



Kommunikation im SGM

Diana **Neben**
TU Kaiserslautern



„DER MENSCH IST NUR
DA GANZ MENSCH,
WO ER *spielt*.“

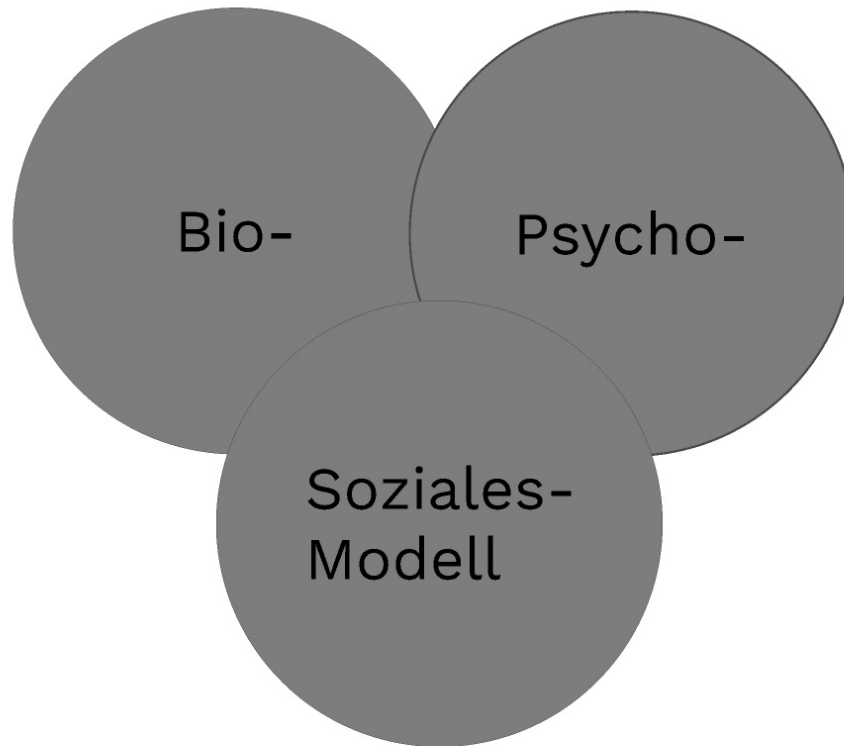
Friedrich Schiller



Wie
kommuniziere
ich
Interventionen
an meine
Zielgruppe?

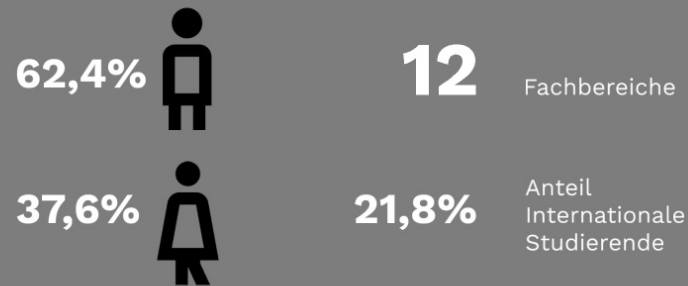


Gesundheit ist multidisziplinär

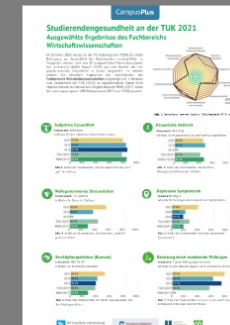


Zielgruppe SGM

Wer gehört zur Zielgruppe?



Wissen zur Zielgruppe



Wer gehört zur Zielgruppe?

62,4%



12

Fachbereiche

37,6%



21,8%

Anteil
Internationale
Studierende

Wissen zur Zielgruppe

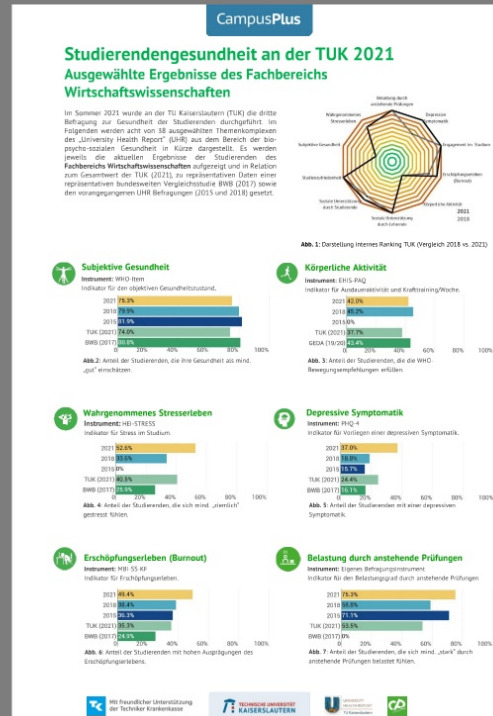


UNIVERSITY
HEALTH REPORT
TU Kaiserslautern

Wie gesund sind Studierende der
Technischen Universität Kaiserslautern?

Ergebnisbericht zur
Befragung 06/21





Studierendengesundheit an der TUK 2021

Ausgewählte Ergebnisse des Fachbereichs Wirtschaftswissenschaften

Im Sommer 2021 wurde an der TU Kaiserslautern (TUK) die dritte Befragung zur Gesundheit der Studierenden durchgeführt. Im Folgenden werden acht von 38 ausgewählten Themenkomplexen des „University Health Report“ (UHR) aus dem Bereich der bio-psycho-sozialen Gesundheit in Kürze dargestellt. Es werden jeweils die aktuellen Ergebnisse der Studierenden des **Fachbereichs Wirtschaftswissenschaften** aufgezeigt und in Relation zum Gesamtwert der TUK (2021), zu repräsentativen Daten einer repräsentativen bundesweiten Vergleichsstudie BWB (2017) sowie den vorangegangenen UHR Befragungen (2015 und 2018) gesetzt.

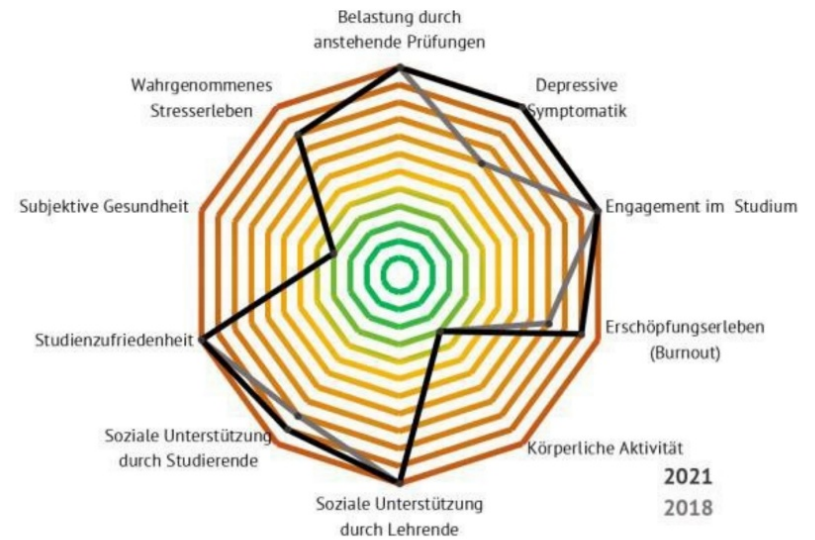


Abb. 1: Darstellung internes Ranking TUK (Vergleich 2018 vs. 2021)



Subjektive Gesundheit

Instrument: WHO-Item

Indikator für den objektiven Gesundheitszustand.

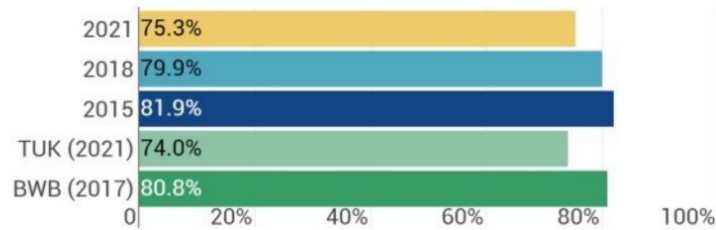


Abb. 2: Anteil der Studierenden, die ihre Gesundheit als mind. „gut“ einschätzen.



Körperliche Aktivität

Instrument: EHIS-PAQ

Indikator für Ausdaueraktivität und Krafttraining/Woche.

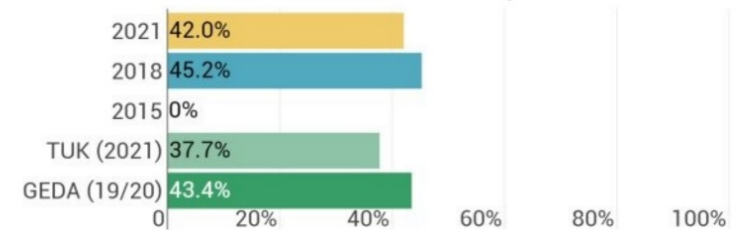


Abb. 3: Anteil der Studierenden, die die WHO-Bewegungsempfehlungen erfüllen.



Wahrgenommenes Stresserleben

Instrument: HEI-STRESS

Indikator für Stress im Studium.

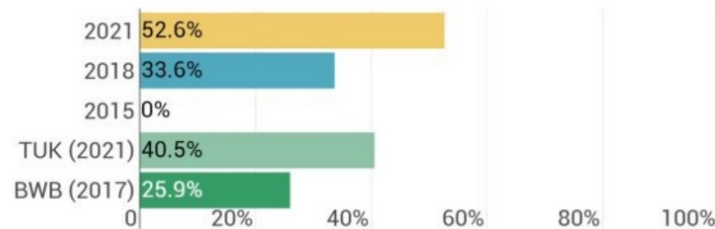


Abb. 4: Anteil der Studierenden, die sich mind. „ziemlich“ gestresst fühlen.



Depressive Symptomatik

Instrument: PHQ-4

Indikator für Vorliegen einer depressiven Symptomatik.

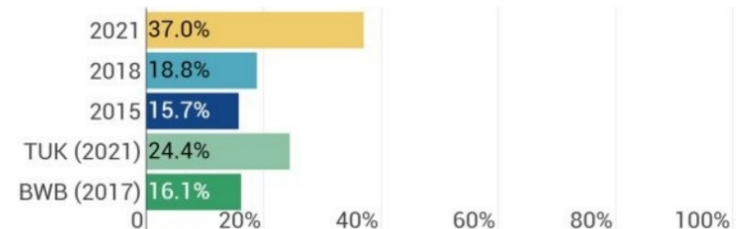


Abb. 5: Anteil der Studierenden mit einer depressiven Symptomatik.

Schritt 1

Wie
entwickle
ich eine
Marke?

Schritt 1

Wie
entwickle
ich eine
Marke?



Schritt 1

Wie
entwickle
ich eine
Marke?



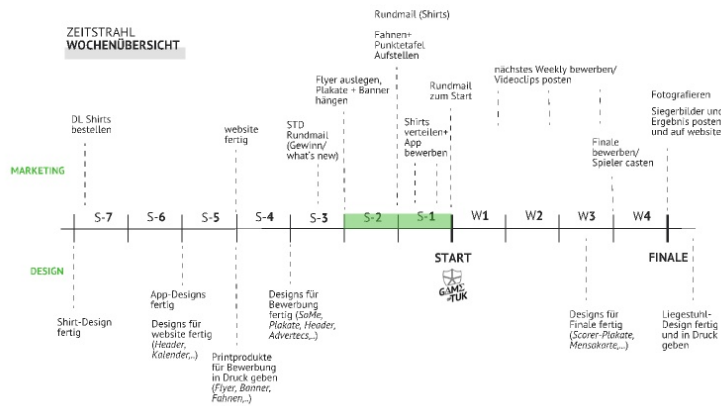


MARKETING GAME OF TUK 2021

„GAME OF TUK - DIE EULE BRAUCHT LIEBE“
(BACKUP: „GAME OF TUK - VIER FAUSTE GEGEN SIGMA“)



MARKETING



DESIGNS FÜR BEWERBUNGSPHASE

alle website-designs (Header, Punktestand, kalender,...), Trailer, Videoclips Spiele, facebook-/insta-Designs, Plakate, Advertec, Werbe-Plakate, Werbe-Header
Mit Druck-Zeitraum: Shirts, Flyer, Folder, Fahnen, Banner (mit Motto und Datum)

DESIGNS FÜR SPIEL SELBST

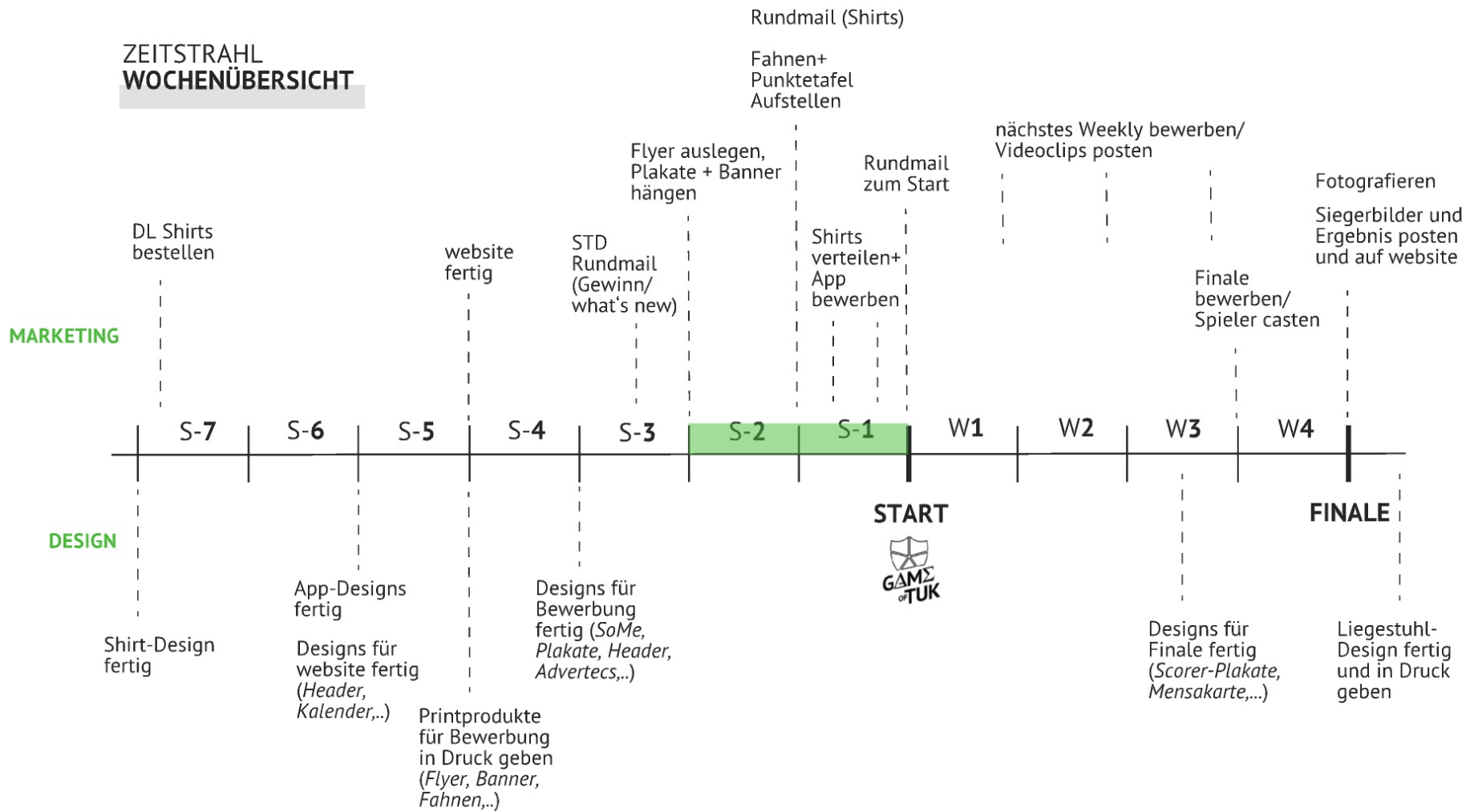
Alle App-Designs, Sieger-/Scorer-Plakate, goldene/silberne Mensakarte
Mit Druck-Zeitraum: Geldscheine (100er, 300er), Punktestafel, Liegestuhl:

„DER MENSCH IST NUR
DA GANZ MENSCH,
WO ER spielt.“

Schritt 2:

Planung ist
das A und O!

ZEITSTRAHL WOCHENÜBERSICHT



Welche
Methoden gibt
es, um seine
Zielgruppe zu
erreichen?

hochschulinterne Zielgruppe



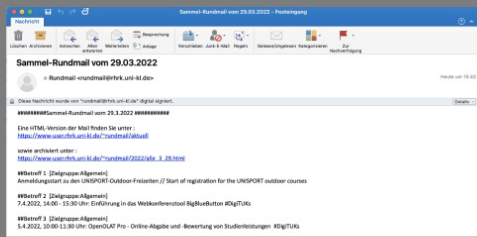
aktive Zielgruppe



passive Zielgruppe



hochschulinterne Zielgruppe



Sammel-Rundmail vom 29.03.2022 - Posteingang

Nachricht

Löschen Archivieren Antworten Allen antworten Weiterleiten Anlage Besprechung Verschieben Junk-E-Mail Regeln Gelesen/Ungelesen Kategorisieren Zur Nachverfolgung

Sammel-Rundmail vom 29.03.2022

 Rundmail <rundmail@rhrk.uni-kl.de> Heute um 15:42

 Diese Nachricht wurde von "rundmail@rhrk.uni-kl.de" digital signiert. Details

#####Sammel-Rundmail vom 29.3.2022 #####

Eine HTML-Version der Mail finden Sie unter :
<https://www-user.rhrk.uni-kl.de/~rundmail/aktuell>

sowie archiviert unter :
https://www-user.rhrk.uni-kl.de/~rundmail/2022/alle_3_29.html

##Betreff 1 [Zielgruppe:Allgemein]
Anmeldungsstart zu den UNISPORT-Outdoor-Freizeiten // Start of registration for the UNISPORT outdoor courses

##Betreff 2 [Zielgruppe:Allgemein]
7.4.2022, 14:00 - 15:30 Uhr: Einführung in das Webkonferenztool BigBlueButton #DigiTUKs

##Betreff 3 [Zielgruppe:Allgemein]
5.4.2022, 10:00-11:30 Uhr: OpenOLAT Pro - Online-Abgabe und -Bewertung von Studienleistungen #DigiTUKs

? ^

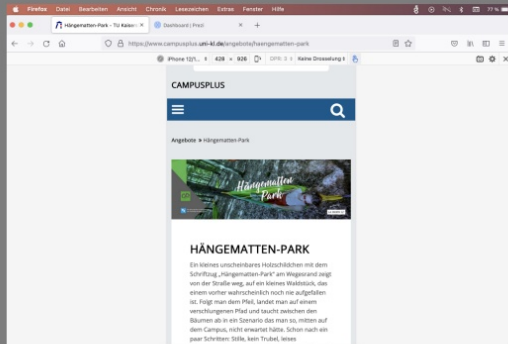
Heute um 15:42

Details ▾





aktive Zielgruppe



Website



Social Media
Follower

App Store Vorschau

Diese App ist nur im App Store verfügbar

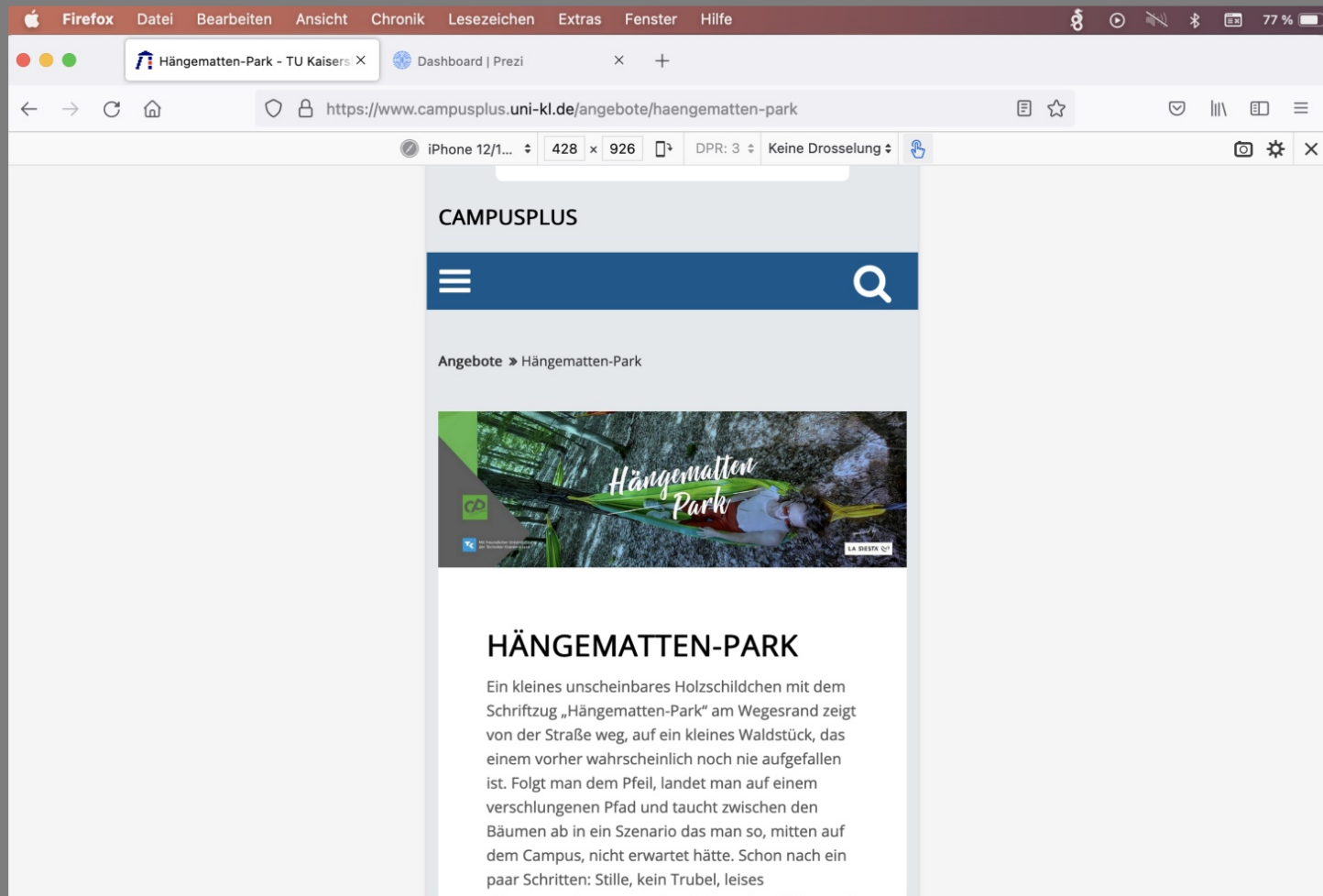


Game of TUK (4+)
TU Kaiserslautern

★★★★★ 4,3 • 16 Bewertungen

Gratis

App



passive Zielgruppe



Schritt 3 (Hochschulinterne Zielgruppe):

Wie mache ich mein
Plakat sichtbar?



Schritt 3 (Hochschulinterne Zielgruppe):

Wie mache ich mein
Plakat sichtbar?

1,7s

Keep it
simple!

CampusPlus

SCHLAF.

MIT MACHEN & GEMÜT NENI!

CP
CampusPlus

GESUNDHEITS TAG21

DO, 25. NOVEMBER, 10-16 UHR
FOYER GEB. 42

TK
Technische Universität Kaiserslautern

TECHNISCHE UNIVERSITÄT
KAISERSLAUTERN

ANK

Red Bull

Schritt 3 (Aktive Zielgruppe):

Wie kann ich
Social Media
einsetzen?



Social Media bei



A close-up photograph of a smartphone screen with a purple background. Several social media app icons are visible: WhatsApp (green), Instagram (rainbow), and Twitter (blue). The text 'WhatsApp', 'Instagram', and 'Twitter' is written below their respective icons. Other partially visible icons include Messenger and TikTok.

Social Media bei



- studentische Mitarbeitende (~6h/Woche)
 - Photographie, Videographie
 - Marketing (z.B. Flyer verteilen, Poster aufhängen,...)
- regelmäßige Jour Fixe
- Beiträge Instagram + Facebook
 - Thema
 - Art (Foto, Video, Story...)
 - Inhalt
 - Hashtags
 - Verlinkungen
 - Zweisprachig
- Regelmäßige Beiträge
- Gesundheitsthemen werden indirekt vermittelt

Ideen

Specials/ Feiertage - Social media

in Liste Ideen

Beschreibung Bearbeiten

Marz

- 2. -Tag der alten Dinge (TPO-Vereinbarungen)
- 7. -Tag der gesunden Ernährung (Ernährungsberatung: Smoothie Aktion)
- 14. -Stell-eine-Frage-Tag (Team-Kompetenz)
- 15. -Welttag des Schlafes (Vorteile und Wichtigkeit des Schlafes aufzeigen)
- 19. -Lass-uns-lachen-Tag (Poste ein lustiges Foto mit #unifittl)

April

4. - Tag des Vitamins C (Aufklärungs-Post)
6. - Tag des Sports für Entwicklung & Frieden (Inklusion im Sport)
7. - Weltgesundheitstag (Jeder kann etwas für seine Gesundheit tun)
10. - Tag der Geschwister (Brill' deine Geschwister zum kostenlosen PT mit)
18. - Gib-mir-Fünf-Tag (Spall)
19. - Bicycle Day (Cycling bewerben)
29. - Welttag des Tanzes (Zumba an dem Tag bewerben)
30. - Welttag des Jazz (Jazz an dem Tag bewerben)

May

10. -Muttertag (Tu ihr was gutes. Massage? PT?)
15. -Tag der Familie (kostenlos Familienmitglieder mitbringen)

Altitude

Aktionstage



Facebook Titelbilder durchtauschen



Veranstaltungen bei Facebook
hinzufügen



Auftrag



Tag der Depression 02.10



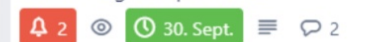
Ende der Saison Ende September



Closed



Letzter Tag CampusPause





DIGITAL DETOX

INSTA POSTINGS

REIHENFOLGE

1

-DIGITALER STRESS- WAS FUCKT DICH AM MEISTEN AB

Nur als Story: 4 Items einzeln zur Abstimmung (mit Regler)

- 1) Unzuverlässigkeit der Technik
- 2) Informations-Überflutung
- 3) ständige Dauer- und Omnipräsenz
- 4) eine „gläserne Person“ zu werden

2

-DIGITALER STRESS- KÖRPERLICHE AUSWIRKUNGEN



Post: Bilderreihe



3

-PROBLEMATISCHER SMARTPHONEKONSUM- FOLGEN



Post: Bilderreihe

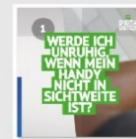


4

-PROBLEMATISCHER SMARTPHONEKONSUM- 4-FRAGEN-TEST



Post: Bilderreihe



5

-EIGENER KONSUM- SO FINDET MAN ES HERAUS

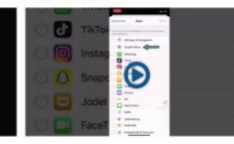


Post: Beide Bildschirmvideos zu Android und iOS

BILDSCHIRMZEIT ANDROID



BILDSCHIRMZEIT IOS



6

-PROBLEMATISCHER SMARTPHONEKONSUM- WUSSTEST DU, DASS...



Post: Bilderreihe



7

-DIGITAL DETOX- JEDER ZEHNTE...



Post: Bilderreihe



8

**-DIGITAL DETOX-
WAS WÜRDST DU MIT
EINER GEWONNEN STUNDE
PRO WOCHE MACHEN?**

*Bilder vom Team mit Vorschlägen posten und user auffordern auch
Beispiele zu posten (posts/Story)*

9

**-DIGITAL DETOX-
8 TIPPS...**

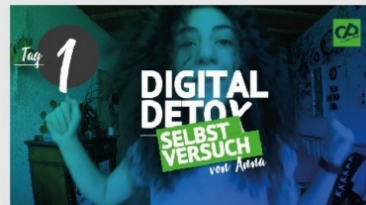
Post: Bilderreihe



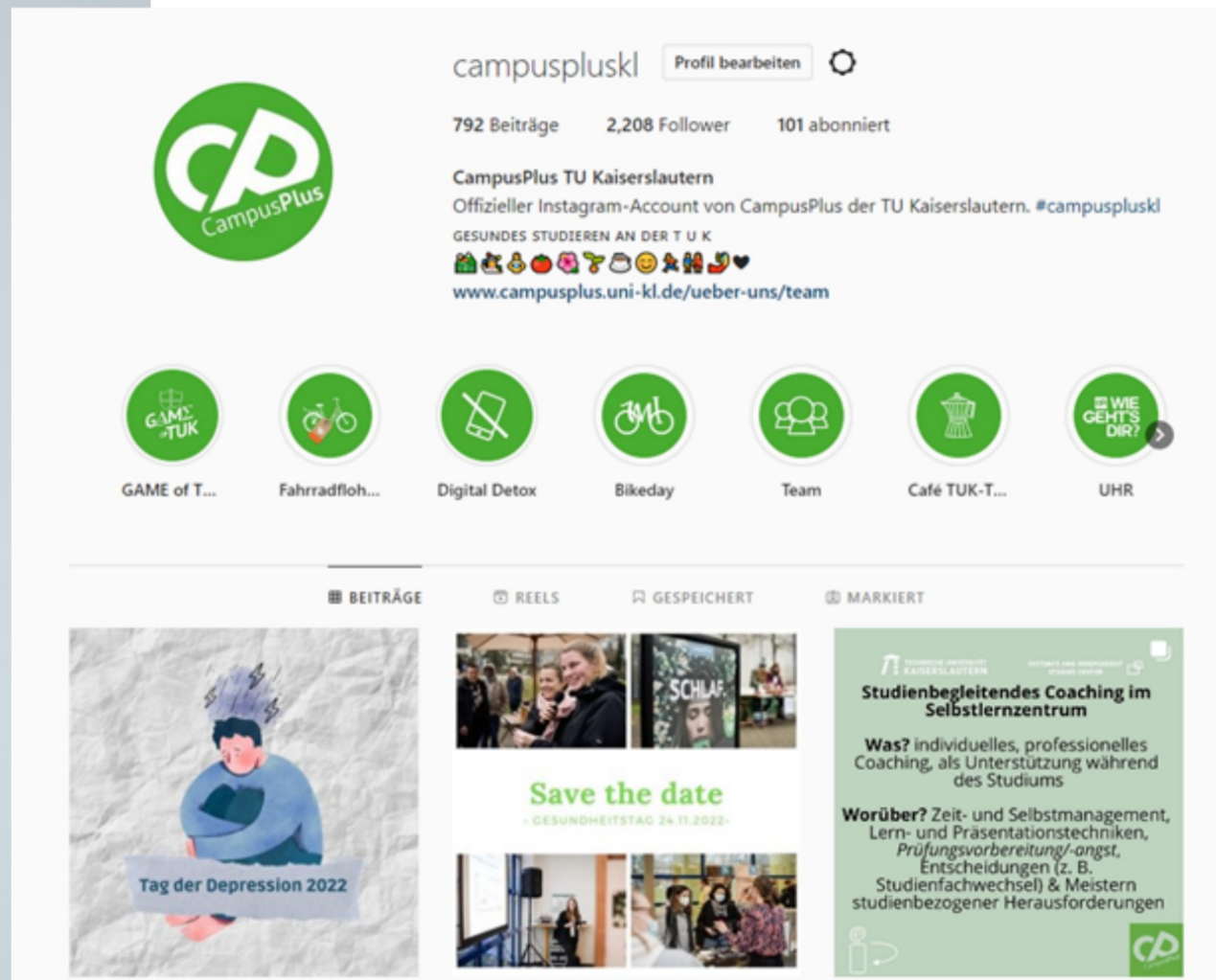
10++

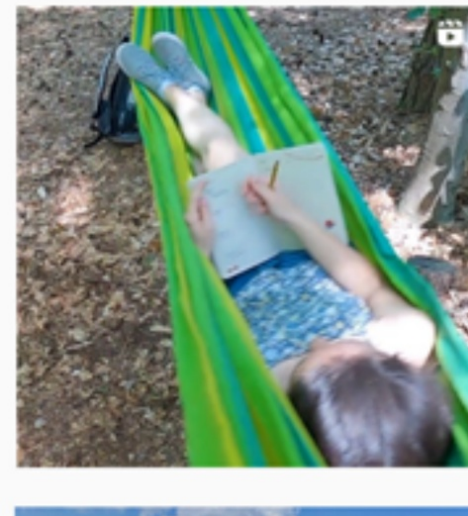
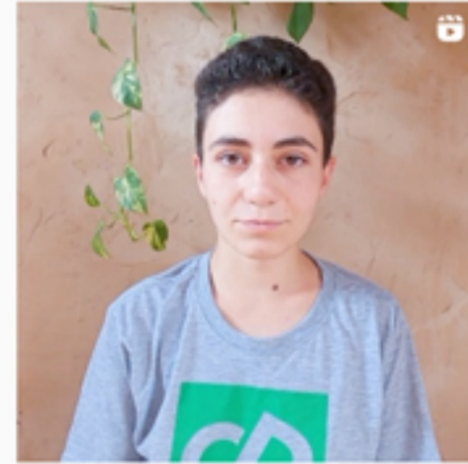
**-DIGITAL DETOX-
SELBSTVERSUCH**

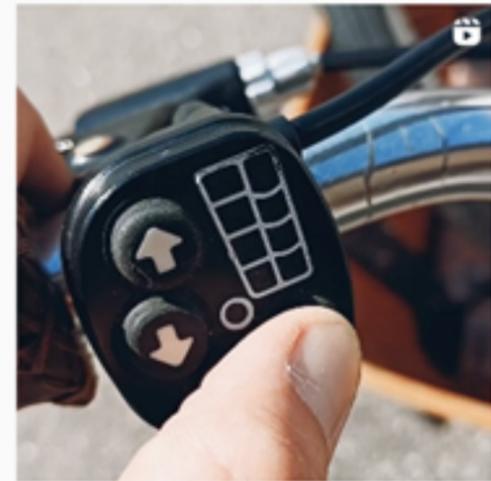
*Jeden Tag ein Video von Anna posten
Insgesamt 7 Videos*



Alle posts mit #theinviklediction und #digitaldetox markieren

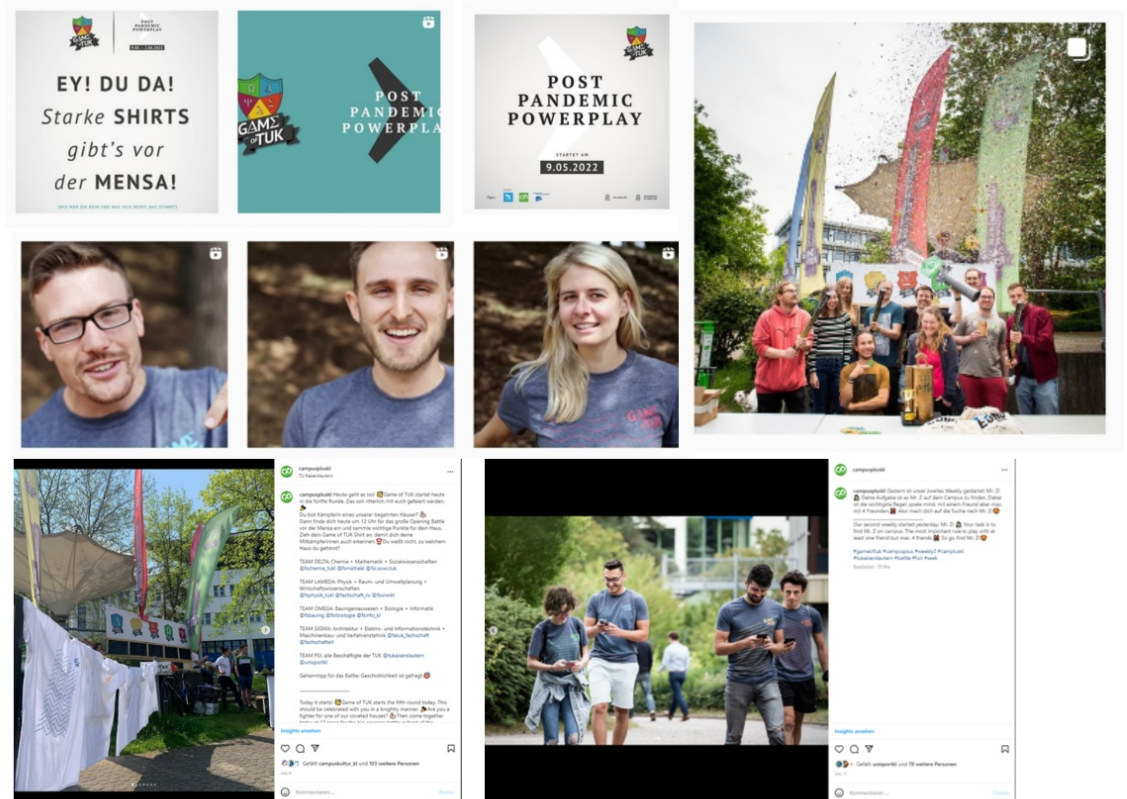






Beispiel

Social Media und Game of TUK









campuspluskl
TU Kaiserslautern

...



campuspluskl Heute geht es los! 🎮 Game of TUK startet heute in die fünfte Runde. Das soll ritterlich mit euch gefeiert werden.



Du bist Kämpferin eines unserer begehrten Häuser? 🏰 Dann finde dich heute um 12 Uhr für das große Opening Battle vor der Mensa ein und sammle wichtige Punkte für dein Haus. Zieh dein Game of TUK Shirt an, damit dich deine Mitkämpferinnen auch erkennen. 🍷 Du weißt nicht, zu welchem Haus du gehörst?

TEAM DELTA: Chemie + Mathematik + Sozialwissenschaften
@fchemie_tukl @fsmathekl @fsr.sowi.tuk

TEAM LAMBDA: Physik + Raum- und Umweltplanung + Wirtschaftswissenschaften
@fsphysik_tukl @fachschaft_ru @fswiwi_kl

TEAM OMEGA: Bauingenieurwesen + Biologie + Informatik
@fsbauing @fsrbiologie @fsinfo_kl

TEAM SIGMA: Architektur + Elektro- und Informationstechnik + Maschinenbau- und Verfahrenstechnik @fatuk_fachschaft @fachschafteit

TEAM PSI: alle Beschäftigte der TUK @tukaiserslautern @unisportkl

Geheimtipp für das Battle: Geschicklichkeit ist gefragt. 🎮

Today it starts! 🎮 Game of TUK starts the fifth round today. This should be celebrated with you in a knightly manner. 🏰 Are you a fighter for one of our coveted houses? 🏰 Then come together

[Insights ansehen](#)



campuspluskl

41



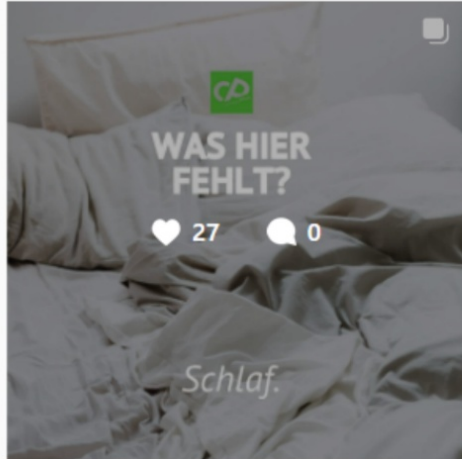
campuspluskl Gestern ist unser zweites Weekly gestartet: Mr. Zi 🤖 Deine Aufgabe ist es Mr. Z auf dem Campus zu finden. Dabei ist die wichtigste Regel: spiele mind. mit einem Freund aber max. mit 4 Freunden 🎮 Also mach dich auf die Suche nach Mr. Z! 🏃‍♂️

Our second weekly started yesterday: Mr. Zi 🤖 Your task is to find Mr. Z on campus. The most important rule is: play with at least one friend but max. 4 friends 🎮 So go find Mr. Z! 🏃‍♂️

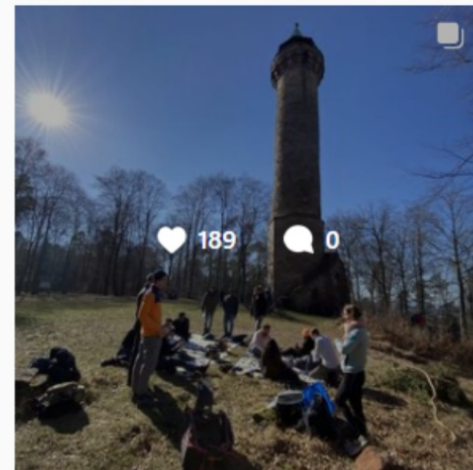
#gameoftuk #campusplus #weekly2 #campluskl
#tukanenlautern #battle #fun #seek

Bearbeitet - 19 Wo.

[Insights ansehen](#)



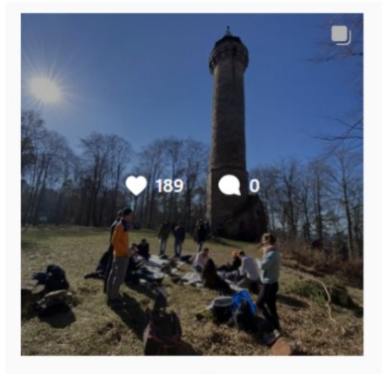
"Gesundheitstag 2021"



Angebot "Secret Tour Nr. 6"



×



campuspluskl

campuspluskl "Der absolute Oberhammer!" 🌞🌞
 Die sechste Secret Tour haben wir bei strahlendem Sonnenschein und einem regionalen Erfrischungsgetränk am Humberturm genossen. 🍷
 Die nächste Tour kommt! 🤫
 Sei gespannt, wohin sie dich führt! ❤️

We enjoyed the sixth Secret Tour in bright sunshine and a regional refreshment at the Humberturm. 🌞🌞

The next tour is coming! 🤫
 Be curious where it will take you! ❤️

#secrettour #erlebnis #natur #freunde #spaß #fackelwanderung
 #gesund #campuspluskl #tukaiserslautern #humberturm #sonne

Bearbeitet · 2 Wo.

[Insights ansehen](#)

Gefällt herofranzi und 188 weitere Personen

6. MÄRZ

Beitrags-Insights
 ✕

Insights im Zusammenhang mit Nachrichten sind aufgrund der Datenschutzrichtlinien in einigen Regionen nicht verfügbar. [Mehr dazu](#)

189

0

--

0

Interaktionen ⓘ

10

Über diesen Beitrag vorgenommene Handlungen

Profilaufrufe 10

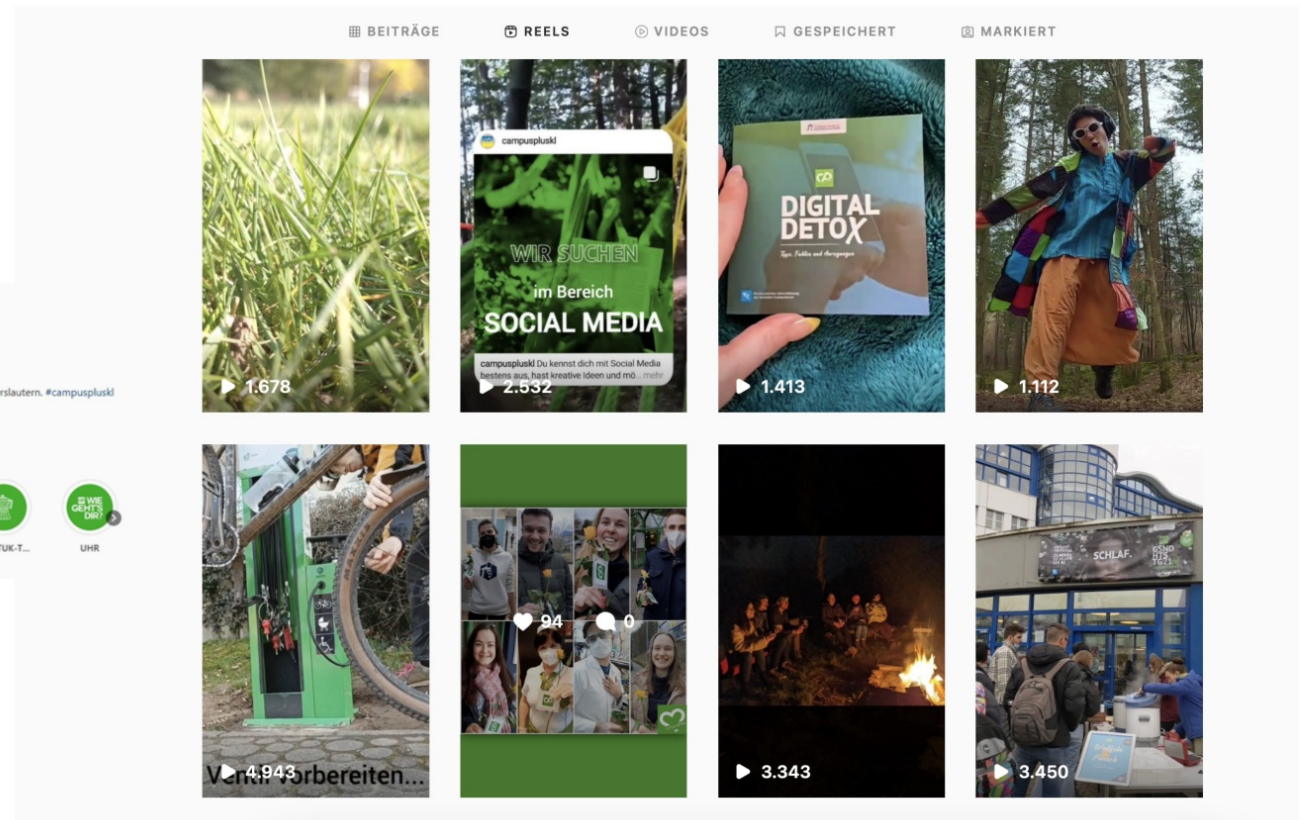
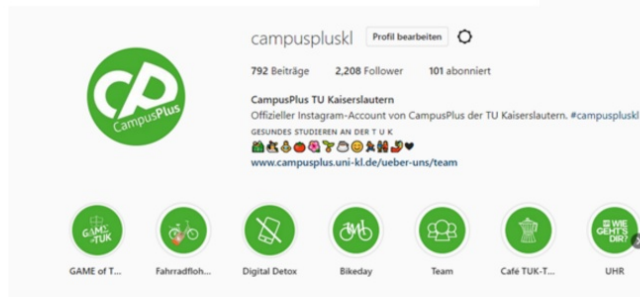
Discovery ⓘ

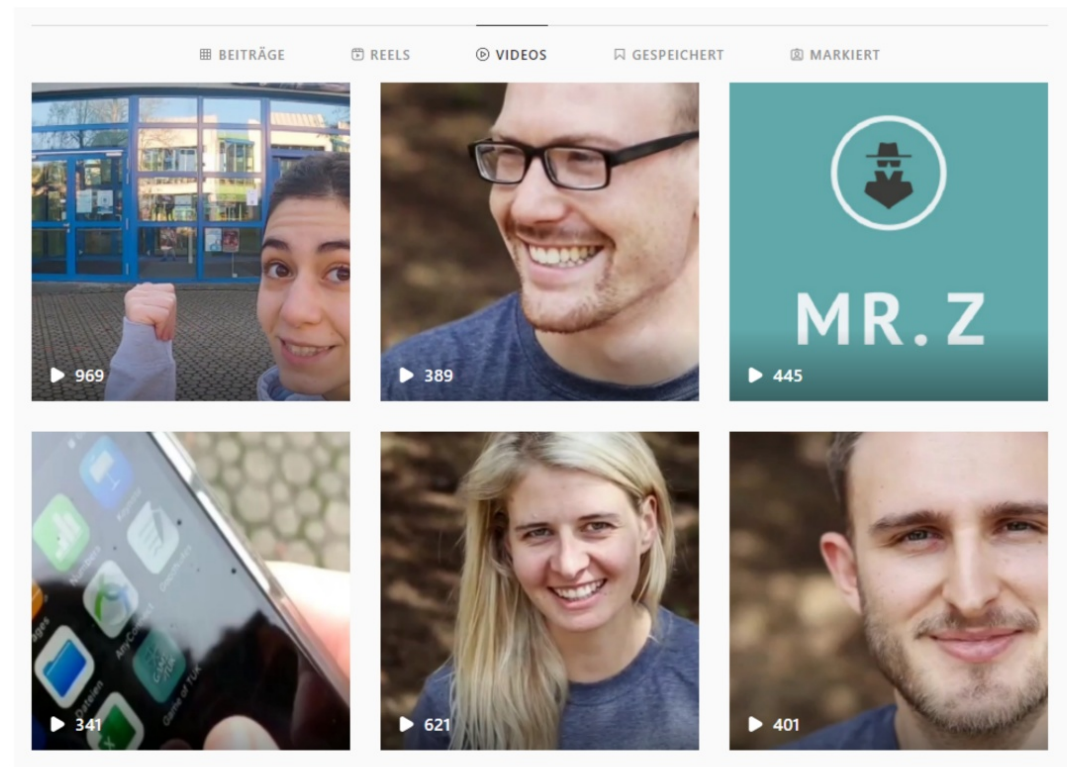
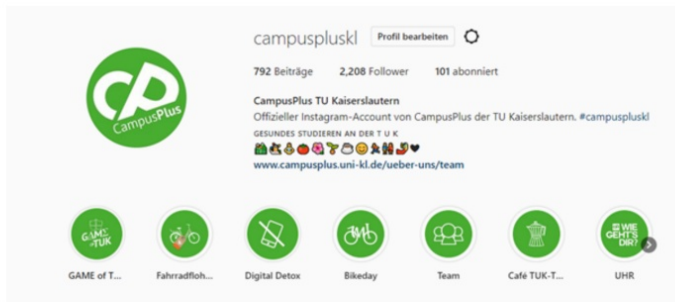
1.464

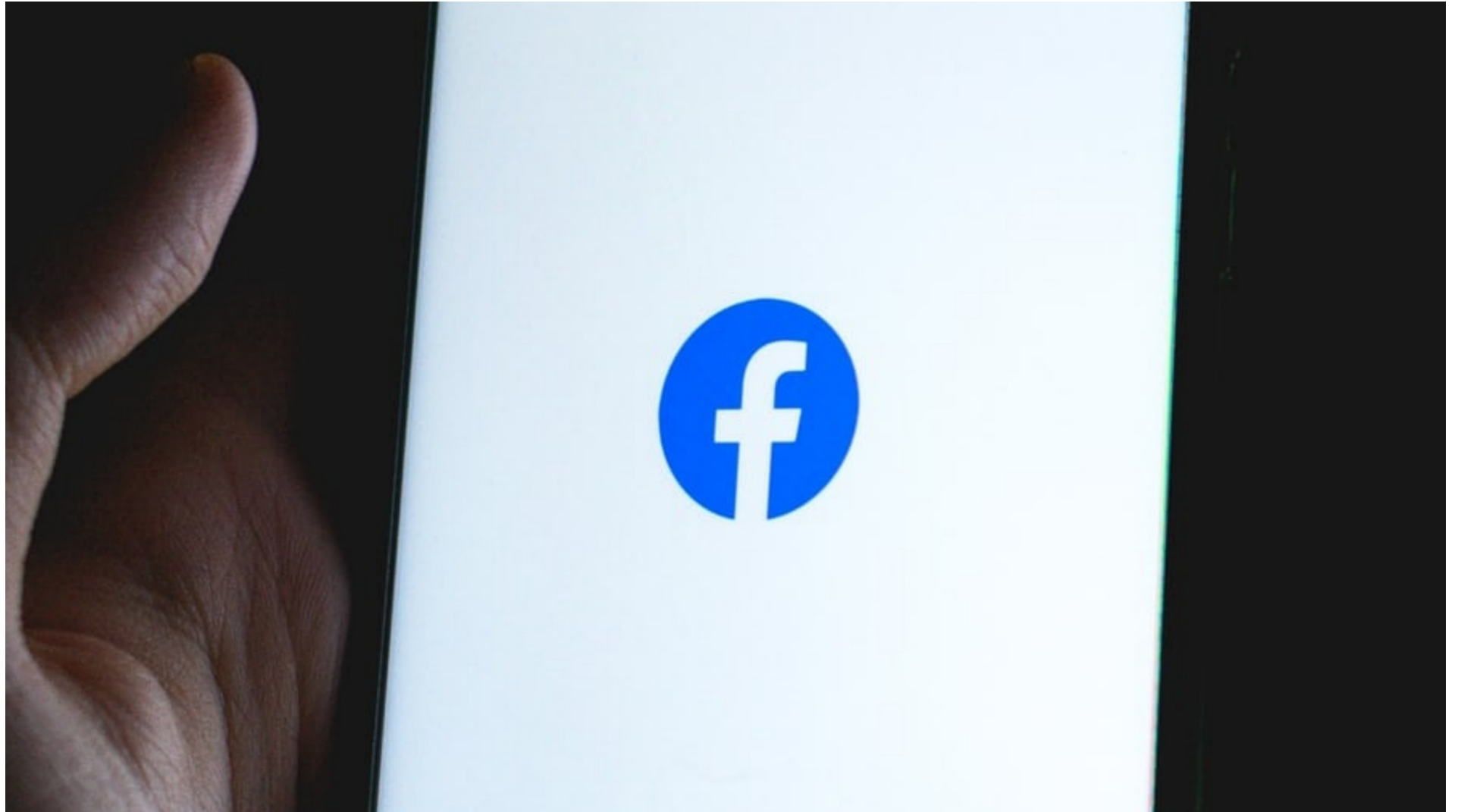
Erreichte Konten

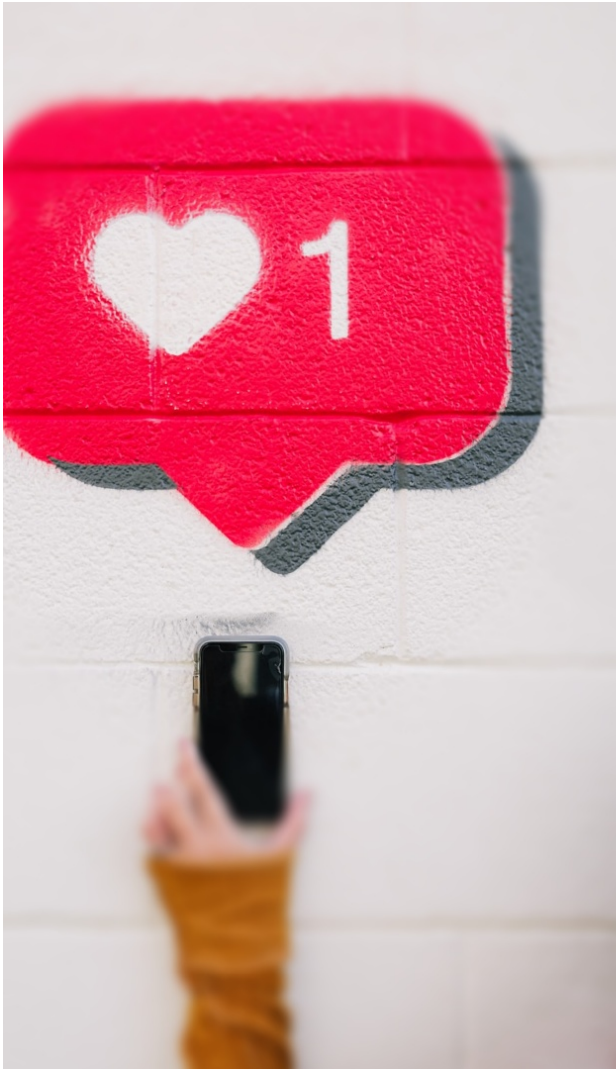
15 % waren keine Follower von campuspluskl

Impressionen	1.784
Von der Startseite	1.507
Von Hashtags	188
Vom Profil	65
Von sonstigen Quellen	9
Neue Abonnenten	2









Unsere Tipps für Social Media

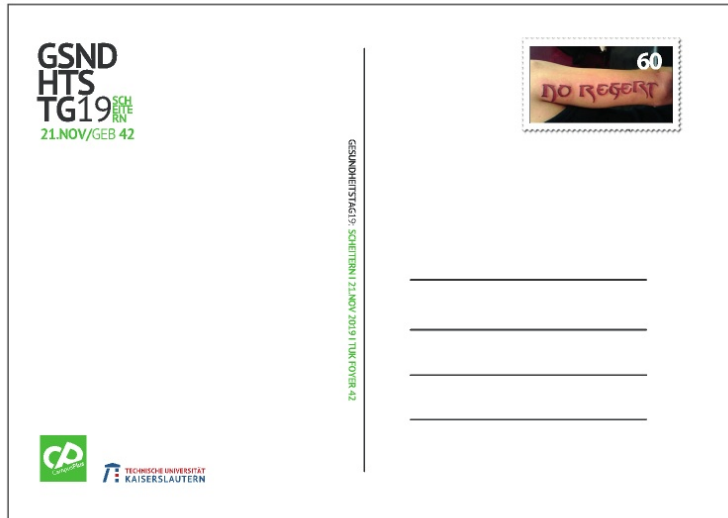
- Authentisch bleiben
 - Weniger ist mehr
 - kein professioneller Account
 - Studentische Perspektive
- Ausprobieren
- Beiträge gezielt planen (z.B. via Trello)
- Reichweite nutzen
 - interne Kanäle
 - externe Kanäle



Wortwitz







Schmunzeln