

Von: [HEalthy Hochschule](#)  
An: [sp-allestud@hs-esslingen.de](mailto:sp-allestud@hs-esslingen.de)  
Betreff: HEalthy Hochschule Newsletter Ausgabe 24  
Datum: Donnerstag, 26. November 2020 11:38:00  
Anlagen: [image001.png](#)

Ausgabe: 24 | 2020



## #nofiltered – Part 2

Es ist soweit! Wir haben die #nofiltered-Umfrage vom Oktober ausgewertet und uns mit den wichtigsten Erkenntnissen und euren Anliegen an Frau Prof. Dr. Bettina Müller, Pro-Dekanin für Lehre an der SAGP gewandt. An dieser Stelle ein großes Dankeschön für die umfassende Beantwortung unserer Fragen. Im Folgenden haben wir ihre Infos und Tipps rund um das Online-Studiums für euch zusammengestellt. Ihr seid neugierig auf das Interview von A-Z? Dann schaut auf unserer [HealthyHochschulseite](#) im Studi-Blog vorbei. Dort findet ihr den ausführlichen Text. Viel Spaß beim Lesen!

Photo by [DESIGNECOLOGIST](#) on [Unsplash](#)

## Ask a Prodekanin

Viele Studierende meldeten in der Umfrage zurück, dass die aktuelle Situation psychosoziale Auswirkungen auf sie hat. Frau Müller legt dabei viel Wert auf kreative Lösungen, um psychisch und körperlich gesund zu bleiben. Bewegungspausen zwischen den Online-Veranstaltungen und Lernphasen sollten sowohl drinnen als auch draußen ritualisiert werden. Besuche dazu doch einfach unseren Newsletter „Pausenfüller“ im [Studi-Blog](#). Weiterhin macht Frau Müller auf aktuelle Angebote des [Hochschulsports](#) aufmerksam. Das reicht dir nicht? Dann schau doch bei [#stayfitathome](#) des Allgemeinen Deutschen Hochschulsportverbands vorbei <https://www.adh.de/service/hsp-onlinekurse/>. Außerdem rät Frau Müller dazu, Online-Formate für den sozialen Austausch zu nutzen bspw. in Form von Gesprächsrunden, gemeinsamen Spieleabenden, Kochevents etc. Solltest du den Eindruck haben, dass die zeitlichen Anforderungen durch die Online-Situation erheblich überschritten werden, wende dich direkt an die Lehrenden oder Modulverantwortlichen. Für weitere Anliegen kannst du dich jederzeit an die [Zentrale Studienberatung](#) (ZSB) wenden!

Laut der Umfrage gab es auch Schwierigkeiten bezüglich der Selbstorganisation sowie der Vereinbarkeit von Studium und Familie. Hier verweist Frau Müller ebenfalls auf die [vielfältigen Angebote und Hilfestellungen](#) der Zentralen Studienberatung (ZSB) zum Thema Arbeitsorganisation und den Umgang mit Texten hin. Auch für individuelle Beratungstermine bei akuten Problemen bezüglich Finanzierung oder persönlicher Krisen ist die ZSB eine sehr gute Ansprechmöglichkeit. Bei sehr substantiellen Themen, etwa, wenn aufgrund verschiedener Belastungen ein Studienabbruch droht, solltest du dich dringend und rechtzeitig an deine Studiengangleitung wenden. Aber auch "Open-Ear" Veranstaltungen sowie einen Blick in die [FAQ](#) sind gute Möglichkeiten, Antworten bei den passenden Ansprechpartner\*innen zu finden. Viele Studierende



Du hast weitere Fragen? Die TK verweist auf die ["MyHealth"](#)-Seite des Karlsruher Instituts für Technologie. Hier findest du umfassende Infos rund um das Thema Gesundheit. Ein Klick lohnt sich.

## Hochschulalltag in Corona...

Und wie sieht es mit dem Thema Bibliothek aus? Sowohl die Studierenden als auch das Bibliotheksteam nahmen die Ausleihe aufgrund der Gebäudeschließung als zeitaufwändig und mühsam wahr. Jedoch wird alles Mögliche getan, um den Studierenden weiterhin Literatur anbieten zu können. Über ein Buchungssystem kann man die Ausleihe zumindest eingeschränkt nutzen. Alternativen sind eine riesige Auswahl an Onlinere Ressourcen sowie gedruckte Medien in Verbindung mit dem Postversand. Schrittweise wird die Bibliothek weiter geöffnet werden, sofern das im Rahmen des Möglichen ist. Hast du noch Fragen? Das Bibliotheksteam freut sich jederzeit über Rückmeldungen an [bibliothek@hs-esslingen.de](mailto:bibliothek@hs-esslingen.de), um den Service für dich weiter zu verbessern.

Ein weiterer Punkt lag in der erschwerten Erreichbarkeit und Kommunikation zwischen den Studierenden und den Dozierenden. Ihr seid nicht allein damit, denn auch den Dozierenden ergeht es momentan nicht anders. Aufgrund der fehlenden, spontanen Face-to-Face-Absprachen ist auf beiden Seiten eine Flut an E-Mails vorhanden, von denen einzelne manchmal auch nicht sofort beantwortet werden können. Für eine bessere Erreichbarkeit rät Frau Müller, die Sprechstunden der Dozierenden zu nutzen. Manche der Lehrenden bieten auch regelmäßige Coachingtermine für Kleingruppen an. Wenn du aber doch auf eine E-Mail zurückgreifen möchtest, ist es hilfreich bereits im Betreff deutlich zu machen worum es geht. Handelt es sich um Unklarheiten bezüglich der Prüfungsleistungen, sprichst du am besten direkt mit den jeweiligen Lehrenden und/oder Modulverantwortlichen, so Frau Müller.

Die Vielfalt der Prüfungsformen ist momentan eingeschränkt, was die Hochschule sehr bedauert. Der Grund dafür ist jedoch die Verringerung des Infektionsrisikos und trägt somit zur Sicherheit unser aller bei. Im

wünschen sich eine Wiedereinführung von Präsenzvorlesungen. Frau Müller kann diesen Wunsch absolut nachvollziehen. Nichts desto trotz muss die Hochschule für deinen und den Gesundheitsschutz aller Studierenden, Mitarbeitenden und Lehrenden sorgen. Gleichzeitig soll die Studierfähigkeit und der Wissenserwerb für dich und alle anderen erhalten bleiben. Credits sollen weiterhin in vollem Umfang erworben werden können und Ausfälle von Lehrbeauftragten werden durch hauptamtlich Lehrende kompensiert. Abschlussarbeiten können derzeit mit einer ersten und zweiten Anmeldefrist flexibler angemeldet werden. Darüber hinaus gibt es eine einmonatige Abgabefristverlängerung. Sehr wichtig ist, dass alle Dozierenden, Studierenden und die Verwaltung miteinander kommunizieren und Probleme rechtzeitig benannt werden, um Lösungen dafür erarbeiten zu können. Eine weitere Erkenntnis aus der Umfrage waren die unterschiedlichen Informationskanäle, laut einigen Studierenden zu viele auf einmal. Wir haben Frau Müller gefragt, wie eine einheitlichere Informationsstruktur aussehen kann. Als besondere Informationsmöglichkeit wurde hier auf die [FAQs der Hochschule](#) siehe als auch auf die Informationsveranstaltungen und „Open-Ears“ der einzelnen Studiengänge verwiesen. Zudem ist die gegenseitige Information unter den Studierenden sehr hilfreich. Die Fachschaft ist durch die Einbindung in die Gremien und durch ihre eigenen Studiererfahrungen ebenso ein guter Ansprechpartner.

vergangenen Semester standen schriftliche Prüfungen im Vordergrund. Im jetzigen Semester werden diese besonders innerhalb der Prüfungsform "Besonderes Verfahren" in Form von mündlichen Leistungen, Präsentationen während der Vorlesungszeit aber auch durch mündliche E-Prüfungen erweitert.



Photo by Sharon McCutcheon on Unsplash

## Nice to Know

Frau Müller bedauert es sehr, dass die Corona-Einschränkungen dich in einer Lebensphase treffen, die normalerweise mit einer starken Erweiterung deiner Freiheits-Spielräume einhergeht, in der du neue soziale Kontakte knüpfst und auch (z. B. in Exkursionen) neue Dinge kennenlernenst. Trotz allem möchte sie dir mit auf den Weg geben, dass du gut auf dich aufpasst! Halte dich an die Regeln des Infektionsschutzes und nimm dir während der Arbeit ausreichend Zeit für körperliche Bewegung. Versuche so gut es geht, soziale Kontakte auch im Online-Format herzustellen und aufrechtzuerhalten. Sie wünscht dir alles Gute und trotz allem ein interessantes und vor allem gesundes Semester.

Auch wir möchten uns den Worten von Frau Müller anschließen. Manchmal kann es helfen, die Dinge aus mehreren Perspektiven zu betrachten und miteinander in Kontakt zu bleiben und sich gegenseitig auszutauschen und zu unterstützen. Nutze deine Ressourcen und versuche, das Beste daraus zu machen. Niemand erwartet von dir, dein Studium von heute auf morgen zu meistern. Aber es kann hilfreich sein, das jeden Tag in kleinen Schritten zu machen, immer wieder.

Alles Gute wünscht dir weiterhin,  
dein HealthyHochschule-Team

Absender:  
Team Healthy Hochschule, Studentisches Gesundheitsmanagement der Fakultät SAGP

Julia Filippis M.A.  
Assistenz Dekanat SAGP

Hochschule Esslingen  
Fakultät Soziale Arbeit, Gesundheit und Pflege

Flandernstraße 101  
73732 Esslingen a. Neckar

Mobil Dienstlich: 0162-203 8115

[julia.filippis@hs-esslingen.de](mailto:julia.filippis@hs-esslingen.de)

[www.hs-esslingen.de](http://www.hs-esslingen.de)

Sie erreichen mich derzeit Montag, Mittwoch – Freitag