

8.1 – Resolution «Psychische Gesundheit»

180. DV – VSS | UNES | USU

Antragsheft:

8.1 Resolution «Psychische Gesundheit»

Version(en):

- 1) Stand: 21. April 2023
- 2) Stand:

Inhalt(e):

- I. P01.0 Antrag VSS-Vorstand: Resolution «Psychische Gesundheit»

8.1 – Resolution «Psychische Gesundheit»

180. DV – VSS | UNES | USU

Nummer des Antrags	P01.0
Antragssteller*in:	VSS-Vorstand

Text	Die Delegiertenversammlung nimmt die Resolution zur Psychischen Gesundheit an.
Begründung	Seit der Pandemie geriet die psychische Gesundheit von jungen Menschen und Studierenden immer mehr in den Fokus des öffentlichen Diskurses. Dadurch wurde auch klar, dass zu wenige Daten vorhanden sind, um die Situation wirklich ganzheitlich zu erfassen und dementsprechend auch Forderungen aufzustellen. Der VSS-Vorstand hat sich unter anderem im Rahmen des Student Minds Projects dann mit der Sammlung dieser Daten befasst. Die folgende Resolution fasst diese Daten zusammenfassen und verknüpft sie mit Handlungsaufforderungen an Hochschulen, Kantone und den Bund.

NICHT AUSFÜLLEN (für die GPK)

Antrag Nr. _____

Abänderungsantrag zu Antrag Nr. _____
 Gegenantrag zu Antrag Nr. _____
 Eventualantrag zu Antrag Nr. _____
 Rückkommensantrag zu Antrag Nr. _____

Nichteintreten beschlossen: Ja: _____ Nein: _____ Enth: _____

Antrag zurückgezogen: Ja: _____ Nein: _____ Enth: _____

Antrag verschoben: Ja: _____ Nein: _____ Enth: _____

Antrag als Abänderungsantrag oder Rückkommensantrag zur Abstimmung gelangt: Ja: _____ Nein: _____ Enth: _____

Antrag als Gegen-/Eventualantrag zu Antrag Nr. : Ja: _____ Nein: _____ Enth: _____

Schlussabstimmung: Ja: _____ Nein: _____ Enth: _____

Angenommen: Abgelehnt:

1 **Resolution: Psychische Gesundheit von Studierenden**

2 **Die Studierenden in der Schweiz sind psychisch angeschlagen. Der Verband der**
3 **Schweizer Studierendenschaften (VSS) fordert Hochschulen, Kantone und Bund auf, die**
4 **mentale Überbelastung von Studierenden ernst zu nehmen und entsprechend zu**
5 **handeln.**

6 7 **Datengrundlage**

8 In der folgenden Resolution wird die aktuelle psychische Verfassung der Studierenden anhand
9 von repräsentativen Daten des Bundesamtes für Statistik aus der [Studie zur sozialen und](#)
10 [wirtschaftlichen Lage der Studierenden](#) dargelegt. Ihre Erhebung wurde in den Jahren [2016](#)
11 und [2020](#) durchgeführt. Ergänzend zu den bereits veröffentlichten Berichten hat das BfS auf
12 Anfrage des VSS weitere Auswertungen der Umfrage aus dem Jahr 2020 vorgenommen, die
13 hier zum ersten Mal publiziert werden. Ergänzend zu der Studie des BfS bezieht sich der VSS
14 für die folgende Resolution auch auf Daten aus einer nationalen Umfrage [des Student Minds](#)
15 [Project](#) vom Herbst 2021. Über 3'000 Studierenden in der Schweiz haben dabei teilgenommen.
16 Obwohl die Repräsentativität für die Gesamtzahl an Studierenden in der Schweiz damit nicht
17 gegeben ist, können durch die nicht unbedeutende Anzahl an Rückmeldungen gewisse
18 Tendenzen zu Themenbereichen, die vom BfS nicht berücksichtigt wurden, erahnt werden.

19 **Hoher psychischer Druck auf Studierende in der Schweiz**

20 Die psychische Gesundheit von Jugendlichen und Studierenden fand während des Lockdowns
21 aufgrund der Corona-Pandemie im öffentlichen Raum erstmals vermehrt Beachtung. Die
22 mentale Verfassung von jungen Menschen schien endlich die Aufmerksamkeit der
23 Öffentlichkeit erregt zu haben. Leider wurde seither zwar darüber geredet, viel verändert hat
24 sich jedoch nicht. Es ist ausserdem fraglich, ob die Pandemie diese Gesundheitskrise junger
25 Menschen ausgelöst oder die Problematik als Katalysator sichtbar gemacht und zugespitzt hat.
26 Daher wird in dieser Resolution die psychische Gesundheit von Studierenden unabhängig von
27 der Pandemie in einen grösseren Kontext gesetzt.

28 Im Jahr 2016 fragte das BfS die Studierenden nach ihrem Gesundheitszustand. Dabei gaben
29 18 % der Studierenden an, unter dauerhaften Gesundheitsproblemen zu leiden. Psychische
30 Probleme sind dabei nach chronischen Erkrankungen, mit 26 % das zweitgrösste
31 gesundheitliche Problem der Studierenden zu dieser Zeit. Für die Befragung im Jahr 2020
32 weitete das BfS die Umfrage in Bezug auf psychische Probleme aus und befragte die
33 Studierenden anhand eines Indexes bestehend aus neun Fragen zu Depressionen. Die
34 Umfrage, welche sich auf die Zeit vor der Pandemie bezieht, ergab, dass knapp ein Viertel der
35 Studierenden unter mittleren bis schweren Depressionen leidet. Des Weiteren vergleicht das
36 BfS die Zahlen mit jenen aus der ständigen Wohnbevölkerung im selben Alter. Studierende
37 leiden mit insgesamt 23 % doppelt so viel an mittleren bis schweren Depressionen als andere
38 Jugendliche, die durchschnittlich 11 % aufweisen. Beide Zahlen sind höchst erschreckend. Sie
39 zeigen jedoch auch, dass Studierende eine vulnerable Gruppe ausmachen, wenn es um die
40 psychische Gesundheit geht. Ergänzend zeigt die Umfrage des Student Minds Projects vom

8.1 – Resolution «Psychische Gesundheit»

180. DV – VSS | UNES | USU

41 Herbst 2021, dass dreiviertel der Studierenden sich mittel bis schwer ängstlich fühlen und sich
42 im Schnitt knapp unter dem Score für klinische Ängstlichkeit befinden. Was Depressionen
43 angeht, arbeitete das Student Minds Project mit demselben Index wie das BfS und wies
44 dabei ähnlich alarmierende Zahlen auf. Auch dort befinden sich die Studierenden im Schnitt
45 knapp unter dem Score für klinische Depressionen. Nur 30 % der Studierenden behaupten von
46 sich, dass sie sich nicht an gewissen Tagen einsam fühlen. Beim Thema mentale Probleme
47 schätzen 83 % der Studierenden ein, dass sie davon betroffen sind und 9 % der Befragten
48 sagen aus, dass sie schon versucht haben sich das Leben zu nehmen.

49 Zusammenfassend kann gesagt werden, dass die Zahlen ein sehr düsteres Bild zeichnen,
50 wenn es um die mentale Verfassung der Studierenden geht. Es kann klar aufgezeigt werden,
51 dass die Studierenden unter starkem psychischem Druck leiden und dringend Unterstützung
52 brauchen.

53 Der VSS fordert im Namen der Studierenden in der Schweiz von Hochschulen, Kantonen und
54 Bund folgende Massnahmen:

- 55 1. Entstigmatisierung und Sensibilisierung an Hochschulen vorantreiben
- 56 2. Professionelle Beratungsstellen an Hochschulen einrichten und bei den Studierenden
57 bekannt machen
- 58 3. Druckabbauende Kommunikation gegenüber den Studierenden
- 59 4. Diskriminierung an den Hochschulen bekämpfen
- 60 5. Studierende finanziell entlasten
- 61 6. Studentisches Engagement fördern
- 62 7. Mehr Klarheit schaffen

63

64 1. **Entstigmatisierung und Sensibilisierung an Hochschulen vorantreiben**

65 Die Anzahl Personen, welche mit psychischen Problemen zu kämpfen haben, ist erschreckend
66 hoch und eine wesentliche Frage ist, wie diese Personen mit der Situation umgehen.

67 Basierend auf der Erhebung im Rahmen des Student Minds Projects (2020) konnte festgestellt
68 werden, dass sehr viele der Betroffenen über ihre Probleme reden und sie nicht für sich
69 behalten. Freunde und Familienmitglieder sind die am häufigsten genannten Personen für den
70 Austausch. Professionelle Hilfe haben sich rund die Hälfte derjenigen, welche sie gebraucht
71 haben, geholt. Weshalb sich die knappe andere Hälfte dies nicht getan hat, obwohl sie
72 wussten, dass sie sie brauchen, hat unterschiedliche Gründe.

73 Ein Grossteil der Befragten (84 %) gab an, dass sie sich nicht sicher waren, ob der Bedarf
74 tatsächlich gross genug ist. Diese Zahl muss dringendst durch Sensibilisierung im
75 Hochschulraum reduziert werden. Bedürftige Personen sollen sich frei fühlen, professionelle
76 Unterstützung zu beanspruchen. Es muss in der Gesellschaft verankert werden, dass dies in
77 Ordnung und normal ist. Unabhängig von der Grösse oder der Anzahl der Probleme werden
78 diese individuell unterschiedlich wahrgenommen, weshalb die Belastung keinesfalls
79 vergleichbar ist. Derartige Vergleiche müssen verhindert werden.

8.1 – Resolution «Psychische Gesundheit»

180. DV – VSS | UNES | USU

80 Ein weiterer, häufig genannter Grund, sich nicht Hilfe zu suchen ist die Stigmatisierung. Sich
81 einzugestehen, psychische Probleme zu haben ist mit negativen Bewertungen und
82 Assoziationen verknüpft. Dies ist bei einigen (21 %) der Befragten der Fall, weshalb sie sich
83 nicht zu ihren Problemen bekennen können, was sie wiederum daran hindert, darüber zu
84 sprechen und sich Hilfe zu suchen. Ein Grossteil der Befragten (65 %) fühlt sich im
85 Hochschulumfeld nicht wohl, über ihre psychischen Probleme zu reden. Sie fühlen sich dazu
86 von der Institution auch nicht ermutigt. Hochschulen müssen ihr die Positionierung gegenüber
87 psychischen Problemen, sowie Faktoren, welche diese begünstigen, überdenken, um ihr
88 Image in diesem Zusammenhang aufbessern zu können. Die Schwelle, welche durch
89 Stigmatisierung entstanden ist und Betroffene daran hindert, über ihre Probleme zu reden oder
90 sich Hilfe zu holen, muss durch offene Kommunikation und Sensibilisierung reduziert werden.
91 Es ist wichtig, sich Hilfe zu holen und es soll keinen Grund geben, sich dafür schämen zu
92 müssen.

93 Aufgrund der dargestellten Hürden, welche hilfsbedürftige Personen davon abhält, sich
94 professionelle Unterstützung zu holen, fordert der VSS von den Hochschulen:

- 95 · Durch Kampagnen soll die offene Kommunikation über psychische Probleme gefördert
96 werden. Diese sollen zur Sensibilisierung und Entstigmatisierung beitragen.
- 97 · Angebote sollen möglichst niedrigschwellig und anonym in Anspruch genommen werden
98 können, damit Schamgefühle keine Schwelle mehr bilden.

99

100 **2. Professionelle Beratungsstellen an den Hochschulen einrichten und bei den** 101 **Studierenden bekannt machen**

102 Während sich die knappe Mehrheit derjenigen Personen, welche Hilfe benötigten, sich diese
103 auch geholt haben, haben nur 11 % der Befragten im Rahmen der Student Minds Umfrage
104 (2020) das Hilfsangebot der jeweiligen Hochschule genutzt. Dieser niedrige Anteil ist teils damit
105 zu begründen, dass 16 % der Befragten nicht wussten, dass ein solches Angebot existiert. Um
106 den Bekanntheitsgrad der vorhandenen Hilfsangebote zu erhöhen, müssen sie öffentlich
107 beworben werden. Die Studierenden müssen frühzeitig wissen, an wen sie sich wenden
108 können, um über ihre Sorgen und Probleme zu reden. 20 % der Befragten haben das
109 Hilfsangebot der Hochschule nicht gebraucht, obwohl sie wussten, dass es existiert. Gründe
110 dafür können Stigmatisierung und fehlende Sensibilisierung darstellen. Ebenfalls wurden
111 gemäss der Umfrage die Erwartungen eines Drittels der Befragten, welche das Hilfsangebot
112 ihrer Hochschule genutzt haben, nicht erfüllt. Ein ähnlich grosser Anteil gab an, keine guten
113 Erfahrungen mit dem Angebot gemacht zu haben. Solche Erfahrungen und Aussagen haben
114 einen Einfluss auf das Image der Angebote und hindern andere hilfeschuchende Studierende
115 daran, sie zu nutzen. Die Qualität der Hilfsangebote soll regelmässig überprüft und angepasst
116 werden. Das Feedback von Nutzenden soll eingeholt werden. Zudem soll das Image durch
117 eine einheitliche Kommunikationsstrategie aufgebessert werden.

118 Fehlende finanzielle Mittel waren unter einigen der Befragten (15 %) ebenfalls ein Grund, kein
119 Hilfsangebot in Anspruch zu nehmen. Durch den Ausbau der Beratungsstellen an Hochschulen
120 und mittels eines Solidaritätssystems für finanziell Benachteiligte sollen die Angebote erweitert
121 werden. Es soll auch Personen mit finanziellen Schwierigkeiten ermöglicht werden, sich Hilfe

122 holen zu können. Nicht zuletzt deshalb, weil sie vermehrt von Druck durch Doppelbelastungen
123 und daraus resultierenden psychischen Problemen, wie auch Depressionen betroffen sind
124 (BfS, 2021).

125 Schliesslich hat besonders die Pandemie gezeigt, dass die Hochschulen und die Kantone nicht
126 ausreichend auf eine grosse Anzahl an Hilfesuchenden vorbereitet sind. Die Beratungsstellen
127 für psychische Probleme waren oft ausgelastet und sind es heute noch, sofern diese überhaupt
128 existieren. Der VSS erwartet, dass die psychischen Probleme der Studierenden endlich
129 prioritär behandelt werden und die Hochschulen und Kantone ihre Verantwortung
130 wahrnehmen. An einigen Hochschulen hat ein Wandel schon stattgefunden und die
131 Ressourcen für Beratungsangebote bei psychischen Problemen wurden ausgebaut. Dies ist
132 jedoch nicht flächendeckend der Fall und es gibt noch einige Herausforderungen, die im
133 Bereich Unterstützung der Studierenden mit mentalem Druck zu bewältigen sind.

134 Wir fordern die Hochschulen, sowie die einzelnen Studiengänge oder Fakultäten dazu auf,
135 professionelle Beratungsstellen einzurichten und sie unter den Studierenden bekannt zu
136 machen:

- 137 · Alle Hochschulen in der Schweiz haben eine Beratungsstelle eingerichtet, wo
138 Studierende mit psychischen Problemen erste Hilfe beanspruchen können.
- 139 · Der Zugang zu dieser Hilfe soll so niedrigschwellig wie möglich gestaltet und kostenlos
140 zugänglich sein.
- 141 · Die Beratungsstellen sind so ausgebaut, dass auch während Krisenzeiten oder
142 beispielsweise während Prüfungsperioden genügend Ressourcen für die Studierenden
143 zur Verfügung stehen und keine langen Wartezeiten existieren.
- 144 · Hilfsangebote sollen beworben werden. Dies soll sowohl durch die jeweilige Hilfestelle
145 wie auch durch die Hochschule an sich erfolgen.
- 146 · Die Qualität der Hilfsangebote soll regelmässig überprüft und das Feedback der
147 Studierenden systematisch erfasst werden.

148

149 **3. Druckabbauende und klare Kommunikation gegenüber Studierenden**

150 Studierende werden durch ihr Studium stark gefordert und stehen oft unter Stress. Dies zeigt
151 auch die Studie des BfS (2021): Der zweitwichtigste Grund, ein Studium abzubrechen ist
152 Stress oder Überlastung. Schwierigkeiten im Studium aufgrund der Studieninhalte korrelieren
153 zudem mit dem Vorhandensein von mittleren bis schweren Depressionen. Daraus lässt sich
154 schliessen, dass der Anteil Studierender, welcher angegeben hat, aufgrund der Studieninhalte
155 Schwierigkeiten im Studium zu haben, zu 53 % mittlere bis schwere Depressionen aufweist.
156 Die Anforderungen für ein Studium an einer Hochschule und die Studieninhalte können zu
157 stressigen Situationen führen, die oft nur bedingt verhindert werden können. Dennoch gibt es
158 Faktoren, die berücksichtigt werden sollen, um zusätzlichen mentalen Druck auf die
159 Studierenden zu verhindern. Beispielsweise haben Studierende, die angegeben haben,
160 Schwierigkeiten im Studium aufgrund von administrativen oder organisationellen Problemen an
161 der Hochschule zu haben auch doppelt so oft von mittleren bis schweren als von keinen bis
162 leichten Depressionen betroffen sind.

8.1 – Resolution «Psychische Gesundheit»

180. DV – VSS | UNES | USU

163 Daher fordern wir die Hochschulen, aber auch die Verantwortlichen für einzelne Studiengänge
164 oder Fakultäten und insbesondere Hochschuldozierende und Hochschulmitarbeitende dazu
165 auf, die mentale Belastung der Studierenden zu berücksichtigen:

166 · Die Rahmenbedingungen für einzelne Studiengänge sollen frühzeitig und so einfach wie
167 möglich, vor allem für Studienbeginner*innen kommuniziert werden. Darüber hinaus
168 sollen Bestimmungen und Regelungen an den einzelnen Hochschulen und Fakultäten so
169 einheitlich wie möglich gestaltet werden.

170 · Prüfungsmodalitäten oder Bedingungen für einen Leistungsnachweis stehen zu Beginn
171 des Semesters fest. Von kurzfristigen Änderungen muss unbedingt abgesehen werden.
172 Das heisst, es soll beispielsweise klar festgelegt werden, wann eine Prüfung stattfindet,
173 ob diese online oder vor Ort und im Open Book Format oder nicht durchgeführt wird.
174 Ausserdem soll klar sein, welche Art von Fragen (offene Fragen, MC etc.) gestellt
175 werden.

176 · Dasselbe gilt für die Lehre: Bei der Anmeldung zu einzelnen Lehrveranstaltungen muss
177 feststehen, wie und wann diese durchgeführt werden und ob beispielsweise auch eine
178 Online-Teilnahme möglich ist, ob eine Anwesenheitspflicht besteht oder Aufzeichnungen
179 zu Verfügung gestellt werden.

180 · Ausserdem sollten für jeden Studiengang genügend Ansprechpersonen zur Verfügung
181 stehen, die Studierende bei Problemen in administrativen Belangen unterstützen können.

182

183 4. Diskriminierung an den Hochschulen bekämpfen

184 Die Studie des BfS (2021) zeigt auf, dass Frauen von psychischen Problemen stärker betroffen
185 sind als Männer. Im Vergleich weisen 19 % der Männer mittlere bis schwere Depressionen auf,
186 während es bei den Frauen ein Anteil von 28% ist. Auch die Umfrage des Student Minds
187 Project (2021) stützt diese Zahlen und zeigt ausserdem auf, dass Personen, die sich weder als
188 männlich oder weiblich identifizieren, stärker von psychischen Problemen betroffen sind.
189 Dasselbe gilt für Personen, welche nicht Heterosexuell sind. Dies zeigt ausserdem auch der
190 [Schlussbericht fürs BAG zu Gesundheit von LGBT Personen](#) in der Schweiz von Krüger et al.
191 (2022).

192 Die Ursachen für diese Unterschiede sind nicht einfach zu evaluieren. Diskriminierungs-
193 erfahrungen können jedoch unter anderem einen Grund für erhöhten psychischen Druck
194 darstellen. Die Umfrage des Student Minds Projects (2021) zeigt, dass die Gruppen, welche
195 vermehrt unter psychischen Problemen leiden, auch jene Gruppen sind, welche eher von
196 Diskriminierung betroffen sind. Dies ist nicht nur in Anbetracht von Gender und/oder sexueller
197 Orientierung so, sondern auch für Sprache, sozialer Klasse, Migrationshintergrund, Herkunft,
198 Hautfarbe, Behinderung und Religion. Die Umfrage des Student Minds Projects (2021) ergibt,
199 dass 30 % der Studierenden Diskriminierung aufgrund mindestens eines Merkmals erlebt
200 haben.

201 Die zusätzliche Belastung von Studierenden, die von Diskriminierung betroffenen sind, muss
202 dringend verhindert werden. Daher fordert der VSS von den Hochschulen:

8.1 – Resolution «Psychische Gesundheit»

180. DV – VSS | UNES | USU

- 203 · Die Hochschulen verfügen über genügend Anlaufstellen, wo Studierenden im Falle von
204 Diskriminierung niedrigschwellig Unterstützung zugesichert werden kann.
- 205 · Diskriminierungserfahrungen von Studierenden an Hochschulen müssen ernst
206 genommen und Konsequenzen für Fehlverhalten definiert und umgesetzt werden.
- 207 · Im Falle von sexueller Belästigung gelten die bereits bestehenden [Forderungen des VSS](#)
208 im Rahmen des Sexual Harassment Awareness Days 2023.

209

210 5. Studierende finanziell entlasten

211 Grundsätzlich ist ein Hochschulstudium in der Schweiz einer finanziell privilegierten Gruppe
212 vorbehalten. Gemäss BfS (2021) weisen knapp die Hälfte der Eltern der Studierenden in der
213 Schweiz selbst einen Hochschulabschluss auf. Einer der Gründe dafür ist das
214 Stipendienwesen in der Schweiz, welches stark auf die familiäre Unterstützung ausgerichtet ist.
215 Die Hälfte der durchschnittlichen Einnahmen der Studierenden setzt sich aus finanziellen
216 Beiträgen der Familie zusammen und weitere knapp 40 % aus der Erwerbstätigkeit der
217 Studierenden. In diesem System entsteht zusätzlicher Druck auf Studierende, die finanzielle
218 Schwierigkeiten haben. Damit einher geht auch eine zusätzliche mentale Belastung. Dies zeigt
219 auch die Studie des BfS (2021): So leiden Studierende, die angegeben haben, sehr grosse
220 finanzielle Schwierigkeiten zu haben, zur Hälfte an mittleren bis schweren Depressionen.
221 Studierende hingegen, die überhaupt keine finanziellen Schwierigkeiten haben, weisen einen
222 Anteil von 15 % an mittleren bis schweren Depressionen auf. Die bereits bestehende
223 Ungleichheit unter den Studierenden aufgrund ökonomischer Faktoren wird durch zusätzlichen
224 mentalen Druck verstärkt. Dies muss für einen chancengerechten Zugang zum
225 Hochschulstudium unbedingt verhindert werden. Insbesondere in der aktuellen Situation mit
226 allgemeiner Teuerung und steigenden Kosten für Mobilität und Wohnraum muss sich dringend
227 etwas ändern.

228 Daher fordert der VSS insbesondere finanzielle Entlastung für Studierende, die aufgrund ihrer
229 finanziellen Probleme auch Probleme im Studium und ihrer mentalen Gesundheit aufweisen:

- 230 · Die Hochschulen, Kantone und der Bund kommen den Forderungen nach, die der VSS
231 bereits in der [Resolution zur Teuerung](#) gestellt hat.
- 232 · Der Bund und die Kantone vereinheitlichen und verbessern das Stipendienwesen so, wie
233 es der VSS im [Positionspapier zu Studienfinanzierung und Stipendienwesen](#) fordert.
- 234 · Studierende erhalten eine Reduktion auf Transportmittel in der Schweiz. Mithilfe von
235 [Mobilitätsgutscheinen](#) kann eine nachhaltige, kostengünstige studentische Mobilität
236 gewährleistet werden.
- 237 · Die Hochschulen und Städte setzen sich für mehr bezahlbaren Wohnraum für
238 Studierende ein. Dabei werden Zwischennutzungen von leerstehenden Gebäuden
239 berücksichtigt und erhöhte Wohnkosten aufgrund der Inflation werden nicht auf die
240 Studierenden abgewälzt. Dabei gelten ebenfalls die bereits bestehenden [Forderungen](#)
241 des VSS.

242

243 **6. Studentisches Engagement fördern**

244 Nur 30 % der Studierenden fühlen sich gemäss der Umfrage des Student Minds Projects
245 (2020), nie einsam. Die anderen 70 % der Befragten fühlen sich mindestens manchmal einsam
246 und ein Teil davon beinahe jeden Tag. Studentisches Engagement bietet Studierenden die
247 Möglichkeit, sich für ihre Rechte und Bedürfnisse einzusetzen. Darüber hinaus kann es den
248 Personen helfen, soziale Kontakte aufzubauen und Freunde unter Mitstudierenden zu finden.
249 Intensiverer und vermehrter sozialer Austausch korreliert gemäss dem Bundesamt für Statistik
250 (2021) mit unterdurchschnittlichem Einsamkeitsgefühl, sowie mit weniger Angstzuständen oder
251 Depressionen. Die positiven Effekte freiwilligen Engagements sind in den Untersuchungen im
252 Rahmen des Student Minds Projects (2020) bei einem Pensum von ein bis drei Stunden pro
253 Woche am höchsten.

254 Aufgrund des Potentials von studentischem Engagement, das psychische Wohlbefinden von
255 Studierenden zu verbessern, fordert der VSS von den Hochschulen diese Arbeit stärker zu
256 anerkennen und zu fördern:

- 257 · Studentisches Engagement an Hochschulen soll ermöglicht, gefördert und angemessen
258 entschädigt werden.
- 259 · Die Entschädigung kann sowohl finanziell als auch in Form von Social Credits umgesetzt
260 werden.

261 **7. Mehr Klarheit schaffen**

262 Zahlen aus unterschiedlichen Studien sprechen für sich. Es besteht Handlungsbedarf im
263 Bereich der mentalen Gesundheit von Studierenden, da sie äusserst häufig von psychischen
264 Problemen betroffen sind. An der [nationalen Gesundheitsförderungs-Konferenz im März 2023](#)
265 zeigte sich, dass die Inzidenz psychischer Probleme vor allem in Zusammenhang mit
266 unterschiedlichen soziodemografischen Voraussetzungen untersucht und veröffentlicht
267 wurden. Kaum eine Untersuchung hat jedoch die Ursachen, welche zu dieser diese Lage
268 geführt haben, erhoben und analysiert. So ist es beispielsweise bekannt, dass vulnerable
269 Gruppen stärker mit der mentalen Gesundheit zu kämpfen haben. Die Begründung, weshalb
270 dies so ist, basiert jedoch auf Spekulationen. Um den Studierenden und anderen Betroffenen
271 helfen zu können und deren psychische Gesundheit zu fördern ist es grundlegend, die
272 Ursachen zu kennen. Nur so können effektive, präventive Massnahmen entwickelt und
273 zielgerichtet eingesetzt werden. Um Fortschritt und Besserung zu erlangen, muss der aktuelle
274 Zustand systematisch untersucht und hinterfragt werden.

275 Aus diesem Grund fordert der VSS von Forschungsinstitutionen, Hochschulen, Bund und
276 Kantonen:

- 277 · Zuverlässige epidemiologische Längsschnitt- und Kohorten-Daten sollen systematisch
278 erfasst werden.
- 279 · Präventionsmassnahmen und Hilfsangebote sollen auf Daten basiert geplant und
280 durchgeführt werden.
- 281 · Um vulnerable Gruppen zu schützen, sollen für diese spezifische Ansätze ausgearbeitet
282 und implementiert werden.

8.1 – Resolution «Psychische Gesundheit»

180. DV – VSS | UNES | USU

283 **Die Stärkung der Psychische Gesundheit von Studierenden lohnt sich**

284 Die im Rahmen dieser Resolution aufgestellten Forderungen des VSS an Bund, Kantone und
285 Hochschulen dienen dazu, die psychische Gesundheit von Studierenden als vulnerable Gruppe
286 zu stärken. Die Prävention der psychischen Gesundheit, sowie die Verbesserung bei
287 bestehenden Schwierigkeiten sind aus unterschiedlichen Gründen von hoher Wichtigkeit.
288 Studierende, welche unter psychischen Problemen leiden, tragen diese zu einer
289 Wahrscheinlichkeit von 60 % ihr ganzes Leben mit sich (Sallis et al., 2019). Aufgrund dieser
290 Persistenz haben psychische Probleme nicht nur einen Einfluss auf die Gesundheit im
291 Allgemeinen, sondern auch auf das Studium die Zukunft im Arbeitsmarkt. Mittels präventiver
292 Massnahmen, welche in diesem Zusammenhang von enormer Bedeutung sind, soll
293 psychischen Erkrankungen vorgebäugt werden. Damit kann ebenfalls verhindert werden, dass
294 Studierende aufgrund von psychischer Belastung vorzeitig ihr Studium abbrechen und das
295 spätere Leben weiter geprägt wird.
296 Über das Leben der Individuen hinaus, wird auch der Arbeitsmarkt durch die hohe Inzidenz
297 beeinflusst. Bei einer Persistenz von 60 % unter den 23 % Studierender, welche unter mittleren
298 bis schweren Depressionen leiden, starten knapp 14 % der Studierenden mit psychischen
299 Problemen in die Arbeitswelt. Zusammen mit anderen psychischen Problemen und
300 Erkrankungen neben Depressionen, erhöht sich diese Zahl. Unternehmen sind darauf
301 angewiesen, dass Personen mit Hochschulabschluss in die Arbeitswelt eintreten, die durch ihr
302 Studium nicht schon dermassen psychisch überbelastet sind, dass sie ihre Leistung und ihr
303 Potential aufgrund dessen nicht ausschöpfen können.

304 Es ist dringend, wichtig und es lohnt sich, die psychische Gesundheit Studierender zu schützen
305 und zu stärken. Der VSS erwartet, dass die angesprochenen Instanzen den gestellten
306 Forderungen nachgehen, um gemeinsam die psychische Gesundheit der Studierenden
307 sicherzustellen.