

04.07.2023

## **Antragsformular SVB 2024**

### **Antragsteller\*in**

Fachschaft Jura

### **Name der geplanten Maßnahme**

Fortführung Mental Skills Programm

### **Bewirtschaftende Stelle:**

Fakultätsverwaltung, Kostenstelle 1020000011 (Verantwortl. Fr. Blasy)

### **Beschreibung und Umsetzung der geplanten Maßnahme:**

Im Sommersemester 2022 wurde auf Initiative der Ex-o-Rep Koordination erstmals ein Mental Skills Programm für Juristen angeboten. Das Angebot zielt darauf ab, dem von vielen Studenten empfundenen Stress im Jurastudium zu begegnen. Dazu wurde für die Studenten eine Online-Plattform (inTensity) bereitgestellt, sowie Workshops für Gruppen von je 20 Personen angeboten. In diesen Workshops wurden Techniken vermittelt, die helfen, mit Stress und hoher Arbeitsbelastung auf gesunde Weise umzugehen. Zusätzlich erhielten einzelne unserer Studenten die Möglichkeit, an MedON! Kursen der Zahnmediziner teilzunehmen. Dort wird in Kleingruppen von ca. 5 Personen über mehrere Wochen kontinuierliches Achtsamkeitstraining angeboten. Die Rückmeldung der Studenten war durch die Bank überwältigend. Evaluationen entnehmen wir, dass ein solches Angebot schon lange ersehnt war und nun der Wunsch besteht, dieses zu verfestigen. Die Finanzierung dieses Projekts war 2022 einmalig über Sondermittel des Landes möglich. Diese bestehen in 2024 nicht. Das inhaltliche Angebot entsteht in enger Kooperation mit der medizinischen Fakultät.

## Höhe der Mittel:

Berechnung der Kosten erfolgt auf Grundlage der Zahlen von 2023. Es wurde bei der Medizinischen Fakultät um Bestätigung der aktuellen bzw. Nennung ggf. neuer Zahlen gebeten (Rückmeldung steht aus, Stand 05.07.2023)

- 1) Welche Kosten fallen an?
  - a) Evaluation und Anpassung der Kurse: 1000 Euro für das Jahr 2024
  - b) Doppelworkshop á 2x2h: 800 Euro – davon 2 pro Semester (2x im SoSe'24, 2x im WiSe'24) = 3.200 Euro für 4 Doppelworkshops
  - c) MedON! Kurs: 1.800 Euro – davon 1 pro Semester = 3.600 Euro für MedON Kurse in 2024
  - d) inTensity Nutzung (Forumsbetreuung, Aktualisierungen etc.): 250 Euro für das Jahr
- 2) Wieviel davon wird beantragt  
**Gesamter Betrag von voraussichtlich 8050 €**

## In welchem Zeitraum sollen die Mittel verausgabt werden?

Die Mittel sollen im Haushaltsjahr 2024 anfallen.

## Begründung des Antrags:

- a.) Wie dient die Maßnahme der Verbesserung von Studium und Lehre?  
Das Jurastudium und insbesondere die Examensvorbereitung wird von vielen Studenten als anspruchsvoll bis belastend empfunden. Dem wirkt die gezielte Vermittlung wissenschaftlich erprobter Methoden zum gesunden Umgang mit Belastung effektiv entgegen. Die Maßnahme wirkt somit vor allem präventiv und schult unsere Studenten im Umgang mit schwierigen Situationen – eine Fertigkeit, die ihnen nicht nur im Studium, sondern auch ihm Beruf noch gute Dienste erweisen wird und somit unbedingt gelehrt werden sollte.
- b.) Wem wird die geplante Maßnahme zugutekommen?  
Die Maßnahme stattet Studenten mit dem nötigen Rüstzeug für anstrengende Situationen aus. Sie nützt unseren Studenten somit vom ersten Semester bis zum letzten Arbeitstag. Sie kommt folglich allen Studenten zugute.
- c.) Gibt es alternative Finanzierungsmöglichkeiten?  
Nicht bekannt.
- d.) Weitere Begründung