bevölkerungsumfrage übernommen und angepasst worden waren.

Wichtigste Ergebnisse

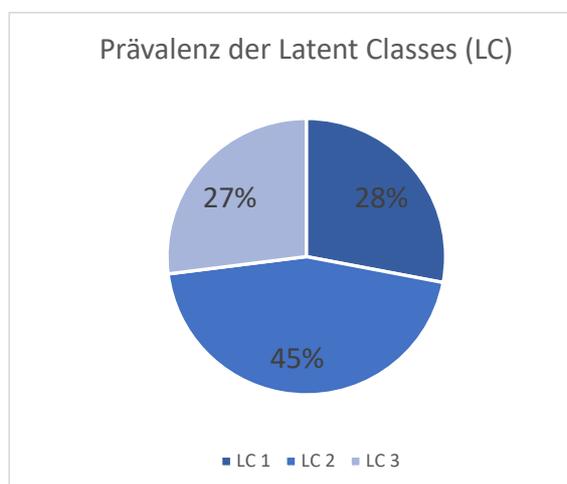
Im Hinblick auf den Einfluss der Pandemie und des Lockdowns im Frühjahr konnten die Studierenden in drei Klassen (latent classes) aufgeteilt werden. Die Einteilung erfolgte aufgrund der Einschätzung der Studierenden, in Bezug auf

ihr Wohlbefinden, die Herausforderungen des digitalisierten Home- und Selbststudiums, Bedenken bezüglich des Semesterabschlusses, den Umgang mit der sozialen Isolation, der Zunahmen von Konflikten und der Fähigkeit, die Zeit mit der Familie oder der Partnerin/dem Partner geniessen zu können.

Fast die Hälfte der Studierenden (45 %) lassen sich der Klasse 2 zuordnen, mit einem mittleren Einfluss der Pandemie und Lockdowns auf Wohlbefinden und den Alltag.

Allgemeines Wohlbefinden

Etwas über die Hälfte der Studierenden gaben an, dass es ihnen in der schwierigen Situation gut bis sehr gut ging (56%). 12 Prozent der Studierenden gaben an, sich zum Zeitpunkt der Befragung «schlecht» oder «sehr schlecht» zu fühlen. Bei



einem Zehntel der Teilnehmenden hatte sich das Wohlbefinden während des Lockdowns verschlechtert: Fühlten sie sich zuvor «neutral», «gut» oder «sehr gut», so war ihr Befinden nun «schlecht» bis «sehr schlecht».

Gesundheitliche Sorgen

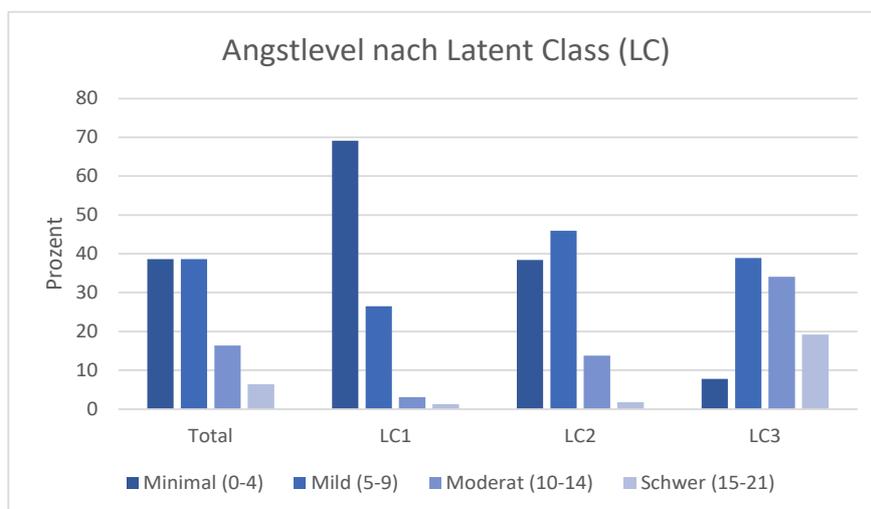
Studierende, welche die Fragen zu Gesundheitsbedenken beantworteten (2080 Teilnehmende), hatten geringe Bedenken bezüglich der eigenen Gesundheit (etwas Bedenken: 41 %, grosse Bedenken: 2,7%). Häufig waren jedoch Sorgen im Hinblick auf die Gesundheit der Eltern (grosse Bedenken: 23,8%) und Grosseltern (41,1%).

Angstgefühl/ Besorgnis ¹

Die Angst, welche die Corona-Pandemie bei den Studierenden auslöste, wurde mit der sogenannten «General Anxiety Disorder-Scale-7» (GAD-7) erfasst. Damit schätzen Teilnehmende den Pegel der empfundenen Angst für den Zeitraum von zwei Wochen vor der Befragung selber ein. Die Selbsteinschätzung lässt eine Zuordnung zu einem von vier «Angst-Leveln» zu: minime, milde, mässige und grosse Angst. Auffallend ist, dass der durchschnittliche Angst-Score der Teilnehmenden aus der Erstbefragung im April deutlich über jenem aus vergleichbaren, vor Corona durchgeführten Studien zur Gesundheit von Studierenden liegt. Trotz diesem erhöhten Durchschnitt-Score: Die Mehrheit der TN (77,2%) gab an, minime bis milde Angst zu verspüren, das andere Viertel hatte moderaten (16,4 %) oder dem grosse Angst (6,4 %) | zuordnen.

Das Ausmass der Angst hängt dabei mit dem von den Studierenden empfundenen Einfluss der Pandemie auf ihr Wohlbefinden und ihr tägliches Leben zusammen: So hatten Studierende, die sich der Klasse 2 oder 3 (mittlerer bzw. hoher Einfluss) zuordnen liessen im Durchschnitt ein deutlich höheres Angstlevel als Studierende in der Klasse 1 (geringer Einfluss). Unterschiede zeigten sich auch bei den Geschlechtern sowie zwischen den Departementen der ZHAW: Männer wiesen generell ein tieferes Angstlevel auf als Frauen, Studierende der Gesundheitsberufe wiederum ein tieferes Level als beispielsweise Studierende der Departemente Angewandte Linguistik oder Life Sciences und

Facility Management. Nicht zuletzt hatte auch der von den befragten Personen eingeschätzte soziale bzw. finanzielle Status der Eltern einen Einfluss auf das Angstempfinden.



Diskussion und Fazit

Die Studie zeigt auf, dass die Auswirkungen des Lockdowns im Frühling von den Studierenden als unterschiedlich stark eingeschätzt wurden und deshalb auch unterschiedlich fest auf das Wohlbefinden Einfluss nahmen. Während die einen den Einfluss auf ihr Leben als gering einschätz-

ten und beispielsweise die durch den digitalisierten Unterricht gewonnene Freiheit begrüsst, empfanden andere die Situation als herausfordernd und besorgniserregend – etwa im Hinblick auf ihren Semesterabschluss. Neben den Auswirkungen aufs Studium hatte der Lockdown auch Folgen für das Privatleben, wobei diese sowohl positiv (mehr Zeit für die Familie oder Partner/In) wie auch negativ (vermehrte Konflikte) waren.

Das im Vergleich zu ähnlichen Studien hohe durchschnittliche Angstempfinden lässt sich insbesondere durch jene Studierende erklären, die auch die Auswirkungen des Lockdowns auf ihr Leben als besonders stark empfunden haben. Dass Studierende der Gesundheitsberufe deutlich weniger Angst zeigten, ist vermutlich auf ihr Wissen und ihre Erfahrung bezüglich Infektionsrisiken und Hygienemassnahmen zurückzuführen.

Bei zukünftigen Massnahmen sollten Public Health Institutionen und Hochschulen die Bedürfnisse jener Studierenden berücksichtigen, die weniger gut mit dramatischen Veränderungen – wie jenen eines Lockdowns - umgehen können. Die Pandemie wird sich wohl noch lange nachdem sie unter Kontrolle gebracht worden ist in der Tertiärbildung bemerkbar machen – und eine «One Size Fits All»-Lösung für den Umgang mit ihren Folgen wird nicht ausreichen.

¹ Dratva, J., et al. (2020). "Swiss University Students' Risk Perception and General Anxiety during the COVID-19 Pandemic." *Int J Environ Res Public Health* **17**(20).