

Thementag: Psychische Gesundheit an Hochschulen Schwerpunkt Studierende am 27.01.2006 an der Universität Hannover

Zum Thema "Psychische Gesundheit von Studierenden" haben sich am Freitag den 27.01. über 60 TeilnehmerInnen aus deutschen Hochschulen in der Universität Hannover - trotz schwieriger Witterungsbedingungen - zusammen gefunden. Die überwiegend von Fachkräften besuchte Veranstaltung gab eine Übersicht über die Problemlagen der Studierenden und zeigte Ansätze der Beratungseinrichtungen und der Gesundheitsförderung an Hochschulen zur Verbesserung der psychischen Gesundheit ihrer Studierenden auf. Eingeladen zu diesem Thementag hatte der bundesweite "**Arbeitskreis Gesundheitsfördernde Hochschulen**", der sich 2006 zentral mit dem Thema "Psychische Gesundheit an Hochschulen" befassen will. Gastgeber der Veranstaltung war das Gesundheitsmanagement der Universität Hannover. Organisatorisch, finanziell und inhaltlich wurde die Tagung des weiteren durch die Landesvereinigung für Gesundheit Niedersachsen (LVG) und die Techniker Krankenkasse (TK) unterstützt.

In ihrem **Grußwort** hob die **Vizepräsidentin, Frau Prof. Sabine Kunst**, hervor, wie wichtig es ist, den Belastungen wie der Gesundheit von Studierenden mehr Aufmerksamkeit zu widmen angesichts der anstehenden Veränderungen in Lehre und Studium infolge des Bologna-Prozesses und den damit einhergehenden Verunsicherungen.

Die **Koordinatorin** des Arbeitskreises Gesundheitsfördernde Hochschulen **Ute Sonntag** von der Landesvereinigung für Gesundheit Niedersachsen betonte, dass psychische Gesundheit zur Zeit ein politisch stark unterstütztes Thema sei. So habe eine Europäische Ministerielle WHO-Konferenz im Januar 2005 ein starkes politisches Engagement zur Bekämpfung psychischer Krankheiten gefordert. Die Generaldirektion Gesundheit und Verbraucherschutz der Europäischen Kommission hat im Oktober 2005 ein Grünbuch zur psychischen Gesundheit veröffentlicht, für das zur Zeit der Konsultationsprozess läuft.

Wilfried Schumann, Leiter der psychosozialen Beratungsstelle der Universität Oldenburg, zeigte auf, dass seit 1997 die psychischen Erkrankungen in der Gesamtbevölkerung gerade in der Altersgruppe der 15 bis 35-Jährigen mit einer Verdoppelung überproportional angestiegen sind. In dieser Phase befinden sich auch die Studierenden an den Hochschulen. Bereits Ende der 90er-Jahre gaben 26% der Studierenden an, im zurückliegenden Jahr durch psychische Schwierigkeiten im Studium beeinträchtigt gewesen zu sein. Leistungsprobleme, Probleme mit dem Selbstwertgefühl, depressive Verstimmungen und Prüfungsängste sind nur einige der Probleme, die ganz vorne genannte werden. In der praktischen Beratungsarbeit kämen immer häufiger Erschöpfungszustände und Suchtprobleme hinzu. Vor allem die Nicht-Vollzeit-Studierenden oder allein stehende Studierende mit Kindern fühlten sich häufig überfordert. Breite Beratungsangebote, Coaching, TutorIn-

nenschulungen, Seminare zur Prüfungsvorbereitung sollten ausgebaut werden, um die Studierenden zu unterstützen.

Gesundheit in Zeiten eines beschleunigten Studiums: "Bachelor: Healthy, wealthy und schnell" betrachtete **Hans-Werner Rückert, Leiter der Zentraleinrichtung Studienberatung und psychologischen Beratung der Freien Universität Berlin**. Unter den neuen Strukturen des Bachelor- und Masterstudiums, so Rückert, treten andere Belastungen auf wie Angst vor Fehlentscheidungen und Zeitverlust bei der Fächerwahl, Angst vor Zurückbleiben und Maluspunkten im Studienverlauf, verbunden mit finanziellen Fragen, permanenter Prüfungsdruck, Erfolgsdruck beim Übergang in Masterstudium und dass der Berufsbefähigungsanspruch oftmals noch Zusatzqualifikationen, Praktika etc. erfordert. Er schlägt den Ausbau von Coaching- und Selbstmanagement-Angeboten vor, die niedrighschwelliger als therapeutische Beratung ansetzen und für die psychische Gesundheit präventiv wirken.

Ansätze zur Stärkung der Ressourcen und der Selbstwirksamkeit wurden auf dem Thementag als **Modelle guter Praxis** von **Sandra Bischoff** (i.V. Andre Kahle) und **Sabine Meier** vorgestellt. Dazu gehörten die **Gesundheitszirkel für und von Studierenden an den Universitäten von Paderborn und Bielefeld**, in denen konkrete Maßnahmen zur Verbesserung der Studienbedingungen und der Gesundheitsförderung für diese Hochschulgruppe erarbeitet und teilweise bereits umgesetzt wurden. **Dr. Waltraud Freese** berichtete über die Erfahrungen mit dem Modell der Online-Beratung der psychologisch therapeutischen Beratung (ptb) an den Hochschulen Hannovers.

"We Focus on Students" ist das Motto der **Fachhochschule Dortmund**, die für ihre 9000 Studierenden ein Handlungskonzept zur Gesundheitsförderung und zur Verbesserung der Studienbedingungen verabschiedet hat. **Prof. Sigrid Michel** stellte Elemente daraus vor. Einen zentralen Stellenwert haben darin die Zielvereinbarungen mit den Hochschuleinrichtungen sowie die Vermittlung von Schlüsselkompetenzen. Dazu gehört auch Gesundheitskompetenz, die die Studierenden bereits im Studienverlauf nutzen können, sowie auch als zukünftige Führungskräfte in der Wirtschaft.

Die Perspektive wechselnd wurde der Blick auch noch einmal auf psychisch kranke oder auffällige Studierende an der Hochschule gerichtet. Die angemessene Reaktion auf deren Auftritte im Lehrbetrieb stellt, wie **Prof. Irmgard Vogt** von der **Fachhochschule Frankfurt** anschaulich beschrieb, eine große Herausforderung für die Lehrenden dar, die mit starker Verunsicherung einhergehen kann.

Joachim Schröer von der **Techniker-Krankenkasse** stellte in seinem Beitrag: "**BASA - Psychische Bewertung von Arbeitsbedingungen**," ein Verfahren vor, dass zur Beurteilung von Arbeitsplätzen dahingehend eingesetzt wird, ob sie eine sichere und gesunde Arbeitsausführung fördern oder hemmen.

In einer von Dr. Elisabeth Wienemann und Kristin Unnold (**Universität Hannover** und **Bielefeld**) moderierten **Plenumsdiskussion** wurden die Vorstellungen aller TeilnehmerInnen von einer Hochschule mit gesunden Studienbedingungen diskutiert. Verlässliche Strukturen, eine

wertschätzende Kommunikationskultur, transparente Studienorganisation, qualitativ hochwertige Lehre, gute räumliche und ergonomische Ausstattung, soziale Anlaufpunkte und gut ausgebaute Beratungsangebote waren zentrale Elemente einer solchen Vision.

Das abschließende Podium nahm Stellung zu den notwendigen Ansatzpunkten für die Verbesserung der psychischen Gesundheit von Studierenden und den Beiträgen der beteiligten Institutionen unter dem Blickwinkel von Netzwerkbildungen und Kooperationen.

Ralf Alberding von der **Hochschulrektorenkonferenz (HRK)** versprach, den Impuls, den der Thementag gesetzt hatte, in seine Organisation weiter zu tragen, die bisher wenig Augenmerk auf diese Entwicklung gelegt habe. Günstig sei, dass Beratung an Hochschulen allgemein im Jahr 2006 ein wichtiges Themenfeld der HRK darstellt. Er forderte den Arbeitskreis Gesundheitsfördernde Hochschulen auf, das Thema weiter zu verfolgen und weitere Modelle guter Praxis anzuregen. Außerdem sollten die Studienberatungen noch stärker für das Thema sensibilisiert werden.

Andrea Hoops, die **Stellvertretende Generalsekretärin des Deutschen Studentenwerks (DSW)**, das bereits heute viele Beratungseinrichtungen an Hochschulen unterhält, sah die Notwendigkeit, mit den neuen Studienstrukturen auch eine neue Kultur einzuführen, damit - wie an den nordamerikanischen Hochschulen - die Beratung von Studierenden einen sehr viel höheren Stellenwert bekommen kann. Sie forderte einerseits Mainstreaming für den Gedanken der gesundheitsfördernden Hochschule, vergleichbar mit den Gleichstellungsinitiativen und andererseits vor Ort themenbezogene "runde Tische" z.B. zur Betreuung ausländischer Studierender.

Prof. Sigrid Michel von der **FH Dortmund** verwies darauf, dass die Exzellenzinitiative des Bundes sich nicht auf den Forschungsbereich beschränken dürfe, sondern auch mit exzellenten Studienbedingungen einhergehen müsse. Gesundheit sei aber auch ein Thema der Social Equality.

Christian Berg vom **freien Zusammenschluss von studentInnenschaften (fzs)** in Deutschland wies noch einmal darauf hin, sich zur Verbesserung der psychischen Gesundheit nicht allein den Studierenden zuzuwenden, sondern schon vor Studienbeginn anzusetzen, da unter den neuen Studienstrukturen die richtige und realistische Studienwahl von zentraler Bedeutung sei.

Arne Göring vom **Allgemeinen Deutschen Hochschulsportverband (adh)** betonte, dass die psychische Gesundheit an Hochschulen nicht nur auf der Ebene der Fachleute diskutiert werden dürfe, sondern ein originäres Thema für Führungsarbeit und Lehrtätigkeit an Hochschulen darstelle. Er verwies auf den Beitrag, den der Hochschulsport bereits heute unter salutogenetischer Perspektive zum Aufbau von Selbstwirksamkeit, Selbstvertrauen und sozialen Kontakten leiste und die Möglichkeit, sich von Zwängen zu befreien, biete.

Joachim Schröer von der **Techniker-Krankenkasse** stellte den Beitrag vor, den seine Einrichtung zur psychischen Gesundheit von Studierenden leisten könnte. Dazu gehört auch das auf der Fachtagung vorgestellte Programm "iSense", ein so genannter Entspannungsmanager, der als präventives Instrument eingesetzt werden kann. Außerdem bietet die Techniker Krankenkasse den Hochschulen Unterstützung an u.a. bei der Gefährdungsbeurteilung von Arbeitsplätzen oder dem Aufbau eines Konfliktmanagements.

Als Fazit der Diskussion wurde eine bundesweite Vernetzung oder ein entsprechender gemeinsamer institutioneller Impuls zur psychischen Gesundheit Studierender als nicht vordringlich angesehen.

Der Thementag wurde von den Beteiligten als wichtiger Impulsgeber und als voller Erfolg betrachtet. **Prof. Thomas Hartmann** von der **Hochschule Magdeburg-Stendal (FH)** stellte als Moderator der Podiumsdiskussion und Mitglied des Arbeitskreises Gesundheitsfördernde Hochschulen abschließend fest, dass der Thementag sich regelrecht zu einer Fachtagung entwickelt habe angesichts der qualifizierten ExpertInnenbeiträge.

Das Thema „Psychische Gesundheit an Hochschulen“ wird Ende Januar 2007 mit dem Schwerpunkt Beschäftigte an der RWTH Aachen (Dr. Dieter Preim) fortgesetzt.

Dr. Elisabeth Wienemann; Universität Hannover

Folgende Beiträge des Thementages sind auf der Internetpräsenz des Arbeitskreises verfügbar:

Tagungsprogramm Psychische Gesundheit an Hochschulen: Schwerpunkt Studierende am 27.01.2006		
Zusammenfassung der Tagung vom 27.01.2006		
Schumann	Wilfried	Die psychosoziale Situation von Studierenden - Entwicklungsaufgaben, Stressoren, Beratungsbedarf
Rückert	Hans-Werner	Bachelor: Healthy, wealthy und - schnell? Gesundheit in Zeiten beschleunigten Studiums
Kahle	Andre	Psychische Gesundheit aus Sicht der Studierenden: Gesundheitswerkstatt für Studierende
Meier	Sabine	Mental Health: Erfahrungen aus einem Gesundheitszirkel für Studierende
Freese	Waltraud	Neuere Entwicklungen psychologischer Beratung am Beispiel von Online-Beratung: Möglichkeiten und Grenzen
Sigrid	Michel	„We focus on Students“ als Handlungskonzept einer Hochschule
Joachim	Schröer	BASA - psychische Bewertung von Arbeitsbedingungen- Screening für Arbeitsplatzinhaber/innen
Tagungsbericht: Frankfurter Rundschau vom 31.01.2006: Studenten unter Druck - Wenn die Seele krank wird.		