

Dokumentarfilm-Projekt: Studenten der Hochschule Bremerhaven thematisieren Stress im Studienalltag

Zwischen Leistungsdruck und gefühlten Erwartungen



„Jäcky“ ist eine der Protagonistinnen im Dokumentarfilm „24/7 – Studierende am Limit“.

FOTO: DUC QUANG LE

MITTE. Fast ein Viertel der Studenten in Deutschland leidet unter Arbeitsbelastung, Stress und Erschöpfung. Die Folgen reichen vom Burnout bis zu depressiven Erkrankungen. Die Gründe können vielfältig sein: ein neues Lebensumfeld, Orientierungslosigkeit, Prüfungs- oder Zukunftsangst. Auch Onlinelehre und Lockdown tragen zur Belastung bei. Gleichzeitig werden diese Sorgen häufig nicht ernst genommen. Studenten des Studiengangs Digitale Medienproduktion der Hochschule Bremerhaven wollen nun mit einem Dokumentarfilm für das Thema sensibilisieren.

„24/7 – Studierende am Limit“ lautet der Titel des neuen Filmprojekts. Unter der Leitung von Prof. Dr. Holger Rada begleiten mehrere Filmteams vier junge Menschen in Hamburg, Osnabrück sowie Bremerhaven und zeigen, wie diese mit Stress im Studienalltag umgehen.

In Deutschland sind derzeit fast drei Millionen Studenten eingeschrieben. Projektkoordinatorin Lisa Jane Albrecht berichtet, dass ein

knappes Viertel dieser Menschen an Erschöpfung leide. „Viele Studierende zweifeln sogar an Sinn und Zweck ihres Studiums. Intensive Prüfungsphasen, ein ständiger Leistungsdruck, Überforderung oder die zusätzliche Belastung durch einen Nebenjob – das sind Gründe, die dazu führen, dass Betroffene über ein hohes Stressniveau klagen.“ Bei Studenten resultiert Stress meist aus den Anforderungen, die sie an sich selbst, oder die auch

Freundinnen, Freunde und Familienmitglieder an sie haben. Mit diesen Anforderungen und Erwartungen steigt der Leistungsdruck.

Auf der anderen Seite werden Studenten oft mit Sätzen konfrontiert wie „Studierende sind faul, liegen dem Staat auf der Tasche und machen nur Party“. „Diese Stereotype kennen wir alle“, meint Chiara Müller aus dem Redaktionsteam. „Da wir im Team aber alle selbst studieren, wissen wir, dass die Realität anders aussieht.“

Hohes Stresslevel kann sich unterschiedlich auswirken

Mit dem Dokumentarfilm soll ein Beitrag dazu geleistet werden, dass sich Studenten in ähnlichen Lebenslagen weniger allein und vor allem

verstanden fühlen und die Gesellschaft für das Thema sensibilisiert wird. Kameramann Duc Quang Le ergänzt: „Durch die gerade angelaufenen Dreharbeiten mitten in der Vorlesungszeit merken wir erst, dass wir, unabhängig vom Studiengang, belastungsmäßig doch alle irgendwie im selben Boot sitzen.“

Die Hauptprotagonisten haben trotz unterschiedlicher Fachrichtungen eine Gemeinsamkeit – ein hohes Stresslevel. Wie negativ oder auch positiv sich dies auf die Studienleistungen und das Leben auswirkt, ist sehr verschieden. „In unserem Dokumentarfilm wollen wir alle Facetten des Themas beleuchten und offen mit den betroffenen Menschen sprechen“, erläutert Pheline

»Lockdown und Onlinelehre tragen natürlich auch zur Arbeitsbelastung der Studierenden bei.«

Prof. Dr. Holger Rada,
Hochschule Bremerhaven

Hanke aus dem Kamerateam. „Lockdown und Onlinelehre tragen natürlich auch zur Arbeitsbelastung der Studierenden bei“, meint Prof. Dr. Holger Rada, „doch das Team hat sich klar dagegen ausgesprochen, einen Film über das Studieren in Zeiten der Pandemie zu drehen.“ Natürlich lasse sich die Pandemie nicht ausblenden, zum Mittelpunkt des Projekts solle sie dennoch nicht werden.

Hygienekonzept für den Dreh entwickelt

„Unser Team hat ein gutes Hygienekonzept für den Dreh entwickelt. Dass alle Masken tragen und unsere Geräte desinfiziert werden, ist klar“, betont Rada. Die komplette Video-Gruppe sei in sehr kleine Einheiten aufgeteilt worden. „Und wir testeten alle Beteiligten vor und nach den Drehs.“

Die Dreharbeiten für den Film sollen Ende Mai abgeschlossen sein. Das Social-Media-Team der Projektgruppe hat mittlerweile einen Instagram-Kanal aufgebaut, auf dem in Kürze weitere Infos über das Projekt, das Team und die Protagonisten des Dokumentarfilms zu finden sein werden. (SJ)

www.instagram.com/studierendeamlimit