

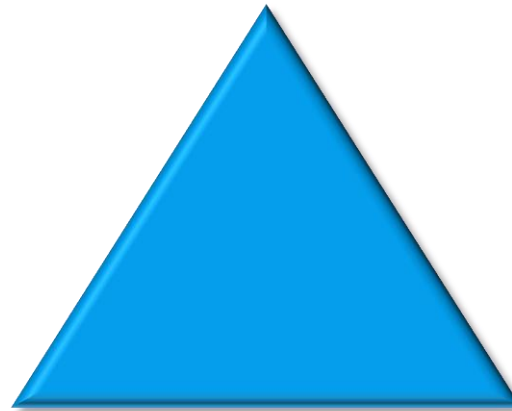
Projekt zum Studentischen Gesundheitsmanagement



Dr. Brigitte Steinke, Dr. Ute Sonntag, Sabine König, Stephanie Schluck

Studierende sind Alleinstellungsmerkmal

Hochschulverwaltung
(nicht-wissenschaftliches Personal)



Bildung (Studierende)

**Wissenschaft/
Lehre**
(wissenschaftliches
Personal)

Studierende machen Hochschulen zu dem, was sie sind!

Hochschulen sind Lernräume...



Hochschulen sind Lebensräume...



Studierende sind künftige Führungspersonen!



Hochschulen in Deutschland

Eckdaten

- Zur Zeit lernen und lehren in Deutschland
- ca. 2,8 Millionen Studierende
 - rund 1,4 Millionen Studentinnen & 1,4 Millionen Studenten

(destatis.de WS 2017/18)
- 18.467 Studiengänge im WS 16/17
 - 8.471 Bachelorstudiengänge (ca. 1,6 Mio. Studierende)
 - 8.358 Masterstudiengänge (ca. 480.000 Studierende)
 - 1.285 Studiengänge mit kirchlichem oder staatlichem Abschluss und 353 Studiengänge mit anderen Abschlüssen (Diplom, Magister...) (670.000 Studierende)

(HRK WS 2016/17)
- 1.592 Duale Studiengänge (ca. 100.739) (BIBB, 2016)
- 3.498 Fernstudiengänge (ca. 400.000 Studierende) (Forum DistanzE-Learning, 2013)

Studierendengesundheit

Warum tut sich da so viel?

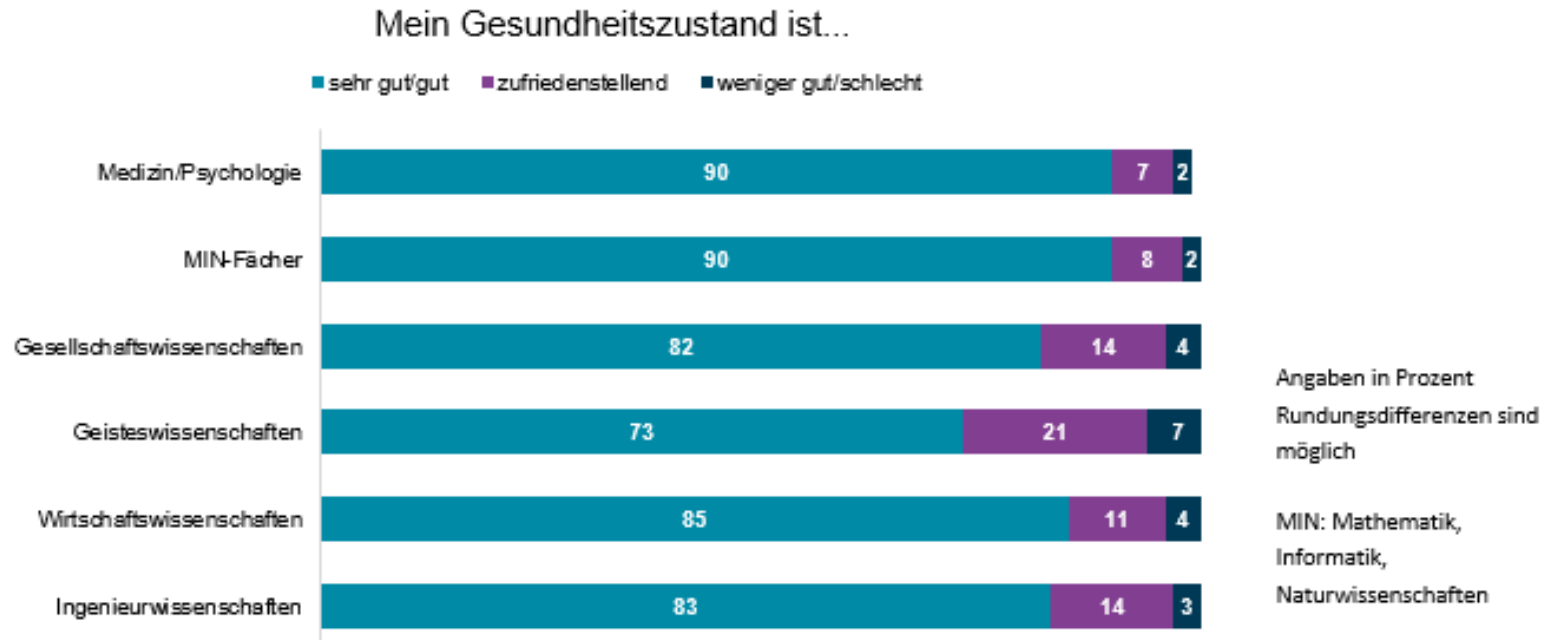
- Analysen und Projekte nehmen die Gesundheit von Studierenden in den Fokus
- Studienbeginn als kritische Lebensphase (Chance für Veränderung)
- Gesundheitsförderung als Attraktivitätsmerkmal der Hochschule
- Gesundheitskompetenz als wichtige Ressource für den Berufseinstieg
- Studierende sind zukünftige Führungskräfte
- das neue Präventionsgesetz §20a SGB V

Typische Anforderungen in der Studienzeit

- Leistungsanforderungen, Zeitdruck,
- quantitative und qualitative Überforderung
- Verdichtung und Verschulung der Studienabläufe durch die Bologna-Reform
- Unzureichende Rückzugs- und/oder Entspannungsmöglichkeiten
- Doppel- und Dreifachbelastung z.B. durch Nebenjob, Familie
- Finanzielle Belastungen

Quelle | TK-CampusKompass 2015

Wie geht's Deutschlands Studierenden?



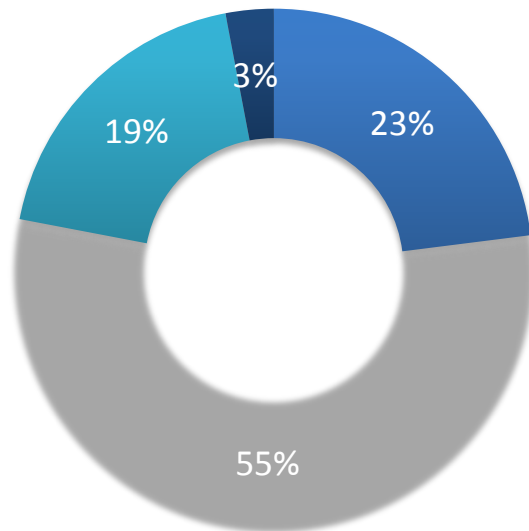
- › Die gute Nachricht: Im Gesamtdurchschnitt bezeichnen 84 Prozent ihren Gesundheitszustand als gut oder sehr gut.

Quelle | [TK-CampusKompass 2015](#)

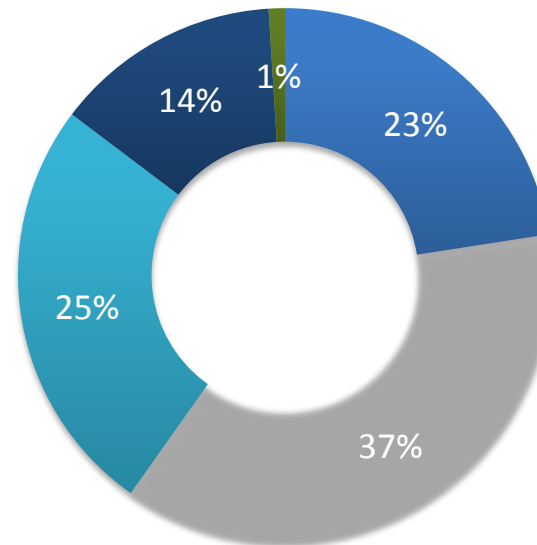
Drei von vier Studierenden unter Druck

Ich bin gestresst...

Studierende¹



Gesamtbevölkerung²

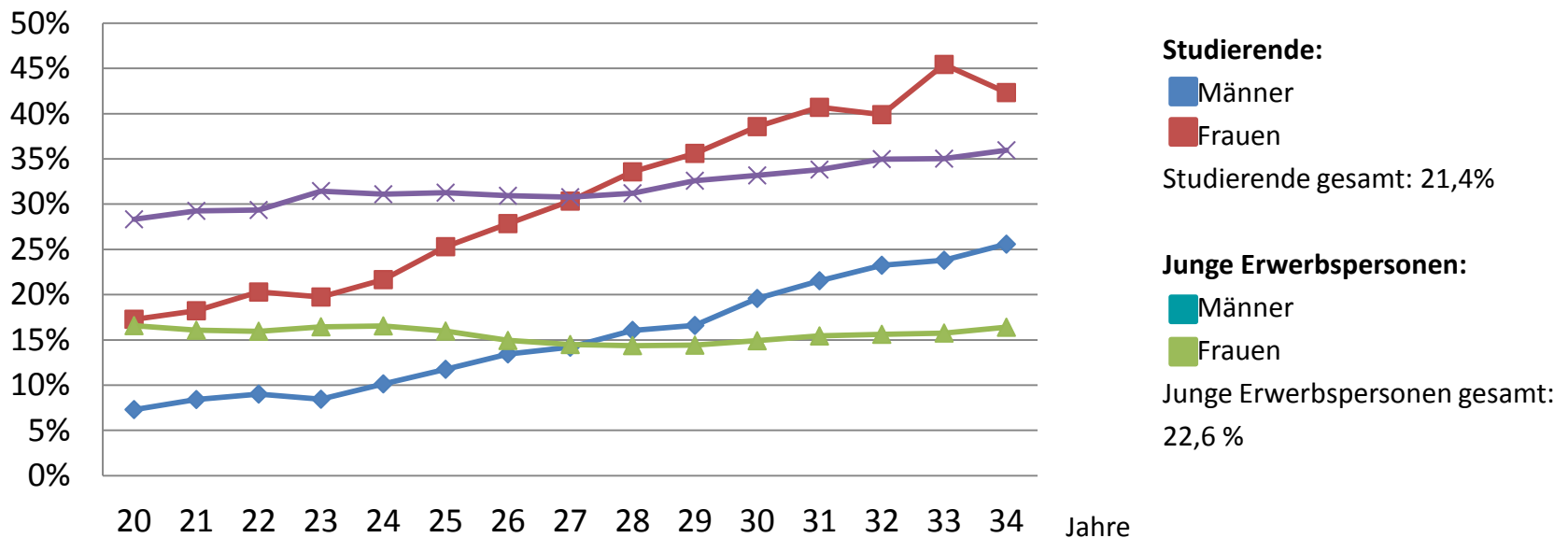


- häufig
- manchmal
- selten
- nie
- weiß nicht

Quelle | ¹TK-CampusKompass, 2015, ²TK-Stress-Studie 2016

Jeder Fünfte bekommt eine psychische Diagnose

Psychische Störungen nach Alter und Geschlecht 2013



Quelle | TK-Gesundheitsreport 2015

Arztreport 2018 bestätigt Tendenz der TK Analysen (2011, 2015)

- Auswertung von anonymisierten Daten zu mehr als acht Millionen Versicherten der BARMER ab dem Jahr 2005
- Besonderer Fokus auf junge Erwachsene und Studierende zwischen 18 und 25 Jahren
- Mehr als jeder sechste (17%) Studierende ist von einer psychischen Diagnose betroffen (TK-Gesundheitsreport 2015: bereits jeder fünfte)
- Mit zunehmendem Alter steigt bei Studierenden das Risiko für eine erstmals diagnostizierte Depression deutlich. Bei denjenigen, die nicht studieren, sinkt es in derselben Zeitspanne eher.

Quelle | Barmer Arztreport 2018, Schriftenreihe zur Gesundheitsanalyse

Vorteile für die Hochschule als Organisation

- Zwei Lebenswelten treffen aufeinander: Ort des Studierens und Ort des Betriebs Hochschule.
- Win-Win-Situation: leistungsfähige, gut ausgebildete und motivierte Beschäftigte ermöglichen ein Studium und ein Umfeld, dass das Potential der Studierenden fördert und entwickelt.
- Ergebnisse und Angebote des Gesundheitsmanagements an Hochschulen können ein Gewinn für Studierenden und Mitarbeitenden gleichermaßen darstellen.

Was könnte der Gewinn für Studierende sein?

- Studierenden können an Veränderungen mitwirken und stärken ihr Selbstwirksamkeitserleben.
- Sie erwerben oder vertiefen praktische Erfahrungen im Projektmanagement.
- Sie erweitern ihre individuelle Gesundheitskompetenzen für das Studium und die Arbeitswelt.
- Gesundheitskompetenz heißt Lebenskompetenz.

Studentisches Gesundheitsmanagement

Ein Entwicklungsprojekt

Ziele:

- Entwicklung eines Gesamtkonzeptes analog zum BGM
- Partizipation der Studierenden bei der Konzeptentwicklung
- Dissemination des Konzepts in den Hochschulen Deutschlands

Projektstruktur:

- Kernteam: Inhaltliche und organisatorische Koordination, Planung und Umsetzung von Maßnahmen und Projektsteuerung
- Begleitendes Gremium: Wissenschaftliche, fachliche Beratung und Begleitung des Projekts

Zeitraum: 2015 – 2018

Steuerungsgruppe und begleitendes Gremium

Steuerungsgruppe

- Dr. Brigitte Steinke (TK)
- Sabine König (TK)
- Dr. Ute Sonntag (LVG)
- Stephanie Schluck (LVG)
- Prof. Thomas Hartmann (HS Magdeburg-Stendal)

Begleitendes Gremium

- Thomas Holm (TK)
- Dr. Dr. Burkhard Gusy (FU Berlin)
- Prof. Dr. Eva Hungerland (DHBW)
- Martin Krüssel (Universität Göttingen)
- Astrid Schäfer (Deutsches Studentenwerk)
- Benjamin Schenk (Allgemeiner Deutscher Hochschulsportverband)
- Philipp Bachert (Karlsruher Institut für Technologie)
- Max Sprenger & Henning Blumenroth, TU Kaiserslautern)
- Studierende & Praktikant*innen

Studentisches Gesundheitsmanagement

Ein Entwicklungsprojekt

Methodik:

- Fokusgruppen
- Forschungsworkshops
- Feedbackschleifen und Partizipation:

Arbeitskreis Gesundheitsfördernde Hochschulen, Fachtagungen und Werkstattgespräche z.B. TU Kaiserslautern und KIT

Erste Best-Practice und Konzept:

- Sonderausgabe der duz (1. Quartal 2018)
- Systematische Handreichung in 2019

Studentisches Gesundheitsmanagement

Eine Werkstatt am 25. Januar 2018, TU Kaiserslautern



Studentisches Gesundheitsmanagement

Werkstatt an der TU Kaiserslautern



FishBowl-Diskussion



Kontakt

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!



DR. BRIGITTE STEINKE
SABINE KÖNIG

Techniker Krankenkasse
Telefon: +49 (0) 40 / 6909 1112
E-Mail: brigitte.steinke@tk.de

Unter Mitwirkung von Ines Niemeyer (Praktikantin TK)

DR. UTE SONNTAG
STEPHANIE SCHLUCK

Landesvereinigung für Gesundheit
und Akademie für Sozialmedizin Nds. e. V.
Telefon: +49 (0) 511 / 388 11 89 - 5
E-Mail: ute.sonntag@gesundheit-nds.de