



PLUSTRACK – **das Community-Programm mit** **dem PLUS für Studierende**

Stefan Reiß & Anna Moser

FB Psychologie, Paris Lodron Universität Salzburg



COMMUNITY PROGRAMM
— CONNECTING YOU —

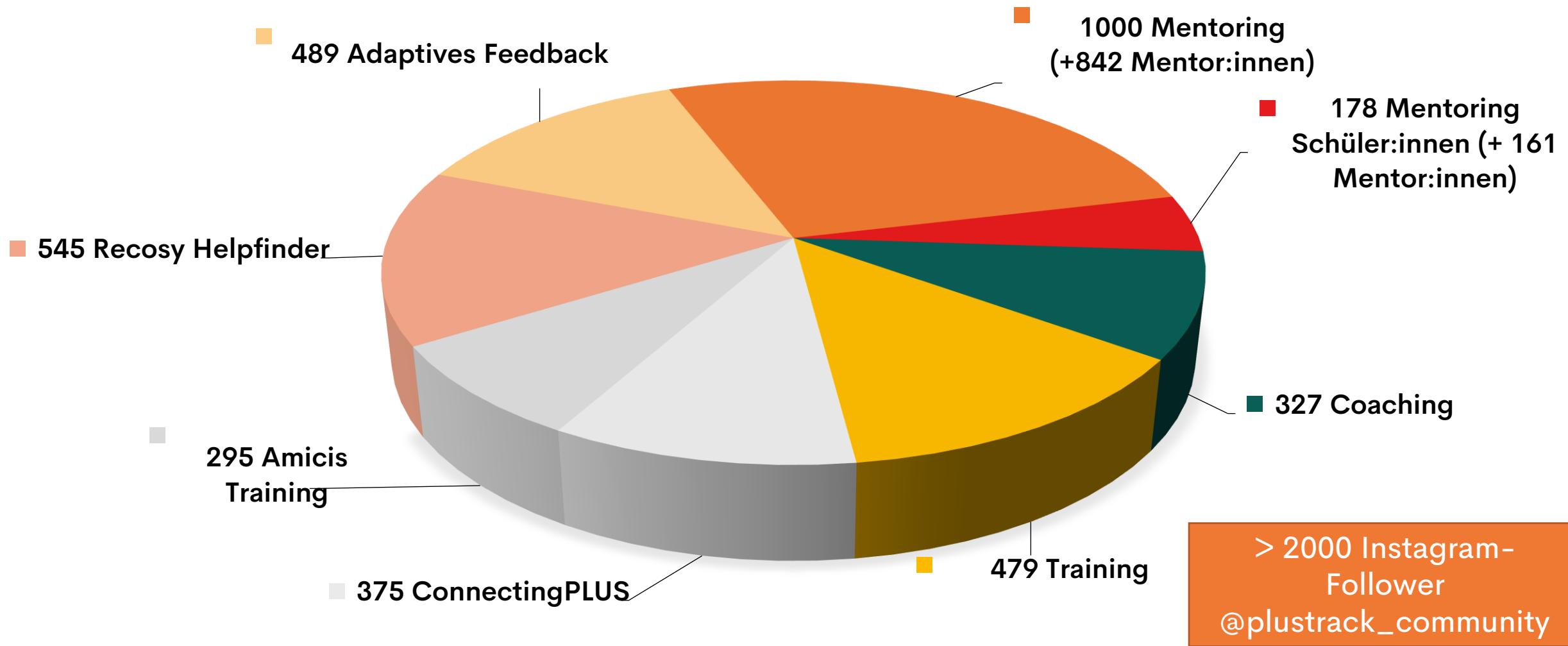


PLUSTRACK – Aktiv Studieren durch die Verknüpfung Sozialer und Digitaler Welten

- Ziele: Fördern von Studienaktivität durch **Soziale Dimension:**
 - Entwicklung eines Community-Programms...
 - fördert Identifikation als Studierende:r und mit der Universität
 - schafft Resilienzressourcen
 - reduziert wahrgenommene Schwellen und Stolpersteine im Studium
 - Bildungsgerechtigkeit entlang des **Student Life Cycle**



4691 Studierende sind bereits dabei!



Student Life Cycle

**Vor dem
Studium**

**Attracting &
Outreach**

Für das Studium
interessieren,
Bildungsgerechtigkeit
fördern

**Studien-
Beginn**

Onboarding

Orientierung schaffen,
Anschluss
ermöglichen,
untereinander
vernetzen

**Im
Studium**

**Connecting
Empowering
Transforming**

In schwierigen Phasen unterstützen,
Selbstmanagement fördern,
Gemeinschaft bilden und stärken

**Rund ums
Studium**

**Zum
Studien-
abschluss**

**Advancing &
Committing**

Die letzten Hürden
meistern,
Ausblick über die Uni
hinaus verschaffen

Student Life Cycle



**Studien-
Beginn**

Erstsemestrigen- Peer-Mentoring

Die Uni als meine Community:

**Wie Peer-Mentoring Erstsemestrige autonom und gleichzeitig
verbunden macht**

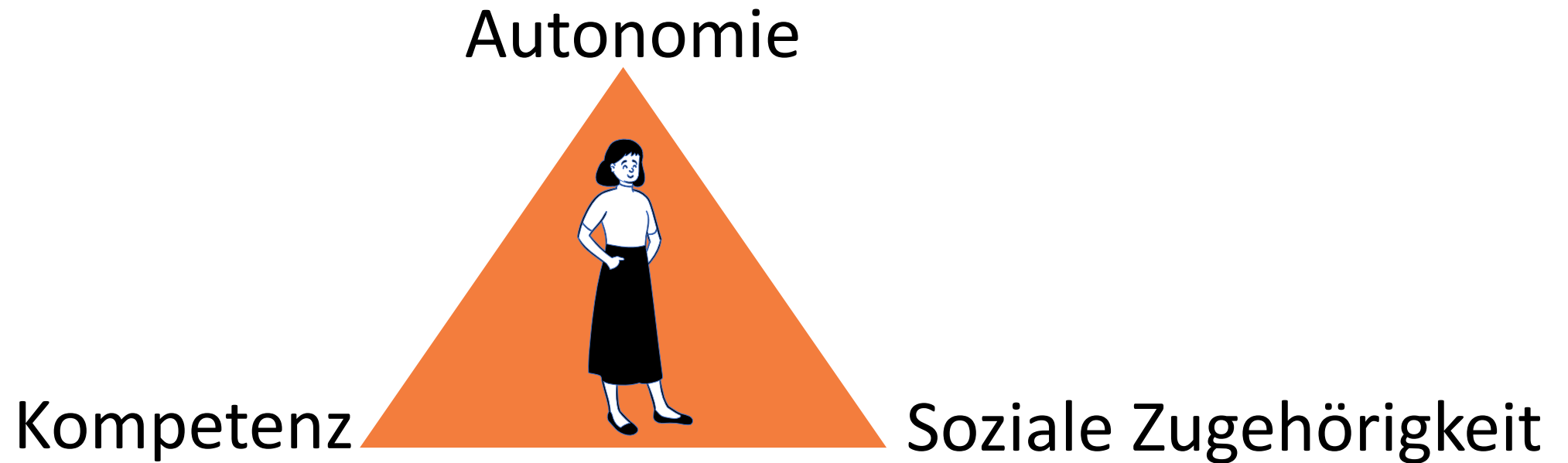
Kritische Übergänge als Herausforderung für die Identität



Personal

& Sozial

Psychologische Grundbedürfnisse



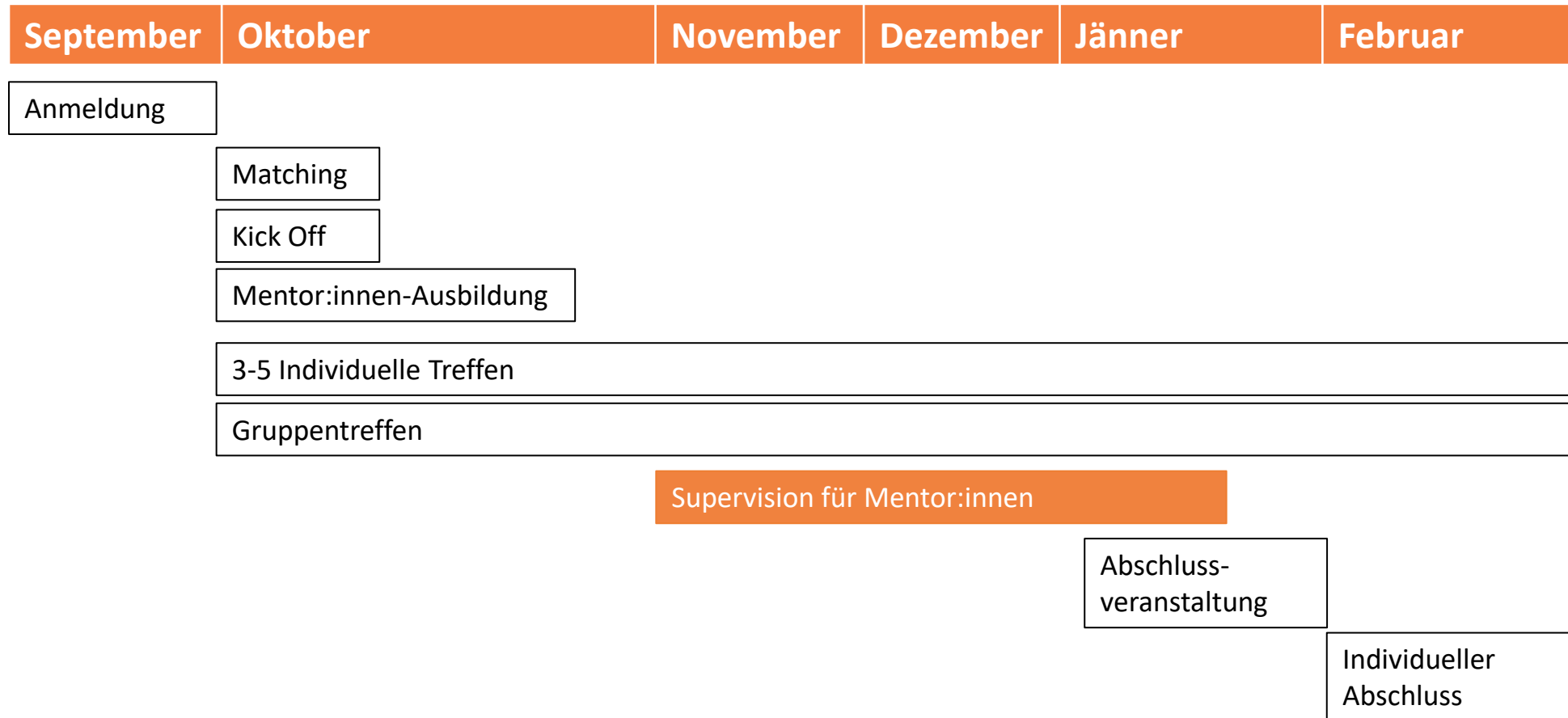


Formelles Peer-Mentoring von Höhersemestrigen für Erstsemestrige

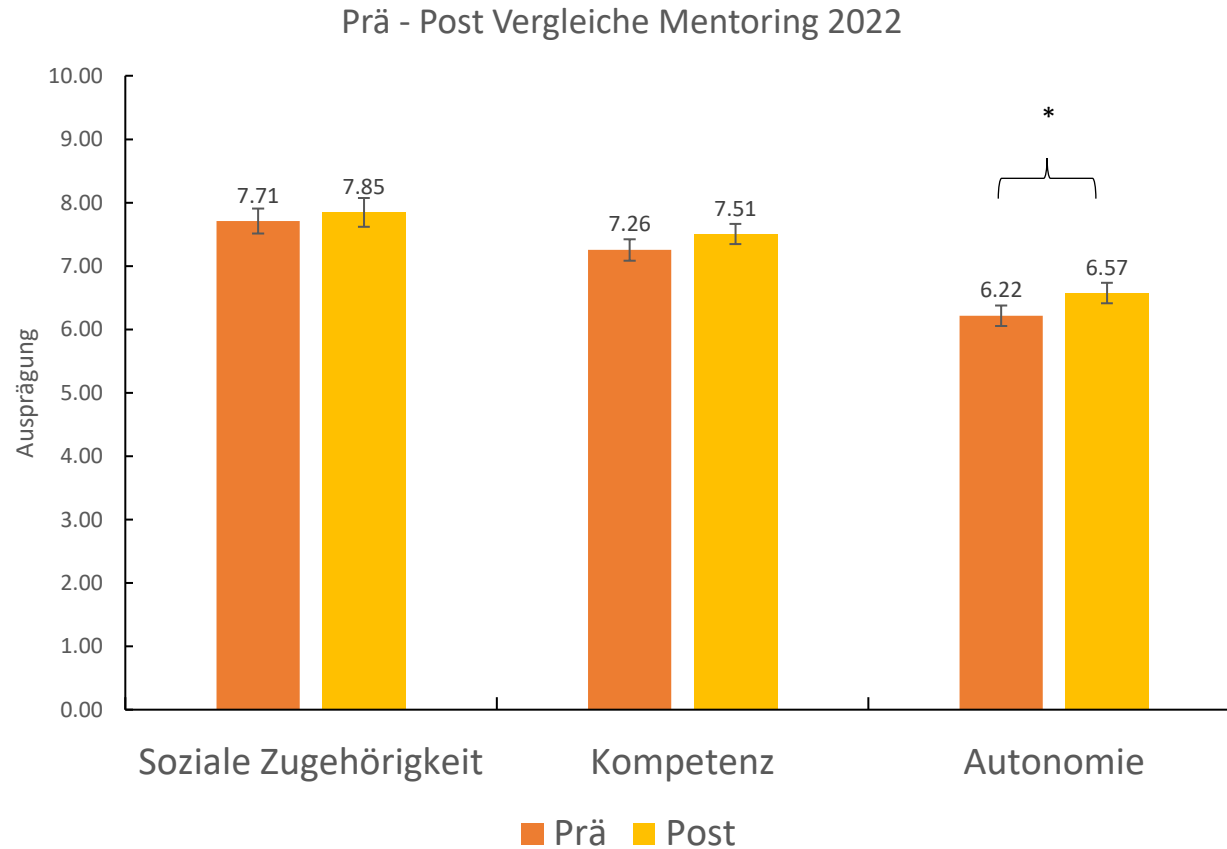
*hol dir
orange
ins studium*

Impressionen aus dem Mentoring

Ablauf des Peer-Mentorings



Prä-Post Vergleiche: Autonomiebedürfnis post signifikant mehr befriedigt



$N = 89$

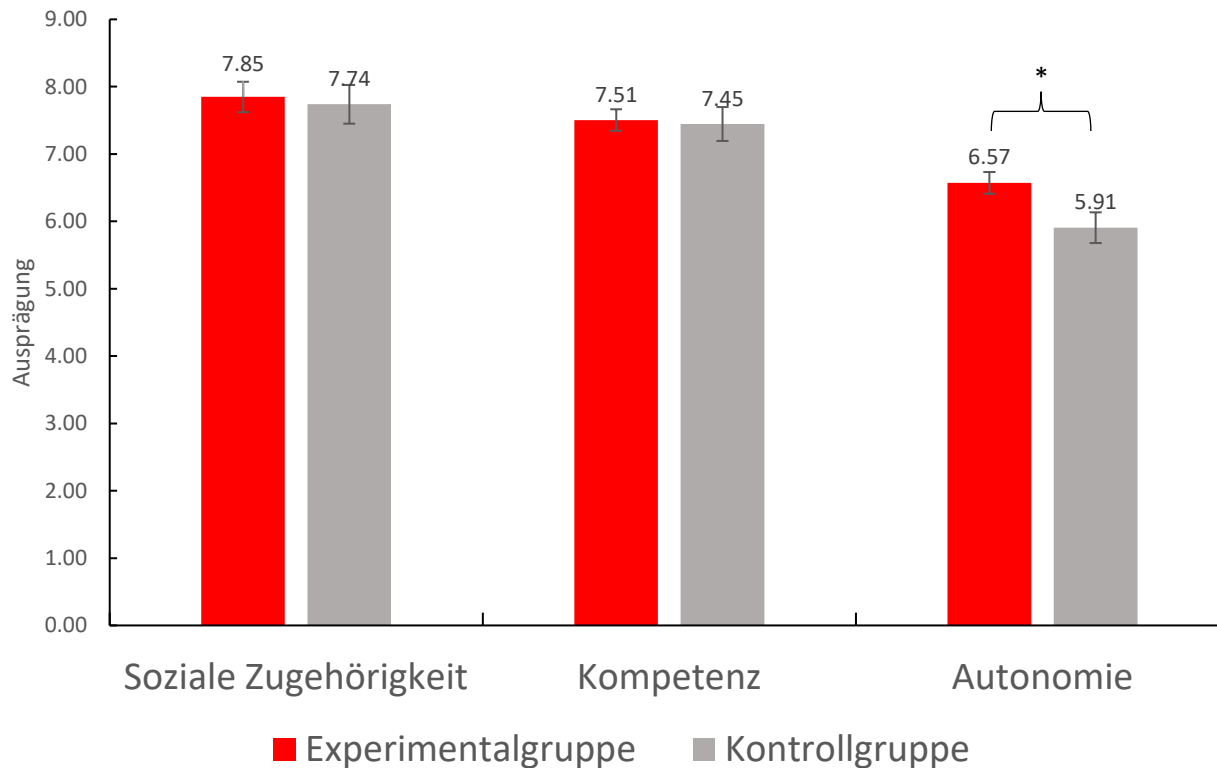
Soziale Zugehörigkeit: $t(88) = 0.73, p = .235$

Kompetenz: $t(88) = 1.61, p = .055$

Autonomie: $t(88) = 2.15, p = .017$

Kontrollgruppenvergleich: Autonomiebedürfnis post in Mentoringgruppe (EG) signifikant mehr befriedigt

Gruppenvergleiche - Post Erhebung 2022



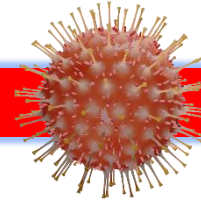
N (Mentoring) = 89
 N (Kontrollgruppe) = 51

Soziale Zugehörigkeit: $U = 2183.5$, $Z = 0.37$,
 $p_{(zweiseitig)} = .709$

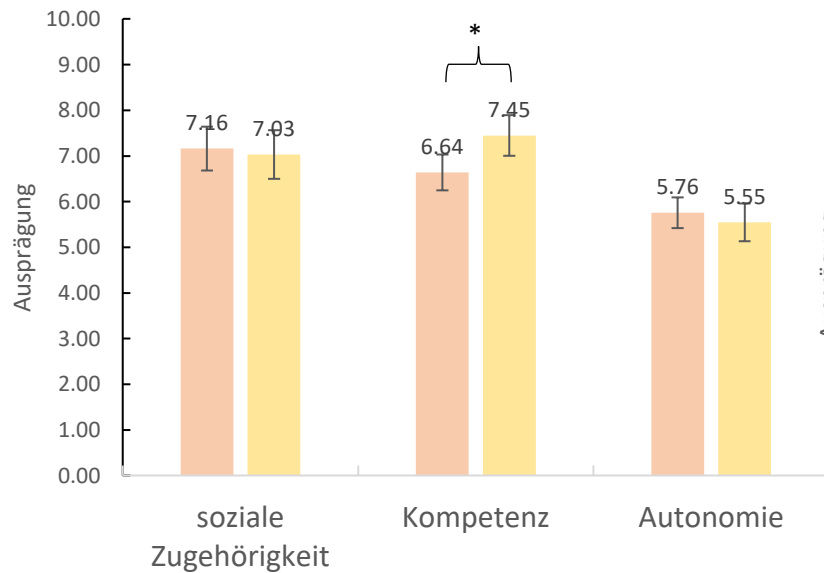
Kompetenz: $U = 2184$, $Z = -0.37$, $p_{(zweiseitig)} = .711$

Autonomie: $t(138) = 2.43$, $p = .008$

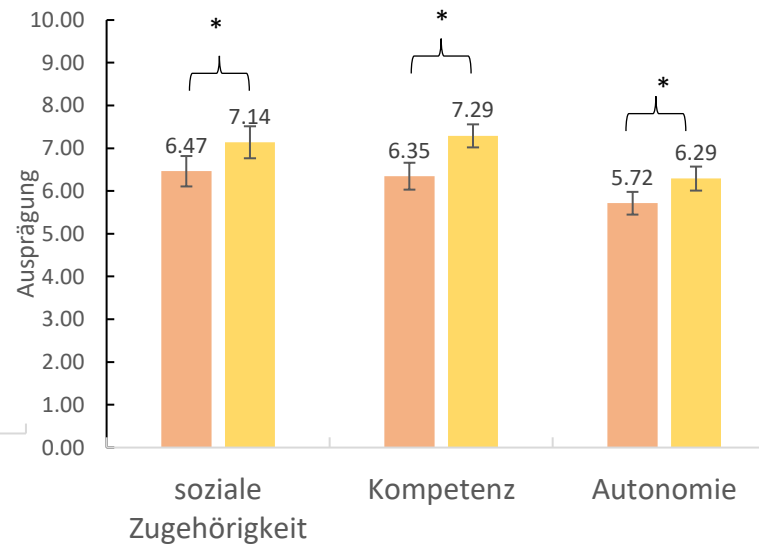
Mentoring Prä-Post Erhebungen im Jahresvergleich: Stärkere Anstiege in Bedürfnisbefriedigung während Corona



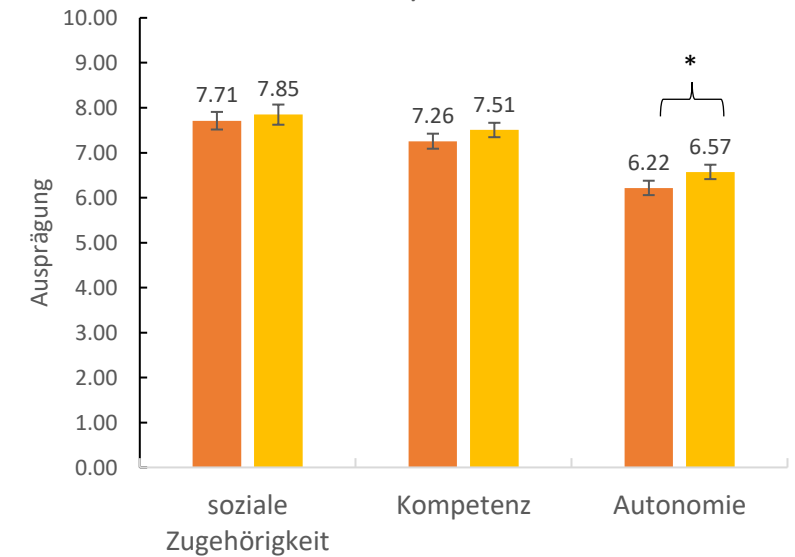
Prae - Post
20/21



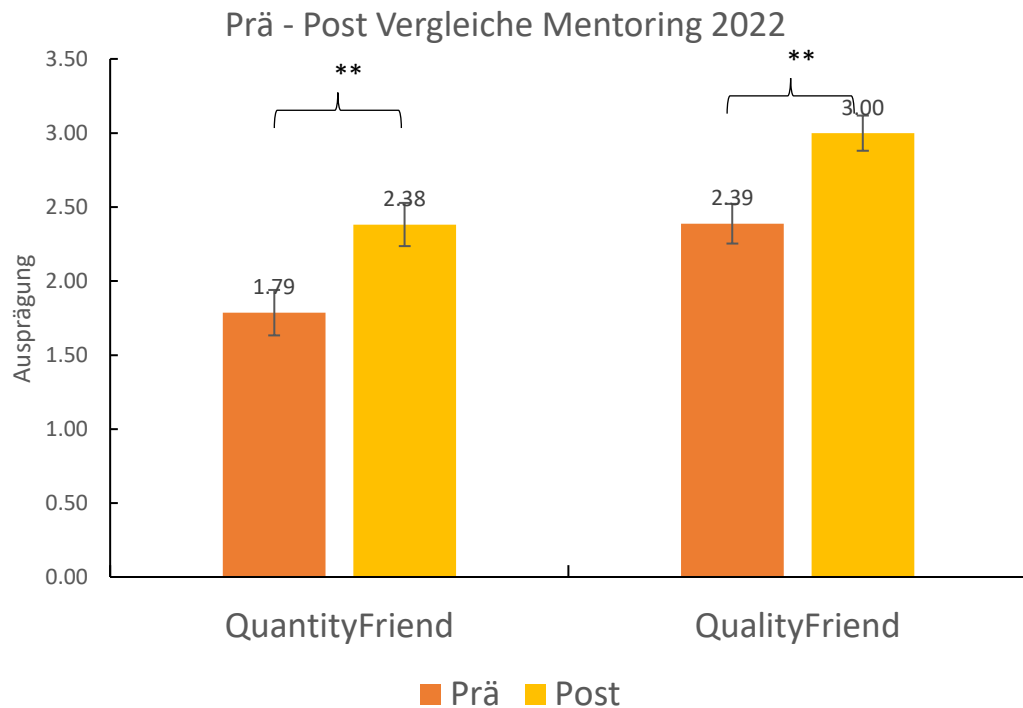
Prae - Post
21/22



Prae - Post
22/23



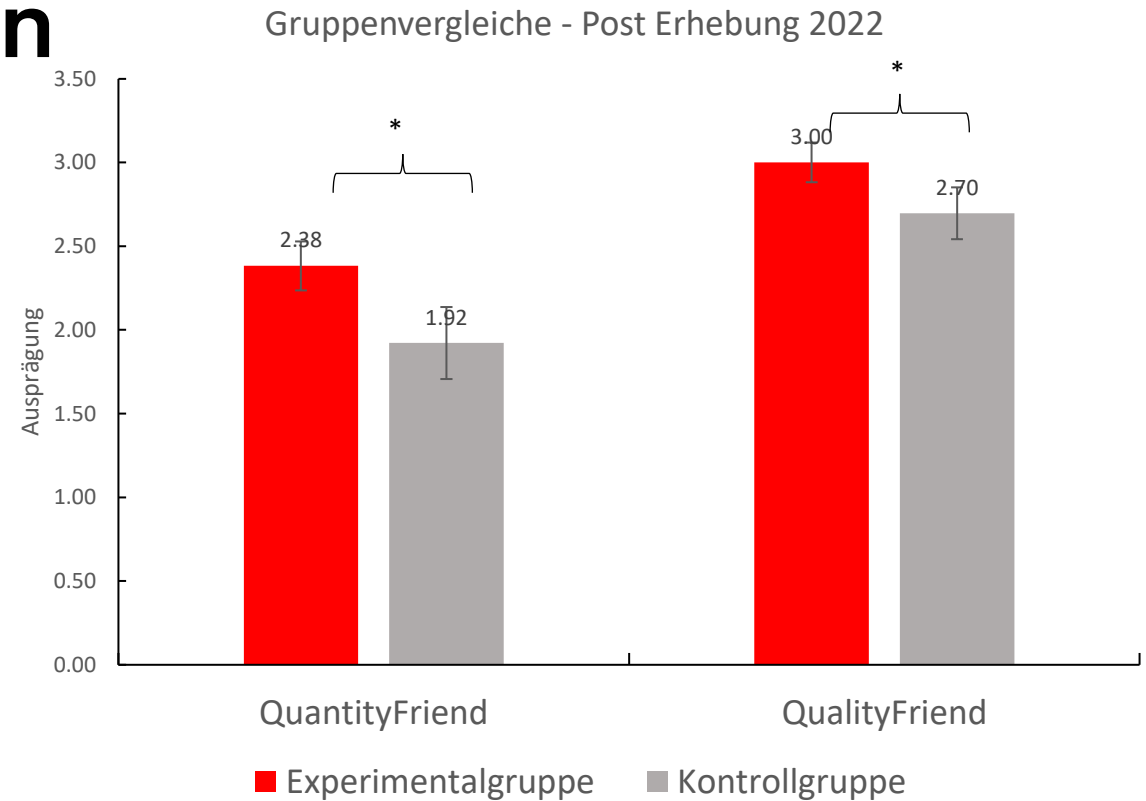
Mentoring steigert Quanti- und Qualität im Bereich Freundschaften



$N = 89$

Anzahl: $Z = 3.79$, $p_{\text{zweiseitig}} < .001$, $r = .40$

Qualität: $Z = 4.43$, $p_{\text{zweiseitig}} < .001$, $r = .47$



N (Mentoring) = 89, N (KG) = 51

Anzahl: $U = 1854$, $Z = -1.84$, $p_{\text{zweiseitig}} = .066$, $r = .16$

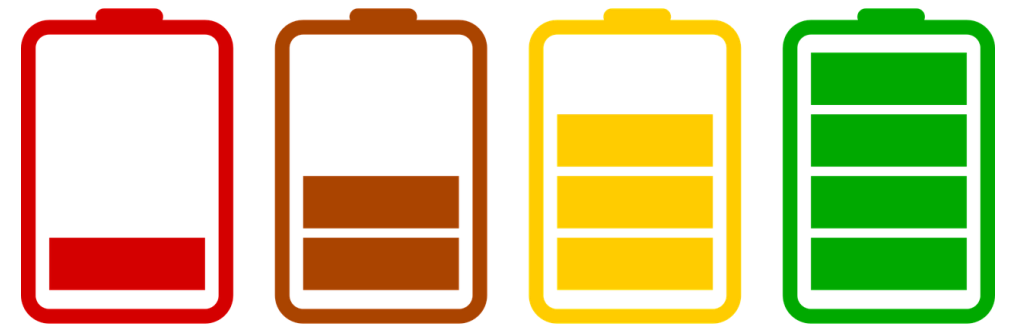
Qualität: $U = 1860$, $Z = -1.79$, $p_{\text{zweiseitig}} = .073$, $r = .19$

*Mein Freundeskreis ist 0-klein ... 5-groß; Meine Freundschaften sind 0-oberflächlich...5-eng

Autonom und gleichzeitig verbunden

- V.a. wenn Bedarf da ist, ist Mentoring sehr sinnvoll: Steigerung der Bedürfnisse nach Autonomie, Kompetenz und Zugehörigkeit
- Im Vgl. zu Nicht-Teilnahme:
 - Studierende fühlen sich in ihrem Studium selbstbestimmter
 - Studierende haben mehr und engere Freundschaften
- Allerdings:
 - Deckeneffekte
 - Post-Corona Effekte?
 - Erhebung extrem aufwendig

Idee der Bedürfnisbatterie



Studentisches Feedback

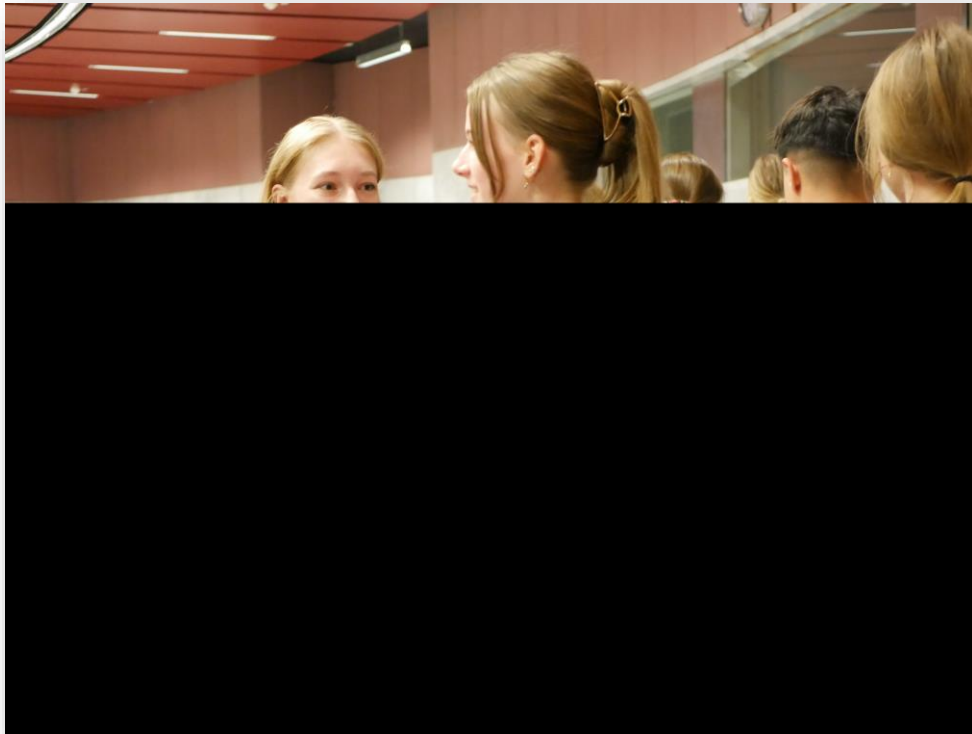
- Zufriedenheit mit dem Mentoring: >75%
- Weiterempfehlungsrate: >80%

„Das Mentoring hat mir geholfen sofort Anschluss in Salzburg zu finden, besonders nach dem Umzug in eine neue Stadt war das sehr hilfreich. Die Tipps meiner Mentorin haben mir den Studienalltag vereinfacht und wir hatten tolle Freizeitaktivitäten. Ich kann jedem Ersti das Mentoring nur wärmsten empfehlen und ans Herz legen diese Möglichkeit zu nutzen. Vielen Dank.“

„Mir hat das Mentoring sehr gut gefallen und ich habe dadurch nicht nur eine neue Freundschaft mit meiner Mentorin geknüpft, sondern es sind auch neue Freundschaften mit anderen Studierenden aus meinem Studienfach entstanden.“

„Ich persönlich finde das Mentoring war eine tolle Idee und auch meine Mentorin hat perfekt zu mir gepasst. Sie hat mir unheimlich viel geholfen und mich auch dann unterstützt, als ich ihr erklärt habe, dass ich mit meiner Studienwahl nicht zufrieden bin und ich deshalb nach dem ersten Semester aufgehört habe. Mit ihrer Unterstützung habe ich dann aber das erste Semester trotzdem durchgezogen und konnte viele Erfahrungen sammeln.“

Mentor:in sein – Was gehört dazu?



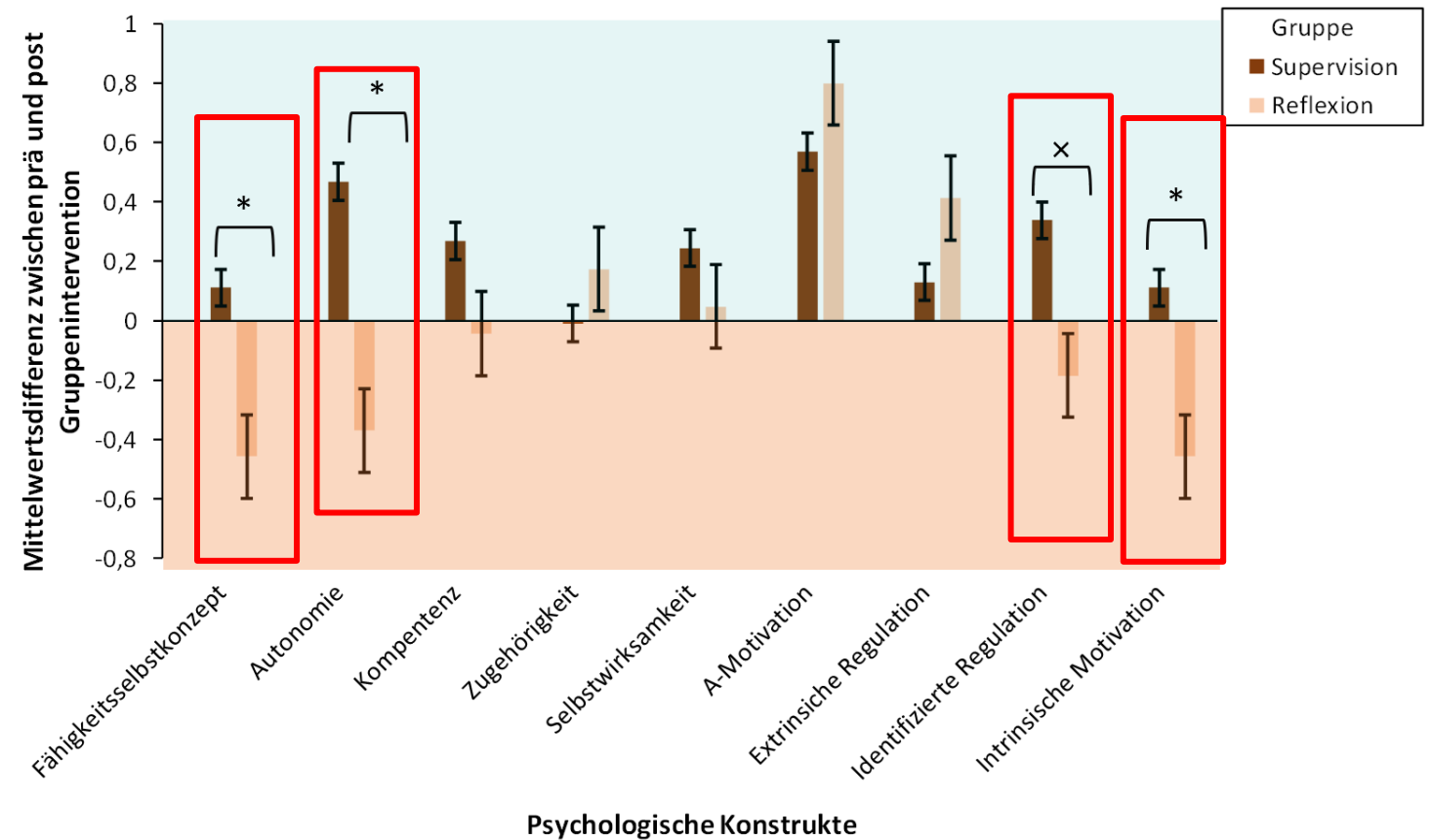
- Ausführliche Ausbildung interaktiv asynchron
- Individuelle Betreuung eines/r Mentee:s
- Großgruppentreffen
- **Reflexion in Supervisions- oder Reflexionsgruppen**

Studie II WS 22/23

In Supervisionsgruppe (N=76):

- Signifikant höheres FSK
- höhere Autonomieerfüllung
- Höhere Intrinsische & Identifizierte Motivation als in Reflexionsgruppe (N=58)

Abbildung 3. Überblick über die verschiedenen Ergebnisse eines Gruppenvergleichs zwischen Supervision und Reflexion.



Anmerkung . * Differenz ist signifikant mit $p < .05$. x Differenz zeigt einen Trend an. Fehlerbalken kennzeichnen ein 95% Konfidenzintervall.

Diskussion

- Studierende vertrauen ihren eigenen Fähigkeiten eher
- Studierende fühlen sich autonomer und selbstbestimmter
- Studierende sind von innen heraus motiviert und von ihrer Kompetenz überzeugt
- Das Selbst wird in der Supervision ganz anders angesprochen als in der Reflexion: Studierende lernen sich selbst in Interaktionen mit Mitmenschen besser kennen; Starke Förderung wichtiger Soft-Skills in der Supervision



Gesamtfazit

- Mentoring bringt Benefits für Mentees und Mentor:innen
- Bedürfnis nach Autonomie durch Mentoring bei Mentees und durch Supervision bei Mentor:innen signifikant mehr befriedigt
- Sehr hohe Zufriedenheitsrate in Mentoring und Supervision, tatsächlich stabiles und studienübergreifendes Netzwerk
- Teilnehmende engagieren sich auffällig viel später an der Uni, Mentees werden Mentor:innen, sind in STVen/ÖH, melden sich aktiv bei uns und bringen sich an der Uni ein
- Erste Ergebnisse zeigen bereits Korrelationen mit den ECTS der Teilnehmenden




Top-Down- & Bottom-Up-Prozesse

- Community muss auch „von innen“ wachsen
- Studierende sind riesige Ressource für die Universität
- Studierendenprojekte werden gemeinsam verfolgt und realisiert





Community Building



Connecting PLUS
Soziale Vernetzung unter
Studienanfänger:innen





27



**Student
Helpfinder
Recosy**





34



**„Reales“
Community-Building**

14.11.2023

41



Connecting PLUS

Soziale Vernetzung unter
Studienanfänger:innen

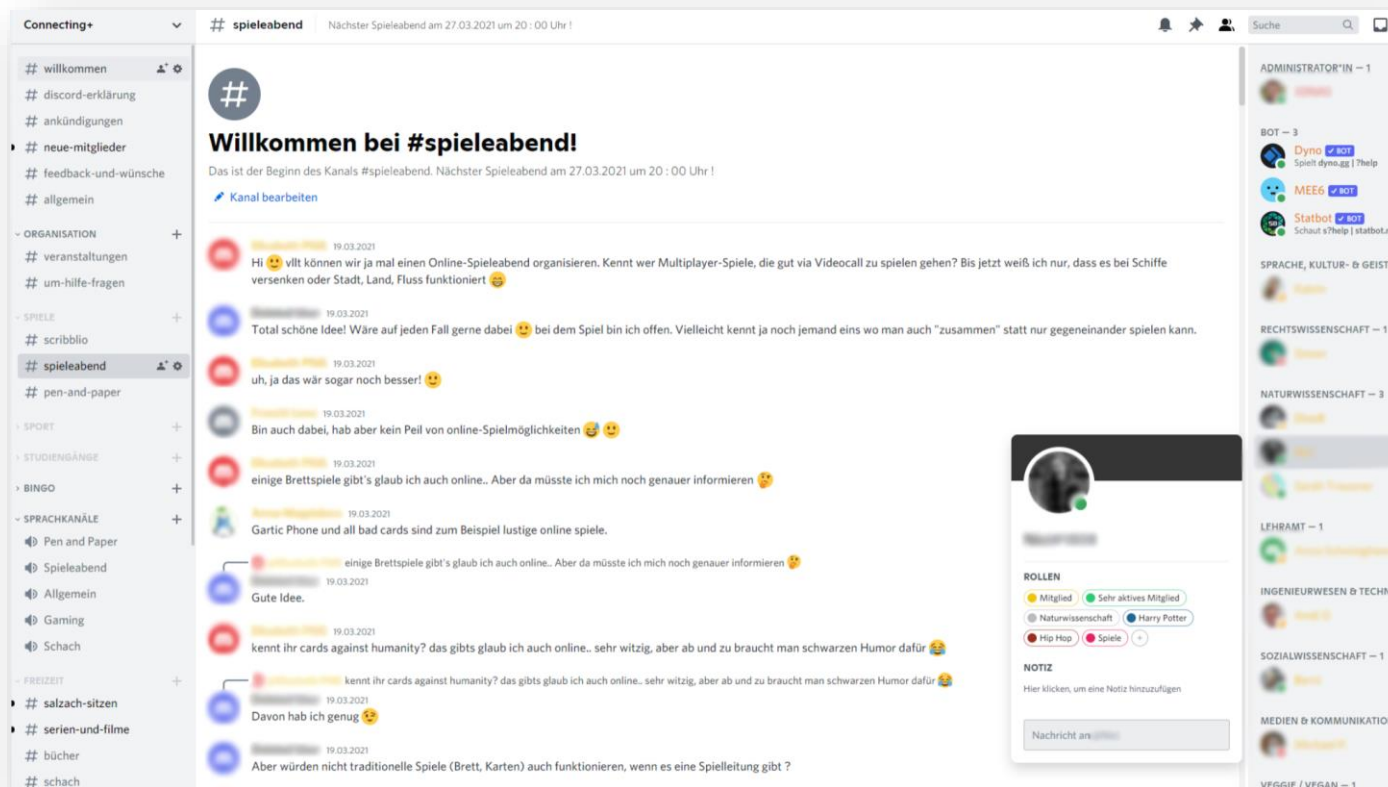


Connecting PLUS - Fragestellung

Steigert eine Austauschplattform für Studierende...

- ... soziale Eingebundenheit?
- ... Identifikation mit der Universität?
- ... Studienmotivation?

Der Discord-Server "Connecting PLUS"



- Für Studienanfänger:innen
- Ziel: niederschwelliger Austausch über Studienfächer hinweg
- Schnelleres „Ankommen“ im ersten Studienjahr

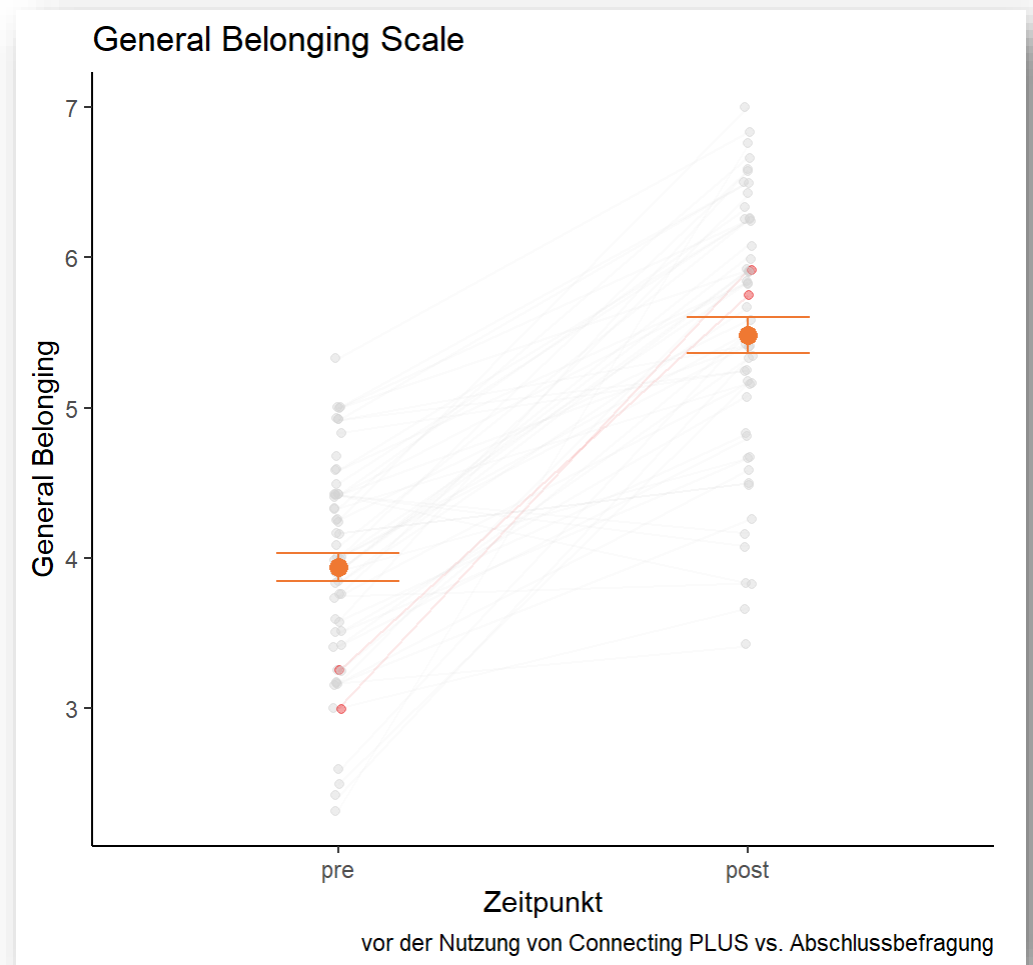
Ergebnis: General Sense of Belonging

(Baseline vs. 3 Monate später)

„Ich fühle mich von anderen akzeptiert“

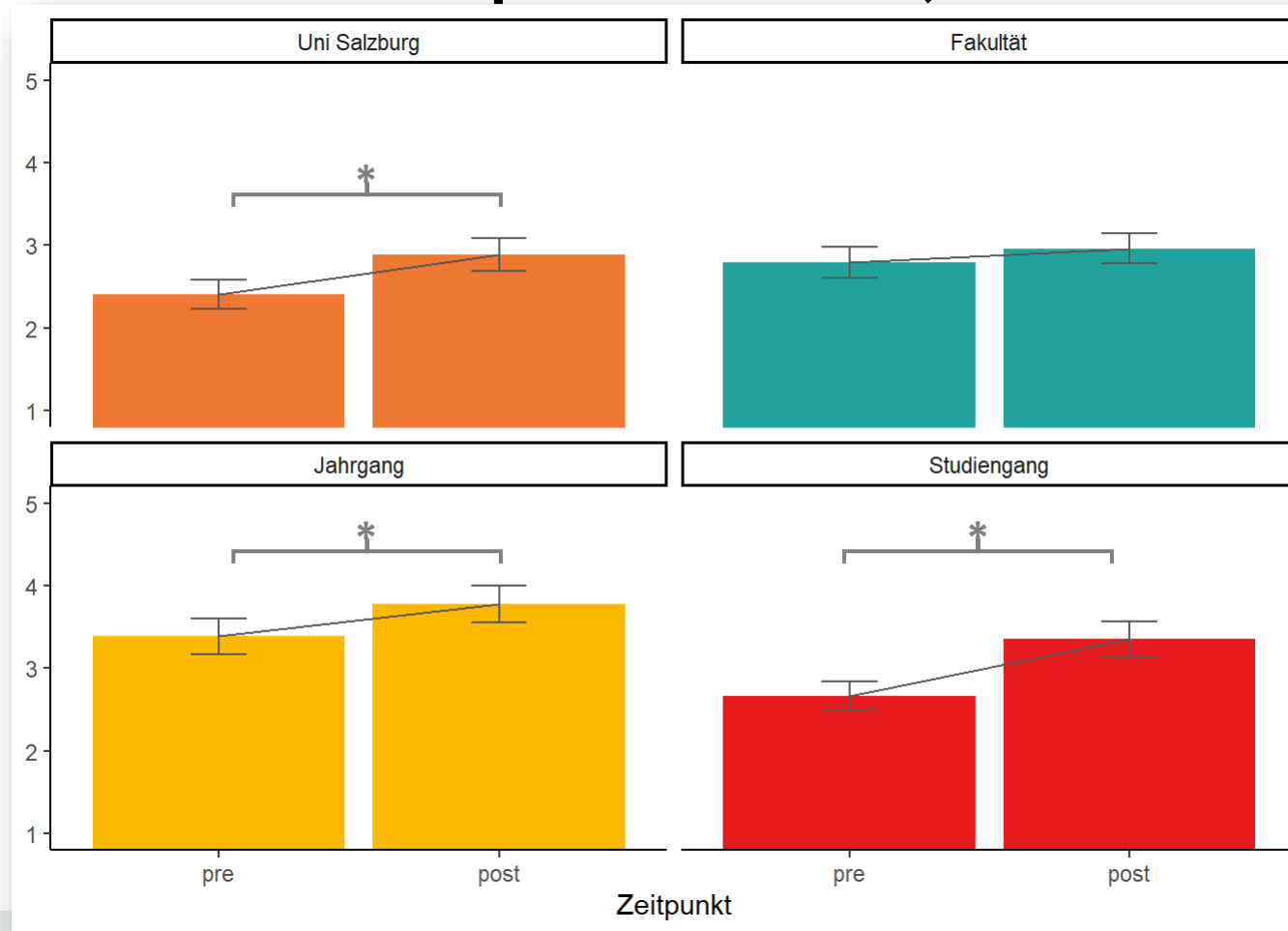
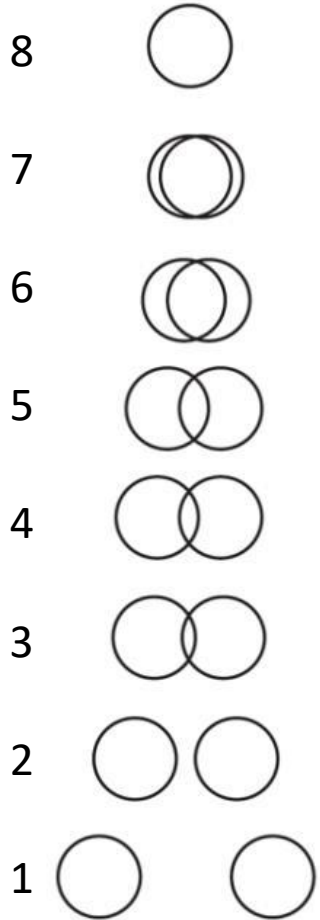
Skala 1-7

- $M_{diff} = 1.55$
- $t(53) = 11.80, p < .001$



Identifikation (Self-other overlap)

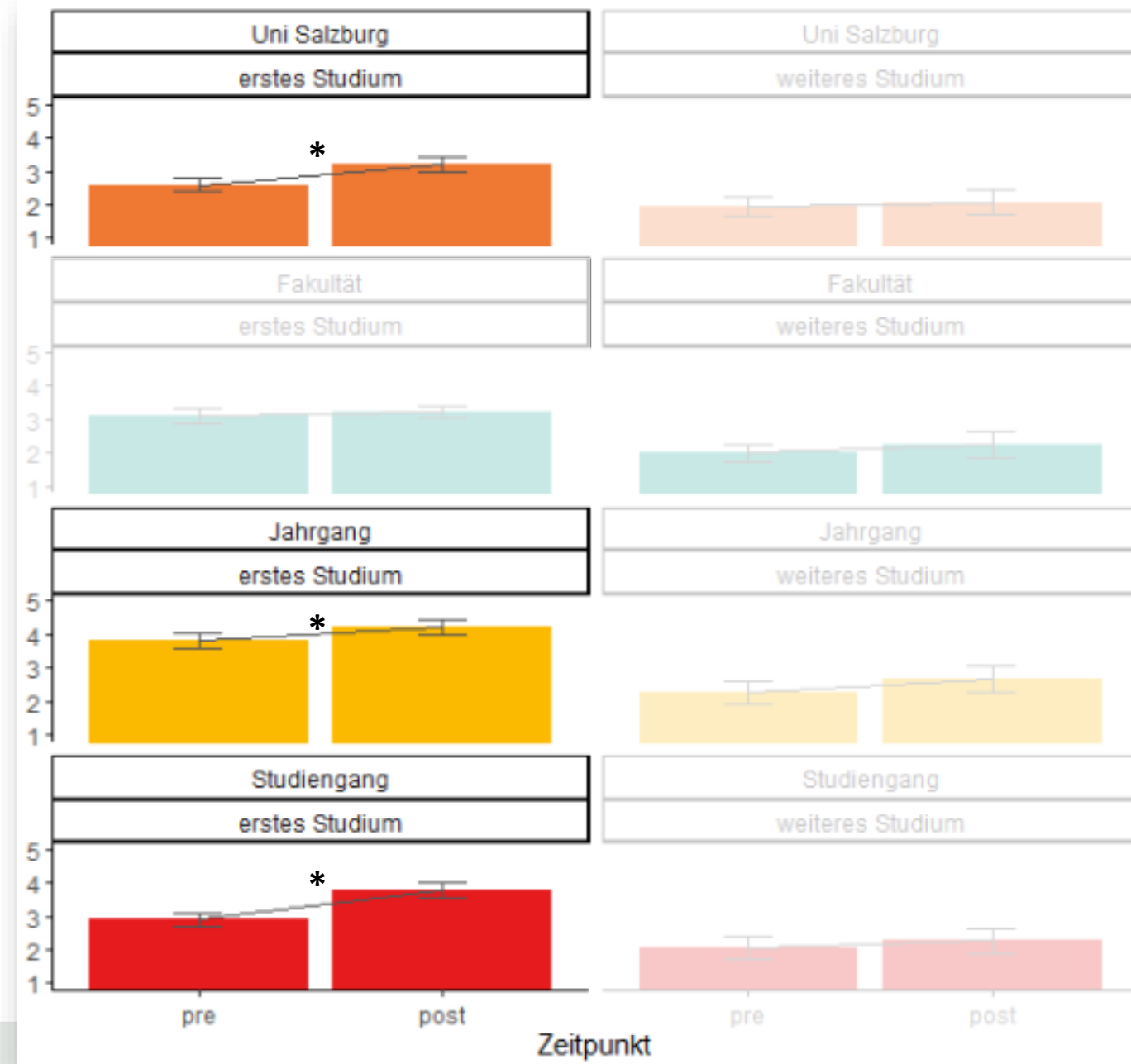
(Baseline vs. 3 Monate später, $n = 54$)



Uni:
 $t = 2.48, p = .016$
 Fakultät:
 $t = 0.99, p = .328$
 Studiengang:
 $t = 3.50, p < .001$
 Stud. im Jahrgang:
 $t = 2.40, p = .019$

Identifikation nach Studienerfahrung

- Erststudium ($n = 39$): mehr Identifikation mit Uni, Kolleg:innen im Jahrgang und Studienkolleg:innen
- Studienerfahrung ($n = 15$): kein sig. Zuwachs



Take Home „Connecting PLUS“

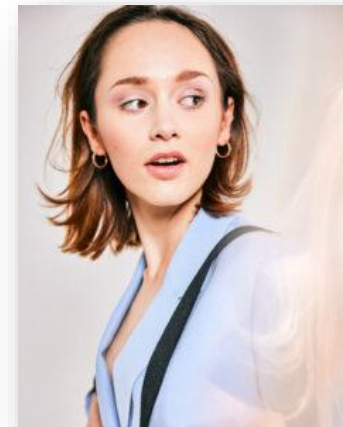
Psychol.

- Soziale Zugehörigkeit und Identifikation mit der Uni und Mitstudierenden stieg über die Nutzung an
 - Besonders für **Erststudierende**
- Positives informelles Feedback

Praktisch

- Bewerbung, Onboarding und Betreuung sind extrem wichtig für den Start der Plattform
- Konstante Betreuung → zeitlicher Aufwand!
- Begleitende Evaluation und Kontrollgruppe sind herausfordernd

Student Helpfinder Recosy



Unsicherheit bei der akademischen Hilfesuche

- Schwierigkeiten und Unsicherheiten im Studium können akademische Bedrohung sein
- Durch schnelles Auffinden von Unterstützung...
 - weniger Verhaltenshemmung und Ängstlichkeit (BIS)¹
 - erhöhter (wiederhergestellter?) Approach (BAS)¹
 - erhöhte Motivation im Studium?

¹ Jonas et al. (2014)

RECOSY vs. Kontrollbedingung Liste

($N = 131$)

RECOSY: AI-basierter Recommender

Womit hängt dein Anliegen zusammen?

Mehrfachauswahl möglich

Persönliche
Probleme

Prokrastination
und Motivation

Zeitmanagement
& Organisation

Zukunftsplanung

Neue Fähigkeiten

Keines davon

Kontrollbedingung: Liste mit Angeboten

Sprachzentrum

Das Sprachzentrum bietet eine Vielzahl von Sprachkursen sowohl für Anfänger:innen als auch Fortgeschrittene an. Wenn du dich sprachlich weiterbilden willst, schau dir doch das Angebot an (siehe Button).

Good to know: Die Anmeldung zu Sprachkursen ist nur zu Beginn des Semesters möglich. Für Fragen und direkten Kontakt, schreibe eine Mail an sprachzentrum@plus.ac.at

Infos und Anmeldung

Psychologische Studierendenberatung – Workshops

In den Workshops der Psychologischen Studierendenberatung geht es um Themen wie Prokrastination, effektive Kommunikation, Organisation & Zeitmanagement, Angst und Panik, Stressbewältigung, oder Schlaf.

Good to know: Die Workshops werden meist per Mail ausgeschrieben. Für weitere Infos und Anmeldung schreib einfach dem freundlichen Team der PSB!

Kontakt aufnehmen

Studierendenvertretung (STV) deines Fachbereichs

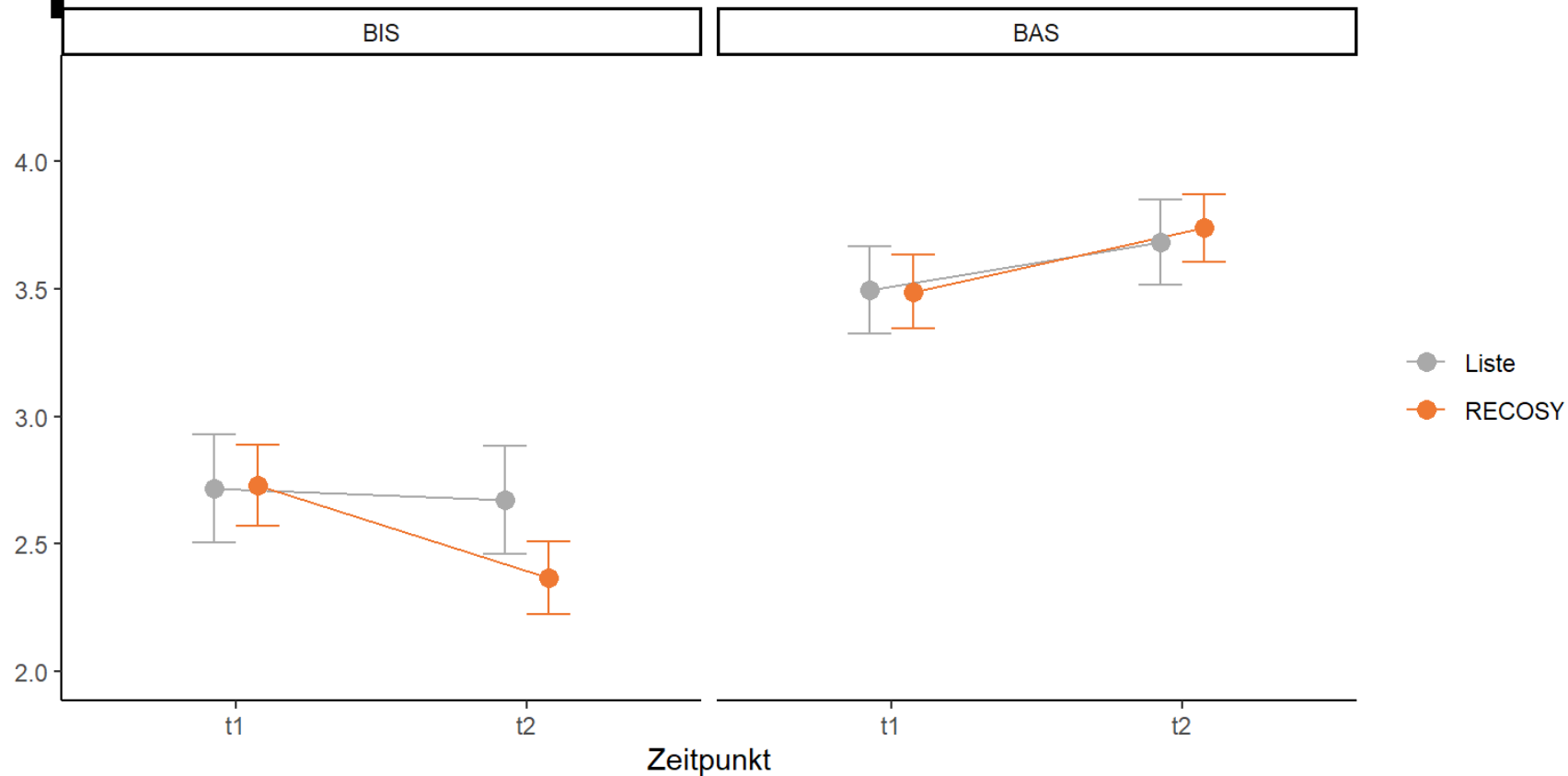
Die STVen sind eine der wichtigsten Anlaufstellen für alle Studierenden. Hier erfährst du Tipps & Tricks zu dein Studium, Antworten auf typische Fragen, Lösungen für die meisten Probleme, Vernetzung, Kontakte, und Infos Freibier. Am besten einfach eine Mail schreiben oder in der Uni vorbeischaun.

Die Liste der STVen findest du hier:

Zur Liste der Kontakte

Reichen Sie hier Ihre Idee ein!

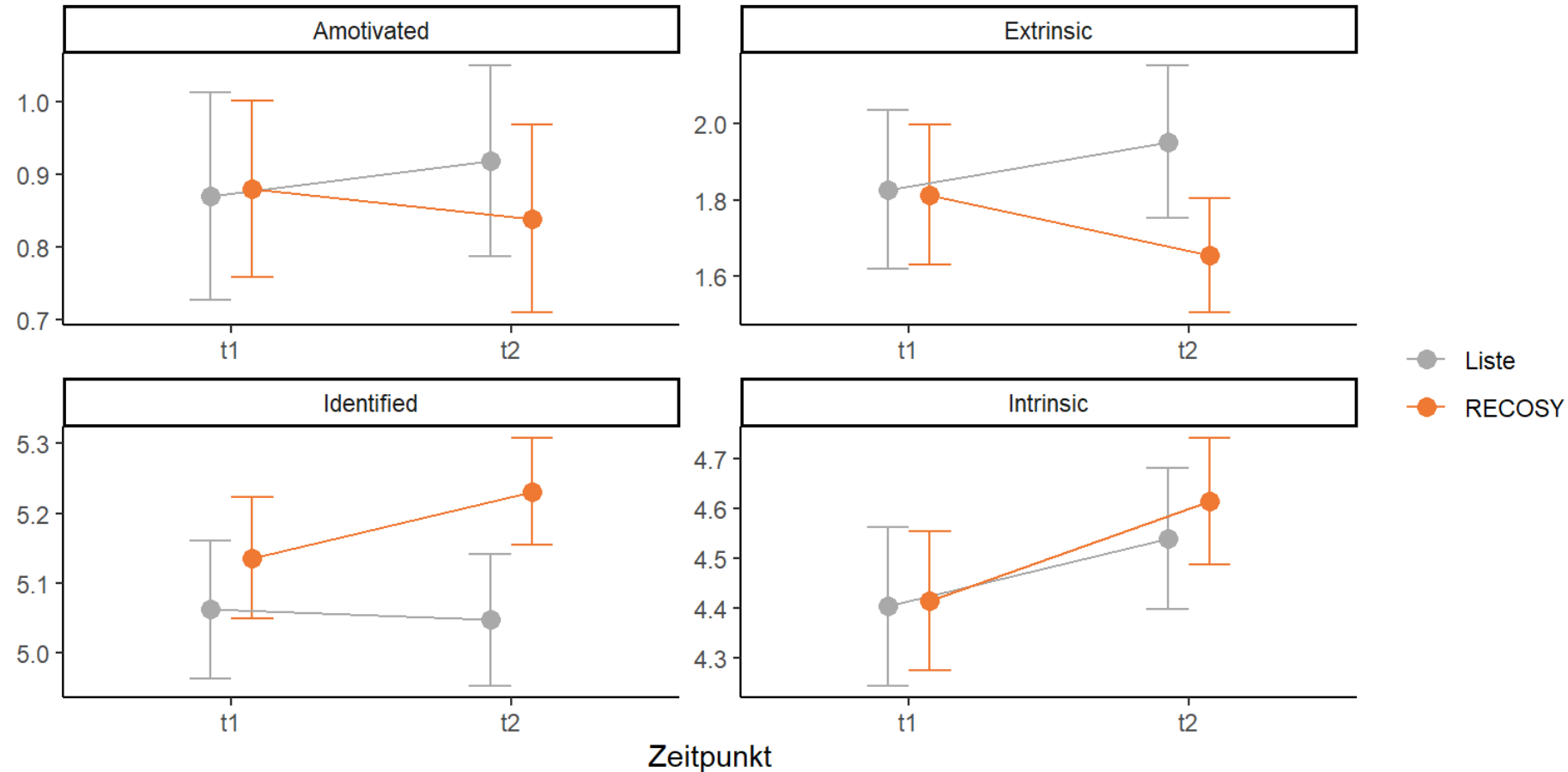
Effekte auf BIS-Ängstlichkeit und BAS- Approach



Time: $F(1, 129) = 3.86, p = .052$
Group: $F(1, 129) = 0.41, p = .522$
Time*Group: $F(1, 129) = 2.31, p = .131$

Time: $F(1, 129) = 6.23, p = .014$
Group: $F(1, 129) = 0.01, p = .907$
Time*Group: $F(1, 129) = 0.13, p = .724$

Intrinsische Motivation



Time: $F(1, 129) = 8.98, p = .003$
Group: $F(1, 129) = 0.05, p = .827$
Time * Group: $F(1, 129) = 0.34, p = .562$

Hilfsangebot wirkt!

- Abnahme von BIS-Ängstlichkeit
- Zunahme von BAS-Approach
- Zunahme intrinsischer Motivation
- (Handlungsintentionen)

In beiden Gruppen
(RECOSY und Liste)

- Subjektive Eindrücke
 - 4.19 / 5 Sternen für RECOSY
(vs. 3.77 für Liste; $t(129) = 3.26, p < .001$)



Fazit: Digitale Tools zur Unterstützung von Studierenden

- Studierende reagieren positiv auf digitale Unterstützungsangebote
- Rücksicht auf konkrete und spezifische Use-Cases
→ **Studierendenperspektive!**
- Aufwand nicht unterschätzen
→ über attraktive *minimum viable products* nachdenken!

„Reales“ Community-Building

Community-Angebote für Studierende

- Räume für Studierende an Universitätsstandorten schaffen:
 - Lernräume, Gruppenräume, Aufenthaltsräume
 - Tischtennisplatten, Couches, Volleyballfeld→ *Place Identity*
- F*** Up Night
- Erfahrungsberichte – Videos von Studierenden
- Events mit Studierenden und Lehrenden
- Alumni-Steckbriefe
- Studierendenstadt Salzburg
- Freizeitangebote sichtbar machen
- Community-Charakter von Projektangeboten
- Student.Place – digitaler Schreibtisch für Studierende (SharePoint)



Mehrwert für die Hochschulentwicklung

- Mensch im Zentrum digitaler Transformation
- Mentorings, Trainings, Coachings
→ „Vernetzung mit mir selbst und mit Anderen“
- Community ist eine Ressource
- Soziale Dimension: Digitale Begleitung und Abbau bürokratischer Hürden
- Multiplikatoren und Change Agents sind Katalysatoren für Veränderung
→ Top-Down-Entscheidungen müssen mit **Bottom-Up-Prozessen** kombiniert werden!
- Maßnahmen werden evaluiert und weiterentwickelt
→ Know-How für andere Hochschulen

*Folgen Sie uns gerne auf
Instagram:
plustrack_community*

*oder besuchen Sie uns auf
unserer Website:
www.plustrack.at*

