wA10 Mental Health Matters! – Psychische Gesundheit von Studierenden an den Hochschulen stärken

Antragsteller*in:	Pippa Schneider (KV Göttingen)
Tagesordnungspunkt:	8. Weitere Anträge

Antragstext

Einsamkeit ist unter Studierenden ein zunehmendes Problem, das sich seit der Corona-Pandemie verstärkt hat. Eine Befragung der TU Braunschweig[1] zeigt, dass sich 34 Prozent der Studierenden einsam und fast 55 Prozent an der Universität anonym fühlen. Ursachen sind unter anderem Schwierigkeiten beim Knüpfen sozialer Kontakte, unrealistische Erwartungen durch soziale Medien und fehlende Begegnungsmöglichkeiten im Hochschulalltag.

Die psychischen Belastungen unter Studierenden nehmen seit Jahren zu. Der Bericht "Studieren mit einer gesundheitlichen Beeinträchtigung (best3)" des Deutschen Studierendenwerks und des Deutschen Zentrums für Hochschul- und Wissenschaftsforschung spricht 2023 von einem besonders deutlichen Anstieg von Studierenden mit psychischen Erkrankungen: Von 2016 bis 2021 ist der Anteil um 12 Prozentpunkte gewachsen, von 53 Prozent auf 65 Prozent. Und damit 20 Prozentpunkte mehr als noch im Jahr 2011[2]. Auch der Forschungsverbund des Deutschen Zentrums für Psychische Gesundheit weist Anfang 2026 auf die steigenden psychischen Belastungen unter Studierenden hin[3].

Zu beobachten ist, dass der Beratungsbedarf von internationalen Studierenden steigt, die häufig vor komplexen Herausforderungen mit hohem Beratungsbedarf stehen. Auch bei den deutschen Studierenden sind schwierigere und komplexere psychische und soziale Problemlagen zu beobachten.

Sowohl die Zahl der Ratsuchenden als auch die Zahl der Beratungskontakte hat sich 2024 im Vergleich zu 2020 in allen Studierendenwerken erhöht, zum Teil deutlich und trotz des Rückgangs der Zahl der Studierenden. Dabei sagen die Zahlen insgesamt eher etwas über die Kapazitätsgrenzen der Beratungsstellen aus als über den tatsächlichen Beratungsbedarf. In einigen Beratungsstellen wurden die Wartelisten vorübergehend "gesperrt" und Studierende abgewiesen, in anderen haben sich die Wartelisten trotz Kapazitätsaufstockungen verlängert.

Beispielhaft seien hier die Zahlen für das Studierendenwerk OstNiedersachsen (Braunschweig, Buxtehude, Clausthal-Zellerfeld, Hildesheim, Holzminden, Lüneburg, Salzgitter, Suderburg, Wolfenbüttel und Wolfsburg) genannt: Im Vergleich von 2024 zu 2020 hat sich die Nachfrage trotz des deutlichen Rückgangs der Studierendenzahl signifikant erhöht. Die Zahl der Ratsuchenden pro Jahr ist von 1.775 auf 2.184 angestiegen (+23%), die Zahl der Beratungskontakte über 45 Minuten von 5.419 auf 6.109 (+12,7%) und die Zahl der Beratungen unter 45 Minuten von 594 auf 1.877 (+216%). Trotz einer Erhöhung der Stellen, hat sich hier die Warteliste zum Jahresende erhöht, von 111 Wartende auf 173 (+55,9%). Die durchschnittliche Wartezeit auf einen Termin hat sich von 4 auf 8 Wochen verdoppelt[4].

Eine Weitervermittlung in Psychotherapie ist an allen Standorten schwierig. Gerade für die Zielgruppe der 19-23-jährigen besteht hier eine sehr schlechte Versorgung. Für internationale Studierende ist eine Weitervermittlung in eine psychiatrische Praxis noch schwieriger.

Diese Zahlen zeigen: der Bedarf an Beratungsstellen ist enorm hoch und nicht erst seit der Pandemie sind die vorhandenen Beratungsstellen derart überlaufen, dass viele Studierende nicht mal mehr auf die Warteliste aufgenommen werden können. Es braucht niedrigschwellige Beratung, an die sich Studierende einfach wenden können - dringender denn je. Hier kann erste Orientierung und Unterstützung angeboten werden und bei komplexeren Sachverhalten auch weiter vermittelt werden. Diese Beratungsstellen brauchen jedoch ausreichende Kapazitäten und müssen entsprechend finanziert werden.

Auch die Landesstudierendenvertretung, die LAK, macht immer wieder auf den Missstand aufmerksam und fordert zum Beispiel in ihrer landesweiten Petition[5] einen Ausbau der psychosozialen Beratungskapazitäten.

Das Thema mentale Gesundheit betrifft im Übrigen nicht nur Studierende, sondern auch bei Mitarbeitenden an den Hochschulen sind psychische Belastungen oft hoch.

Im Haushaltsjahr 2022/23 ist es mit dem Nachtragshaushalt der Rot-Grünen Landesregierung gelungen, ein Sonderposten aus dem Härtefallfond in Höhe von 30 Millionen Euro an die Studierendenwerke zu zahlen und damit wichtige Themen anzugehen. Trotz Energiekrise konnten die Mieten in den Wohnheimen in diesem Jahr stabil gehalten werden, die Öffnungszeiten der Mensen erhalten werden und auch die psychosozialen Beratungsstellen wurden mit einem finanziellen Aufwuchs unterstützt, sodass an vielen Stellen mehr Personal eingestellt werden konnte, um mehr Beratungsleistungen anbieten zu können. Diese zusätzlichen einmaligen Mittel sind inzwischen aber aufgebraucht und die Bedarfe weiterhin vorhanden.

Um diese Bedarfe anzugehen und auch um an den Hochschulen generell ein Umfeld zu schaffen, dass Studierende resilient macht und präventiv mentale Gesundheit unterstützt, braucht es Nachbesserungen an einigen Stellen. Der Landesverband von Bündnis 90/Die Grünen Niedersachsen setzt sich daher für folgende Forderungen ein:

- Eine stärkere Sichtbarkeit für das Thema psychische Gesundheit an Hochschulen und auch der Beratungsstellen, die Unterstützung leisten

- Einen deutlichen Ausbau der finanziellen Unterstützung von niedrigschwelligen Beratungsstellen der Studierendenwerke beziehungsweise der Hochschulen

- Die Einrichtung von Mental Aid Ersthelfer*innen an den Hochschulen, ähnlich wie diese bereits an den niedersächsischen Schulen eingeführt wurden. Diese Ersthelfer*innen sollen Warnzeichen und Symptome frühzeitig erkennen können, im Notfall Akuthilfe leisten und Betroffene unterstützen sich an Beratungsstellen zu wenden und professioneller Hilfe zu bekommen. Außerdem kann dadurch die Sichtbarkeit für das Thema mentale Gesundheit

ausgebaut und die Stigmatisierung und Vorurteile gegenüber psychischen Erkrankungen abgebaut werden.

- Die Aufnahme von psychischer Gesundheit in die Konzepte zum Gesundheitsmanagement an den Hochschulen
- Eine Zusammenstellung von Tipps und Handlungsempfehlungen, sowie Anlaufstellen zum Thema mentale Gesundheit an den Hochschulen
- Einen besseren Austausch von Hochschulleitungen und Landespolitik zum Thema mentale Gesundheit und insbesondere zur Stärkung der psychischen Resilienz von Studierenden. Gerade hier sind präventive Ansätze sinnvoll und stärker zu verfolgen. Dies kann unter anderem die Themen Prüfungsbedingungen (z.B. Freiversuche), generell Leistungsdruck und den Umgang damit, sowie die finanzielle Belastung von Studierenden beinhalten.
- Die Einrichtung und den Erhalt von Aufenthalts- und Austauschräumen an Hochschulen, gegen Einsamkeit und als Möglichkeit zur sozialen Vernetzung
- Die Einführung eines Mediatorenprogramms in Studierendenwohnheimen, um dort entstehende Konflikte besser miteinander lösen zu können

Quellen

[1] https://www.noz.de/deutschland-welt/niedersachsen/artikel/darum-sind-so-viele-studenten-in-niedersachsen-einsam-51586313

[2] https://www.studierendenwerke.de/beitrag/viel-mehr-studierende-mit-psychischen-erkrankungen#:~:text=Besonders%20deutlich%20ist%20der%20Anstieg,%E2%80%9C

[3] https://www.dzpg.org/aktuelles/pressemitteilungen/beitrag/psychische-gesundheit-von-studierenden-in-deutschland-neuer-forschungsverbund-untersucht-risiken-und-staerkt-resilienz-1

[4] Daten laut Angabe des Ministeriums für Wissenschaft und Kultur

[5] https://www.lak-niedersachsen.de/2024/11/demonstration-fuer-faire-hochschulfinanzierung-und-bezahlbares-studium/

Unterstützer*innen

Stephan Ferenz (KV Hannover); Kerstin Sennekamp (KV Göttingen); Sascha Völkening (KV Göttingen); Jannik Scherer (KV Göttingen); Manuela Selle (KV Göttingen); Tamina Jacqueline Reinecke (KV Helmstedt); Christel Winkelbach (KV Göttingen); Ruben Dunkel (KV Braunschweig); Tanja Meyer (KV Vechta); Volker Bajus (KV Osnabrück-Stadt); Eva Viehoff (KV Cuxhaven); Susanne Stobbe (KV Göttingen); Lino Klevesath (KV Göttingen); Anton Hensky (KV Braunschweig); Daniel Isberner (KV Göttingen); Elisabeth Klemens (KV Göttingen); Hans Peter Vögele (KV Göttingen); Corinna Maria Dartenne (KV Lüneburg); Julian Klinner (KV Braunschweig); Karsten Beinhorn (KV Göttingen); Heiko Garrelts (KV Göttingen); Justin-Noel Stöhr (KV Göttingen); Lucas Millbrodt (KV Hannover); Janna Voigt (KV Emden)