

**Kurzfassung der hochschulspezifischen Beiträge auf dem
18. Kongress Armut und Gesundheit „Brücken bauen zwischen Wissen
und Handeln – Strategien der Gesundheitsförderung“
am 6. und 7. März 2013 an der TU Berlin**

„Depressives Syndrom bei Studierenden“

Franziska Wörfel, Dr. Dr. Burkhard Gusy, Dr. Katrin Lohmann, Freie Universität Berlin

Hintergrund: Studierende stellen einen bedeutsamen Anteil der Bevölkerung dar, dennoch existieren bundesweit bislang kaum Daten zur Verbreitung vom depressiven Syndrom innerhalb dieser Gruppe. Internationale Studien zeigen jedoch sehr hohe Prävalenzen bei Studierenden. Aus diesem Grunde haben wir Studierende zu diesem Thema befragt.

Methode: 2.575 Studierende wurden 2012 im Rahmen einer Online-Erhebung zu ihrer subjektiven Gesundheit, zu ihren Studienbedingungen und ihrem Gesundheitsverhalten befragt. Im Mittel waren die Teilnehmer/innen 24.55 Jahre alt, mehrheitlich weiblich (68.10 Prozent) und überwiegend deutsche Staatsbürger (93.8 Prozent). Ein Drittel der Teilnehmer/innen (32.5 Prozent) befand sich während des Befragungszeitraums im ersten Studienjahr, 26.4 Prozent im zweiten, ab dem dritten Studienjahr nahm die Anzahl der Teilnehmer/innen stark ab.

Ergebnisse: 31.8 Prozent der Studierenden leiden an einem depressiven Syndrom, dabei werden besonders häufig die Symptome Schlafschwierigkeit und Energielosigkeit angegeben. Als signifikante Prädiktoren für die Vorhersage eines depressiven Syndroms erweisen sich: mangelnde Zeitspielräume, unzureichende soziale Unterstützung durch Studierende, fehlendes Qualifikationspotenzial des Studiums, hohe Anforderungen in diesem, fehlende Balance zwischen Studium und Privatleben sowie fehlende Mitarbeit in Lehrveranstaltungen.

Schlussfolgerungen: Die Prävalenzen des depressiven Syndroms bei Studierenden sind im Vergleich zu bundesweit repräsentativen Gesundheitsdaten der gleichen Altersgruppe deutlich höher. Eine gesundheitsgerechte Gestaltung der Studienbedingungen, im Besonderen der Zeitspielräume im Rahmen des Studiums, könnte das Risiko für ein depressives Syndrom verringern.

„Potenziale für eine umfassende Gesundheitsberichterstattung an Hochschulen das Beispiel der Pädagogischen Hochschule Heidelberg“

Dr. Ulla Simshäuser, Pädagogische Hochschule Heidelberg

Die umfassende empirische Bestandsaufnahme zur gesundheitsrelevanten Lage von Beschäftigten und Studierenden wird oft mit dem Hinweis auf fehlende Ressourcen vertagt. Weil zudem die organisationalen Rahmenbedingungen des Arbeitsalltags an Hochschulen kaum beleuchtet werden, bleiben viele Maßnahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) klassisch verhaltenspräventiv. Um eine umfassende Bestandsaufnahme und Organisationsanalyse trotz fehlender Ressourcen zu realisieren, hat der Steuerkreis BGM der Pädagogischen Hochschule Heidelberg hochschulübergreifende Kooperationen entwickelt und das Vorhaben erfolgreich umgesetzt.

Durch die Synergie mit einer zweisemestrigen Lehrforschung an der Universität Heidelberg wurden eine soziologische Organisationsanalyse, eine repräsentative standardisierte Befragung sowie ausgewählte Leitfaden gestützte Interviews zu gesundheitsrelevanten Belastungen und Ressourcen von Beschäftigten in Verwaltung und Lehre möglich. Durch die Kooperation mit der Freien Universität Berlin und der Techniker Krankenkasse wurde eine repräsentative online-Befragung der Studierenden im Rahmen des University Health Reports erreicht. Damit sind alle Statusgruppen von der Bestandsaufnahme erfasst. Die Ergebnisse sind Ausgangspunkt eines Organisationsentwicklungsprozesses der Hochschule in 2013.

Der Beitrag stellt das Vorgehen an der Pädagogischen Hochschule Heidelberg vor und diskutiert folgende Schlussfolgerungen:

- Eine umfassende Bestandsaufnahme ist im Rahmen des BGM nicht nur nötig, sondern auch möglich. Durch innovative Lehr-Lernarrangements können Instrumente entwickelt werden, die für Wiederholungsbefragungen nutzbar sind. So kann das Thema auch in der Lehre verankert werden.
- Die Vorlage eines umfassenden Gesundheitsberichts stärkt die interne Akzeptanz des BGM Prozesses, weil er forschungsbasiert ist und dem Selbstverständnis der Hochschulakteure entspricht.
- Die Auseinandersetzung mit den empirischen Daten unterstützt einen organisationalen Lernprozess, der eine settingorientierte Praxis von Gesundheitsförderung voran bringt.
- Die Vorgehensweise eröffnet Möglichkeiten der wechselseitigen Kooperation von Hochschulen beim Aufbau des BGM. Sie verweist auch für öffentliche Verwaltungen auf Chancen, stärker mit Hochschulen und Studiengängen beim Aufbau des BGM zusammen zu arbeiten und deren Potenziale zu nutzen.

„Gesund studieren – Ansätze des betrieblichen Gesundheitsmanagements an der Hochschule Coburg für die Zielgruppe Studierende“
Stefanie Thees, Hochschule Coburg

Hintergrund: Die gesundheitliche Situation von Studierenden ist ein bislang eher wenig berührtes Feld der Gesundheitswissenschaften. Daher besteht der dringende Bedarf, das Gesundheitsverhalten dieser Zielgruppe abzubilden und Schlussfolgerungen für Gesundheitsförderung im Setting Hochschule zu ziehen. Im Jahr 2010 traf die Hochschule Coburg die Entscheidung, ein betriebliches Gesundheitsmanagement zu implementieren, welches auch die Belange der Studierenden berücksichtigt. In Anlehnung an den Public Health Action Cycle ist ein ganzheitlicher Projektmanagementansatz gewählt worden.

Ziel: Die in einer quantitativen und qualitativen Befragung erhobenen Ergebnisse bilden die Ausgangslage für die Ableitung zielgerichteter Maßnahmen, die für die Studierenden in den Hochschulalltag integriert werden können.

Ergebnisse: Die Analysen zeigen u.a. einen Mangel an wirksamen Strategien zur Stressbewältigung auf. Daher sind verschiedene Maßnahmen für die Studierenden realisiert worden, u.a. im Bewegungs-, Ernährungs- und Entspannungsbereich. Ferner finden auch verhältnispräventive Aspekte im Sinne von gesunden Studienbedingungen Berücksichtigung. Maßnahmen für die Zielgruppe der Studierenden erfahren weiterhin kontinuierlich Umsetzung, da diese im 2012 gebildeten Referat Gesunde Hochschule strukturell verankert sind.

Schlussfolgerung: Studierende können ebenso wie Beschäftigte als Zielgruppe eines betrieblichen Gesundheitsmanagements an Hochschulen verstanden werden. Die Notwendigkeit, gesundheitsförderliche Maßnahmen für Student/innen strukturiert und nachhaltig in die Hochschullandschaft zu integrieren, wird deutlich.