

Mareike Timmann · Tatjana Paeck  
Jan Fischer · Brigitte Steinke  
Chiara Dold · Manuela Preuß  
Max Sprenger *Hrsg.*

# Handbuch Studentisches Gesundheits- management

Perspektiven, Impulse und  
Praxiseinblicke

 Springer

---

Handbuch Studentisches  
Gesundheitsmanagement - Perspektiven,  
Impulse und Praxiseinblicke

---

Mareike Timmann • Tatjana Paeck  
Jan Fischer • Brigitte Steinke  
Chiara Dold • Manuela Preuß  
Max Sprenger  
Hrsg.

# Handbuch Studentisches Gesundheitsmanagement - Perspektiven, Impulse und Praxiseinblicke

 Springer

*Hrsg.*

Mareike Timmann  
Landesvereinigung für Gesundheit und  
Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e. V.  
Hannover, Deutschland

Tatjana Paeck  
Landesvereinigung für Gesundheit und  
Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e. V.  
Hannover, Deutschland

Jan Fischer  
Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie  
für Sozialmedizin Niedersachsen e. V.  
Hannover, Deutschland

Brigitte Steinke  
freiberufliche Beraterin  
Ludwigslust, Deutschland

Chiara Dold  
Prävention und Gesundheitsförderung  
Pädagogische Hochschule Heidelberg  
Heidelberg, Deutschland

Manuela Preuß  
Healthy Campus Bonn, Rheinische Friedrich-  
Wilhelms-Universität Bonn  
Bonn, Deutschland

Max Sprenger  
Zentrum für Sport  
Gesundheit und Wohlbefinden, Rheinland-  
Pfälzische Technische Universität  
Kaiserslautern-Landau  
Kaiserslautern, Deutschland

ISBN 978-3-662-65343-2

ISBN 978-3-662-65344-9 (eBook)

<https://doi.org/10.1007/978-3-662-65344-9>

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der DeutschenNationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

© Der/die Herausgeber bzw. der/die Autor(en), exklusiv lizenziert an Springer-Verlag GmbH, DE, ein Teil von Springer Nature 2022

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlags. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von allgemein beschreibenden Bezeichnungen, Marken, Unternehmensnamen etc. in diesem Werk bedeutet nicht, dass diese frei durch jedermann benutzt werden dürfen. Die Berechtigung zur Benutzung unterliegt, auch ohne gesonderten Hinweis hierzu, den Regeln des Markenrechts. Die Rechte des jeweiligen Zeicheninhabers sind zu beachten.

Der Verlag, die Autoren und die Herausgeber gehen davon aus, dass die Angaben und Informationen in diesem Werk zum Zeitpunkt der Veröffentlichung vollständig und korrekt sind. Weder der Verlag, noch die Autoren oder die Herausgeber übernehmen, ausdrücklich oder implizit, Gewähr für den Inhalt des Werkes, etwaige Fehler oder Äußerungen. Der Verlag bleibt im Hinblick auf geografische Zuordnungen und Gebietsbezeichnungen in veröffentlichten Karten und Institutionsadressen neutral.

Planung/Lektorat: Renate Scheddin

Springer ist ein Imprint der eingetragenen Gesellschaft Springer-Verlag GmbH, DE und ist ein Teil von Springer Nature.

Die Anschrift der Gesellschaft ist: Heidelberger Platz 3, 14197 Berlin, Germany

---

## Vorwort der Redaktionsgruppe

Das Ziel junge Menschen in ihrer Gesunderhaltung mit verhaltens- und verhältnispräventiven Maßnahmen zu unterstützen, ist Kern eines Studentischen Gesundheitsmanagements (SGM). Denn die hier gestellten Weichen können das spätere Leben prägen. Die letzten Jahre haben gezeigt, dass immer mehr Hochschulen diese Verantwortung annehmen und den Aufbau entsprechender Gesundheitsmanagementsysteme mit den dazugehörigen Maßnahmen und Angeboten forcieren und gesundheitsfördernde Rahmenbedingungen für das Studium geschaffen haben.

Die Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e. V. (LVG & AFS) und die Techniker Krankenkasse (TK) haben das langfristige präventive Potenzial dieses Themas bereits vor Jahren erkannt und durch ihre Arbeit zentrale Weichenstellungen vorgenommen, um diesem noch jungen Handlungs- und Forschungsfeld nachhaltig Gewicht zu verleihen und einen zentralen Präventionsbeitrag zu leisten. Im Rahmen der Kooperation ist mit einem interdisziplinär zusammengesetzten Projektteam 2019 die [„Handlungsempfehlung zu Theorie und Praxis im Studentischen Gesundheitsmanagement“](#) entstanden. Darin wird erstmals konzeptionell beschrieben, wie erste Schritte hin zu einem SGM aussehen können und wie entsprechende Strukturen, Analysen und Maßnahmen in der Hochschule ausgestaltet werden können.

Das jetzt hier präsentierte Handbuch „Studentisches Gesundheitsmanagement – Perspektiven, Impulse und Praxiseinblicke“ fußt auf diesem Konzept und den positiven Entwicklungen der letzten Jahre. Es zeigt Entwicklungsperspektiven und -potenziale für eine gesunde Hochschule auf und gibt Impulse, Anregungen und inhaltliche Orientierungen für die strategische und konzeptionelle (Weiter-)Entwicklung hin zu einem verstetigten und strukturell verankerten Gesundheitsmanagement. Somit eröffnet das Handbuch auch den Blick für ein ganzheitliches Hochschulisches Gesundheitsmanagement für alle Hochschulangehörigen und verdeutlicht die hochschulübergreifende Aufgabe, Gesundheit als Querschnittsthema der Organisation Hochschule zu etablieren. Ein umfangreicher und intensiver Diskussionsprozess führte zur Identifikation zentraler Themenschwerpunkte. Die große Heterogenität der Hochschullandschaft bringt es mit sich, dass das Handbuch keinen Anspruch auf Vollständigkeit erhebt, aber dennoch Wissenslücken schließt und den aktuellen Forschungsstand, insbesondere aus Praxisperspektive, darstellt. Ganz besonders

war es uns wichtig, auch unterschiedliche Vertreter\*innen von Dachverbänden zu deren Einschätzungen zum Thema SGM zu befragen. Sie kommen hier entsprechend zu Wort.

Das Vorhaben für das Buch wurde gemeinsam mit einer Redaktionsgruppe bestehend aus Expert\*innen aus dem Setting gesundheitsfördernder Hochschulen, der LVG & AFS und der TK realisiert.

**Die Mitglieder der Redaktionsgruppe** sind:

- Bianca Dahlke, TK
- Chiara Dold, Pädagogische Hochschule Heidelberg
- Jan Fischer, LVG & AFS
- Sabine König, TK
- Tatjana Paeck, LVG & AFS
- Dr. Manuela Preuß, Rheinische Friedrich-Wilhelms-Universität Bonn
- Dr. Max Sprenger, Rheinland-Pfälzische Technische Universität Kaiserslautern-Landau Kaiserslautern
- Dr. Brigitte Steinke, externe Projekt- und Prozessberaterin im Auftrag der TK
- Mareike Timmann, LVG & AFS

Wir wünschen uns, dass das Handbuch den lebendigen Diskurs zwischen Koordinator\*innen des Gesundheitsmanagements, den Hochschulleitungen, weiteren Akteur\*innen der Gesundheitsförderung an Hochschulen sowie interessierten Studierenden fördert, neue Anregungen, spannende Einblicke und vielleicht sogar neue Perspektiven befördert. Und wir hoffen und sind uns sicher, dass zunehmend mehr Hochschulen ihrer Verantwortung für die Gesundheit aller Mitglieder, Angehörigen und Studierenden nachkommen und zur Gestaltung gesundheitsfördernder Lehr-, Lern- und Arbeitsbedingungen beitragen.

Ihre Redaktionsgruppe

Bianca Dahlke, Chiara Dold, Jan Fischer, Sabine König, Tatjana Paeck, Manuela Preuß, Max Sprenger, Brigitte Steinke, Mareike Timmann

---

## Danksagung

Unser Dank gilt allen Autor\*innen, die dieses Vorhaben so zahlreich mit ihrem Wissen und Erfahrungen unterstützt haben. Ohne ihre Offenheit, Professionalität und Unterstützung wäre das Handbuch in dieser Form und Qualität nicht realisierbar gewesen. Wir möchten uns ganz besonders für Pionierarbeit im Themenfeld „Gesunde Hochschule“ bei Frau Dr. Ute Sonntag, bei Herrn Professor Dr. Thomas Hartmann und Frau Dr. Brigitte Steinke bedanken.

Wir freuen uns mit dem vorliegenden Handbuch die Etablierung und Weiterentwicklung des Studentischen Gesundheitsmanagements an Hochschulen in Deutschland weiter vorantreiben zu können. Ermöglicht wurde diese Publikation durch die enge Zusammenarbeit der Techniker Krankenkasse und der Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e. V. Die beiden Organisationen verbindet eine lange Partnerschaft im Themenfeld gesundheitsfördernder Hochschulen.

Die **Techniker Krankenkasse** ist mit über 14 Millionen Versicherten die größte gesetzliche Krankenversicherung in Deutschland. Seit 2016 tritt sie unter der Marke Die Techniker auf. 14.000 Mitarbeitende setzen sich tagtäglich dafür ein, den TK-Versicherten eine qualitativ hochwertige medizinische Versorgung zu gewährleisten. In bundesweit 194 Geschäftsstellen, telefonisch, per Chat oder App bietet die TK ihren Kundinnen und Kunden individuelle Beratung und Hilfe rund um Gesundheitsvorsorge und -versorgung sowie Pflege an. Mit zahlreichen Innovationen – wie z. B. der elektronischen Gesundheitsakte TK-Safe – ist es das Ziel der TK, die Digitalisierung im Gesundheitswesen voranzutreiben und ein modernes Gesundheitssystem maßgeblich mitzugestalten.

Seit über zwei Jahrzehnten engagiert sich die TK zudem in der Lebenswelt Hochschule und bietet ein bedarfsorientiertes, innovatives und anregendes Portfolio zum Thema "Gesundheitsförderung an Hochschulen". Expertinnen und Experten in allen Regionen Deutschlands beraten und begleiten prozessorientiert Hochschulen bei der Einführung und Etablierung eines ganzheitlichen Gesundheitsmanagements mit dem Ziel integrierte Strukturen zum Gesundheitsmanagement an Hochschulen nachhaltig aufzubauen und Maßnahmen im Hochschulalltag umzusetzen. Mehr Informationen finden Sie unter [www.tk.de](http://www.tk.de) und unter [Gesunde Hochschule | Die Techniker \(tk.de\)](http://www.gesunde-hochschule.de).

Die **Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e. V.** (LVG & AFS) ist ein gemeinnütziger, unabhängiger Fachverband für Gesundheitsförderung und Prävention mit dem Ziel, zur Verbesserung der gesundheitlichen Chancengleichheit der Bevölkerung beizutragen.

Die LVG & AFS hat in den letzten Jahren und Jahrzehnten, gemeinsam mit Akteur\*innen der Hochschulen und der Techniker Krankenkasse (TK), umfassende Expertise in dem Themenfeld gesundheitsfördernde Hochschulen aufgebaut. Seit 1995 koordiniert sie den von ihr mitgegründeten bundesweiten Arbeitskreis Gesundheitsfördernde Hochschulen (AGH), einen Zusammenschluss von Vertreter\*innen aus über 150 Hochschulen und hochschulnahen Organisationen. Der AGH setzt sich für die Etablierung eines umfassenden Gesundheitsmanagements und die Stärkung von Gesundheitsförderung nach dem Settingansatz an Hochschulen ein. 2018 richtete die LVG & AFS das Kompetenzzentrum Gesundheitsfördernde Hochschulen (KGGH) ein, welches sich inzwischen als weitere wichtige Struktur im Themenfeld gesundheitsfördernde Hochschulen etabliert hat. Insbesondere das Schwerpunktthema Studentisches Gesundheitsmanagement (SGM) konnte durch vielseitige Publikationen und Medien sowie Qualifizierungsangebote durch das KGGH vorangebracht werden. Beide Projekte werden in enger Kooperation mit der TK umgesetzt und tragen zur Qualitätsentwicklung und -sicherung im Themenfeld gesundheitsfördernde Hochschulen bei.

Weitere Informationen finden Sie unter [www.gesundheit-nds.de](http://www.gesundheit-nds.de) und [www.kompetenzzentrum-gesunde-hochschulen.de](http://www.kompetenzzentrum-gesunde-hochschulen.de).

---

# Inhaltsverzeichnis

## Teil I Stimmen zum Studentischen Gesundheitsmanagement

- 1 Stimmen zum Studentischen Gesundheitsmanagement an Hochschulen . . . 3**  
Jan Fischer und Mareike Timmann

## Teil II Gesundheit von Studierenden

- 2 Ohne Start, kein Ziel: Bedeutung der Bestandsaufnahme für eine effektive Gesundheitsförderung . . . . . 19**  
Burkhard Gusy, Tino Lesener, Christine Wolter und Wiebke Blaszyk
- 3 Gesundheitliche Ungleichheit bei Studierenden . . . . . 27**  
Katharina Diehl, Jennifer Hilger-Kolb und Raphael Herr
- 4 Gesund durchs Studium – eine Illusion? . . . . . 35**  
Edgar Voltmer
- 5 Das Ich und die Anderen – Sozialität und Wohlbefinden in studentischen Lebenswelten. . . . . 47**  
Alexa Maria Kunz und Marija Stanisavljević

## Teil III Kennzahlen und Qualitätsmanagement

- 6 Kennzahlen im Betrieblichen und Studentischen Gesundheitsmanagement an Hochschulen . . . . . 61**  
Christina Nill und Joachim Birzele
- 7 Auf dem Weg zur Gesunden Hochschule – Qualitätssicherung im Gesundheitsmanagement: Reflexions- und Entwicklungsinstrument mit dem Mentor\*innenprogramm. . . . . 71**  
Urte Ketelhön

- 8 Bielefelder Fragebogen zu Studienbedingungen und Gesundheit als Basis für die Gestaltung von SGM an Hochschulen ..... 77**  
 Julia Burian, Jennifer Lehnchen, Eileen Heumann, Stefanie Maria Helmer und Christiane Stock

**Teil IV Gesundheitsfördernde Strukturen und Prozesse in der Hochschule**

- 9 Entwicklungspotenziale und Möglichkeiten eines Hochschulischen Gesundheitsmanagements ..... 91**  
 Manuela Preuß, Max Sprenger, Julia Müller und Peter Preuß
- 10 Studentisches Gesundheitsmanagement (SGM) als Organisationsentwicklungsprozess unter Einbeziehung einer europäischen Perspektive ..... 103**  
 Von Tanja Notthoff
- 11 House of Studyability ..... 109**  
 Mona Kellner, Klaus Weiß, Coralie Stein und Gerhard Huber
- 12 Gesunde Hochschullehre als zentraler Bestandteil eines Hochschulischen Gesundheitsmanagements. .... 121**  
 Robert Rupp
- 13 Verhältnisorientierte Bewegungsförderung in der Lebenswelt Hochschule am Beispiel der Walkability ..... 129**  
 Jens Bucksch
- 14 Partizipation Studierender im SGM durch Lehre und Forschung ..... 137**  
 Jule Kunkel, Philip Bachert und Claudia Hildebrand

**Teil V Kommunikation im Studentischen Gesundheitsmanagement**

- 15 Professionelles Marketing im Gesundheitsmanagement an Hochschulen – mit 10 Punkten zum Erfolg ..... 149**  
 Sebastian Kirn, Julia Müller und Max Sprenger
- 16 Kommunikationsstrategie für studentische Gesundheit in Hochschulen: theoretische Überlegungen und praktische Umsetzungen ..... 161**  
 Jörg Reitermayer und Felix Albrecht

**Teil VI Digitalisierung in der Gesundheitsförderung an Hochschulen**

- 17 Digitalisierung der studentischen Gesundheitsförderung als Chance und Herausforderung: kritische Analyse am Beispiel von Sport- und Bewegungsangeboten..... 177**  
Arne Göring und Sabrina Rudolph
- 18 Bedeutung des digitalen Wandels für gesundheitsfördernde Hochschulen. . 187**  
Eike Quilling, Christian Funk, Rüdiger Hoßfeld, Christina Josupeit, Jan Josupeit, Janna Leimann und Sven Dieterich
- 19 Gesundheitsförderliche Führung in der digitalen Transformation in Hochschulen. .... 197**  
Sabine König und Brigitte Steinke
- 20 Digitale Gesundheitskompetenz – ein Zukunftsthema?!. .... 203**  
Arne Göring

**Teil VII Berührungspunkte zu den Sustainable Development Goals (SDGs)**

- 21 Gender und gesundheitsfördernde Hochschule ..... 211**  
Nadine Pieck
- 22 Verzahnung von Gesundheit und Nachhaltigkeit am Beispiel des Hochschulsports ..... 217**  
Irmhild Brüggem und Mira Pape
- 23 Nachhaltigkeit und Gesundheit an der Hochschule ..... 227**  
Angela Häußler und Katja Schneider

**Teil VIII Transfer in und von anderen Lebenswelten**

- 24 Transfer als Chance für gesundheitsfördernde Hochschulen..... 237**  
Juliane Möckel, Chiara Dold und Julika Ritter
- 25 Förderung von Führungspraxis in der studentischen Lebenswelt. .... 245**  
Michael Stolle
- 26 Übergänge zur Hochschule und Studienverläufe: individuelle und soziale Herausforderungen unter besonderer Berücksichtigung gesundheitlicher Beeinträchtigungen. .... 251**  
Andrä Wolter

- 27 Studierende mit Jugendhilfeerfahrung. . . . . 261**  
Dorothee Kochskämper
- 28 Transfer studentischer Gesundheitskompetenz in beruflichen Settings . . . . 267**  
Anna-Lena Sting und Mathias Bonse-Rohmann
- 29 Nachwort der Redaktionsgruppe . . . . . 277**  
Bianca Dahlke, Chiara Dold, Jan Fischer, Sabine König, Tatjana Paeck,  
Manuela Preuß, Max Sprenger, Brigitte Steinke und Mareike Timmann

---

## Über die Herausgeber



**Mareike Timmann** ist Fachreferentin der Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e. V. (LVG & AFS). Sie koordiniert im Rahmen dessen seit 2018 das Kompetenzzentrum Gesundheitsfördernde Hochschulen, ein Kooperationsprojekt der LVG & AFS sowie der Techniker Krankenkasse. Sie engagiert sich u. a. für die Entwicklung des Studentischen Gesundheitsmanagements (SGM) an Hochschulen sowie für die Wissensvermittlung sowie Vernetzung zwischen den Akteur\*innen ein.



**Jan Fischer** war Fachreferent der Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e. V. (LVG & AFS). Er koordinierte im Rahmen dessen von 2020 bis 2021 das Kompetenzzentrum Gesundheitsfördernde Hochschulen, ein Kooperationsprojekt der LVG & AFS sowie der Techniker Krankenkasse. Er engagiert sich u. a. für partizipative Ansätze der Evaluation in der Gesundheitsförderung und setzt sich für gesundheitliche Chancengleichheit ein.



**Tatjana Paeck** ist Fachreferentin der Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e. V. (LVG & AFS). Sie koordiniert im Rahmen dessen seit 2020 das Kompetenzzentrum Gesundheitsfördernde Hochschulen, ein Kooperationsprojekt der LVG & AFS sowie der Techniker Krankenkasse. Sie engagiert sich u. a. für die Entwicklung des Studentischen Gesundheitsmanagements (SGM) an Hochschulen sowie die Vernetzung von Studierenden, Koordinator\*innen des SGM und Entscheidungsträger\*innen in- und außerhalb von Hochschulen.



**Dr. Brigitte Steinke** hat über 20 Jahre als Referentin im Gesundheitsmanagement der Unternehmenszentrale der Techniker Krankenkasse (TK) maßgeblich das Engagement der TK im Setting gesundheitsfördernder Hochschulen mitgestaltet, konzeptionell entwickelt und in Netzwerken vorangetrieben. In den letzten Jahren konzentrierte sie sich besonders auf die strukturellen und individuellen Möglichkeiten der Förderung von Studierendengesundheit. Sie ist heute als freiberufliche Beraterin und Begleiterin bei Veränderungen von Organisationen und Personen tätig.



**Dr. rer. nat. Max Sprenger** ist stellv. Leiter des Zentrums für Sport, Gesundheit und Wohlbefinden (Zentrale Betriebseinheit CampusPlus) und Leiter des Studentischen Gesundheitsmanagements an der Rheinland-Pfälzische Technische Universität Kaiserslautern-Landau Kaiserslautern. Er forscht, mit starkem Praxisbezug, zur Gesundheit von Studierenden sowie zur Verhältnis- und Verhaltensprävention an Hochschulen. Er ist als Experte rund um das Thema Hochschulisches Gesundheitsmanagement in diversen Gremien vertreten und Referent bei zahlreichen Tagungen, Kongressen und Workshops.



**M. A. Chiara Dold** ist wissenschaftliche Mitarbeiterin am Heidelberger Zentrum für Prävention und Gesundheitsförderung. Sie ist Mitentwicklerin des Heidelberger Modells der bewegten Lehre und hat dieses an der Pädagogischen Hochschule Heidelberg implementiert. Dort koordiniert sie das Studentische Gesundheitsmanagement und verantwortet dessen Weiterentwicklungsprozess zu einem Hochschulischen Gesundheitsmanagement. Zu ihren weiteren Arbeitsschwerpunkten gehört Transfer von Gesundheitsförderungskonzepten in außerhochschulische Settings.



**Dr. Manuela Preuß** beschäftigt sich seit rund 10 Jahren intensiv mit ganzheitlichen Ansätzen zum Gesundheitsmanagement an Hochschulen. Ihr wissenschaftlicher Schwerpunkt liegt im Bereich Public Health zum Gesundheitsmanagement. Von 2012 bis 2015 hat sie Healthy Campus für Studierende an der Universität Bonn und an der Deutschen Sporthochschule Köln konzipiert und aufgebaut. Seit 2014 leitet Dr. Manuela Preuß Healthy Campus Bonn und etabliert ein ganzheitliches Universitäres Gesundheitsmanagement an der Universität Bonn für Studierende und Beschäftigte.

---

**Teil I**

**Stimmen zum Studentischen  
Gesundheitsmanagement**



# Stimmen zum Studentischen Gesundheitsmanagement an Hochschulen

# 1

Jan Fischer und Mareike Timmann

Durch die Integration von Gesundheitsförderung als Querschnittsaufgabe, haben Hochschulen das Potenzial, jeder Studierendengeneration eine Perspektive auf Gesundheit zu vermitteln, die sie ihr Leben lang begleiten kann. Um Gesundheitsförderung in der komplexen Organisation Hochschule dauerhaft zu verankern, bedarf es Netzwerke und starke Partnerschaften. Gemeinsam müssen geeignete Finanzierungs-, Organisations- und Personalstrukturen geschaffen werden, um Gesundheit als Querschnittsthema zu integrieren. Infolgedessen hängt die Weiterentwicklung des Studentischen Gesundheitsmanagements auch an dem Willen, der Unterstützung und dem Zusammenwirken zentraler Akteur\*innen.

Im Rahmen des Handbuchs wurden in Form von Kurzstatements verschiedene Akteur\*innen aus hochschulischen oder hochschulnahen Organisationen angefragt, die von ihrer Verantwortung und ihren Unterstützungsmöglichkeiten zur Weiterentwicklung des Gesundheitsmanagements an Hochschulen berichten. Die hier integrierten Statements umfassen Studierendenvertretungen, Hochschullehrerverbände oder Sozialversicherungsträger. Das Kapitel wird eröffnet von den Projektpartner\*innen, die dieses Handbuch ermöglicht haben.

---

J. Fischer (✉) · M. Timmann

Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e. V.,  
Hannover, Deutschland

e-mail: [mareike.timmann@gesundheit-nds.de](mailto:mareike.timmann@gesundheit-nds.de)

© Der/die Autor(en), exklusiv lizenziert an Springer-Verlag GmbH, DE,

ein Teil von Springer Nature 2022

M. Timmann et al. (Hrsg.), *Handbuch Studentisches*

*Gesundheitsmanagement - Perspektiven, Impulse und Praxiseinblicke,*

[https://doi.org/10.1007/978-3-662-65344-9\\_1](https://doi.org/10.1007/978-3-662-65344-9_1)

## 1.1 **Thomas Altgeld für die Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e. V.**

Die letzten beiden Jahre bedeuteten für Bildungssettings in Deutschland und weltweit einen noch nie so dagewesenen Einschnitt. Quasi von einem Tag auf den anderen haben sich die Rahmenbedingungen für Lernen und Lehren aufgrund der pandemischen Lage völlig verändert. Spielte die Hochschule als Ort der Begegnung, des sozialen Miteinanders zwischen den Studierenden, des wissenschaftlichen Dialoges mit dem Lehrkörper eine zentrale Rolle im Leben der Studierenden, wird heute für das Studium vielfach nicht einmal mehr der Wohnort gewechselt. Studieren unter dem elterlichen Dach wäre für viele Studierendengenerationen vorher gerade undenkbar gewesen, weil die Aufnahme des Studiums einen spannenden Schritt in einen ganz neuen, selbstständigen Lebensabschnitt darstellte. Digitale Lehrformate sind zwar auch vor der COVID-19-Pandemie entwickelt worden, aber für den Beginn der 20er-Jahre dieses Jahrhunderts sind sie zur einzigen Lernform geworden.

Die Folgen sind spürbar an den Hochschulen, denn das akademische Leben war stets mehr als die reine Vermittlung von Wissen. Die jungen Erwachsenen konnten sich ausprobieren, Neues entdecken und neue Kontakte knüpfen, sich von den Eltern lösen, eigene Meinungen entwickeln, diskutieren, sich in ein neues Umfeld integrieren und vieles mehr. Diese Phase stellt einen wichtigen Entwicklungsschritt im Leben dar. Trotz dieser enormen Veränderungen kommen Studierende im öffentlichen Diskurs kaum vor. Insbesondere sozial benachteiligte Studierende oder auch Studierende mit chronischen Erkrankungen oder Mehrfachbelastungen sind jedoch in besonderer Weise von dieser Situation betroffen und müssen mit ihren Bedarfen wahrgenommen werden. Dadurch kam sehr deutlich hervor, wie hoch die Bedeutung von Diversität an Hochschulen ist.

Die Etablierung von gesundheitlicher Chancengleichheit war schon vor der COVID-19-Pandemie zentrales Ziel der Vereinsarbeit der Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e. V. (LVG & AFS). Bereits 1995 wurde der bundesweite Arbeitskreis Gesundheitsfördernde Hochschulen (AGH) gegründet, der die Lebenswelt Hochschule als gesundheitsfördernden Ort entdeckte. In einem kleinen Sitzungsraum in Hannover fanden sich die ersten interessierten Hochschul- und Studierendenvertreter\*innen ein, um miteinander Strategien zu entwickeln, wie Hochschulen gesundheitliche Belastungen für Beschäftigte und Studierende reduzieren können und die Gesundheit aller vor Ort fördern können. Die LVG & AFS hat für dieses gemeinsame Lernfeld zunehmend mehr Interessierte im Feld gewonnen. Was als Netzwerk weniger Enthusiast\*innen begann, ist heute ein bundesweites Netzwerk mit mehr als 150 Hochschulen und mehreren hundert engagierten Mitgliedern. Ein Ergebnis dieser gebündelten Expertise ist beispielsweise die Entwicklung der „Zehn Gütekriterien für eine gesundheitsfördernde Hochschule“ zu nennen, die nun vom GKV-Spitzenverband als Grundlage für die Durchführung von Gesundheitsprojekten an Hochschulen im genannten Leitfadens Prävention verankert wurden. Dort wird Chancengleichheit, Inklusion, Diversity, Gender Mainstreaming sowie Cultural Mainstreaming als Bestandteil einer gesundheitsfördernden

Hochschule beschrieben. Seit 2018 existiert neben dem AGH auch das Kompetenzzentrum Gesundheitsfördernde Hochschulen (KGH), welches sich bereits als weitere wichtige Struktur im Themenfeld etabliert hat und Fachkräfte durch Wissensbündelung und -transfer sowie Angebote zur Kompetenzentwicklung unterstützt. Mit langjähriger Unterstützung der Techniker Krankenkasse konnte der Aufbau und die Entwicklung von Studentischem Gesundheitsmanagement maßgeblich vorangebracht werden.

Die gesammelten Erfahrungen der letzten Jahre haben gezeigt, dass durch die Etablierung von Gesundheit als Querschnittsthema an Hochschulen die Menschen, die in ihnen leben, lernen, lehren und arbeiten davon profitieren können. Um die positiven Entwicklungen der letzten Jahre nachhaltig zu verankern, bedarf es einer stärkeren politischen Unterstützung und dem Willen sich für die Gesundheit aller Hochschulangehörigen einzusetzen.

---

## 1.2 Dr. Sabine Voermans für die Techniker Krankenkasse

Über 20 Jahre blickt die Techniker Krankenkasse (TK) nun schon auf ganzheitliche Projekt- und Prozessberatung im Bereich Gesundheitsförderung und Prävention in Hochschulen zurück. In dieser Zeit wurden mehr als 150 Projekte im Betrieblichen und Studentischen Gesundheitsmanagement an Hochschulen fachlich begleitet und gefördert. Damit verfügt die TK über eine breitgefächerte Fachexpertise und Erfahrungswissen in der Organisations- und Prozessberatung im Setting Hochschule. Von Beginn an ging es sowohl um die Stärkung der Gesundheit und das gesundheitsförderliche Verhalten Einzelner als auch um die Förderung und Beratung entsprechender Strukturen und Rahmenbedingungen in den Hochschulen. Zunächst, in den 2000er-Jahren, richtete sich die Mehrzahl aller gesundheitsförderlichen Aktivitäten im Setting Hochschule an die Mitarbeitenden. In diesem Kontext wurde das Betriebliche Gesundheitsmanagement in Hochschulen aufgebaut und die Notwendigkeit für personelle Ressourcen wurde von den Hochschulleitungen erkannt und zum größten Teil umgesetzt. Die Gesundheit Studierender hingegen war hauptsächlich ein Thema in den psychosozialen Beratungsstellen und im Hochschulsport mit Bezug auf die Bewegungsförderung.

Parallel zu diesen Entwicklungen hat die TK in Kooperationen mit Hochschulen wissenschaftliche Erkenntnisse zu Ressourcen, Belastungen und spezifischen Voraussetzungen Studierender gewonnen und somit einen wichtigen Einblick in die Gesundheitssituation Studierender erhalten: Beispielsweise im Gesundheitssurvey Nordrhein-Westfalen (NRW) 2005–2007, einer Kooperation der Universität Bielefeld, der TK und der Unfallkasse NRW, oder in der Kooperation mit der Universität Paderborn zur Lebensstilanalyse Studierender („Studium heute – gesundheitsfördernd oder gesundheitsgefährdend?“, 2009–2011). In beiden wegweisenden Kooperationen wurden praxisorientierte Handlungsbedarfe abgeleitet, die heute noch zu großen Teilen gültig sind und vielen Projekten Orientierung geben. Und so war es folgerichtig, dass der bundesweite Arbeitskreis Gesundheitsfördernde Hochschulen, die TK, Experten\*innen aus Hochschulen und Studierendenvertretungen eine Handlungsempfehlung für ein nachhaltiges und systematisches

Studentisches Gesundheitsmanagement konzipiert haben. Seitdem ist das Thema Studierendengesundheit nicht mehr wegzudenken („SGM – Studentisches Gesundheitsmanagement Handlungsempfehlung zu Theorie und Praxis“, 2019).

Viele junge Menschen, die ein Studium beginnen möchten, lassen heute nämlich zunehmend in ihre Hochschulwahl einfließen, inwiefern sie an dieser Hochschule eine gute Studienatmosphäre und gesundheitsförderliche Angebote erwarten dürfen. Dies wird auch bei Hochschulrankings mit herangezogen.

Wird Gesundheitsförderung somit in die Hochschulkultur und die Lehre nachhaltig verankert, ermöglicht dies allen Mitarbeitenden und Studierenden, sich mit ihren Stärken und Ressourcen optimal zu entfalten und gesundheitsbezogene Kompetenzen für die Arbeitswelt zu vermitteln. Denn viele Absolvent\*innen können dann wiederum ihre Erfahrungen und Kompetenzen zur Gesundheitsförderung als Entscheider\*innen in Unternehmen in die betriebliche Arbeitswelt einbringen.

So unterstützt die TK darin, ein Gesundheitsmanagement zu initiieren und entsprechende Strukturen aufzubauen, um gesundheitsförderliche Prozesse und Maßnahmen im Hochschulalltag umsetzen zu können. Speziell ausgebildete Gesundheitsexpert\*innen in den Regionen Deutschlands begleiten diesen gesamten Prozess zur Strukturbildung – von der Analyse über Maßnahmen bis hin zur Evaluation als Gesundheitspartner\*innen der Hochschulen.

In den nächsten Jahren werden sich immer mehr Hochschulen hin zu einer gesundheitsförderlichen Organisation und damit zu einem Hochschulischen Gesundheitsmanagement entwickeln. Das wird die Kultur und die Gesundheitssituation als Ganzes am Campus und im Studium nachhaltig positiv prägen. Die TK wird auch in Zukunft verlässlich und professionell diese Veränderungen mit ihrer Expertise begleiten und unterstützen.

---

### **1.3 Dr. Roland Kischkel für die Vereinigung der Kanzlerinnen und Kanzler der Universitäten Deutschlands**

Die Aufmerksamkeit dafür, ob ihre Studierenden gesund sind oder nicht, ist für Universitäten nicht neu. Um Gesundheit geht es im Universitätsbetrieb beispielsweise im Kontext von Prüfungen, von denen sich abmelden kann, wer krank ist, im Falle chronischer Erkrankungen, die besondere Unterstützungsprozesse nötig werden lassen, oder beim Umgang mit Gefahrstoffen im Studium. Relativ neu dagegen ist für Universitäten noch ein ganzheitliches und vorsorgliches Sichkümmeren um die Gesundheit ihrer Student\*innen, für das das Konzept des Studentischen Gesundheitsmanagements (SGM) entwickelt wurde. Sich gesundheitsförderlich zu verhalten und/oder sich gesund zu fühlen, wird als wichtige studentische Ressource für ein erfolgreiches Studium gesehen und zugleich gilt die Aufmerksamkeit der Universität Umständen des Studiums, die die Gesundheit der Studierenden befördern bzw. beeinträchtigen könnten. Analog zum betrieblichen Arbeitsschutz können diese Betrachtungsweisen als *verhaltens-* und *verhältnis-*orientiert voneinander unterschieden werden.

Während in der Vergangenheit fast ausschließlich gesundheitsbeeinträchtigende Verhältnisse (Raumklima, Akustik, Licht, mangelnde Ergonomie von Sitzen und Tischen usw.) selbstverständlich die Aufmerksamkeit der Universität bekamen, ist das für den individuellen Umgang der Student\*innen mit ihrer Gesundheit, ihr Verhalten, nicht gleichermaßen selbstverständlich – Es ist Privatsache, wie vieles andere auch, oder?

Die zu lösenden Fragen lauten folglich: (1) Wie kann die Universität die Verhältnisse, die ein Studium ausmachen, so gestalten, dass eine Beeinträchtigung der Gesundheit der Studierenden vermieden wird und diese, wo möglich, gesundheitsförderlich werden? (2) Welche Anregungen und Anreize kann die Universität ihren Studierenden für ihr gesundheitsrelevantes Verhalten vermitteln?

In den Erfahrungen meiner Universität haben sich im Laufe des letzten Jahrzehnts vier Bereiche als zentrale Handlungsfelder der Gesundheitsförderung herausgebildet: Bewegung, Umgang mit Stress, Ernährung und die Vermittlung von Gesundheitskompetenz. Sie hängen eng miteinander zusammen, bilden aber jeweils eigenständige Schwerpunkte mit einer Vielzahl von Angeboten.

Wir erleben das als komplexe Herausforderung. Daher kann Gesundheitsförderung an einer Universität nicht als ehrenamtliches „Hobby“ besonders Engagierter bestehen. Sie bedarf einer stabilen Organisations- und Personalstruktur und eines der Aufgabe angemessenen qualifizierten Personals.

---

## **1.4 Esa Böttcher für den Allgemeinen Deutschen Hochschulsportverband**

Als Dachverband der Hochschulsporteinrichtungen, vertritt der Allgemeine Deutsche Hochschulsportverband (adh) nahezu die Hälfte aller Hochschulen in Deutschland. Seit über 10 Jahren engagiert sich der adh in der strategischen Weiterentwicklung der Gesundheitsförderung und Prävention, die mit der Verabschiedung des Präventionsgesetzes im Sommer 2015 bedeutenden Aufschwung erhalten hat.

Durch den § 20a SGB V eröffnete der Gesetzgeber neue Perspektiven für das Setting Hochschule und fordert seitdem gesundheitsförderliche Veränderungen dieser Lebenswelt. Diese herbeizuführen, haben sich der adh und seine Mitgliedshochschulen zur Aufgabe gemacht. Zum einen gilt es, die physische, psychische und soziale Gesundheit der Studierenden auf und abseits des Campus zu fördern sowie den Hochschulsport als einen wichtigen Akteur im Studentischen Gesundheitsmanagement (SGM) weiter zu stärken. Darüber sollen Studierende als zukünftige gesellschaftliche Multiplikator\*innen sensibilisiert werden und Kompetenzen entwickeln, damit sie perspektivisch gesundheitsfördernde Strukturen in der Arbeitswelt entfalten können.

Um diese Ziele zu erreichen, agiert der adh mit seinem Team für Gesundheitsförderung auf verschiedene Ebenen. Das Zusammenspiel von individueller Projektunterstützung an den Mitgliedshochschulen, der Qualifizierung von Führungskräften im Hochschulsport,

der Weiterentwicklung des Erfolgsprogramms „Pausenexpress“, der kommunal-, landes-, und bundespolitischen Arbeit sowie der Vernetzung wichtiger Akteur\*innen im Themenfeld Gesundheit soll in den kommenden Jahren den Weg bereiten, studentische Gesundheitsförderung flächendeckend durch den Hochschulsport anbieten zu können.

Ein wichtiger adh-Partner im Bereich der Studentischen Gesundheitsförderung ist die Techniker Krankenkasse (TK). adh und TK initiierten im Jahr 2017 das gemeinsame Kooperationsprojekt „Bewegt studieren – Studieren bewegt!“, um die systematische Weiterentwicklung der gesundheitsfördernden Strukturen in der Lebenswelt Hochschule im und durch den Hochschulsport zu fördern. Aufgrund des großen Erfolgs der ersten Initiative ging diese im Jahr 2020 in die zweite Runde.

Nach vielen Jahren – vor allem als Dienstleister von Maßnahmen der Gesundheitsförderung, vielerorts aber auch als Koordinator oder sogar Initiator eines Gesundheitsmanagements an Hochschulen – ist das große Potenzial des Hochschulsports im Handlungsfeld Gesundheitsförderung deutlich geworden. Der adh unterstützt und stärkt die ausgezeichnete Arbeit seiner Mitgliedshochschulen und gestaltet und begleitet so die Entwicklung der Gesundheitsförderung in Deutschland.

---

## 1.5 Stefan Grob für das Deutsche Studentenwerk

Als integraler Bestandteil des Lebensraums Hochschule unterstützen die 57 Studenten- und Studierendenwerke die Gesundheit und das Wohlbefinden Studierender durch ihr breites Leistungs- und Angebotsspektrum: Sie tragen zur Sicherung des Lebensunterhalts bei, bieten gesunde und ausgewogene Speisen und Getränke in den Mensen und Cafeterien und vermieten preisgünstigen Wohnraum. Die Studierendenwerke fördern das kulturelle Engagement ebenso wie die soziale Vernetzung und die Vielfalt Studierender. Zudem ergänzen sie durch ihr niedrigschwelliges Informations-, Beratungs- und Unterstützungsangebot die Angebote der Hochschulen: Sie bieten psychologische Beratung, Sozialberatung sowie Beratung für Studierende mit Behinderungen und chronischen Krankheiten. Ergänzend leisten sie einen umfangreichen Beitrag zur Schaffung familienfreundlicher Rahmenbedingungen im Studium. Durch die vielfältigen Angebote werden die Studierenden in ihrer individuellen Lebens- bzw. Studiensituation unterstützt und entlastet. Die Studierendenwerke tragen so dazu bei, dass die Studierenden ihre persönlichen Potenziale optimal und nachhaltig für ihr Studium einsetzen können – und leisten somit einen wesentlichen Beitrag zur Gesundheitsförderung von Studierenden.

Auch zukünftig muss das Thema Gesundheit an den Hochschulen stärker berücksichtigt und nachhaltig verankert sein. Die Studienphase erfordert von Studierenden eine hohe Bewältigungsleistung: Sie befinden sich in einem neuen sozialen Umfeld und stehen oft unter Leistungsdruck. Hinzu kommt die finanzielle Unsicherheit dieser Lebensphase, die einige durch besondere Lebenslagen zusätzlich beansprucht. Die Umstellung auf digitale Lehrangebote im Zuge der Corona-Pandemie und die damit verbundene soziale Isolation

sowie die stark eingeschränkte sozialakademische Integration waren für viele Studierende eine zusätzliche Belastung. Das Studium mit seinen spezifischen Herausforderungen und Möglichkeiten ist eine Lebensphase, in der gesunde Arbeits-, Leistungs-, und Lebensstile entwickelt werden. Umso mehr gilt es, den Studierenden von Studienbeginn bis Studienabschluss mit gesundheitsfördernden, unterstützenden Angeboten zur Seite zu stehen. Die Förderung der Gesundheit in der Lebensphase Studium kann nur gelingen, wenn alle Akteure gemeinsam zusammenwirken und dabei ihre jeweiligen Perspektiven und Ressourcen aktiv einbringen. Hierfür bedarf es, ergänzend zu den Hochschulpakten, eines gemeinsamen Hochschulsozialpakts zur nachhaltigen Förderung der sozialen Infrastruktur, denn sie ist eine essenzielle Grundlage für die Gesundheit und das Wohlbefinden der Studierenden.

---

## **1.6 Iris Kimizoglu für den freien Zusammenschluss von Student\*innenschaften**

Die deutsche Hochschullandschaft ist stark durch den Bildungsföderalismus geprägt. Verglichen mit anderen Ländern aus dem Europäischen Hochschulraum führt dies dazu, dass nicht nur von Hochschule zu Hochschule, sondern auch von Bundesland zu Bundesland Maßnahmen zur Gesundheitsförderung von Studierenden beachtlich divergieren. Hieraus ergeben sich zwei interessante Aspekte: Einerseits bietet dies die Möglichkeit, eine ungeahnte Diversität an Strategien an den verschiedenen Standorten zu vergleichen und Best-Practices abzuleiten. Andererseits gibt es kein einheitliches Unterfangen und es ist stark von den jeweiligen Landesregierungen und Hochschulstandorten abhängig, wie sehr der Aspekt der Gesundheitsförderung von Studierenden Beachtung findet.

An letzterem Aspekt gilt es anzusetzen: Es braucht eine bundesweite strategische (Weiter-)Entwicklung und Stärkung von Gesundheitsmanagement an Hochschulen. Denn es ergibt sich aus der föderal bedingten Diversität von Maßnahmen ein ungeahntes Potenzial, welches bislang jedoch auf Bundesebene im Sinne der Synergiebildung nicht annähernd ausgeschöpft wird. Hier kann der freie Zusammenschluss von student\*innenschaften (fzs) mit anderen relevanten Akteur\*innen wie dem Bundesministerium für Gesundheit, der Hochschulrektorenkonferenz, dem Deutschen Studentenwerk und Expert\*innengruppen wie dem Kompetenzzentrum Gesundheitsfördernde Hochschulen gemeinschaftlich ansetzen.

Ziel einer solchen ständigen Zusammenarbeit sollte die Entwicklung bundeseinheitlicher Standards, Empfehlungen und Policy-Strategien sein, welche in einem zweiten Schritt mit den Ländern rückzukoppeln und schließlich durch diese an den Hochschulen zu etablieren wären. Ein solcher Prozess muss partizipativ und iterativ-zyklisch angelegt sein, da Mainstreaming-Prozesse nur durch kontinuierliche Weiterentwicklung erfolgreich sein können. Die Rolle des fzs läge hierbei zum einen in der Interessenvertretung von Studierenden und der Einbringung der Perspektive eben jener in bundesweit angelegten

Strategieentwicklungen. Zum anderen wäre eine Beteiligung an Gemeinschaftsprojekten zwischen Bund, Ländern, fzs und weiteren Stakeholdern denkbar – z. B. wäre unsere Vorstellung, eine bundesweite psychologische Beratungsstelle sowie weitere digitale Hilfsangebote zu etablieren. Doch zunächst gilt es Stakeholder auf Bundesebene überhaupt zusammenzubringen, Synergien zu bilden und eine Vision für ein bundesweites Gesundheitsmanagement an Hochschulen zu entwickeln.

---

## **1.7 Daryoush Danaii für die LandesAStenKonferenz Niedersachsen**

Die Aufgabe der LandesAStenKonferenz (LAK) besteht darin, den Student\*innen in Niedersachsen eine Stimme zu geben und sich für ihre Belange einzusetzen. Oft stehen dabei die Studienbedingungen und die Rahmenbedingungen des studentischen Alltags im Vordergrund. Das dabei die Gesundheit der Studierenden eine entscheidende Rolle spielt, wird leider nicht immer erkannt. Die Auswirkungen der Corona-Krise zeigten jedoch, wo schon vor Beginn der Corona-Pandemie unser Gesundheitsmanagement an den Hochschulen, vor allem aber die psychologischen Beratungsangebote, überlastet waren. In einer landesweiten Umfrage unter Studierenden gaben über 50 % an, dass sie sich niedergeschlagen fühlen. Knapp 70 % der Befragten klagten über Konzentrationsprobleme.

Während der Corona-Pandemie forderten wir somit eine drastische Erhöhung des hochschulischen Personals und der psychischen Beratungsangebote seitens der Studierendenwerke. Darüber hinaus stehen wir als LAK in der Verantwortung, auf die fehlenden Workshops und Beratungsangebote an Hochschulen zu einem gesunden Lebensstil hinzuweisen.

Als landesweite Studierendenvertretung richten wir uns sowohl an die politischen Entscheidungsträger\*innen als auch die Hochschulleitungen, um die gesundheitlichen Angebote für Studierende auszuweiten und gut aus der Krise herauszukommen. Die Sensibilisierung für psychische und körperliche Erkrankungen ist durch die Corona-Pandemie gestiegen. Dennoch sollte in Hochschulen ein Raum geschaffen werden, welcher eine stigmatisierungsfreie Thematisierung ermöglicht. Als LAK können wir somit an unsere MitgliedsASten appellieren beispielsweise in ihren Sozialreferaten diese Themen verstärkt zu thematisieren und gemeinsam mit dem Hochschulsport Workshops zu mentaler und körperlicher Gesundheit zu organisieren. Hier bietet sich auch eine Kooperation mit den verschiedenen Krankenkassen, die oft auch eine Filiale vor Ort haben, an. Als LAK sind wir auch immer ansprechbar bei Rückfragen und Rückmeldungen zu der Situation an der jeweiligen Hochschule und möchten ins Gespräch kommen. Sowohl die oft notwendige Erwerbsarbeit neben dem Studium als auch das Stresslevel im Studium müssen von Studierenden tagtäglich bewältigt werden. Hier sollten und müssen die Studierenden von ihrer Hochschule und ihrer Studierendenvertretung Unterstützung erfahren.

## **1.8 Dr. Andreas Keller für die Gewerkschaft Erziehung und Wissenschaft**

Arbeits- und Gesundheitsschutz von Beschäftigten ist eine gesetzliche Aufgabe aller Arbeitgeber, auch der Hochschulen. Die Bildungsgewerkschaft GEW wie ihre Mitglieder in den Betriebs- und Personalräten setzen sich für ihre Erfüllung ein. Darüber hinaus macht sich die GEW für eine aktive Gesundheitsförderung der Hochschulen stark, die auch Hochschulmitglieder ohne Beschäftigungsverhältnis, vor allem die Studierenden einschließt.

Gesundheitsförderung ist als Querschnittsaufgabe zu begreifen, die sowohl alle Aufgaben der Hochschule wie Forschung, Lehre, Studium und Wissenstransfer als auch alle Fächer und Organisationseinheiten umfasst. Gesundheitsförderung ist als partizipativer Prozess zu organisieren, der von Anfang an die Perspektiven der Hochschulmitglieder und ihrer gewählten Vertretungen einschließt.

Zeitverträge, Mehrarbeit und die fehlende Vereinbarkeit von Familie und Beruf gelten als zentrale Belastungsfaktoren für die Gesundheit von Wissenschaftler\*innen. Bei Studierenden werden mit der Verdichtung des Studiums beispielsweise einhergehende Faktoren wie Überlastung und Stress genannt.

Die Ausweitung befristeter Beschäftigung sowie die Studienreformen seit 1999 können somit als politische Prozesse benannt werden, die gesundheitliche Belastungen von Beschäftigten und Studierenden verstärkt haben. Seit 2020 hat überdies die Corona-Krise bestehende negative Faktoren wie die Doppelbelastung durch Care-Arbeit und wissenschaftliche Arbeit sowie Motivationsprobleme und Vereinsamung durch Isolation verstärkt. Psychosoziale Beeinträchtigungen sind die Folge.

Gegenstand einer aktiven Gesundheitsförderung an Hochschulen muss daher der Abbau von Belastungsfaktoren durch hochschulpolitische Reformen und Aufbau oder Veränderung entsprechender Strukturen sein: Dauerstellen für Daueraufgaben sowie tatsächliche Studierbarkeit von Studiengängen in der Regelstudienzeit. Benachteiligten Gruppen wie Hochschulmitgliedern mit Behinderungen und chronischen Erkrankungen, aber auch mit Kindern oder pflegebedürftigen Angehörigen, sind Nachteilsausgleiche zu gewähren.

Zum anderen hat eine Hochschule die Gesundheitskompetenz ihrer Mitglieder zu fördern und ihnen bedarfsgerechte Unterstützung zu leisten. Dazu gehören niedrigschwellige Beratungsangebote, Maßnahmen zur Stressbewältigung oder Bewegung, aber auch ein gesundheitsförderndes Umfeld auf dem Campus, in den Hochschulbauten, Mensen und in Wohnheimen.

---

## **1.9 Beate Lipps für die Gesellschaft für Information, Beratung und Therapie an Hochschulen e.V.**

Die Mitglieder der Gesellschaft für Information, Beratung und Therapie an Hochschulen e.V. (‘‘GIBeT) sind in den unterschiedlichsten Bereichen von Hochschulen als Berater\*innen tätig: unter anderem in zentralen/allgemeinen Studienberatungen, Fachstudienberatun-

gen, Career Services wie auch psychosozialen bzw. psychotherapeutischen Beratungsstellen. Hier tragen die Berater\*innen unmittelbar zum Studentischen Gesundheitsmanagement bei, indem sie Studierenden psychologisch fundiert beispielsweise Kompetenzen zu einem persönlich angemessenen Umgang mit den Anforderungen des Studiums (Entscheidung, Orientierung, Leistung, Selbstverantwortung) und denen des studentischen Lebens vermitteln. Weiterhin unterstützen die Hochschulberater\*innen das Studentische Gesundheitsmanagement mittelbar, indem sie die entsprechenden Informationen zu Angeboten publizieren und Ratsuchende gegebenenfalls an spezialisierte Anlaufstellen weitervermitteln. Die im Rahmen der Beratung erhaltenen Informationen über schwierige Studienbedingungen nutzen Berater\*innen zudem, um in den entsprechenden Gremien der Hochschulen Verbesserungen in der Studierbarkeit der Studiengänge anzustoßen und damit mittelfristig ebenfalls zur Gesunderhaltung der Studierenden beizutragen.

Die “GIBeT begrüßt nachdrücklich Initiativen, die das Studentische Gesundheitsmanagement fördern, und setzt sich für eine Bekanntmachung der entsprechenden Angebote ein.

---

## 1.10 Jens Hupfeld für den GKV-Spitzenverband

Die Bundesrahmenempfehlungen der Nationalen Präventionskonferenz und der Leitfadens Prävention des GKV-Spitzenverbandes berücksichtigen die Hochschulen als für die Gesundheit bedeutsame Lebenswelten und die Studierenden als wichtige Zielgruppe. Hochschulen können nicht nur dazu beitragen, das Studium für die Studierenden stressfreier zu gestalten. Sie können auch ihr Bewusstsein für die Themen der Gesundheitsförderung und Prävention prägen. Dies ist besonders wichtig im Hinblick auf die Schlüsselfunktion, die Studierenden als zukünftigen Fach- und Führungskräften und damit als Multiplikator\*innen für die Prävention zukommt.

Die gesetzlichen Krankenkassen unterstützen den Aufbau und die Stärkung gesundheitsfördernder Strukturen an den Hochschulen und in anderen Lebenswelten. Der GKV-Spitzenverband definiert als Basis dafür mit seinem Leitfadens Prävention einheitliche Handlungsfelder und Kriterien für die Leistungen der Krankenkassen zur primären Prävention und Gesundheitsförderung. Der Leitfaden gibt den verbindlichen Rahmen vor, innerhalb dessen die Krankenkassen vor Ort selbstständig entscheiden, welche konkreten Angebote sie machen. Wichtigstes Qualitätskriterium im Leitfadens Prävention ist das Vorgehen entlang des Gesundheitsförderungsprozesses. Für die Lebenswelt Hochschule sind die vom Arbeitskreis Gesundheitsfördernde Hochschulen (AGH) entwickelten Gütekriterien Grundlage und Orientierung der Förderung durch die Krankenkassen.

Die Digitalisierung sowie der Schutz und die Stärkung der psychischen Gesundheit waren schon vor der Corona-Pandemie wichtige Themen für das Studentische Gesundheitsmanagement und sind auch zukünftig besonders relevante Gestaltungsaufgaben. Die jüngste Weiterentwicklung des Leitfadens Prävention 2021 hat sich auf diese beiden The-

men fokussiert. Das Handlungsfeld Stress- und Ressourcenmanagement wurde grundlegend überarbeitet, und es wurden neue Möglichkeiten zur Förderung von digitalen Präventions- und Gesundheitsförderungsangeboten eingeführt.

Einen besonderen Fokus legen die Nationale Präventionskonferenz und die gesetzlichen Krankenkassen beim qualitätsgesicherten Ausbau ihres Engagements auf integrierte Strategien und Vernetzungsprozesse auf kommunaler und Landesebene. Gesundheitsfördernde Hochschulen, die sich wie in den Gütekriterien des AGH vorgesehen mit ihrer Kommune und ihrer Region vernetzen, können auch wichtige Beiträge für den Transfer von Erkenntnissen aus der Wissenschaft in die Praxis leisten.

---

### **1.11 Dr. Hans-Joachim Grumbach für die Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung**

Eine gesetzliche Aufgabe der Unfallversicherung nach dem Sozialgesetzbuch VII (SGB VII) stellt die Verhütung von Arbeitsunfällen, Berufskrankheiten und arbeitsbedingten Gesundheitsgefahren mit allen geeigneten Mittel dar. Dementsprechend stehen die einzelnen Unfallversicherungsträger den Mitgliedsorganisationen als Ansprechpartner\*innen zu den Themen Prävention sowie Sicherheit und Gesundheit regional vor Ort zur Verfügung. Mit der Schaffung einer Stelle für eine Fachexpertin Sport- und Gesundheitsmanagement für die Beratung von Hochschulen, welche von Frau Loreen Ender besetzt wurde, hat die Unfallkasse Baden-Württemberg diesem Thema eine besondere Bedeutung zugeschrieben. Zusätzlich werden überregional entsprechende Maßnahmen und (Forschungs-)Projekte durch die Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV) als Dachverband durchgeführt, koordiniert und gefördert.

Das Sachgebiet Hochschulen und Forschungseinrichtungen (SG HSFE) der DGUV koordiniert die branchenspezifischen Aktivitäten der DGUV sowie diverser Gremien und bündelt hochschulspezifisches Fachwissen im Bereich Sicherheit und Gesundheit. Dieses wird beispielsweise in bundesweite Arbeitskreise eingebracht sowie durch hochschulübergreifende Projekte im Bereich Gesundheitsmanagement gefördert. Auf Grundlage dieser übergreifenden Arbeiten der DGUV und der Expertise der jeweiligen Expert\*innen der Unfallversicherungsträger beraten diese die Hochschulen im Rahmen ihres Präventionsauftrags vor Ort. Sie beraten die Hochschulleitungen ebenso wie die Führungskräfte und Expert\*innen in Forschung, Lehre und Verwaltung bedarfsorientiert im Bereich Sicherheit und Gesundheit. Dabei ist die Verhältnisprävention der Schlüssel für ein gesundes und sicheres Arbeiten und Studieren an der Hochschule. Sie verfolgen hierbei gemeinsam mit den Hochschulen das Ziel, ein sicheres und gesundes Lehr-, Lern- und Arbeitsumfeld zu schaffen. Ein nachhaltiges und strukturell verankertes hochschulisches Gesundheitsmanagement fördert die Sicherheit und Gesundheit aller Hochschulmitglieder, weshalb die DGUV und die Unfallkassen diesbezüglich gerne unterstützen.