


Zeitschriftenartikel

Begutachtet

Begutachtet:

Dr. Steffen Rudolph 
HAW Hamburg
Deutschland

Erhalten: 30. November 2023**Akzeptiert:** 5. Dezember 2023**Publiziert:** 30. Januar 2024**Copyright:**

© Sabine Bart und Esther Schützle.
Dieses Werk steht unter der Lizenz
Creative Commons Namens-
nennung 4.0 International (CC BY 4.0).

**Empfohlene Zitierung:**

BART, Sabine und SCHÜTZLE, Esther,
2024: Wie geht es den Studierenden
an der HAW?: Gesundheits-
berichterstattung für die
Studierenden an der HAW Hamburg.
In: *API Magazin* 5(1) [Online]
Verfügbar unter: [DOI 10.15460/
apimagazin.2024.5.1.180](https://doi.org/10.15460/apimagazin.2024.5.1.180)

Wie geht es den Studierenden an der HAW Hamburg?

Gesundheitsberichterstattung für die Studierenden an der HAW Hamburg

Sabine Bart^{1*}  **und Esther Schützle^{2*}** 

¹ Hochschule für Angewandte Wissenschaften Hamburg, Deutschland
Wissenschaftliche Mitarbeiterin (Forschungsprojekt CamPuls)

² Hochschule für Angewandte Wissenschaften Hamburg, Deutschland
Studentin im 7. Semester des Bachelorstudiengangs Gesundheitswissenschaften

* Korrespondenz: redaktion-api@haw-hamburg.de

Zusammenfassung

Im Dezember 2022 führte das Forschungsprojekt CamPuls eine Gesundheitsberichterstattung für die Studierenden an der HAW Hamburg durch, um den Gesundheitszustand der Studierenden und ihre Gesundheitsressourcen zu erheben. Auf Grundlage der Ergebnisse sollen bedarfsorientiert gesundheitsförderliche Maßnahmen an der HAW Hamburg abgeleitet werden. Insgesamt nahmen 2.575 Studierende (18,24 % der zu dem Zeitpunkt eingeschriebenen Studierenden) an der Befragung teil, wovon 1.698 Studierende (11,96 %) die Befragung vollständig beantworteten. Vor allem im Bereich der psychischen Gesundheit sind die Ergebnisse auffällig und zeigen dringenden Handlungsbedarf zur Förderung der Gesundheit der Studierenden an der HAW Hamburg. Ableitungen müssen sowohl auf Fakultäts- als auch Departmentsebene getroffen werden.

Schlagwörter: Studierendengesundheit, Gesundheitsberichterstattung, HAW Hamburg, Studentisches Gesundheitsmanagement, Mentale Gesundheit, Befragung

How are the students at HAW Hamburg doing?

Health report among the students at HAW Hamburg

Abstract

In December 2022, the research project CamPuls conducted a health report among students at HAW Hamburg to determine their state of health and health resources. Based on the results, health-promoting measures at HAW Hamburg are to be derived in line with requirements. A total of 2,575 students (18.24 % of students enrolled at the time) took part in the survey, of which 1,698 students (11.96 %) completed the survey in full. The results are particularly striking in the area of mental health and show an urgent need for action to promote the health of students at HAW Hamburg. Actions need to be taken at both faculty and department level.

Keywords: Student Health, Health Report, HAW Hamburg, Student Health Management, Mental Health, Survey

1 Einleitung

Hochschulen stellen eine Organisationsform dar, die so viele 17- bis 25-jährige junge Erwachsene erreicht wie keine andere ([Schluck und Sonntag 2018](#), S. 541). Sie repräsentieren Lernorte, die neben dem Erwerb von Fach-, Methoden-, Sozial- und Selbstkompetenzen auch zu einer Veränderung gesundheitsrelevanter Sicht- und Handlungsweisen beitragen sollen, da das junge Erwachsenenalter ein besonders wichtiger Lebensabschnitt für die Aneignung und Verinnerlichung eines gesundheitsrelevanten Lebensstils ist ([Göring 2018](#), S. 6). Das Thema Studierendengesundheit wurde in Deutschland vor 25 Jahren durch den bundesweiten Arbeitskreis Gesundheitsfördernde Hochschulen (AGH) initiiert und seitdem stetig vorangetrieben. Vor allem durch die Einführung des Gesetzes zur Stärkung der Gesundheitsförderung und Prävention (kurz: Präventionsgesetz – PräVG) gewann die Studierendengesundheit in den vergangenen Jahren vermehrt an Aufmerksamkeit und Relevanz. Der § 20a des SGB V benennt die Lebenswelt des Studierens als ein „[...] für die Gesundheit bedeutsame[s], abgrenzbare[s] soziale[s] System [...]“ und fordert „[...] den Aufbau und die Stärkung gesundheitsförderlicher Strukturen“¹. Die gesetzlichen Krankenkassen haben demnach die Aufgabe, den Aufbau und die Stärkung gesundheitsförderlicher Strukturen an Hochschulen zu unterstützen ([GKV-Spitzenverband 2023](#), S. 55f.).

An der HAW Hamburg verfolgt das Forschungsprojekt CamPuls (gefördert durch die AOK Rheinland/Hamburg – Die Gesundheitskasse) seit 2019 das Ziel, ein studentisches Gesundheitsmanagement zu etablieren und die HAW Hamburg langfristig zu einer gesundheitsförderlichen Hochschule zu wandeln. Die Grundlage für die Arbeit bilden die zehn Gütekriterien des Arbeitskreis Gesundheitsfördernde Hochschulen (AGH) ([AGH 2020](#)). Unter dem Leitsatz „Gesundheit gemeinsam gestalten – stärken – erleben“ arbeitet das Forschungsprojekt mit hochschulinternen und -externen Partner*innen in verschiedenen Gremien und Arbeitsgruppen zusammen. Die Partizipation der Studierenden ist für die Arbeit grundlegend. Um die körperliche, mentale und soziale Gesundheit der Studierenden an der HAW Hamburg zu fördern, werden Angebote und Maßnahmen sowohl auf Verhaltens- als auch auf Verhältnisebene umgesetzt. Der Ansatz auf Verhaltensebene stärkt individuelle Ressourcen und Kompetenzen, während der Ansatz auf Verhältnisebene Strukturen verändert, indem gesundheitsförderliche Lebens- und Studienbedingungen geschaffen werden ([Kilian et al. 2004](#), S. 20). Hierzu zählen beispielsweise die Ausbildung von Ersthelfenden für die mentale Gesundheit (Mental Health First Aid, MHFA) an jeder Fakultät, das Angebot von Resilienz-Workshops, die jährliche Durchführung des Gesundheitsfestivals HEALTHYLAND und die Förderung der Gesundheitskompetenz in der Lehre ([HAW Hamburg 2023](#)). Damit diese Angebote bedarfsorientiert abgeleitet werden, sind Daten zum Gesundheitszustand der Studierenden und dem daraus resultieren-

¹ Gesetz zur Stärkung der Gesundheitsförderung und der Prävention (Präventionsgesetz – PräVG) vom 17. Juli 2015 (BGBl. I S. 1368).

den Bedarf grundlegend.

2 Wie geht es den Studierenden in Deutschland?

Obwohl das Thema Studierendengesundheit seit über zwei Jahrzehnten immer mehr an Bedeutung gewinnt, gibt es aktuell in Deutschland keine etablierte, hochschulweite Gesundheitsberichterstattung (GBE). Somit fehlen aussagekräftige und umfassende Längsschnittdaten als Basis wissenschaftlich fundierter Handlungsempfehlungen für die Praxis. Eine GBE beschreibt die gesundheitliche Situation und ermittelt Versorgungsbedarfe bestimmter Teilgruppen oder der Bevölkerung insgesamt. Die Erhebung, Analyse und Präsentation gesundheitsbezogener Daten lassen idealerweise Wiederholungen sowie Vergleiche mit Ergebnissen anderer Studien in ähnlichen Kontexten und Zielgruppen zu ([Bardehle und Annuß 2016](#)). Studierende sind eine vulnerable Zielgruppe. Der Studienbeginn stellt mit dem Verlassen des Elternhauses und des vertrauten Freundeskreises eine Umbruchsituation dar. Die Entwicklung neuer Lebensgewohnheiten und die Orientierung in der anfangs unbekannteren Lebenswelt ‚Hochschule‘ ist sehr komplex und vielfältig. Darüber hinaus sind Studierende unter Umständen durch ihr Studium, ihre Nebentätigkeiten, chronische Erkrankungen sowie eigene Kinder oder zu pflegende Angehörige mehrfach belastet ([Techniker Krankenkasse und Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e.V. 2018](#)). Seit 2017 sind aufgrund des Kooperationsprojektes „Gesundheit Studierender in Deutschland 2017“ zwischen dem Deutschen Zentrum für Hochschul- und Wissenschaftsforschung, der Freien Universität Berlin sowie der Techniker Krankenkasse erstmals bundesweite, aussagekräftige und belastbare Daten zur gesundheitlichen Lage der Studierenden in Deutschland verfügbar ([Grützmacher et al. 2018](#)). Knapp 82 % der befragten Studierenden schätzte die eigene Gesundheit als sehr gut oder gut ein. Diese Einschätzung liegt deutlich unter der einer repräsentativen altersgleichen Stichprobe aus dem Jahr 2014, in der etwa 92 % der Männer und 88 % der Frauen ihren Gesundheitszustand als sehr gut oder gut einschätzten ([Robert Koch-Institut 2014](#), S. 37). Vor allem weibliche Studierende leiden unter unterschiedlichen physischen und psychischen Beschwerden. Knapp ein Fünftel berichtete von Symptomen einer generalisierten Angststörung und mehr als drei Viertel der Befragten gab an, mindestens einmal im Monat unter körperlichen Beschwerden wie beispielsweise Kopf-, Glieder- oder Rückenschmerzen zu leiden. Darüber hinaus ist zu erkennen, dass mehr als 25 % der weiblichen Studierenden über ein hohes Maß an Erschöpfung klagen, welches als Initialsymptom von Burnout gilt ([Grützmacher et al. 2018](#), S. 60). Die Datenlage zeigt, dass Studierende bereits vor Beginn der Corona-Pandemie eine vulnerable Zielgruppe darstellten. Die Vulnerabilität der Studierenden wurde durch die Pandemie verschärft, wie neue Daten zeigen. Der im Jahr 2023 erschienene Gesundheitsreport „Wie geht’s Deutschlands Studierenden?“ der Techniker Krankenkasse zeigt, dass sich die gesundheitliche Lage der Studierenden im Vergleich zu Zahlen vor der Corona-Pandemie verschlechtert hat ([Techniker Krankenkasse 2023](#)). Der Anteil der

Studierenden, die ihre Gesundheit als weniger gut beschrieben, nahm deutlich zu. 68 % der befragten Studierenden gaben an, aktuell oder in den letzten zwölf Monaten durch Stress erschöpft zu sein und 59 % gaben an, unter Kopfschmerzen zu leiden. Mehr als ein Drittel der befragten Studierenden (35 %) gab an, sich durch die Folgen der Pandemie sehr stark oder stark belastet zu fühlen. Zudem nannten 29 % der Studierenden Einsamkeit als Belastungsfaktor. Darüber hinaus zeigt sich, dass die Studierenden großes Interesse an Angeboten der Verhaltensprävention haben, aber den größten Verbesserungsbedarf bei verhältnispräventiven Maßnahmen sehen ([Techniker Krankenkasse 2023](#), S. 11-37). Diese Ergebnisse verdeutlichen, dass ein dringender Handlungsbedarf herrscht, um die Gesundheit der Studierenden zu fördern und gesundheitsförderliche Strukturen an den Hochschulen zu etablieren.

Für die Studierenden in Hamburg wurde bislang keine Gesundheitsberichterstattung durchgeführt. Um gesundheitsförderliche Maßnahmen bedarfsorientiert abzuleiten, sind Daten zum Gesundheitszustand der Studierenden jedoch grundlegend. Aus diesem Grund führte die HAW Hamburg mit dem Forschungsprojekt CamPuls als erste Hamburger Hochschule im Dezember 2022 eine hochschulweite Gesundheitsberichterstattung unter den Studierenden durch. Dadurch wird die bisherige qualitative Forschung des Projekts durch quantitativ erhobene Daten ergänzt und zukünftige Angebote und Maßnahmen werden aus den Ergebnissen abgeleitet. Dieses Vorhaben erfüllt folgendes Gütekriterium des Arbeitskreises für gesundheitsfördernde Hochschulen: „Eine gesundheitsfördernde Hochschule [...] formuliert Ziele und Maßnahmen auf der Grundlage regelmäßiger Analysen und Evaluationen, die im Rahmen einer kontinuierlichen Gesundheitsberichterstattung zusammengefasst werden“ ([AGH 2020](#)).

3 Methodisches Vorgehen

Die Erhebung der Daten erfolgte vom 5. bis 23. Dezember 2022 mittels einer Onlinebefragung über die Software SoSci Survey². Eingeschlossen in die Befragung wurden alle im Wintersemester 2022/2023 eingeschriebenen Studierenden der HAW Hamburg, was sowohl Bachelor- als auch Masterstudierende umfasste. Da die Befragung nur in deutscher Sprache erfolgte, war die Teilnahme nur für deutschsprachige Studierende möglich. Der Link zur Onlinebefragung wurde über die Mailverteiler und über Instagram an die Studierenden verbreitet. Auch das Scannen eines QR Codes, der zur Befragung führte, war möglich, indem Poster in den Fakultäten aufgehängt und Flyer sowie Sticker an die Studierenden verteilt wurden. Zusätzlich wurde in verschiedenen Lehrveranstaltungen aktiv für die Teilnahme an der Befragung geworben.

² SoSci Survey in der Version 3.1.06, verfügbar unter: <https://www.sosicurvey.de>.

Der im Rahmen der Gesundheitsberichterstattung eingesetzte Fragebogen wurde vom Forschungsprojekt CamPuls zusammengestellt. Die Ethikkommission der HAW Hamburg hat sowohl den Fragebogen als auch das geplante Vorgehen als ethisch unbedenklich eingestuft. Der Fokus der Erhebung lag auf dem Gesundheitszustand der Studierenden und deren Gesundheitsressourcen. Zur Erhebung wurden verschiedene standardisierte Messinstrumente eingesetzt, um valide Daten mit hoher wissenschaftlicher Qualität zu erhalten ([Döring und Bortz 2016](#), S. 84 ff.). Die gemessenen Konstrukte und die dafür eingesetzten Messinstrumente werden im Folgenden kurz beschrieben.

Subjektive Einschätzung des allgemeinen Gesundheitszustandes (SF-12)

Der SF-12 (Short Form Health Survey) misst mit zwölf Items die acht Dimensionen allgemeine Gesundheitswahrnehmung, körperliche Funktionsfähigkeit, körperliche Rollenfunktion, Schmerzen, Vitalität, soziale Funktionsfähigkeit, emotionale Rollenfunktion und psychisches Wohlbefinden. Durch Gewichtung lassen sich aus den zwölf Items die körperliche Summenskala (KSK) und die psychische Summenskala (PSK) bilden ([Morfeld et al. 2011](#)). Diese Skalen bilden die subjektive Einschätzung der befragten Person für die eigene körperliche und psychische Gesundheit ab und können Werte von 0 bis 100 annehmen.

Angst und Depressivität (PHQ-4)

Um Symptome einer Angststörung und eines depressiven Syndroms zu messen, wurde der PHQ-4 (Patient Health Questionnaire for Depression and Anxiety) verwendet. Dieser ist ein valides Screeninginstrument und misst mit vier Items, ob in den letzten zwei Wochen Symptome eines depressiven Syndroms oder einer Angststörung vorlagen. Ein positives Screeningergebnis spricht dafür, dass weitergehende Maßnahmen erforderlich sind ([Kroenke et al. 2009](#), S. 613).

Anforderungen im Studium und Auswirkungen (COPSOQ)

Für den Fragebogen der Gesundheitsberichterstattung wurden einzelne Skalen des COPSOQ (Copenhagen Psychosocial Questionnaire III) aus den Bereichen „Anforderungen“ und „Auswirkungen“ ausgesucht, die zu der Zielgruppe Studierende passen und Belastungen im Studium abdecken ([Burr et al. 2019](#)).

Gesundheitskompetenz (Fragebogen nach Lenartz)

Die Gesundheitskompetenz wird im Fragenbogen nach Lenartz durch die sechs Dimensionen Selbstregulation, Selbstkontrolle, Selbstwahrnehmung, Verantwortungsübernahme, Kommunikation und Kooperation sowie Umgang mit Gesundheitsinformationen gemessen. Ein höherer Wert (1 bis 4) spricht für eine höhere Gesundheitskompetenz ([Lenartz 2011](#)).

Selbstwirksamkeit (BSW-5-Rev)

Die Selbstwirksamkeit ist eine Ressource im Umgang mit Herausforderungen im

Alltag und bedeutet, dass schwierige Anforderungssituationen mit Hilfe individueller Kompetenzen bewältigt werden können ([Schwarzer und Jerusalem 2002](#), S. 28 f.). Eine hohe Selbstwirksamkeit steht nachweislich in einem positiven Zusammenhang mit der wahrgenommenen Gesundheit ([Kirsch et al. 2017](#)). Die Selbstwirksamkeit wurde in der Gesundheitsberichterstattung mit dem BSW-5-Rev gemessen, welcher mit fünf Items die berufliche Selbstwirksamkeitserwartung misst. Ein höherer Wert steht für eine höhere Selbstwirksamkeit ([Knispel et al. 2021](#)).

Studentisches Kohärenzgefühl (S-SoC)

Das Kohärenzgefühl besteht aus den drei Komponenten Verstehbarkeit, Bewältigbarkeit sowie Sinnhaftigkeit und wird als wichtige Ressource verstanden, die sich auf das körperliche und psychische Wohlbefinden auswirken kann ([Eriksson und Landström 2005](#), S. 460). Für das Setting Hochschule wurde die S-SoC Skala verwendet, die das studentische Kohärenzgefühl misst ([Brunner et al. 2009](#)). In der Gesundheitsberichterstattung wurde das studentische Kohärenzgefühl bezogen auf die Departments abgefragt.

Subjektiver Sozialer Status (MacArthur Skala)

Die MacArthur Skala besteht aus einem Item, welches eine Leiter mit zehn Sprossen darstellt und die Befragten auffordert, sich auf dieser einzuordnen. Dabei stehen ganz oben auf der Leiter (Sprosse zehn) die Menschen mit dem meisten Geld, der höchsten Bildung und den besten Jobs, während ganz unten (Sprosse eins) die Menschen mit dem wenigstens Geld, der niedrigsten Bildung und den schlechtesten Jobs stehen. Der selbst wahrgenommene soziale Status im Vergleich zu den anderen Menschen in Deutschland soll dadurch abgebildet werden ([Euteneuer et al. 2015](#)). Personen mit einem hohen subjektiven sozialen Status berichten über eine bessere subjektive Gesundheit, eine geringere depressive Symptomatik und eine niedrigere Prävalenz für Gesundheitsprobleme ([Demakakos et al. 2008](#), S. 336).

Die erhobenen Daten wurden mit dem Statistikprogramm SPSS Statistics Version 29 ausgewertet. Alle Ergebnisse wurden sowohl auf Hochschul- und Fakultäts-, als auch auf Departmentsebene ausgewertet, sodass Bedarfe auf den verschiedenen Ebenen sichtbar wurden und Ableitungen getroffen werden können. Die Ergebnisse wurden in allen Fakultäten, im Hochschulsenat und – auf Anfrage – in den Departmentsräten vorgestellt. Die Ergebnisberichte wurden zusätzlich an alle Departmentsleitungen, Dekan*innen und das Präsidium der HAW Hamburg übermittelt. Den Studierenden wurden die Ergebnisse hochschulweit in einem Workshop präsentiert, per E-Mail geschickt und an allen Standorten der HAW Hamburg als Poster aufbereitet ausgestellt. Die Ergebnisberichte sowie die Poster sind frei verfügbar online veröffentlicht ([HAW Hamburg 2023](#)).

4 Ergebnisse

Stichprobenbeschreibung

Insgesamt nahmen 2.575 Studierende aller Fakultäten der HAW Hamburg an der Gesundheitsberichterstattung teil. Dies entspricht einer Rücklaufquote von 18,24 % in Bezug auf die Gesamtzahl aller zu diesem Zeitpunkt eingeschriebenen Studierenden der HAW Hamburg (Stand Juni 2022). 1.698 Studierende (11,96 %) nahmen vollständig an der Befragung teil. Die meisten Befragten (n = 447; 12,39 %) studierten an der Fakultät Wirtschaft und Soziales. Der Rücklauf der anderen Fakultäten ist Tabelle 1 zu entnehmen.

Tabelle 1: Rücklaufzahlen für die HAW Hamburg und die Fakultäten (eigene Darstellung)

	Anzahl (n)	Rücklauf in %*
HAW gesamt		
Gültige Datensätze	2,575	18,24
Abgeschlossene Datensätze	1,698	11,96
Fakultäten		
Life Sciences	440	11,86
Technik und Informatik	368	6,44
Design, Medien und Information	338	10,92
Wirtschaft und Soziales	447	12,39

*Prozentzahlen in Relation zu der Gesamtzahl der eingeschriebenen Studierenden an der Hochschule/der Fakultät

Soziodemografische Angaben

Die Teilnehmenden wurden bezüglich ihres bei der Geburt zugewiesenen Geschlechts und ihrer Geschlechtsidentität befragt. Dem Großteil der Befragten (63,71 %) wurde bei Geburt das weibliche Geschlecht zugewiesen (siehe Abbildung 1).

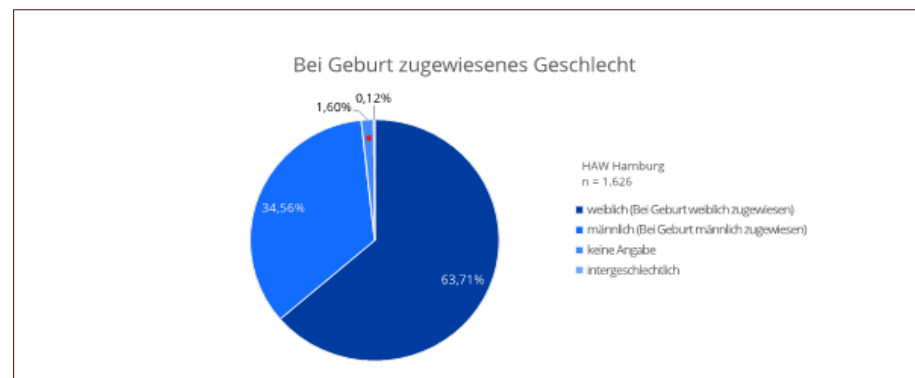


Abb. 1: Verteilung des bei Geburt zugewiesenen Geschlechts der befragten Studierenden (eigene Darstellung)

Bezüglich der Geschlechtsidentität gaben die meisten Befragten (60,70 %) an, sich dem weiblichen Geschlecht zugehörig zu fühlen (siehe Abbildung 2).

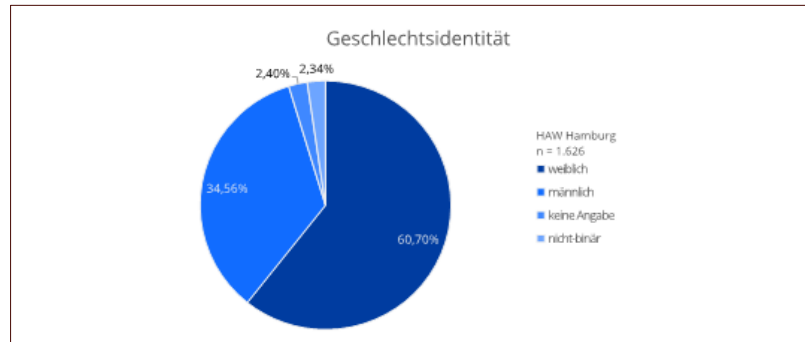


Abb. 2: Verteilung der Geschlechtsidentität der befragten Studierenden (eigene Darstellung)

Bezüglich des Studienabschnitts gab der Großteil der Studierenden (87,31 %) an, sich zum Zeitpunkt der Befragung im Bachelorstudium zu befinden, von denen über die Hälfte (58,44 %) im ersten Studienabschnitt (1.-4. Semester) studierte.

Allgemeiner Gesundheitszustand

Insgesamt gaben 1.996 der befragten Studierenden ihren allgemeinen Gesundheitszustand an. Ihre körperliche Gesundheit (KSK) schätzten die Studierenden als durchschnittlich (M = 49,65) ein. Die Einschätzung der psychischen Gesundheit (PSK) zeigt hingegen unterdurchschnittliche Werte (M = 33,76). Im Vergleich zu Werten der allgemeinen Bevölkerung liegt die psychische Summenskala deutlich darunter. Dies deutet auf einen Handlungsbedarf zur Förderung der psychischen Gesundheit der Studierenden der HAW Hamburg hin. Abbildung 3 zeigt die Verteilung der Werte für die HAW Hamburg gesamt und die vier Fakultäten.

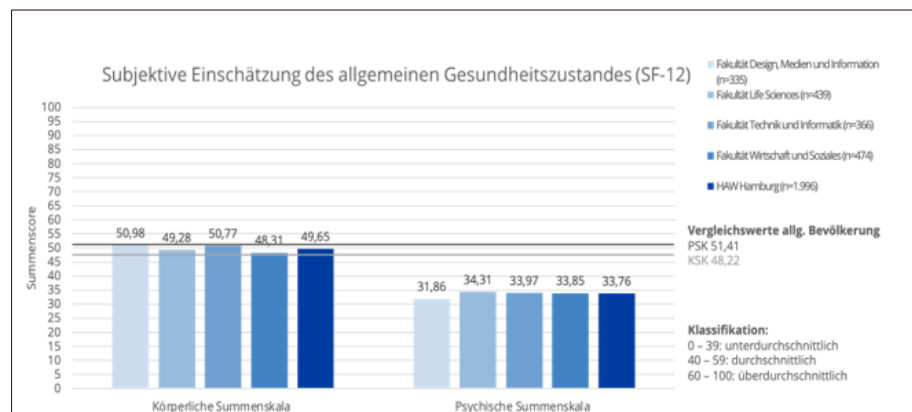


Abb. 3: Die subjektive Einschätzung des allgemeinen Gesundheitszustandes für die HAW Hamburg und die vier Fakultäten (eigene Darstellung)

Angst und Depressivität

Insgesamt machten 1.819 Studierende Angaben zur Depressivität und Angst. Ein großer Anteil der befragten Studierenden der HAW Hamburg erhielt ein auffälliges Ergebnis für Symptome einer depressiven Störung (47,88 %) und über die Hälfte der Befragten (53,58 %) zeigte ein auffälliges Ergebnis für Symptome einer generalisier-

ten Angststörung. Im Vergleich zu Ergebnissen aus der bundesweiten Befragung unter Studierenden aus dem Jahr 2017 sind die Werte für die HAW Hamburg deutlich erhöht (2017: Depressivität = 15,6 % und Angststörung = 17,4 %) ([Grützmacher et al. 2018](#), S. 42).

Gesundheitskompetenz

Zur Gesundheitskompetenz liegen Ergebnisse von 1.760 Studierenden vor. Diese werden in Abbildung 4 in Mittelwerten für jede Dimension dargestellt. Die Werte können von eins (geringster Wert) bis vier (höchster Wert) für jede Dimension angegeben werden. Je niedriger der Wert ausfällt, desto geringer ist die Gesundheitskompetenz zu beurteilen. Im Vergleich zu den Ergebnissen einer Normstichprobe mit Erwachsenen (n = 337) von Lenartz ([2012](#)) sowie den Ergebnissen anderer Studierender (n = 108) aus 2021 ([Hohensee und Schiemann 2022](#), S. 227) fällt die Gesundheitskompetenz der Studierenden der HAW Hamburg in allen sechs Dimensionen durchschnittlich niedriger aus.

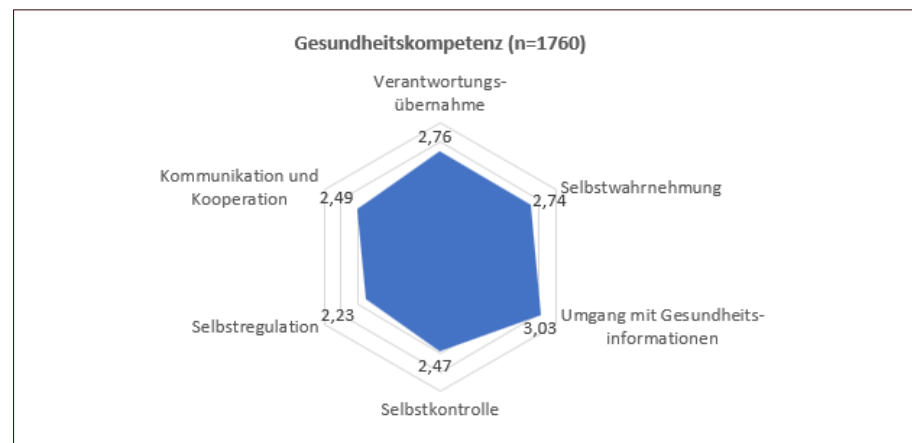


Abb. 4: Verteilung der Dimensionen der Gesundheitskompetenz für die HAW Hamburg (eigene Darstellung)

Anforderungen im Studium und Auswirkungen

Für die erhobenen Anforderungen zeigte die Skala „Quantitative Anforderungen“ ein auffälliges Ergebnis. Insgesamt beantworteten 1.906 Studierende diese Frage und gaben im Durchschnitt an, den abgefragten Items eher zuzustimmen (M = 2,76). Die Items beinhalten Aussagen zum hohen Arbeitspensum und Zeitdruck im Studium. Bei den Auswirkungen fielen die Skalen „Burn-Out-Symptome“ (M = 2,44) und „Unfähigkeit abzuschalten“ (M = 2,63) auf. Die befragten Studierenden stimmten den beiden Aussagen im Durchschnitt eher zu. Dies deutet darauf hin, dass die Studierenden sich durch das Studium erschöpft fühlen und auch in ihrer Freizeit das Studium nicht vergessen können.

Selbstwirksamkeit

Insgesamt beantworteten 1.624 Studierende die Items zur Selbstwirksamkeitserwartung. Der Mittelwert der Studierenden der HAW Hamburg liegt bei M = 2,89

(Minimum = 1; Maximum = 5). Eine vergleichbare deutsche Stichprobe von n = 206 Studierenden, die ebenfalls mit dem BSW-5-Rev zur Selbstwirksamkeit befragt wurde, zeigte durchschnittlich leicht höhere Ergebnisse (M = 3,15). Im direkten Vergleich zu Erwerbstätigen ([Knispel et al. 2021](#)) beurteilten sich die Studierenden als signifikant weniger beruflich selbstwirksam.

Studentisches Kohärenzgefühl

Das studentische Kohärenzgefühl wurde von insgesamt 1.856 Studierenden angegeben, anhand von 13 Items, die von 1 („trifft überhaupt nicht zu“) bis 7 („trifft genau zu“) beantwortet werden konnten. Die Items wurden sowohl in die drei Skalen Verstehbarkeit, Sinnhaftigkeit und Bewältigbarkeit unterteilt, als auch in einem Gesamtscore zusammengefasst. Die beiden Skalen Verstehbarkeit (M = 3,95) und Sinnhaftigkeit (M = 3,94) zeigen auf, dass diesen Aussagen im Durchschnitt eher nicht zugestimmt wurde. Das bedeutet, dass Abläufe in den Departments an der HAW Hamburg im Durchschnitt eher nicht nachvollziehbar sind (Verstehbarkeit) und Aufgabenbereiche nicht sinnvoll erscheinen (Sinnhaftigkeit).

Subjektiver Sozialer Status (SSS)

Insgesamt gaben 1.625 Studierende ihren subjektiven sozialen Status an. Die meisten der Befragten (71,50 %) ordneten sich den Stufen 4 bis 7 zu und der Durchschnitt lag bei M = 5,72. Damit liegt der Wert unter dem Ergebnis einer bundesweiten Stichprobe von Studierenden, deren Mittelwert bei M = 6,0 lag ([Grützmacher et al. 2018](#), S. 25).

5 Was passiert mit den Ergebnissen?

Die vorgestellten Ergebnisse zeigen, dass ein deutlicher Handlungsbedarf besteht, die Gesundheit der Studierenden an der HAW Hamburg zu fördern. Auch wenn die Befragung mit circa 2.500 Teilnehmer*innen nicht repräsentativ für die gesamte Studierendenschaft der HAW Hamburg ist, verdeutlichen die absoluten Zahlen den Bedarf zum Handeln. Vor allem im Bereich der psychischen Gesundheit (subjektive Einschätzung des psychischen Gesundheitszustandes und Symptome einer Angststörung/eines depressiven Syndroms) zeigen sich auffällige Ergebnisse. Im Vergleich zu älteren Daten vergleichbarer Stichproben ([Grützmacher et al. 2018](#)) zeigt sich, dass der psychische Gesundheitszustand der befragten Studierenden an der HAW Hamburg schlechter ausfällt. Auch die erhobene Gesundheitskompetenz der Studierenden deutet auf einen Handlungsbedarf hin. In allen sechs Dimensionen der Gesundheitskompetenz erreichen die Befragten durchschnittlich niedrigere Werte als in vergleichbaren Stichproben ([Lenartz 2012](#)). Es besteht demnach ein dringender Bedarf zur Ableitung und Umsetzung von Maßnahmen auf Hochschul-, Fakultäts- und Departmentebene.

Die Ergebnisse der Gesundheitsberichterstattung wurden bereits dem Präsidium, den Dekan*innen und Departmentsleitungen präsentiert und zur Verfügung gestellt. Das Team des Forschungsprojektes CamPuls ist für die Erhebung und Bereitstellung der Daten zuständig. Die Verantwortung für die Umsetzung und Durchführung von Ableitungen liegt jedoch bei den Departmentleitungen und Dekan*innen. Das Forschungsprojekt CamPuls kann dabei unterstützend und beratend tätig sein. Beispielsweise wurde als Ableitung aus den Ergebnissen der Gesundheitsberichterstattung im Department Information und Medienkommunikation im Rahmen der Orientierungswoche im Wintersemester 2023/2024 der Workshop „Psychisch fit studieren“ ([irrsinnig menschlich e.V. 2023](#)) mit den Erstsemesterstudierenden durchgeführt. Der Workshop bietet Aufklärung und Sensibilisierung zum Thema psychische Gesundheit und führt in die Prävention psychischer Krisen im Studium ein. Hilfs- und Beratungsangebote der HAW Hamburg werden im Rahmen des Workshops vorgestellt. Die teilnehmenden Studierenden bewerteten den Workshop als sehr gut und 95 % der Teilnehmenden gaben an, den Workshop wahrscheinlich oder sehr wahrscheinlich weiterzuempfehlen. Diese Maßnahme zu Studienbeginn ist eine zielführende Ableitung aus den Ergebnissen, die das Ziel der Förderung der Studierenden-gesundheit auf der Verhaltensebene verfolgt. Eine Durchführung an weiteren Departments wird daher angestrebt.

Zur Stärkung der Gesundheitskompetenz der Studierenden an der HAW Hamburg bietet das Forschungsprojekt CamPuls seit dem Wintersemester 2022/23 das Modul „Gesund durchs Studium“ in den Departments Gesundheitswissenschaften, Ökotrophologie und Soziale Arbeit an. Eine Ausweitung des Moduls in weitere Fakultäten und Departments stellt eine mögliche Ableitung aus den Ergebnissen der Gesundheitsberichterstattung dar. Die Verknüpfung von Lehre und der Stärkung überfachlicher Kompetenzen, wie beispielsweise der Gesundheitskompetenz, ist ein Ansatz, der an der HAW Hamburg weiter gestärkt werden sollte. Weitere Ableitungen sind sowohl auf Verhältnis- als auch Verhaltensebene möglich. Im gemeinsamen Austausch können Bedarfe identifiziert und passende Maßnahmen entwickelt und umgesetzt werden.

Die Studierenden der HAW Hamburg wurden in den Folgeprozess der Gesundheitsberichterstattung miteinbezogen. Die Ergebnisse wurden an alle Studierenden mit der Bitte, in einem Padlet einzutragen, welche Erwartungen sie an die HAW Hamburg haben und was sie sich in Bezug auf die Ergebnisse der Gesundheitsberichterstattung wünschen, per E-Mail verschickt. Die Studierenden gaben an, dass sie sich eine verbesserte Kommunikation mit den Dozierenden und mehr Raum für einen Austausch, beispielsweise in Tutorien, wünschen. Außerdem wurde mehrfach genannt, dass sich die Verhältnisse ändern sollten und die Verantwortung nicht nur auf die Studierenden übertragen werden sollte. Als Beispiel wurde genannt, dass eine gesundheitsförderliche Prüfungs- und Studienorganisation geschaffen werden sollte. Als weiterer Punkt wurde die Sensibilisierung der Lehrenden (beispielsweise in

Hinblick auf gewaltfreie Kommunikation) angebracht. Die Anzahl der Studierenden, die sich am Padlet beteiligten, ist nicht einsehbar. Dennoch bieten diese Ergebnisse Anhalt für die Ableitung von Maßnahmen und verdeutlichen die Wünsche der Zielgruppe, den Studierenden.

Das Forschungsprojekt CamPuls plant eine erneute Durchführung der Gesundheitsberichterstattung im Jahr 2024, um Daten im Längsschnitt betrachten zu können. Eine regelmäßige und standardisierte Erhebung des Gesundheitszustandes der Studierenden ist wichtig, um Veränderungen erkennen zu können und Ansätze für Verbesserungen ihres Gesundheitszustandes und Gesundheitskompetenz zu identifizieren. Um Änderungen auf Verhaltens- und Verhältnisebene schaffen zu können, ist eine Beteiligung des Präsidiums, der Dekan*innen und Departmentsleitungen grundlegend. Das Thema Studierendengesundheit muss an der HAW Hamburg priorisiert werden, um die Gesundheit der Studierenden nachhaltig zu fördern.

Literatur

AGH – Arbeitskreis Gesundheitsfördernde Hochschulen, 2020. *Zehn Gütekriterien für eine Gesundheitsfördernde Hochschule 2020* [online]. Hannover: Arbeitskreis Gesundheitsfördernd Hochschulen [Zugriff am: 18.12.2023]. Verfügbar unter: https://www.gesundheitsfoerdernde-hochschulen.de/inhalte/01_startseite/AGH-10-guetekriterien.pdf

BARDEHLE, Doris und ANNUß, Ralf, 2016. Gesundheitsberichterstattung. In: RAZUM, Oliver und HURRELMANN, Klaus, Hrsg. *Handbuch Gesundheitswissenschaften*. Weinheim: Beltz Juventa. S. 403-440. ISBN 978 3 7799 31256

BRUNNER, Eva, MAIER, Marco, GRITSCH, Andrea und JENULL, Brigitte, 2009. Die Universität – ein kohärentes Setting? In: *Prävention und Gesundheitsförderung*, 4(1), S. 66–70. DOI: 10.1007/s11553-008-0149-6

BURR, Hermann, BERTHELTSEN, Hanne, MONCADA, Salvador, NÜBLING, Matthias, DUPRET, Emilie, DEMIRAL, Yucel, OUDYK, John, KRISTENSEN, Tage S., LLORENS, Clara, NAVARRO, Albert, LINCKE, Hans-Joachim, BOCÉREAN, Christine, SAHAN, Ceyda, SMITH, Peter und POHRT, Anne, 2019. The Third Version of the Copenhagen Psychosocial Questionnaire. In: *Safety and Health at Work*, 10(4), S. 482–503. DOI: [10.1016/j.shaw.2019.10.002](https://doi.org/10.1016/j.shaw.2019.10.002)

DEMAKAKOS, Panayotes, NAZROO, James, BREEZE, Elizabeth und MARMOT, Michael, 2008. Socioeconomic status and health: The role of subjective social status. In: *Social Science & Medicine*, 67(2), S. 330–340. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2008.03.038>

DÖRING, Nicola und BORTZ, Jürgen, 2016. *Forschungsmethoden und Evaluation in den Sozial- und Humanwissenschaften*. Berlin: Springer. DOI: 10.1007/978-3-642-41089-5

ERIKSSON, Monica und LINDSTRÖM, Bengt, 2005. Validity of Antonovsky's sense of coherence scale: A systematic review. In: *Journal of Epidemiology and Community Health*, 59(6), S. 460–466. DOI: 10.1136/jech.2003.018085

EUTENEUER, Frank, SÜSSENBACH, Phillipp, SCHÄFER, Sarina J. und RIEF, Winfried, 2015. Subjektiver sozialer Status: MacArthur-Skalen zur Erfassung des wahrgenommenen sozialen Status im sozialen Umfeld (SSS-U) und in Deutschland (SSS-D). In: *Verhaltenstherapie*, 25(3), S. 229–232. DOI: [10.1159/000371558](https://doi.org/10.1159/000371558)

GKV-SPITZENVERBAND, 2023. *Leitfaden Prävention. Handlungsfelder und Kriterien nach § 20 Abs. 2 SGB V zur Umsetzung der §§ 20, 20a und 20b SGB V vom 21. Juni 2000 in der Fassung vom 27. März 2023*. [online] Berlin. [Zugriff am: 22.11.2023]. Verfügbar unter: https://www.gkv-spitzenverband.de/media/dokumente/krankenversicherung_1/praevention__selbsthilfe__beratung/praevention/praevention_leitfaden/Leitfaden_Praevention_Akt_03-2023_barrierefrei.pdf

GÖRING, Arne, 2018. *Healthy Campus: Jahresbericht 2017/2018*. Göttingen: Georg-August-Universität Göttingen.

GRÜTZMACHER, Judith, GUSY, Burkhard, LESENER, Tino, SUDHEIMER, Swetlana und WILLIGE, Janka, 2018. *Gesundheit Studierender in Deutschland 2017* [online]. Ein Kooperationsprojekt zwischen dem Deutschen Zentrum für Hochschul- und Wissenschaftsforschung, der Freien Universität Berlin und der Techniker Krankenkasse [Zugriff am: 19.12.2023]. Verfügbar unter: <https://www.tk.de/resource/blob/2050660/8bd39eab37ee133a2ec47e55e544abe7/gesundheit-studierender-in-deutschland-2017-studienband-data.pdf>

HAW HAMBURG, 2023. *Studierendengesundheit – CampPuls* [online]. Hamburg: HAW Hamburg, 13.06.2023 [Zugriff am: 22.11.2023]. Verfügbar unter: <https://www.haw-hamburg.de/studium/campusleben/studierendengesundheit/>

HOHENSEE, Elena und SCHIEMANN, Stephan, 2022. Gesundheitskompetenz und Gesundheit von Studierenden unter besonderer Betrachtung der Lehramtsstudierenden. In: *Prävention und Gesundheitsförderung*, 17(2), S. 224–231. DOI: [10.1007/s11553-021-00849-6](https://doi.org/10.1007/s11553-021-00849-6)

IRRSINNIG MENSCHLICH E.V., 2023. *Psychische Gesundheit im Studium* [online]. Leipzig: irrsinnig menschlich e.V., 2023 [Zugriff am: 29.11.2023]. Verfügbar unter: <https://www.irrsinnig-menschlich.de/psychisch-fit-studieren/>

KILIAN, Holger, BRANDES, Sven und KÖSTER, Monika, 2008. Die Praxis der soziallagenbezogenen Gesundheitsförderung. Handlungsfelder, Akteure und Qualitätsentwicklung. In: *GGW*, 8(2), S. 17-26. ISSN: 1868-1492.

KIRSCH, Ann-Sophie und LAEMMERT, Philipp und TITTLBACH, Susanne, 2017. Gesundheitliche Anforderungen und Ressourcen von Studierenden: Eine Studie mit Studierenden der Sportökonomie. In: *Prävention und Gesundheitsförderung*, 12(3), S.181-188. DOI: [10.1007/s11553-017-0584-3](https://doi.org/10.1007/s11553-017-0584-3)

KNISPEL, Jens, WITTNEBEN, L., SLAVCHOVA, Veneta und ARLING, Viktoria, 2021. *Skala zur Messung der beruflichen Selbstwirksamkeitserwartung (BSW-5-Rev)* [online]. Zusammenstellung sozial-wissenschaftlicher Items und Skalen (ZIS). DOI: [10.6102/ZIS303](https://doi.org/10.6102/ZIS303)

KROENKE, Kurt, SPITZER, Robert L., WILLIAMS, Janet B. W. und LÖWE, Bernd, 2009. An ultra-brief screening scale for anxiety and depression: The PHQ-4. In: *Psychosomatics*, 50(6), S. 613–621. DOI: [10.1176/appi.psy.50.6.613](https://doi.org/10.1176/appi.psy.50.6.613)

LENARTZ, Norbert, 2011. *Fragebogen zur Gesundheitskompetenz*. Bonn: Universität Bonn.

LENARTZ, Norbert, 2012. *Gesundheitskompetenz und Selbstregulation*. Bonn: University Press. ISBN: 978-3-8471-0015-7

MORFELD, Matthias, KIRCHBERGER, Inge und BULLINGER, Monika, 2011. *SF-36 Fragebogen zum Gesundheitszustand: Deutsche Version des Short Form-36 Health Survey*. 2. ergänzte und überarbeitete Aufl. Wien: Hogrefe Verlag.

ROBERT KOCH-INSTITUT, 2014. *Daten und Fakten: Ergebnisse der Studie „Gesundheit in Deutschland aktuell 2012“* [online]. Berlin: RKI. [Zugriff am 18.12.2023]. Verfügbar unter: https://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Gesundheitsberichterstattung/GBEDownloadsB/GEDA12.pdf?__blob=publicationFile

SCHLUCK, Stephanie und SONNTAG, Ute, 2018. Gesundheitsfördernde Hochschulen. In: KOHLMANN, Carl Walter, SALEWSKI, Christel und WIRTZ, Markus Antonius, Hrsg. *Psychologie in der Gesundheitsförderung*. Bern: Hogrefe. S. 535-548. ISBN 978-3-456-85770-1.

SCHWARZER, Ralf und JERUSALEM, Matthias, 2002. Das Konzept der Selbstwirksamkeit. In: JERUSALEM, Matthias und HOPF, Diether, Hrsg. *Selbstwirksamkeit und Motivationsprozesse in Bildungsinstitutionen*. Weinheim: Beltz 2002, S. 28-53. DOI: [10.25656/01:3930](https://doi.org/10.25656/01:3930)

TECHNIKER KRANKENKASSE und LANDESVEREINIGUNG FÜR GESUNDHEIT UND AKADEMIE FÜR SOZIALMEDIZIN NIEDERSACHSEN e.V. (Hrsg.), 2018. Gesundheitsmanagement für Studierende [Themenheft]. In: *Deutsche Universitätszeitung (duz)*. Berlin: DUZ Verlags- und Medienhaus GmbH.

TECHNIKER KRANKENKASSE, Hrsg., 2023. *Gesundheitsreport 2023: Wie geht's Deutschlands Studierenden?* Hamburg: Techniker Krankenkasse.