

## Ergebnisse der 4. Erhebung Sommer 2020

An dieser Stelle bereiten wir nach jeder HES-C Befragung ein paar Ergebnisse für Teilnehmer und interessierte Leser auf. Die Ergebnisse der letzten Erhebungen im Frühjahrssemester können als pdf. heruntergeladen werden.

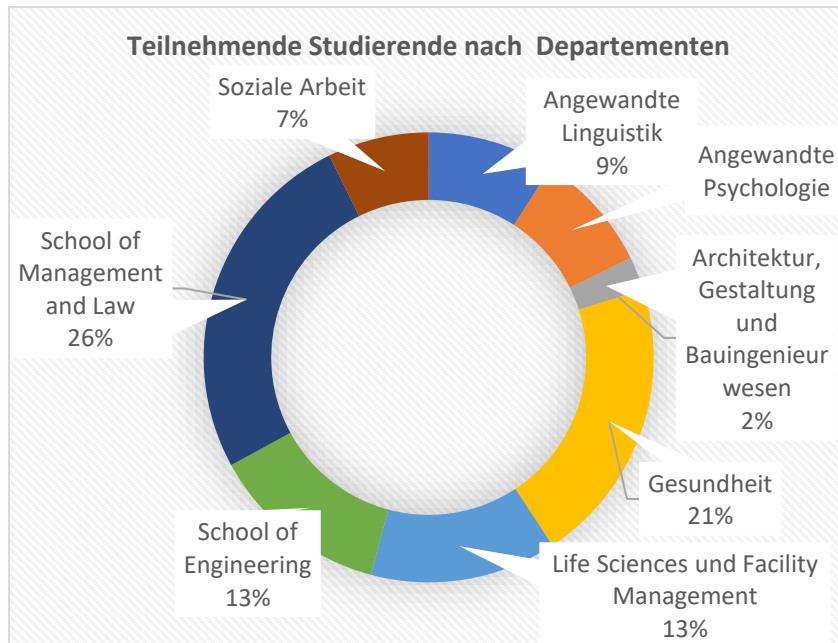


Abbildung 1 Teilnehmende Studierende nach nach Departementen

### Studienpopulation

An dieser ersten Befragung der **HE**alth in **S**tudents during the **C**orona Pandemic (HES-C) im Wintersemester haben 1217 Studierende der ZHAW mitgemacht. Die Departemente Management and Law sowie das Departement Gesundheit sind am stärksten vertreten (Abb. 1). Die Stichprobe besteht zu 68% aus Frauen ( $n=833$ ), 31% Männer ( $n=375$ ) und 1% gaben «anderes Geschlecht» an ( $n=9$ ). Das Durchschnittsalter beträgt 25 Jahren ( $SD=5.38$ ). Fünfundsechzig Prozent der Befragten studieren Vollzeit und 35% Teilzeit.

### Wie geht es Studierenden in der Corona Pandemie?

Mehr als die Hälfte der Studierenden (63%) gab an, dass es Ihnen zu Zeit gut bis sehr gut geht. Die gleiche Frage wurde zu Beginn des letzten Semesters gestellt. Im Vergleich dazu geht es heute rund 10% der Studierenden besser. Einerseits ist es eine andere Studienpopulation, nur wenige der aktuellen Teilnehmenden haben schon im Frühjahr 2020 an HES-C mitgemacht. Andererseits sind im Vergleich die aktuellen Coronavirus Schutzmassnahmen und Eindämmungsmassnahmen weniger streng als noch im Frühjahr und man darf von einem gewissen Mass an Gewöhnung bzw. Adaption an die Pandemie ausgehen. Lesen Sie zum Thema «Wohlergehen» auch unseren Artikel zu Ängstlichkeit (siehe Link)

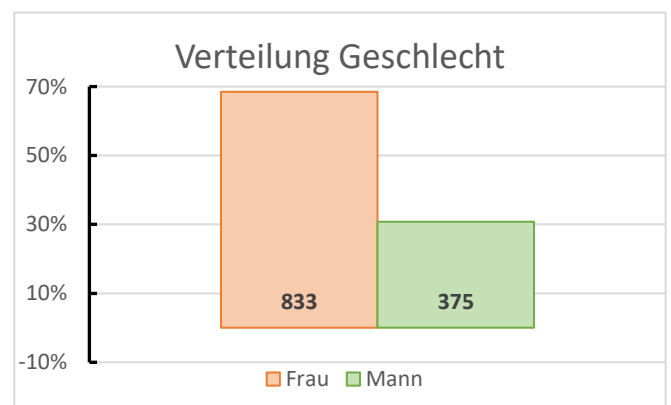


Diagramm 2 Verteilung nach Geschlecht

### Stress in der Zeit des Coronas

Zum Herbstsemesterstart wurden die Teilnehmenden zu ihrem Stresszustand befragt. Stress wurde mit einem international anerkannten Instrument, PSS-10, untersucht. Aus den Antworten errechnet sich ein Score (0 – 40), der eine Einteilung in ein hohes, moderates und niedriges Stresslevel erlaubt. Bei etwa 10% der Befragten lag ein hohes Stresslevel vor. Sechzig Prozent der Studierenden hatten moderaten Stress und ein Fünftel niedrigen Stress (Abb. 3).

Im Abbildung 4 *PSS-10 Stress im Detail* werden die unterschiedlichen Aussagen zu des PSS-10 dargestellt (Abb.4). Die Studierenden haben das Gefühl, dass sie mehrheitlich, Dinge, die ihnen wichtig sind beeinflussen können. Mehr als ein Drittel der Befragten hat «häufig» bis «sehr häufig» das Gefühl, alles im Griff zu haben und knapp 40% hat «manchmal» dieses Gefühl. Beides weist auf eine gute bis hohe Selbstwirksamkeitsüberzeugung der Studierenden hin. Zur gleichen Zeit haben circa die Hälfte der Befragten angegeben, mit Ärger in ihrem Leben nicht klar zu kommen. Weniger als 20% fühlten sich «nie» oder «selten» sicher im Umgang mit persönlichen Aufgaben und Problemen und mehr als die Hälfte der Befragten fühlten sich häufig bis sehr häufig nervös und gestresst.

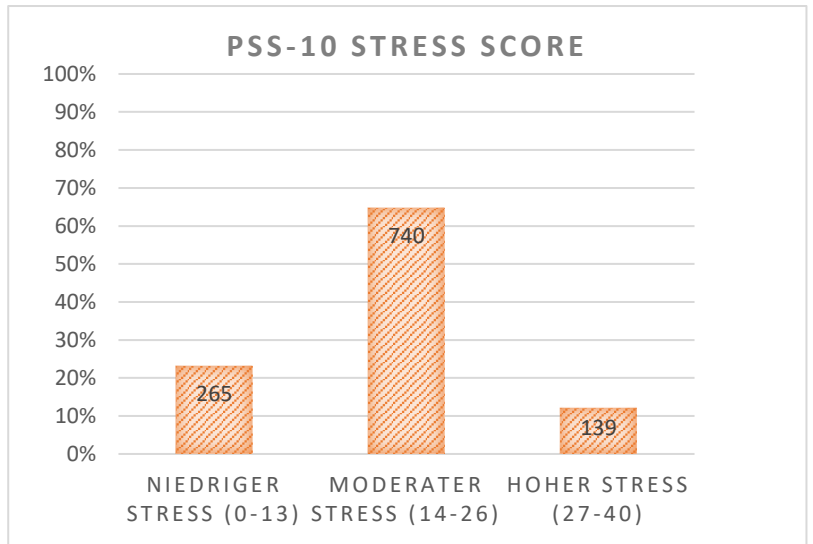


Abbildung 3 PSS-10 Stress Score

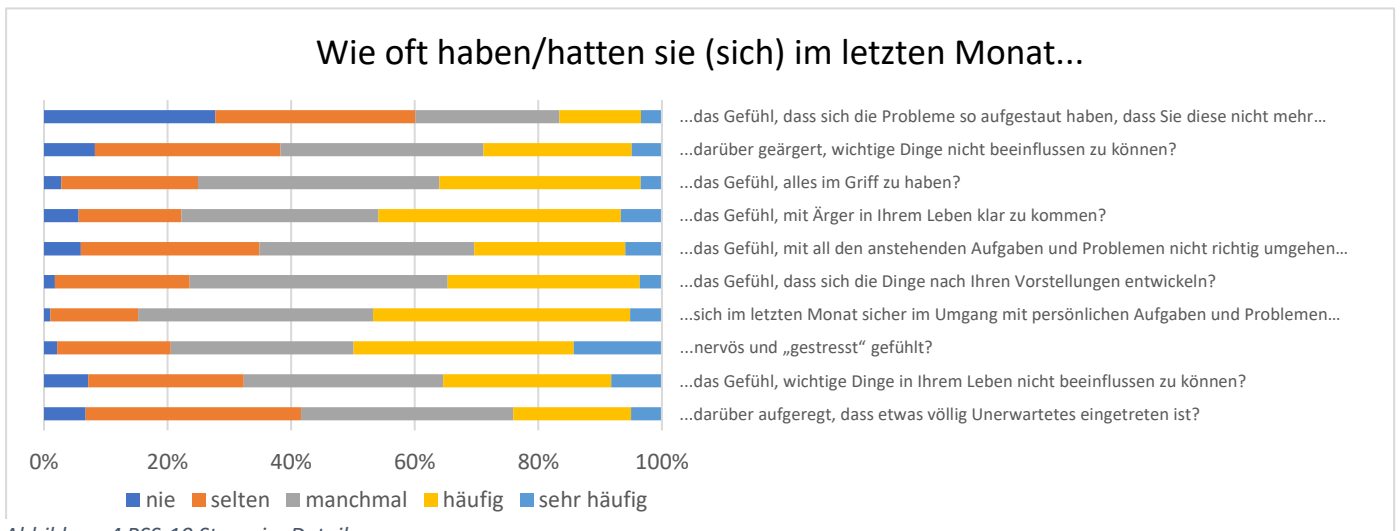


Abbildung 4 PSS-10 Stress im Detail

## Alkohol und Co.

Verschiedene Studien untersuchten den Einfluss auf Corona auf legalen und illegalen Suchtmittelkonsum. Auch wir haben die Studierenden gefragt, wieviel und wie oft sie Alkohol trinken, Zigaretten oder Cannabis rauchen. Die Daten werden aktuell ausgewertet und im Vergleich zu dem Verhalten im Lockdown gesetzt. Nachfolgend die Ergebnisse zu Alkohol der aktuellen Befragung im September 2020.

Ein grosser Teil der Befragten trank pro Woche an 1 (21.5%) oder an 2 Tage (17.7%). Fünfzehn Prozent gab an, «nie an den letzten 30 Tagen» getrunken zu haben. Nur 1.2% der Probanden konsumierten «jeden Tag oder beinahe jeden Tag in den letzten 30 Tagen» Alkohol. Wenn Alkohol getrunken wurde, tranken rund zwei Drittel der Studierenden ein (31.7 %) oder zwei (32.4%) alkoholische Getränke pro Gelegenheit, alle anderen mehr. Ab 4 Getränken für Frauen und 5 Getränken für Männer pro Gelegenheit spricht man punktuell von risikoreichem Konsum («binge drinking» =  $\geq 4$  bzw. 5 Getränke innerhalb von 2 Stunden) was mit einem höheren Gesundheitsrisiko behaftet ist. Nur bei wenigen Studierenden,  $N=33$ , traf das zu.

## Erwerbstätigkeit der Studierenden

Ein Teil dieser Umfrage war der Erwerbstätigkeit der Studierenden gewidmet. Eine grosse Mehrheit der Studierenden ist auf ihre Erwerbstätigkeit angewiesen. Abbildung 5 zeigt dass mehr Teilzeitstudierende von einer Erwerbstätigkeit abhängig als die Vollzeitstudierenden. Gesamthaft arbeiten erwerbstätige Studierende im Schnitt 20 Stunden pro Woche ( $mean=18.67$ ,  $SD=11.1$ ). Die Teilzeitstudierenden haben eine durchschnittliche Erwerbstätigkeit von 72 Stellenprozent ( $SD=23.14$ ), die Vollzeitstudierenden kommen auf einem Durchschnitt von 57% ( $SD=32.38$ ).

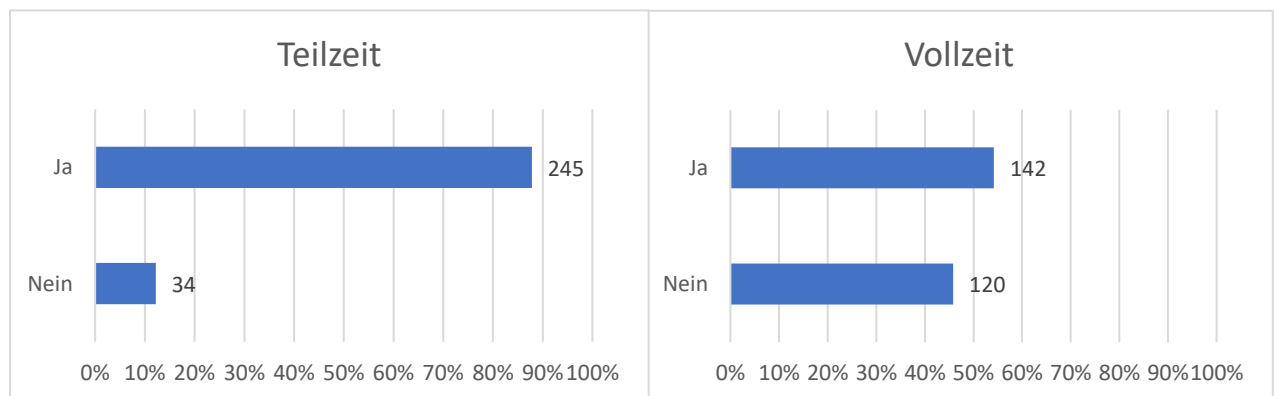


Abbildung 5 Abhängigkeit von Erwerbstätigkeit bei neben dem Studium erwerbstätigen Studierenden ( $n=541$ )

Während des Lockdowns im April 2020 hatten ca. 40% der erwerbstätigen Studierenden Ihre Erwerbstätigkeit reduziert oder gar nicht mehr ausüben können.

Die nächste Erhebung wird Ende November verschickt und wird sich schwerpunktmässig auf die Unsicherheiten im Alltag und hinsichtlich der Zukunft, welche durch Corona entstanden sind, beziehen.