



## Aufruf zur Einreichung akademischer Abschlussarbeiten zur „Gesundheitsförderung“ und „Prävention“

Akademische Abschlussarbeiten zur „Gesundheitsförderung“ und „Prävention“ liefern ein breites Spektrum an wissenschaftlichen Erkenntnissen von HochschulabsolventInnen. Ergebnisse aus dem Bereich „Gesundheitsfördernde Hochschule“ interessieren vor allem Mitglieder des Arbeitskreises Gesundheitsfördernde Hochschulen. Deshalb werden seit 2015 akademische Abschlussarbeiten zu diesem Bereich vom Arbeitskreis unterstützt. Der Arbeitskreis verfolgt damit folgende Ziele:

Die Ergebnisse werden einem größeren Fachpublikum zur Kenntnis gebracht und können in die Diskussion zum „Gesundheitsfördernden Setting Hochschule“ eingebracht und AbsolventInnen mit ihren Arbeiten zugleich Wert geschätzt werden.

In der Rubrik „Bachelor- und Masterarbeiten“ dieser Zeitschrift sollen diese Wertschätzung für die studentischen Arbeiten und die Transfermöglichkeiten durch eine kurze Darstellung fortgeführt werden. Studierende können jederzeit Abstracts zu

abgeschlossenen Bachelor- und Masterarbeiten zur „Gesundheitsförderung“ und „Prävention“ und speziell zum Thema „Gesundheitsfördernde Hochschule“ einreichen. In den Abstracts sollte die Praxis-Relevanz in den Mittelpunkt gerückt werden. Wer seine Arbeit hier vorstellen möchte, wende sich bitte an:

[Stephanie.schluck@gesundheit-nds.de](mailto:Stephanie.schluck@gesundheit-nds.de)  
Arbeitskreis Gesundheitsfördernde Hochschulen c/o Landesvereinigung für Gesundheit & Akademie für Sozialmedizin Nds. e. V.,  
[www.gesundheitsfoerdernde-hochschulen.de](http://www.gesundheitsfoerdernde-hochschulen.de)

## Konzeption zur Initiierung eines BGM-Netzwerks für kleine und mittelständische Unternehmen (KMU) im ländlichen Raum

Bachelorarbeit, Hochschule Furtwangen, Studiengang: Angewandte Gesundheitswissenschaften (B.Sc.), Nachwuchsinnovationspreis 2016 des Bundesverbandes Betriebliches Gesundheitsmanagement e. V.

Ein vorheriges Studienprojekt zeigte in den Furtwanger KMU den Bedarf nach externer Unterstützung bei der Umsetzung eines betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM). Daran anknüpfend wurde in der vorliegenden Arbeit untersucht, wie ein nachhaltiges Konzept zur Initiierung eines BGM-Netzwerks aufgebaut sein sollte. Die Arbeit legt den Fokus dabei, unter Berücksichtigung der spezifischen Herausforderungen und Chancen von KMU im ländlichen Raum, auf die Erarbeitung der notwendigen Strukturen und Rahmenbedingungen.

Als Methoden zur Datenerhebung dienen eine umfassende Literaturrecherche, bundesweite Telefoninterviews mit bestehenden BGM-Netzwerken und ein Expertenworkshop. Die Ergebnisse der verschiedenen Methoden wurden miteinander kombiniert und in einem Umsetzungskonzept festgehalten. Daraus ergab sich ein Leitfaden für die Netzwerkarbeit mit KMU, angelehnt an die DIN SPEC 91020.

Das BGM in KMU des Netzwerkes verfolgt einen ganzheitlichen Ansatz und orientiert sich am PDCA-Zyklus (PDCA ist eine vier-

stufige Vorgehensweise eines sich immer wiederholenden Prozesses: PLAN – DO – CONTROL – ACT). Zu den einzelnen Phasen wurden gemeinsam im Expertenworkshop konkrete Umsetzungsmaßnahmen erarbeitet. Die Leistungen des Netzwerkes bestehen in der fachlichen Unterstützung und Beratung bei der Umsetzung eines ganzheitlichen BGM und der Erarbeitung von gemeinsamen Strategien. Durch übergreifende Maßnahmen bei gemeinsam auftretenden Problemen sowie durch individuelle Maßnahmen bei Einzelfällen soll sichergestellt werden, dass alle Handlungsfelder berücksichtigt werden.

Des Weiteren könnte das Netzwerk eine Schulungs- und Weiterbildungsfunktion übernehmen. Die Leistungen des Netzwerkes wurden unter Beachtung der gemeinsam zusammengetragenen Anforderungen der betreffenden Akteure konzipiert. Dieser Ansatz ist zu empfehlen, da durch bedarfsgerechte Angebote die Wirksamkeit und Langlebigkeit des Netzwerkes gefördert wird.

Zudem wurden verschiedene Finanzierungsmodelle (Low/Middle/High-Budget)



Ramona Kienzler  
[ramonakienzler92@googlemail.com](mailto:ramonakienzler92@googlemail.com)

untersucht. Eine finanzielle Beteiligung der Betriebe wird vorausgesetzt. Neben der Kostenbeteiligung soll der nachhaltige Netzwerkerfolg durch die Schaffung von Verbindlichkeiten mittels einer Kooperationsvereinbarung erzielt werden, die auch auf die Qualitätskriterien des ENWHP (European Network for Workplace Health Promotion) verweist. Darüber hinaus besteht seitens der befragten Betriebe großes Interesse an einer Zusammenarbeit mit der Hochschule Furtwangen.

Im Rahmen einer Infoveranstaltung im Herbst 2016 wird das Konzept erstmals in der Region vorgestellt. Dabei wird die Art der Finanzierung geklärt und die Bestimmung einer geeigneten Rechtsform vorgenommen. Diese Veranstaltung wird als offizieller Start gesehen und hat zum Ziel, erste Mitglieder verbindlich für das Netzwerk zu gewinnen. ■

## Ernährungsverhalten von Hochschulangehörigen

Zusammenhänge zwischen Lebensmittelverzehr, ernährungsspezifischer Selbstwirksamkeitserwartung und Motivation zur Verhaltensänderung

Masterarbeit, Pädagogische Hochschule Schwäbisch Gmünd  
Studiengang: Gesundheitsförderung



**Carina Teschl**  
carina.teschl@gmx.at

### Hintergrund und Zielstellung

Eine Untersuchung des Lebensmittelverzehrs von Studierenden und Beschäftigten der PH Schwäbisch Gmünd zeigte 2011, dass Hochschulangehörige ein ungünstiges Ernährungsverhalten aufweisen. Ziel der Arbeit war daher, zu untersuchen, ob der Verzehr von gesunden und ausgewogenen Mahlzeiten, Gemüse, Vollkorn und Fleisch mit der ernährungsspezifischen Selbstwirksamkeitserwartung (SWE) sowie mit der Motivation zur Verhaltensänderung der Hochschulangehörigen der PH Schwäbisch Gmünd zusammenhängt.

Selbstwirksamkeitserwartung („self-efficacy“), auch optimistische Selbstüberzeugung oder Kompetenzerwartung, ist die subjektive Gewissheit, neue oder schwierige Anforderungen aufgrund eigener Kompetenzen bewältigen zu können.

### Methodik

Die analysierten Daten stammten aus einer ernährungsbezogenen Fragebogenerhebung (online/paper-pencil). Der Lebensmittelverzehr wurde mittels Food Frequency Questionnaire (FFQ) erfasst und die ernährungsspezifische SWE mittels siebenstufiger Rating-Skala ermittelt.

Die Motivation zur Verhaltensänderung wurde durch drei Verhaltensstufen (Unmotivierte, Motivierte, Handelnde) des sozial-kognitiven Prozessmodells gesundheitlichen Handelns (Health Action Process Approach, HAPA) operationalisiert und mittels Stufenalgorithmus erhoben. Die HAPA-Stufen erfassten die Motivation den folgenden Verzehrsempfehlungen nachzukommen: Verzehr von gesunden und ausgewogenen Mahlzeiten (operationalisiert durch einen Ernährungsmusterindex, EMI), Verzehr von täglich drei Portionen Gemüse (400g), täglich mindestens zwei Vollkornportionen (224 g)

sowie Verzehr von wöchentlich höchstens drei Fleischportionen (450g).

### Ergebnisse und Fazit

Die Stichprobe setzte sich aus 408 Studierenden (85 % weiblich) und 87 Beschäftigten (68 % weiblich) zusammen. Die Ergebnisse deuten darauf hin, dass eine höher ausgeprägte ernährungsspezifische SWE mit einem günstigeren Lebensmittelverzehr in Zusammenhang steht. Zwischen dem tatsächlichen Lebensmittelverzehr und den HAPA-Stufen konnte jedoch kein Zusammenhang im Sinne der korrekten Stufeneinteilung ermittelt werden.

Hochschulangehörige gaben an, sich bereits gemäß den Verzehrsempfehlungen zu ernähren und sich somit der Verhaltensstufe der Handelnden zuordnen. Dennoch zeigte sich, dass Hochschulangehörige, die angaben, sich gemäß den Verzehrsempfehlungen zu ernähren (Handelnde), tendenziell einen günstigeren Lebensmittelverzehr aufwiesen, als Hochschulangehörige, die keine feste Absicht besaßen, dies zu tun (Unmotivierte).

Die Ergebnisse weisen darauf hin, dass

Hochschulangehörige Schwierigkeiten haben, Portionsgrößen richtig einzuschätzen und sich demzufolge fälschlicherweise der Gruppe der Handelnden zuordnen. Die Problematik der falschen Stufeneinteilung kann aber auch darauf hindeuten, dass das Ernährungsverhalten keinem Stufenprozess sondern einem kontinuierlichen Prozess folgt. Um dies zu untersuchen, sind weitere experimentelle Studien im Längsschnitt notwendig. Stellt ein Stufenmodell die theoretische Basis für die Interventionsentwicklung dar, ist es essentiell, dass die Stufeneinteilung korrekt erfolgt. Die Arbeit verdeutlicht die Relevanz, die subjektive Stufeneinteilung im Kontext des Ernährungsverhaltens mit Daten zum tatsächlichen Lebensmittelverzehr zu überprüfen.

Für zukünftige Untersuchungen empfiehlt sich, einen klassischen Stufenalgorithmus mit einem objektiven Instrument zur Erfassung des tatsächlichen Lebensmittelverzehrs zu kombinieren. ■

### Neuer berufsbegleitender Masterstudiengang „Gesundheitsförderung und Prävention“ in Kooperation mit chinesischen Partnerhochschulen

Die Hochschule Neubrandenburg bietet ab dem 1. September 2016 gemeinsam mit chinesischen Partneruniversitäten den neuen berufsbegleitenden Master-Studiengang „Gesundheitsförderung und Prävention – Mind Body Health Promotion and Prevention East West“ an. Dieser Studiengang wurde als Antwort auf die Zunahme chronisch-degenerativer und psychischer Erkrankungen konzipiert. Das bisher einmalige Fernstudium kombiniert europäische und traditionell chinesische Konzepte und wird von WissenschaftlerInnen aus beiden Ländern betreut. Teilnahmevoraussetzung ist ein abgeschlossenes Hochschulstudium.

Anfragen/Bewerbungen bei der Studiengang-Koordinatorin:

Alexandra Neumann (M.A.) Tel.: 03 95 / 56 93 32 06

[aneumann@hs-nb.de](mailto:aneumann@hs-nb.de)