

HIS-Institut für Hochschulentwicklung e. V.

Goseriede 13a | D-30159 Hannover | www.his-he.de

Gesundheitsfördernde Hochschulen

Ein Überblick zu Hintergründen, Potenzialen und Strukturen



HIS-HE:Fokus

Mai 2025

**Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersach-
sen Bremen e.V.**

Schillerstraße 32 | D-30159 Hannover | www.gesundheit-nds-hb.de

Anna Pawellek

Fachreferentin | Koordination des Kompetenzzentrums Gesundheitsfördernde
Hochschulen

Tel.: +49 511 3881189 -155

E-Mail: anna.pawellek@gesundheit-nds-hb.de

Sandra Pape

Fachreferentin | Koordination des Arbeitskreises Gesundheitsfördernde
Hochschulen

Tel.: + 49 511 3881189-118

E-Mail: sandra.pape@gesundheit-nds-hb.de

Dr. Brigitte Steinke

Projekt- und Prozessberaterin im Setting Gesunde Hochschulen

E-Mail: brigitte.g.steinke@freenet.de

Mit einem Vorwort von:

HIS-Institut für Hochschulentwicklung e. V.

Goseriede 13a | D-30159 Hannover | www.his-he.de

Geschäftsbereich Hochschulinfrastruktur

Karin Binnewies & Urte Ketelhön

Tel.: +49 511 169929-10

E-Mail: binnewies@his-he.de

Vorstand:

Dr. Stefan Niermann (Vorsitz),

Michael Döring, Sabrina Kriewald

Geschäftsführende Vorständin: Dr. Grit Würmseer

Registergericht: Amtsgericht Hannover | VR 202296

Umsatzsteuer-Identifikationsnummer: DE297391080

06.05.2025

ISBN 978-3-948388-43-0

Vorwort

Im Zeitalter wachsender Herausforderungen im Bildungssektor und einer sich ständig verändernden Arbeitswelt rückt das Thema Gesundheit an Hochschulen zunehmend in den Fokus. Hochschulen spielen eine zentrale Rolle in der Ausbildung zukünftiger Generationen und sind gleichzeitig bedeutende Arbeitgeber. Die Verantwortung, die sie dabei für das Wohlbefinden und die Gesundheit ihrer Studierenden und Beschäftigten tragen, ist enorm. In den letzten Jahren hat sich das Konzept der „Gesundheitsfördernden Hochschule“ als wichtiger Ansatz etabliert, um diese Verantwortung systematisch wahrzunehmen und Gesundheit als Querschnittsthema in allen Bereichen der Hochschule zu verankern.

Eine Gesundheitsfördernde Hochschule geht über punktuelle Maßnahmen hinaus. Sie integriert gesundheitsfördernde Prinzipien in ihre Strukturen, Prozesse und Kultur der gesamten Institution. Ziel ist es, eine Umgebung zu schaffen, die sowohl das individuelle Wohlbefinden als auch die kollektive Gesundheit der Hochschulgemeinschaft fördert. Dabei berücksichtigt sie die verschiedenen Bedürfnisse und Herausforderungen der unterschiedlichen Statusgruppen – von den Studierenden über das wissenschaftliche Personal bis hin zu den Mitarbeitenden in unterstützenden Funktionen.

Der Weg zur Gesundheitsfördernden Hochschule ist nicht nur ein Ziel, sondern ein kontinuierlicher Prozess der Weiterentwicklung und Anpassung. Dieser Prozess erfordert ein klares Bekenntnis seitens der Hochschulleitungen, die Gesundheit ihrer Mitglieder nicht nur als individuelle, sondern als institutionelle Aufgabe zu begreifen. Es geht darum, gesundheitsfördernde Rahmenbedingungen zu schaffen, die es allen Hochschulangehörigen ermöglichen, ihr volles Potenzial zu entfalten – sei es in der Lehre, der Forschung, im Studium oder der Verwaltung.

Entscheidend ist, dass Gesundheitsförderung nicht als isolierte Aufgabe betrachtet wird, sondern in die übergreifende Strategie und das Leitbild der Hochschule integriert wird. Gesundheitsmanagement sollte dabei als ein integraler Bestandteil der

Hochschulpolitik verstanden werden, der eng mit anderen Bereichen wie Qualitätsmanagement, Nachhaltigkeit und Diversity verknüpft ist. Denn nur durch eine ganzheitliche und interdisziplinäre Herangehensweise kann die Hochschule ihrer Verantwortung gerecht werden und ein gesundes Umfeld für alle schaffen.

Das HIS-Institut für Hochschulentwicklung e. V. (HIS-HE) begleitet seit über 10 Jahren Hochschulen auf dem Weg zu einer Gesunden Hochschule. Im Mittelpunkt der Begleitung steht dabei die Integration von Gesundheit in den Gesamtprozess und der Organisation der Hochschule. Mit Unterstützung der Techniker Krankenkasse hat HIS-HE gemeinsam mit Hochschulen ein Reflexions- und Entwicklungsinstrument für Hochschulen entwickelt. Das Instrument ist eine strukturierte Zusammenstellung von Qualitätsaspekten und -kriterien, mit dessen Hilfe Hochschulen systematisch ihren Status quo des Gesundheitsmanagements - sowohl des Betrieblichen, Studentischen als auch Hochschulischen Gesundheitsmanagements - ermitteln und Entwicklungspotenziale identifizieren können. Die Hochschulen können das Instrument in Eigenregie einsetzen, sich dabei aber von erfahrenen Hochschulakteur:innen (= Mentor:innen) begleiten lassen. Weitere Informationen unter: <https://his-he.de/projekte/auf-dem-weg-zur-gesunden-hochschule-mentorinnen-programm-mit-reflexionsinstrument/>

Das vorliegende Werk beleuchtet die verschiedenen Aspekte und Herausforderungen, die mit der Implementierung von Gesundheitsförderung an Hochschulen verbunden sind. Es bietet Einblicke in die theoretischen Grundlagen, die rechtlichen Rahmenbedingungen sowie die praktischen Ansätze, die zur Förderung der Gesundheit aller Hochschulmitglieder beitragen. Dabei wird deutlich, dass Gesundheitsförderung an Hochschulen weit mehr ist als die Summe einzelner Maßnahmen – sie ist ein zentraler Baustein für die nachhaltige Entwicklung von Bildungseinrichtungen in einer zunehmend komplexen Welt.

Karin Binnewies & Urte Ketelhön

HIS-Institut für Hochschulentwicklung e. V. (HIS-HE)

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	I
Inhaltsverzeichnis.....	II
1. Definition einer Gesundheitsfördernden Hochschule.....	1
2. Gesundheit von Hochschulangehörigen.....	2
3. Potenzial von Gesundheitsförderung an Hochschulen.....	4
4. Managementsysteme an Hochschulen.....	5
5. Entwicklung von Gesundheitsfördernden Hochschulen.....	7
6. Unterstützungsstrukturen für Gesundheitsfördernde Hochschulen.....	9
7. Literaturverzeichnis	11

1. Definition einer Gesundheitsfördernden Hochschule

Hochschulen, die ihre Arbeits-, Studien- und Lebensbedingungen so gestalten, dass sie zum Wohlergehen und zur Gesundheit aller Hochschulangehörigen beitragen und Gesundheit in ihre Kultur, Prozesse und Strukturen integrieren, können als **Gesundheitsfördernde Hochschulen** bezeichnet werden (angelehnt an Tsouros, 2000; Techniker Krankenkasse & Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e.V., 2013).

Gesundheitsfördernde Hochschulen verfolgen im Sinne des Setting-Ansatzes das Ziel, Gesundheit als Querschnittsthema an Hochschulen zu implementieren und sowohl ein gesundheitsförderliches Verhalten der verschiedenen Statusgruppen zu fördern als auch gesundheitsfördernde Lebens-, Arbeits-, Lern- und Lehrbedingungen an Hochschulen zu schaffen. Das Thema Gesundheit sollte somit strukturell und systematisch in allen politischen, bildungsbezogenen und administrativen Entscheidungen der Hochschule mitgedacht und verankert werden. Dazu kann beispielsweise die Gesundheit im Leitbild der Hochschule aufgenommen oder die Gesundheitsförderung in Lehre und Forschung integriert werden (Arbeitskreis Gesundheitsfördernde Hochschulen, 2020; Tsouros, 2000). Durch diese systematisch gesundheitsfördernde Gestaltung der Rahmenbedingungen der Lebenswelt Hochschule können unter anderem den gesundheitlichen Chancenungleichheiten an der Hochschule entgegengewirkt und die individuellen Gesundheitsressourcen gestärkt werden (Albrecht et al., 2019).

2. Gesundheit von Hochschulangehörigen

Hochschulen übernehmen als wichtige bildungspolitische Institutionen die Aus- und Weiterbildung von rund 2,9 Millionen jungen Erwachsenen und tragen als Arbeitsstätte für über 790.000 Personen die Verantwortung (Stand 2024) (Statistisches Bundesamt, 2024). Neben Herausforderungen wie den bildungspolitischen Reformen und knappen finanziellen Ressourcen sind Hochschulen mit einer diversen und multinationalen Studierendenschaft, einer älter werdenden Belegschaft, den steigenden Qualitätsansprüchen sowie der Digitalisierung konfrontiert (Ehlers, 2018). Diese und andere Entwicklungen können sich auf die Gesundheit der Hochschulmitglieder auswirken.

Die Mitglieder der Hochschulen lassen sich in verschiedene Statusgruppen einteilen: Personal aus Technik und Verwaltung, wissenschaftliches Personal und Studierende. Die Statusgruppen haben unterschiedliche gesundheitsbezogene Bedarfe und Bedürfnisse, sodass eine individuelle Betrachtung der jeweiligen Statusgruppen und je nach Tätigkeitsschwerpunkt auch der Untergruppen, z. B. Auszubildende, sinnvoll ist.

Gesundheit der Beschäftigten

Für das wissenschaftsunterstützende Personal liegen nur wenige hochschulübergreifende gesundheitsbezogene Daten vor. Sie werden vorwiegend intern erhoben und genutzt. Laut einer bundesweiten Übersichtsarbeit aus 2017 fühlen sich mehr als die Hälfte der Befragten aus dieser Gruppe stark belastet, wobei Multitasking, fachliche Anforderungen und häufige Unterbrechungen als wichtigste Belastungsfaktoren aufgeführt werden (Banscherus et al., 2017). Auch für den akademischen Mittelbau, dem die wissenschaftliche Mitarbeiter:innen angehören, sind kaum aussagekräftige Übersichtsstudien vorzufinden. Einer Expertise aus 2017 zu Arbeitsbelastungen, Ressourcen und Gesundheit in diesem Bereich zufolge sind

wissenschaftlich und künstlerisch Beschäftigte mit ihrer Arbeit generell zufrieden, sie schätzen ihre Gesundheit positiv ein (Lesener & Gusy, 2017). Und Personen in der Hochschullehre und -forschung weisen eine geringe Anzahl von Arbeitsunfähigkeitstagen im Vergleich zu dem Durchschnitt der Versicherten auf. Die Hauptursachen für Fehlzeiten sind Atemwegs- und Muskel-Skeletterkrankungen sowie psychische Störungen. Als Hauptbelastungsfaktoren werden die zeitliche Befristung der Arbeitsverträge, unangemessene Bezahlung und die daraus resultierenden unsicheren Karrierewege benannt. Diese Ergebnisse liefern erste Ansatzpunkte.

Mit dem Bielefelder Fragebogen zu Arbeitsbedingungen und Gesundheit an Hochschulen (kurz „Bielefelder Fragebogen“) wurden zwischen 2014 und 2023 insgesamt über 30.000 Hochschulmitarbeitende an 41 Hochschulen bundesweit befragt. Nach und nach werden die Ergebnisse dieser Befragungen veröffentlicht. Eine aktuelle Publikation vergleicht beispielsweise, die Arbeitsbedingungen und gesundheitliche Situation verschiedener Beschäftigtengruppen an Hochschulen vor und nach der Covid-19-Pandemie. Es zeigt sich, dass die gesundheitlichen Belastungen in allen Bereichen zugenommen haben, wobei Frauen tendenziell von stärkeren Belastungen berichteten als Männer (Burian, 2023).

Gesundheit der Studierenden

Studierende bilden mit über 80 Prozent die größte Statusgruppe an Hochschulen. Die Mehrheit der Studierenden bewertet ihre eigene Gesundheit als gut oder sehr gut (Grützmaker et al., 2018). Dennoch belegen verschiedene Studien, dass Studierende gestresster sind als Gleichaltrige, die nicht studieren (Grützmaker et al., 2018; Techniker Krankenkasse, 2015; Herbst et al., 2016). Es gibt Hinweise, dass Studierende häufiger an Ängsten und psychischen Störungen leiden. Auffällig ist auch, dass Studierende im Vergleich zu Gleichaltrigen öfter Psychopharmaka verschrieben bekommen (Techniker Krankenkasse, 2015; Grobe & Steinmann, 2015).

Studien, die sich der Gesundheit im Kontext der Covid-19-Pandemie widmen, zeigen einen gewachsenen Anteil von Studierenden mit gesundheitlichen Belastungen, wobei besonders die psychischen Beschwerden zugenommen haben (Kris-Stephan et al., 2021). Darüber hinaus wird durch aktuelle Ergebnisse deutlich, dass der empfundene Stress von Studierenden in den letzten Jahren erheblich gestiegen ist (Techniker Krankenkasse, 2023). Vor allem Prüfungen und Prüfungsvorbereitungen, die Studienorganisation sowie die Mehrfachanforderungen an Studierende werden von ihnen als belastend empfunden (Herbst et al., 2016; Techniker Krankenkasse 2015, 2023). Mehrfachbelastungen können beispielsweise durch Familienaufgaben, wie die Versorgung von Kindern, die Pflege von Angehörigen oder durch einen Nebenjob entstehen. Darüber hinaus gibt es Erkenntnisse zur körperlichen Aktivität und Sitzzeiten von Studierenden. So kommt aus der Gruppe der Studierenden lediglich ca. ein Viertel (26,7 %) der Empfehlung der Weltgesundheitsorganisation (WHO) nach, mindestens 2,5 Stunden pro Woche körperlich aktiv zu sein. Damit sind Studierende weniger aktiv als Gleichaltrige (18–29 Jahre), die nicht studieren. Insgesamt sind weniger als die Hälfte der Studierenden (40,5 %) regelmäßig mindestens zwei Stunden pro Woche sportlich aktiv (Grützmacher, 2018). Studierende verbringen einen Großteil des Tages mit sitzenden Aktivitäten. Die Ergebnisse einer Übersichtsarbeit deuten darauf hin, dass ein beträchtlicher Anteil der Studierenden im Vergleich zur allgemeinen jungen Erwachsenenbevölkerung ein höheres Maß an sedentärem Verhalten ausübt und ein Maß erreicht, das mit einem erhöhten Risiko für nachteilige gesundheitliche Folgen in Verbindung gebracht wurde (Castro et al., 2020).

3. Potenzial von Gesundheitsförderung an Hochschulen

Die Lebenswelt Hochschule bietet vielfältige Möglichkeiten, um die gesundheitlichen Belange der verschiedenen Statusgruppen zu gestalten und positiv auf diese einzuwirken. Im Sinne der Ottawa Charta (1986) der WHO ist dazu eine ganzheitliche und lebensweltorientierte Betrachtung der Themen Gesundheit und Wohlbefinden notwendig (World Health Organization, 1986). Eine Hochschule ist für ihre Beschäftigten im Rahmen ihrer Tätigkeit und für ihre Studierenden für ca. drei bis sechs Jahre ein entscheidender Wirkungsort. Als eine relevante Lebenswelt prägen Hochschulen nicht nur die individuelle Gesundheit und Gesundheitskompetenz ihrer Hochschulangehörigen, sondern bestimmen auch die Rahmen- und Arbeitsbedingungen für eine gesunde Entwicklung von jungen Erwachsenen und beschäftigten Personengruppen. Dabei können gesundheitsförderliche Arbeitsbedingungen das Wohlbefinden und die Zufriedenheit, die Arbeitsfähigkeit, die Motivation und Produktivität der Mitarbeitenden steigern. Die Bindung zum Arbeitgeber / zur Arbeitgeberin kann erhöht und das Arbeitsklima verbessert werden (gesund.bund.de, 2023). Hochschulen, die sich für die Gesundheit ihrer Mitglieder engagieren, können als Vorbild für weitere Organisationen gesehen werden. Zudem sind Studierende potenziell zukünftige Führungskräfte und Entscheidungsträger:innen, die die Bedeutung von Gesundheit und Wohlbefinden auch über die Studienzeit hinaus weitertragen können. Außerdem wirken sich Maßnahmen und Aktivitäten der Gesundheitsförderung an Hochschulen positiv auf die Qualität und Umsetzung des Bildungsauftrags aus. Eine gesteigerte Studier- und Arbeitsfähigkeit sowie die Attraktivität von gesunden Arbeits- und Studienbedingungen können einen Wettbewerbsvorteil gegenüber anderen Hochschulen darstellen. Damit bieten Hochschulen großes Potenzial für die Förderung und Erhaltung der Gesundheit aller Hochschulmitglieder.

4. Managementsysteme an Hochschulen

In der Entwicklung hin zu einer Gesundheitsfördernden Hochschule ist die Etablierung von Managementstrukturen, z. B. nach dem Public Health Action Cycle, erforderlich. Viele Hochschulen haben bereits mit Blick auf die Beschäftigten ein Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) aufgebaut. Seit 2015 etabliert sich zunehmend, in einem häufig parallelverlaufenden Prozess, ein Gesundheitsmanagement für und mit Studierenden (SGM) (Hartmann & Niemeyer, 2020). Seit einigen Jahren beschäftigen sich Hochschulen zudem mit der Fragestellung, wie Gesundheitsmanagementsysteme für Studierende und Beschäftigte zusammengeführt werden können. Eine aktuelle Übersicht der Hochschulen, die bereits ein Gesundheitsmanagement für und mit Mitarbeitenden und Studierenden umsetzen, bietet das Kompetenzzentrum Gesundheitsfördernde Hochschulen auf seiner Webseite an (Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen Bremen e. V., 2025a). Die dort abgebildete [Landkarte „Gesundheitsmanagement an Hochschulen in Deutschland“](#) beruht auf einer Selbsteinschätzung der Hochschulen und wird stetig ergänzt (Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen Bremen e. V., 2025b).

Betriebliches Gesundheitsmanagement an Hochschulen

Ein BGM gestaltet und entwickelt gesundheitsförderliche Arbeitsstrukturen und -bedingungen für Beschäftigte der Hochschule, wobei sowohl die Verhaltens- als auch die Verhältnisebene berücksichtigt wird. Dafür ist eine umfassende Strategie auf Führungs- und Organisationsentwicklungsebene notwendig. Das BGM beinhaltet die organisatorische Zusammenführung und Steuerung von gesetzlichen und freiwilligen Leistungen zu Gesundheit und Sicherheit der Beschäftigten in einer Institution (Hartmann & Niemeyer, 2020). Ein BGM kann auf individueller Ebene zum

Beispiel zu einer Stärkung der Gesundheitskompetenzen und auf betrieblicher Ebene unter anderem zur Senkung der Gesundheitskosten führen (Esslinger, 2022).

Studentisches Gesundheitsmanagement

Das Ziel von Studentischem Gesundheitsmanagement ist es, eine „*systematische und zielorientierte Steuerung für alle gesundheitsbezogenen Prozesse im Zusammenhang mit Studierenden an der Hochschule zu bündeln.*“ (Albrecht et al., 2019, S. 11). Dabei sollen alle physischen, psychischen und sozialen Dimensionen betrachtet sowie die individuellen Gesundheitsressourcen der Studierenden erhalten und gefördert werden. Als wirksames Erfolgskriterium ist die Partizipation der Studierenden anzusehen. Studierende bringen sich als Expert:innen ihrer eigenen Lebenswelt in die Veränderungsprozesse ein und gestalten aktiv gesundheitsförderliche Maßnahmen und Interventionen mit (Albrecht et al., 2019).

Hochschulisches Gesundheitsmanagement

Einige Hochschulen in Deutschland befinden sich im Aufbau eines Hochschulischen Gesundheitsmanagements (HGM), welches alle Statusgruppen an der Hochschule gleichermaßen beachtet und die Aktivitäten gemeinsam steuert. „*Unter Hochschulischem Gesundheitsmanagement (HGM) wird ein planmäßiges und systematisches, bspw. dem Public Health Action Cycle (PHAC) folgendes, strukturell verankertes Gesundheitsmanagement verstanden. Ein HGM verpflichtet sich der Gesundheitsförderung und Gesunderhaltung aller Mitglieder der Organisation Hochschule. Es wird beiden Statusgruppen a) Beschäftigten und b) Studierenden gerecht und verzahnt die Schnittstellen sowie Wirkbeziehungen der Zielgruppen miteinander. Darüber hinaus obliegt einem Hochschulischen Gesundheitsmanagement der Aufbau und die stetige Weiterentwicklung gesundheitsorientierter Rahmenbedingungen und Strukturen für ein gesundes Studien- und Arbeitsumfeld in der gesamten Organisation Hochschule.*“ (Preuß et al., 2022; S. 92).

Um ein ganzheitliches Gesundheitsmanagement an Hochschulen erfolgreich umzusetzen, ist eine Verzahnung von BGM und SGM ein entscheidender Faktor. Diese beiden Managementsysteme bieten viele Anknüpfungspunkte, um Synergien zu schaffen, die in einem HGM genutzt werden können. Das Potenzial zeigt sich besonders bei der Etablierung gesundheitsfördernder Strukturen und Prozesse, die sowohl Beschäftigte als auch Studierende betreffen. Hochschulen stehen bei der Implementierung eines HGM vor verschiedenen Herausforderungen. Um Gesundheit strukturell in alle hochschulischen Prozesse einzubinden, müssen die verschiedenen Akteure eng zusammenarbeiten, was durch unterschiedliche Zuständigkeiten und Prioritäten erschwert werden kann. Zudem müssen die unterschiedlichen Bedarfe der Statusgruppen berücksichtigt werden, wodurch die Maßnahmen flexibel gestaltet sein sollten. Auch die teilweise begrenzten finanziellen und personellen Ressourcen in Hochschulen stellen eine Herausforderung dar. Hier sind innovative und mutige Lösungsansätze nötig, um den Ansprüchen gerecht zu werden (Techniker Krankenkasse & Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen Bremen e. V., 2025).

5. Entwicklung von Gesundheitsfördernden Hochschulen

Auf internationaler und nationaler Ebene können verschiedene Meilensteine ausgemacht werden, die zum Aufbau von Gesundheitsfördernden Hochschulen beigetragen haben.

Internationale Ebene

Einen zentralen Meilenstein in der internationalen Entwicklung von Strategien zur Gesundheitsförderung stellt die Ottawa-Charta (1986) dar. Mit der Charta wurde erstmals ein ganzheitlicher und ressourcenorientierter Blick auf die Gesundheit gelenkt (World Health Organization, 1986). 1995 wurde die erste Gesundheitsfördernde Hochschule als ausgewiesenes Settingprojekt in Großbritannien etabliert, die „University of Central Lancashire“ (The University of Lancashire, 2023). Daraufhin folgte die erste internationale Konferenz zur Gesundheitsfördernden Hochschule in Großbritannien. Im Jahr 1997 wurden Gesundheitsfördernde Hochschulen („Health Promoting Universities“) ein offizieller Bestandteil und ein Unterprogramm des „Healthy-Cities-Projekts“ der WHO. Das erste WHO-Roundtable-Meeting zu Kriterien und Strategien für ein Europäisches Netzwerk Gesundheitsfördernder Hochschulen in Lancaster (Großbritannien) fand unter Beteiligung des deutschen Arbeitskreises Gesundheitsfördernde Hochschulen (AGH) statt (Gräser et al., 2010). Aufbauend auf diesen und weiteren Entwicklungen sowie anschließenden Konferenzen wurde 2015 die Okanagan Charta verabschiedet. Sie ist ein Ergebnis der Internationalen Konferenz zu Gesundheitsfördernden Universitäten und Hochschulen auf dem VII. Internationalen Kongress 2015 in Kelowna (Kanada). Die Okanagan Charta ist die neueste internationale Programmatik für Hochschulen und fordert unter anderem zur Verzahnung von Gesundheitsförderung und Nachhaltigkeit auf. Basierend auf der Ottawa Charta (1986) vertritt sie den

Lebensweltenansatz sowie das bio-psycho-soziale Verständnis von Gesundheit. Die Okanagan Charta (2015) beinhaltet zwei zentrale Handlungsaufforderungen für Hochschulen:

- Einbettung der Gesundheit in die Aspekte der Hochschulkultur und in die Verwaltungs-, Betriebs- und akademischen Aufträge
- Maßnahmen und Zusammenarbeit in der Gesundheitsförderung auf lokaler und globaler Ebene lenken (Internationale Konferenz zu Gesundheitsfördernden Universitäten und Hochschulen, 2015).

Nationale Ebene

In Deutschland wurden durch die Entwicklung von rechtlichen Rahmenbedingungen Voraussetzungen für die Etablierung von Gesundheitsförderung an Hochschulen geschaffen. Hochschulen haben die Verantwortung, für die Sicherheit und die Gesundheit ihrer Mitglieder zu sorgen. Der Arbeitsschutz in Deutschland hat eine lange Tradition und fokussiert sich auf die Vermeidung von arbeitsbedingten Gesundheitsgefahren und Unfällen bei der Arbeit. In Deutschland regeln verschiedene Gesetze diese Verantwortung, beispielsweise das Arbeitsschutzgesetz (1996) oder das Gesetz zum Schutz von schwangeren Frauen und jungen Müttern bei der Arbeit, in der Ausbildung und im Studium (2018 wurden Studentinnen aufgenommen) (Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege, 2025). Seit 2004 sind Arbeitgeber außerdem verpflichtet, ein Betriebliches Eingliederungsmanagement (BEM) für länger erkrankte Beschäftigte anzubieten (Bundesministerium für Arbeit und Soziales, 2018). Im Arbeitsschutz ist die (psychische) Gefährdungsbeurteilung ein elementarer Bestandteil. Ergänzend zu den Pflichten des Arbeitsschutzes, wird zunehmend Wert auf Prävention und Gesundheitsförderung gelegt. Maßnahmen zur Förderung der Gesundheit werden für Beschäftigte an Hochschulen bereits seit Mitte der 1990er Jahre umgesetzt und

Managementstrukturen aufgebaut (Meier & Steinke, 2023). Nach diesem Vorbild und Verständnis wurde seit 2015 ebenfalls am Konzept zum Studentischen Gesundheitsmanagement gearbeitet.

Die Verabschiedung des Gesetzes zur Stärkung der Gesundheitsförderung und Prävention (PrävG) (SGB V) im Jahr 2015 hat maßgeblich zu einer positiven Entwicklung von Gesundheitsfördernden Hochschulen beigetragen (Hartmann et al., 2016). Die Verabschiedung des Gesetzes ermöglicht eine Förderung von Maßnahmen zur Gesundheitsförderung und Prävention durch die Sozialversicherungsträger. Der Paragraph 20a im SGB V regelt die Leistungen zur Gesundheitsförderung und Prävention in Lebenswelten und definiert diese als „für die Gesundheit bedeutsame, abgrenzbare soziale Systeme, insbesondere des Wohnens, des Lebens, des Studierens“. Die Lebenswelt des Studierens wurde somit gesetzlich als förderungsfähig im Rahmen des PrävG verankert. Neben den Leistungen für Lebenswelten sind die Belange rund um die Betriebliche Gesundheitsförderung im Paragraphen 20b festgeschrieben. Die Aktivitäten der Sozialversicherungsträger, insbesondere der gesetzlichen Krankenversicherungen, haben nachfolgend zu einem immensen Auf- und Ausbau von Strukturen Gesundheitsfördernder Hochschulen beigetragen.

6. Unterstützungsstrukturen für Gesundheitsfördernde Hochschulen

In Deutschland bestehen Strukturen, die im Auf- und Ausbau von Gesundheitsfördernden Hochschulen Unterstützung leisten. Dabei wird in den Netzwerken vor allem der Austausch zwischen den Hochschulen und damit das Lernen aus langjährigen Erfahrungen angeregt. Weitere Unterstützungsstrukturen bieten darüber hinaus zum Beispiel Weiterbildungsformate oder Wissensbündelung an.

Kompetenzzentrum Gesundheitsfördernde Hochschulen (KGH)

Das Kompetenzzentrum Gesundheitsfördernde Hochschulen (KGH) ist ein Kooperationsprojekt der Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen Bremen e. V. (LVG & AFS Nds. HB e. V.) und der Techniker Krankenkasse (TK). Das KGH wurde im Herbst 2018 initiiert und möchte gemeinsam mit Akteur:innen aus Hochschulen das Studentische, Betriebliche und Hochschulische Gesundheitsmanagement weiter auf- und ausbauen. Es sammelt, generiert und kommuniziert Informationen zum Themenfeld Gesundheitsfördernde Hochschulen und sensibilisiert und qualifiziert Hochschulakteur:innen. Die Aktivitäten und Angebote des KGH richten sich in erster Linie an Koordinator:innen für Betriebliches Gesundheitsmanagement, Studentisches Gesundheitsmanagement und/oder Hochschulisches Gesundheitsmanagement, an wissenschaftliche Mitarbeitende im Themenfeld Gesundheitsfördernder Hochschulen sowie interessierte Studierende (Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen Bremen e. V., 2025a).

Arbeitskreis Gesundheitsfördernde Hochschulen (AGH)

Der Arbeitskreis Gesundheitsfördernde Hochschulen (AGH) ist ein bundesweiter Zusammenschluss von Vertreter:innen aus Hochschulen und hochschulnahen

Organisationen, die sich für die Etablierung eines umfassenden Gesundheitsmanagements und Gesundheitsförderung nach dem Setting-Ansatz an Hochschulen einsetzen. Der AGH besteht seit 1995 und wird von der Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen Bremen e. V. (LVG & AFS Nds. HB e. V.) koordiniert. Seit Anfang der 2000er Jahre wird der AGH durch die TK beraten, unterstützt und gefördert. Der AGH engagiert sich für die Vernetzung der Hochschulakteur:innen und für die Förderung des Erfahrungs- und Wissensaustauschs untereinander. Darüber hinaus setzt sich der AGH für eine stärkere Sensibilisierung für Interessen Gesundheitsfördernder Hochschulen ein und fördert die Qualitätsentwicklung im Betrieblichen, Studentischen und Hochschulischen Gesundheitsmanagement.

Zur Sicherung der Qualität wurden im AGH in einem zweijährigen Diskussionsprozess von Hochschulvertreter:innen die zehn Gütekriterien für eine Gesundheitsfördernde Hochschule entwickelt und 2005 veröffentlicht. Die Kriterien bilden Qualitätsstandards für Gesundheitsfördernde Hochschulen und enthalten unter anderem den Setting-Ansatz, die Salutogenese, die Verzahnung von Verhaltens- und Verhältnisprävention sowie die Integration von Gesundheit als Querschnittsthema in allen hochschulischen Prozessen und Strukturen (Arbeitskreis Gesundheitsfördernde Hochschulen, 2020). Nach über zehn Jahren erfolgreicher Anwendung wurden die Kriterien im Jahr 2019/2020 aktualisiert und sind zudem seit Dezember 2020 als Grundlage für die Durchführung von Gesundheitsprojekten an Hochschulen im *Leitfaden Prävention* des GKV-Spitzenverbands verankert (GKV-Spitzenverband, 2023).

Regionale Netzwerke Gesundheitsfördernder Hochschulen

Die Rahmenbedingungen der Hochschulen werden von der Landespolitik bestimmt, sodass auch auf regionaler Ebene der Bedarf nach Vernetzung gestiegen ist. Durch den Aufbau von regionalen Netzwerken wird der Wissenstransfer und

der Kompetenzaufbau innerhalb der regionsbezogenen Hochschullandschaft sichergestellt. Derzeit existieren acht regionale Netzwerke in Deutschland (Stand Januar 2025). Ein Großteil der Netzwerke wird durch die TK beraten, unterstützt und gefördert. Eine aktuelle Übersicht der regionalen Netzwerke findet sich auf der Webseite des AGH (Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen Bremen e. V., 2025c).

Allgemeiner deutscher Hochschulsportverband (adh)

Der Allgemeine Deutsche Hochschulsportverband (adh) ist der Dachverband der Hochschulsporteinrichtungen in Deutschland. Über 200 Hochschulen mit rund 2,5 Millionen Studierenden und 550.000 Bediensteten sind Mitglied im adh. Der adh vertritt deren Interessen und setzt sich für die Entwicklung des Hochschulsports ein. Dabei agiert er an der Schnittstelle zwischen Sport und Bildung und zeichnet sich durch ein umfassendes Sport- und Bewegungsverständnis aus. Seit 2022 hat der adh sein Leitbild um den Aspekt der Gesundheitsförderung ergänzt. Der Hochschulsport soll als relevanter Akteur der Gesundheitsförderung im Setting Hochschule gestärkt werden und insbesondere studentische Gesundheitsförderung flächendeckend durch den Hochschulsport anbieten.

Der adh unterstützt aktiv gesundheitsförderliche Veränderungen in der Lebenswelt Hochschule. Er will dazu beitragen, die physischen, psychischen und sozialen Gesundheitsressourcen und -potenziale aller Hochschulangehörigen auf und abseits des Campus zu fördern (Allgemeiner Deutscher Hochschulsportverband, 2023a). Ein wichtiger Entwicklungsimpuls geht in diesem Zusammenhang von der Initiative „Bewegt studieren – Studieren bewegt!“ in Zusammenarbeit mit der TK aus (Allgemeiner Deutscher Hochschulsportverband, 2023b). Die Initiative wurde im Jahr 2016 ins Leben gerufen und unterstützt seitdem zahlreiche Projekte des Studentischen Gesundheitsmanagements an Hochschulsporteinrichtungen in ganz Deutschland.

Ausblick

Hochschulen bieten ein großes Potenzial, zur Verbesserung der Gesundheit von Studierenden und Mitarbeitenden beizutragen. Die bisher etablierten Managementstrukturen und gesundheitsförderlichen Maßnahmen an den Hochschulen zeigen vielversprechende Ansätze und Entwicklungen. Zukünftig wird die strukturelle Weiterentwicklung zum Hochschulischen Gesundheitsmanagement weiter im Fokus stehen. Dennoch bleiben Herausforderungen wie die flächendeckende strukturelle Verankerung sowie die dauerhafte Finanzierung von ganzheitlichem Gesundheitsmanagement an Hochschulen.

Insgesamt nimmt die Relevanz des Themas Gesundheit gesamtgesellschaftlich weiter zu, sodass zu hoffen ist, dass Gesundheitsförderung an Hochschulen fest etabliert und Teil der Hochschulkultur wird.

7. Literaturverzeichnis

- Albrecht, F., Bachert, P., Blumenroth, H., Gusy, B., Hartmann, T., Hungerland, E., König, S., Krüssel, M., Kunz, A., M., Lesener, T., Metken, J., Niemeyer, I., Reitermayer, J., Schluck, S., Sonntag, U., Spenger, M., Steinke, B., Timmann, M. & Wolter, C. (2019). *SGM – Studentisches Gesundheitsmanagement Handlungsempfehlung zu Theorie und Praxis*. Hrsg.: Techniker Krankenkasse, TK-Hausdruckerei, Hamburg. Abgerufen von: <https://www.tk.de/resource/blob/2066932/0b63cceb20d775c244d57ed267a322d/handlungsempfehlung-zum-studentischen-gesundheitsmanagement-data.pdf>. [12.03.2025].
- Allgemeiner Deutscher Hochschulsportverband (2023a). *Gesundheitsförderung im adh*. Abgerufen von: <https://www.adh.de/gesundheit>. [12.03.2025].
- Allgemeiner Deutscher Hochschulsportverband (2023b). *Bewegt studieren - studieren bewegt!*. Abgerufen von: <https://www.adh.de/gesundheit/bewegt-studieren-studieren-bewegt/>. [12.03.2025].
- Arbeitskreis Gesundheitsfördernde Hochschulen (AGH) (2020). *Zehn Gütekriterien für eine gesundheitsfördernde Hochschule 2020*. Abgerufen von: <https://www.gesundheit-nds-hb.de/fileadmin/Projekte/arbeitskreis-gesundheitsfoerdernde-hochschule/agh-10-guetekriterien.pdf>. [12.03.2025].
- Banscherus, U., Baumgärtner, A., Böhm, U., Golubchykova, O., Schmitt, S. & Wolter, A. (2017). Wandel der Arbeit in Wissenschaftsunterstützenden Bereichen an Hochschulen. In: Hans Böckler Stiftung (Hrsg.): *STUDY. Nr. 362*, ISBN 978-3-86593-274-7. Abgerufen von: https://www.boeckler.de/pdf/p_study_hbs_362.pdf. [12.03.2025].
- Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege (BGW) (2025). *Mutterschutz – Arbeitsergebnisse vom Ausschuss für Mutterschutz*. Abgerufen von: <https://www.bgw-online.de/bgw-online-de/themen/gesund-im-betrieb/mutterschutz-26190>. [12.03.2025].
- Bundesministerium für Arbeit und Soziales (2018). *Betriebliches Eingliederungsmanagement*. Abgerufen von: <https://www.bmas.de/DE/Arbeit/Arbeitsschutz/Gesundheit-am-Arbeitsplatz/Betriebliches-Eingliederungsmanagement/betriebliches-eingliederungsmanagement.html>. [12.03.2025].
- Burian, J. (2023). *Arbeitsbedingungen in Wissenschaft und Verwaltung seit Beginn der Coronapandemie – Belastungssituation von Hochschulbeschäftigten mit und ohne Care-Aufgaben*. Presented at the Gender-Kongress 2023 – Geschlechter(un)gerechtigkeit an Hochschulen, Bochum. Abgerufen von: https://www.mkw.nrw/system/files/media/document/file/2023_genderkongress_dokumentation_webfassung_0.pdf. [12.03.2025].
- Castro, O., Bennie, J., Vergeer, I., Bosselut, G. & Biddle, S., J., H. (2020): How Sedentary Are University Students? A Systematic Review and Meta-Analysis. *Prevention Science. 21, Nr. 3*, S.332-343, ISSN 1573-6695. Abgerufen von <https://doi.org/10.1007/s11121-020-01093-8>. [12.03.2025].
- Ehlers, U.-D. (2018). Die Hochschule der Zukunft: Versuch einer Skizze. In: Dittler, U. & Kreidl, C. (Hrsg.): *Hochschule der Zukunft*, S. 81–100, Springer Fachmedien Wiesbaden, Wiesbaden, ISBN 978-3-658-20402-0. Abgerufen von https://doi.org/10.1007/978-3-658-20403-7_5. [12.03.2025].
- Esslinger, A., S (2022). *Betriebliches Gesundheitsmanagement. Gesundheitswissenschaften*. Springer, Berlin, Heidelberg, ISBN 978-3-662-65219-0. S. 859–868, Abgerufen von https://doi.org/10.1007/978-3-662-65219-0_67. [12.03.2025].
- gesund.bund.de (2023). *Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM)*. Abgerufen von: <https://gesund.bund.de/betriebliches-gesundheitsmanagement-bgm>. [12.03.2025].

- GKV-Spitzenverband (2023). *Leitfaden Prävention*. Abgerufen von: https://www.gkv-spitzenverband.de/krankenversicherung/praevention_selbsthilfe_beratung/praevention_und_bgf/leitfaden_praevention/leitfaden_praevention.jsp [12.03.2025].
- Gräser, S. (2010). Zur internationalen Entwicklung der gesundheitsfördernden Hochschulen. In: *Prävention und Gesundheitsförderung. Band 5, Nr. 3*, S. 179–184, ISSN 1861-6763. Abgerufen von <https://doi.org/10.1007/s11553-010-0254-1>. [12.03.2025].
- Grützmaker, J., Gusy, B., Lesener, T., Sudheimer, S. & Willige, J. (2018). *Gesundheit Studierender in Deutschland 2017*. Abgerufen von <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.29045.09449>. [12.03.2025].
- Grobe, T. & Steinmann, S. (2015). *Gesundheitsreport 2015 - Gesundheit von Studierenden*. Hrsg.: Techniker Krankenkasse. Abgerufen von: <https://www.tk.de/resource/blob/2026676/cfc25bd5aec0a734d6f2c89b1929fb1b/gesundheitsreport-2015-data.pdf>. [12.03.2025].
- Hartmann, T., Niemeyer, I. (2020). *Gesundheitsförderung an Hochschulen*. Hrsg.: Techniker Krankenkasse. Abgerufen von: <https://www.tk.de/resource/blob/2096542/1d075e15516172ff8321c34b72d539e2/201103barrierefrei-tk-gfanhs-data.pdf>. [12.03.2025].
- Hartmann, T., Baumgarten, K., Hildebrand, C. & Sonntag, U. (2016). Gesundheitsfördernde Hochschulen: Das Präventionsgesetz eröffnet neue Perspektiven für die akademische Lebenswelt. In: *Prävention und Gesundheitsförderung. Band 11, Nr. 4*, S. 243–250, ISSN 1861-6755. Abgerufen von <https://doi.org/10.1007/s11553-016-0564-z>. [12.03.2025].
- Herbst, U., Voeth, M., Eidhoff, A., T., Müller, M. & Stief, S. (2016) *Studierendenstress in Deutschland – eine empirische Untersuchung*. Hrsg.: AOK-Bundesverband. Abgerufen von: https://www.uni-heidelberg.de/md/journal/2016/10/08_projektbericht_stressstudie.pdf. [12.03.2025].
- Internationale Konferenz zu Gesundheitsfördernden Universitäten und Hochschulen (2015). *Okanagan Charta: Eine internationale Charta für Gesundheitsfördernde Universitäten und Hochschulen*. Abgerufen von: <https://open.library.ubc.ca/cIRcle/collections/53926/items/1.0428837>. [12.03.2025].
- Kris-Stephen, B., Kochskämper, D., Lips, A., Schröer, W. & Thomas, S. (2021): Stu.di.Co II.: *Die Corona Pandemie aus der Perspektive von Studierenden*. Abgerufen von <https://doi.org/10.18442/194>. [12.03.2025].
- Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen Bremen e. V. (2025a). *Kompetenzzentrum Gesundheitsfördernde Hochschule* (Startseite). Abgerufen von: <https://www.kompetenzzentrum-gesunde-hochschulen.de/>. [12.03.2025].
- Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen Bremen e. V. (2025b). *Landkarte „Gesundheitsmanagement an Hochschulen in Deutschland“*. Abgerufen von: <https://www.kompetenzzentrum-gesunde-hochschulen.de/landkarte>. [12.03.2025].
- Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen Bremen e. V. (2025c). *Arbeitskreis Gesundheitsfördernde Hochschulen – Regionale Netzwerke gesundheitsfördernder Hochschulen*. Abgerufen von: <https://www.gesundheitsfoerdernde-hochschulen.de/regionale-netzwerke>. [12.03.2025].
- Lesener, T. & Gusy, B. (2017). *Arbeitsbelastungen, Ressourcen und Gesundheit im Mittelbau*. Hrsg.: Gewerkschaft Erziehung und Wissenschaft, ISBN 978-3-944763-47-7.
- Meier, K. & Steinke, B. *Hochschulisches Gesundheitsmanagement* (2023). In: Matthias Bonse-Rohmann, Heiko Burchert, Katrin Schulze, Britta Wulfhorst

- (Hrsg.): *Gesundheitsförderung im Studium Konzepte und Kompetenzen für Gesundheits- und Pflegeberufe*, wbv Publikation, ISBN 978-3-8252-6024-8. Abgerufen von <https://doi.org/10.36198/9783838560243>. [12.03.2025].
- Preuß, M., Sprenger, M., Müller, J. & Preuß, P. (2022). Entwicklungspotenziale und Möglichkeiten eines Hochschulischen Gesundheitsmanagements. In: Timmann, M., Paeck, T., Fischer, J., Steinke, B., Dold, C., Preuß, M. & Sprenger, M. (Hrsg.): *Handbuch Studentisches Gesundheitsmanagement – Perspektiven, Impulse und Praxiseinblicke*, Springer, Berlin, Heidelberg, S. 91–102.
- Statistisches Bundesamt (Destatis) (2024). *Bildung, Forschung und Kultur. Hochschulen*. Abgerufen von: https://www.destatis.de/DE/Themen/Gesellschaft-Umwelt/Bildung-Forschung-Kultur/Hochschulen/_inhalt.html. [12.03.2025].
- Techniker Krankenkasse (2023). *Gesundheitsreport 2023 – Wie geht's Deutschlands Studierenden?* Abgerufen von: <https://www.tk.de/resource/blob/2151732/ced7902d4096993fcb3082c040e9ba88/tk-gesundheitsreport-2023-data.pdf>. [12.03.2025].
- Techniker Krankenkasse (2015). *TK-CampusKompass - Umfrage zur Gesundheit von Studierenden*. TK-Hausdruckerei, Hamburg. Abgerufen von: <https://www.tk.de/resource/blob/2026642/90c4d2ea75213795cb0a120f5171ff10/tk-campus-kompass-data.pdf>. [12.03.2025].
- Techniker Krankenkasse (TK) & Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen Bremen e. V. (LVG & AFS Nds. HB e. V.). *Hochschulisches Gesundheitsmanagement - Ganzheitlich. Individuell. Zukunftsweisend*. In: *DUZ Special*, Berlin 2025. Abgerufen von: https://www.gesundheit-nds-hb.de/fileadmin/Veranstaltungen/PDFs/2025/2025-02_DUZ_Special_HGM.pdf. [12.03.2025].
- Techniker Krankenkasse & Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e.V. (2013). *Gesundheitsfördernde Hochschulen. Modelle aus der Praxis*. In: *duz spezial*, Berlin. Abgerufen von: <https://www.duz-special.de/de/ausgaben/gesundheitsfoerdernde-hochschulen>. [12.03.2025].
- The University of Central Lancashire (2023). *Healthy University*. Abgerufen von: <https://www.uclan.ac.uk/about-us/healthy-university>. [12.03.2025].
- Tsouros, A., D. (2000). Health Promoting Universities: concept and strategy. In: Sonntag, U., Gräser, S., Stock, C., Krämer, A. (Hrsg.): *Gesundheitsfördernde Hochschulen: Konzepte, Strategien und Praxisbeispiele*, S. 15-24 Juventa-Verlag, Weinheim, ISBN 3-7799-1190-6.
- World Health Organization (1986). *Ottawa Charta zur Gesundheitsförderung*. Abgerufen von: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/349654/WHO-EURO-1986-4044-43803-61669-ge%20r.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. [12.03.2025].