

EINFÜHRUNG EINES STUDENTISCHEN GESUNDHEITSMANAGEMENTS AN DER HOCHSCHULE
FLENSBURG. Eine qualitative Bedarfs- und Bedürfnisanalyse zur Ausarbeitung einer
Handlungsempfehlung.

Zusammenfassung

THEORETISCHER HINTERGRUND. Studierende sind in ihrer Arbeits- und Lebenswelt Hochschule einer Vielzahl von Risikofaktoren ausgesetzt, welche sich negativ auf ihre Gesundheit, ihre Motivation und ihre persönliche Entwicklung auswirken können. Die dadurch resultierende gesundheitliche Lage von Studierenden rückt aufgrund negativer Ergebnisse immer mehr in öffentliches und gesundheitswissenschaftliches Interesse. Auch der Wettbewerb der Hochschulen untereinander kurbelt diese Entwicklung an. Analog zu dem betrieblichen Gesundheitsmanagement wurde in diesem Zusammenhang das studentische Gesundheitsmanagement konzipiert, welches die Gesundheit der Studierenden zu einer Querschnittsaufgabe macht, die Gesundheit in alle politischen, bildungsbezogenen und administrativen Planungen und Handlungen der Hochschule einbezieht, wobei sich die Maßnahmen zur Verbesserung der Arbeitsbedingungen der Studierenden sowohl an deren Bedarfen als auch an deren Bedürfnissen orientieren. Dennoch erweist sich die Analyse adäquater Maßnahmen und Strategien und deren Umsetzung als schwierig. In Hinblick auf die Einführung eines studentischen Gesundheitsmanagements an der Hochschule Flensburg und mit dem Ziel, einen Beitrag zur Schließung dieser Versorgungs- und Forschungslücke zu leisten, wurden in der vorliegenden Untersuchung mittels einer qualitativen Bedarfs- und Bedürfnisanalyse Ansatzpunkte zur Optimierung der Strukturen und Maßnahmen an der Hochschule Flensburg untersucht.

FRAGESTELLUNGEN. Die vorliegende Arbeit hat das zentrale Ziel, sowohl die Bedarfe als auch die Bedürfnisse der Studierenden bezüglich gesundheitsfördernder Strukturen und Maßnahmen im Setting der Hochschule Flensburg zu analysieren, wobei die Untersuchung der Bedürfnisse die Hauptfragestellung und die Untersuchung der Bedarfe die Nebenfragestellung darstellen. Die daraus gewonnenen Erkenntnisse sollen eine Optimierung und den Ausbau der bisherigen Strukturen der Hochschule Flensburg ermöglichen. Zudem soll eine, auf den Ergebnissen aufbauende Handlungsempfehlung zur Einführung eines studentischen Gesundheitsmanagements an der Hochschule Flensburg ausgearbeitet werden.

METHODE. Für eine Beantwortung der Fragestellung wurden insgesamt 13 Interviewpartner rekrutiert. Die Befragung der acht Studierenden und fünf Experten erfolgte mittels problemzentrierter, qualitativer Leitfadenterviews. Es wurden aus allen vier Fachbereichen der

Hochschule Flensburg jeweils ein männlicher und ein weiblicher Interviewteilnehmer des zweiten Semesters akquiriert. Die durchschnittliche Dauer der Studierenden-Interviews betrug 63 Minuten, während die der Experten-Interviews 47 Minuten betrug. Das Durchschnittsalter der interviewten Studierenden lag bei 24,9 Jahren. Die Interviews wurden sowohl in den privaten Räumlichkeiten der Interviewteilnehmer und Interviewerin, als auch in Räumlichkeiten der Hochschule Flensburg durchgeführt. Für eine Beantwortung der Fragestellung wurde die strukturierende qualitative Inhaltsanalyse nach Mayring

8

(2016) gewählt. Die Ergebnisse der Interviews wurden unter Verwendung des Programms MAXQDA 11 in fünf Kategorien zu den Themen Gesundheitsbelastungen Studierender, Arbeits- und Lebenswelt Hochschule, salutogene Merkmale, sozialer Umgang im Setting Hochschule und Angebote auf dem Campus unterteilt. Diese Kategorienbildung gewährleistet die Vergleichbarkeit der Ergebnisse, um eine abschließende Zusammenfassung zu ermöglichen.

ERGEBNISSE. Die Untersuchung zeigte vielfältige Einblicke in die gesundheitsbezogenen Bedarfe und Bedürfnisse Studierender im Setting Hochschule. Die Befragten Studierenden (n=8) äußerten neben dem Wunsch nach einer Kompetenzstärkung im Bereich Stress-, Selbst- und Zeitmanagement auch den Wunsch nach einer moderneren und ergonomischeren Ausstattung von Arbeits- und Vorlesungsräumen, die Bereitstellung von Räumen für eigenständiges Arbeiten, die Verbesserung des Raumklimas und der Luftqualität in Vorlesungsräumen, den Ausbau der Mensen und ein gesünderes, ganztägig zugängliches Essensangebot, den weiteren Ausbau der Gleichstellungs- und Diversity-Angebote, ein gezieltes und transparentes Informationsmanagement zwischen Hochschule und Studierenden, welches klare und verbindliche Antworten liefert, die Steigerung des Bekanntheitsgrades der Beratungs- und Unterstützungsangebote auf dem Campus, mehr Handlungs- und Entscheidungsspielraum während des Studiums bezüglich Abgabefristen und Vorlesungszeiten, eine konstruktive Feedbackkultur zwischen Studierenden und Lehrenden und eine Förderung der Entwicklung sozialer Beziehungen. Die genannten Aspekte wurden von den Experten (n=5) als ebenso relevant eingestuft. Die Experten äußerten zudem einen erhöhten Bedarf der Studierenden an Angeboten zur Vereinbarkeit von Familie und Studium, einer steigenden Anzahl an Studierenden mit Handicaps und psychischen Einschränkungen, und wünschten sich die Integration von Gesundheitsförderung in den Hochschulalltag, unter anderem zur Stärkung von allgemeinen Gesundheitskompetenzen wie Schlaf-, Ernährungs- und Bewegungsverhalten. Neben dem geteilten Prüfungszeitraum gaben die Studierenden zudem an, von der familiären Atmosphäre der Hochschule, dem Mentoring-Programm, den Tutorien und Vorkursen, dem Sportzentrum, die hochschuleigene Kneipe (Klause), dem Campus-Kino, einer hohen Identifikation mit der Hochschule,

sozialen Kontakten mit Kommilitonen und Studierenden aus anderen Semestern oder Fächern, den Grünflächen auf dem Campus und unterstützendem Verhalten der Lehrenden zu profitieren. Auch diese Ergebnisse wurden von den Experten geteilt.

HANDLUNGSEMPFEHLUNGEN. Aus den Ergebnissen und dem erarbeiteten theoretischen Wissen kann geschlossen werden, dass die Einführung eines studentischen Gesundheitsmanagements an der Hochschule Flensburg anhand des PHAC (Rosenbrock & Hartung, 2015) erfolgen sollte, wobei eine partizipative Ausrichtung zielführend ist. Hierfür wird als Begleitkonzept das parallel tracking (Laverack, 2008) empfohlen. Im Rahmen des PHACs werden für den Erhalt und den Ausbau der psychischen, physischen und sozialen Gesundheit von Studierenden nachfolgende Maßnahmen empfohlen. Um die Planung und Evaluation gesundheitsfördernder Maßnahmen gewährleisten zu können, sollte eine regelmäßige Erfassung des Gesundheitsbedarfs und der Bedürfnisse der Studierenden mit anschließender transparenter Gesundheitsberichterstattung erfolgen. Um transparente und klare Kommunikationsstrukturen erschaffen zu können, sollte zudem das Informationsmanagement der Hochschule Flensburg optimiert werden. Die Räumlichkeiten der Hochschule sollten außerdem den Bedürfnissen der Studierenden angepasst und erneuert werden. Vorhandene unterstützende und beratende Strukturen sollten durch die Errichtung eines Kompetenzzentrums an Bekanntheit gewinnen. Das bestehende Bewegungsangebot sollte außerdem in Hinblick auf die Öffnungszeiten optimiert werden. Durch die Integration von Gesundheit in die Hochschulkultur soll des Weiteren eine konstruktive Kommunikationskultur geschaffen, soziale Beziehungen gefördert, das Essensangebot verbessert, ein Kompetenzzentrum eingeführt, der Handlungs- und Entscheidungsspielraum von Studierenden erweitert und Gleichstellungs- und Diversity-Angebote ausgebaut werden. Um die Qualitätssicherung während dieses Prozesses gewährleisten zu können sind klare Verantwortlichkeiten, das Einführen eines Steuerungskreises für Gesundheit mit relevanten Hochschulmitarbeitern und Studierenden, eine fortwährende Dokumentation und Evaluation und das Vernetzen mit anderen Akteuren des Gesundheitswesens oder ähnlichen Projekten erforderlich.

SCHLUSSFOLGERUNG. Die vorliegende Analyse hat gezeigt, dass Studierende vielfältige Bedürfnisse und Bedarfe hinsichtlich gesundheitsfördernder Strukturen und Maßnahmen im Setting Hochschule aufweisen. Es konnte verdeutlicht werden, dass in allen untersuchten Kategorien Optimierungsbedarf besteht, um für die Zielgruppe langfristig eine gesundheitsfördernde und -erhaltende Arbeits- und Lernumgebung sicherstellen zu können. Eine zielgruppengerechte und bedarfs- und bedürfnisorientierte Maßnahmenplanung und das Entgegenwirken ungünstiger Effekte der Arbeits- und Lernumgebung Hochschule erfordert allerdings weiterhin eine kontinuierliche interdisziplinäre und intersektorale Zusammenarbeit. Darüber hinaus können lediglich über die kontinuierliche Analyse des Bedarfs und der Bedürfnisse der Studierenden eine Optimierung der

Arbeits- und Lernumgebung erfolgen. Langfristig ermöglicht dies eine Senkung der negativen Auswirkungen kumulativer Belastungen auf die Studierenden, sowie eine Förderung der Entwicklung der Gesundheit von Studierenden. Des Weiteren lernen die Studierenden im Rahmen eines studentischen Gesundheitsmanagement Verhältnisse und Verhalten gesundheitsbezogen zu reflektieren. Hierdurch können zukünftige Entscheidungsträger die kennen gelernten Gesundheitsthemen und deren Relevanz in ihrem zukünftigen beruflichen Setting einbringen und etablieren, wodurch die Arbeits- und Lebensbedingungen großflächig verbessert werden können. Abschließend ist festzuhalten, dass die vorliegenden Befunde einen bedeutenden Beitrag zur Optimierung der Arbeits- und Lernumgebung der Studierenden und somit auch für die Einführung eines studentischen Gesundheitsmanagements an der Hochschule Flensburg leisten.

IMPLEMENTATION OF A STUDENT HEALTH MANAGEMENT AT HE FLENSBURG UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES. A qualitative analysis of needs and requirements to develop recommendation for action.

Abstract

THEORETICAL BACKGROUND. Students in their working and living world are exposed to a multitude of risk factors that can affect their health negatively, motivation and personal development. The resulting health situation of students is becoming more and more of public health interest due to the worrying results. The competition between universities also stimulates this development. Similar to health management in companies, a student health management has to be designed to make student health a cross-cutting task involving health in all political, educational and administrative planning and actions of the university. Nevertheless, the analysis of adequate activities and strategies and their implementation proves to be difficult. With a view to the development of a student health management system at Flensburg University of Applied Sciences and with the aim of contributing to close this gap of supply and research, the present study uses qualitative requirements- and needs-analysis to find ways of optimizing structures and activities at the Flensburg University of Applied Sciences.

RESEARCH QUESTIONS. This studys central aim is to analyse the requirements and the needs of the students with regard to health-promoting structures and activities in the setting of the Flensburg

University of Applied Sciences, whereby the examination of the needs represents the main question and the analysis of the requirements the subsidiary question. The knowledge gained from this should enable the optimization and the expansion of existing structures of the Flensburg University of Applied Sciences. Based on the results of the present study, a recommendation for the implementation of a student health management system at the Flensburg University of Applied Sciences was developed.

METHOD. All in all 13 interview partners were recruited. The survey of the eight students and five experts was performed by using problem-focused, qualitative guideline interviews. One male and one female interviewee of the second semester were acquired from all four faculties of the Flensburg University. The average duration of the student interviews was 63.25 min, while the expert interviews lasted 47 min on average. The average age of the interviewed students was 24.9 years. The interviews were conducted both in the private premises of the interview participants and the interviewer, as well as in the premises of the Flensburg University of Applied Sciences. To answer the research questions, the structuring qualitative content analysis according to Mayring (2016) was chosen. With the Program MAXQDA 11 the results of the interviews were divided into five different categories: students health burden, study conditions of the university, salutogenic characteristics, social interaction in the university and campus offerings. This category formation ensures the comparability of the results and allows a conclusive summary.

RESULTS. The study showed a variety of insights into the health-related requirements and needs of students in the university-setting. The studying interviewees ($n = 8$) commented the desire to strengthen their skills in stress-, self- and timemanagement as well as the desire for more modern and ergonomic furnishing of work and lecture rooms, the provision of rooms for independent work and the improvement of the indoor climate and the quality of the air in lecture halls, the expansion of refectories and a healthier, all-day-accessible food offer, the further development of gender equality and diversity services, a targeted and transparent information management between university and students, which provides binding answers, the increase of the awareness from the counselling and support offered on the campus, more scope for action and decision-making during the study regarding deadlines and lecture times, promotion of a feedback-culture between students and teachers and a promotion of the development of social relationships.

The above-mentioned aspects were classified as equally relevant by the experts ($n = 5$). The experts also expressed an increased need of activities to promote the students compatibility of family work and study work, an increasing number of students with disabilities and mental health problems and wish to integrate health promotion into everyday university life, including strengthening general health literacy such as sleep, nutrition and physical activity. In addition to the splitted exam period,

the students also noted the family atmosphere, the mentoring program, the tutorials and pre-classes, the sports centre, the university-owned pub (Klause), the campus cinema, a high degree of identification with the university, social contacts with fellow students and students from other semesters or subjects, the green spaces on the campus, and supportive teacher behaviour, as an important resource for mastering the studies. These results were also shared by the experts.

RECOMMENDED COURSE OF ACTION. It can be concluded that the development of a student health management system at the Flensburg University of Applied Sciences should be based on the Public Health Action Cycle (Rosenbrock & Hartung, 2015), whereby a participative orientation is expedient. For this purpose, parallel tracking (Laverack, 2008) is recommended as an accompanying concept. As part of the Public Health Action Cycle, the following activities are recommended for the preservation and development of students' mental, physical and social health. To be able to plan and evaluate health promotion activities, a regularly monitoring of the health requirements and needs of students, followed by transparent health reporting, should be used. In addition, to create transparent communication structures, the information management of Flensburg University of Applied Sciences should be optimized. The premises of the university should also be adapted to the needs of students. Existing supportive structures should increase their popularity through the establishment of a competence-centre. The existing sport courses should also be optimized in terms of their opening hours. The integration of health into University-culture should also create a constructive communication culture, promote social relationships, improve the food supply, introduce a university app, expand students' scope for action and decision-making, and provide equality and diversity opportunities get extended. Ensuring quality assurance during this process requires responsibilities, the introduction of a health-working-team with relevant university staff and students, ongoing documentation and evaluation, and networking with other health care actors or similar projects.

CONCLUSION. This study has shown that students have multifaceted needs and requirements regarding health promoting structures and activities in the University-setting. It could be clarified that there is a need for optimization in all examined categories to be able to offer the target group a long-term health-promoting and sustainable working and learning environment. Finally, it should be noted that the present findings make a significant contribution to the optimization of the working and learning environment of the students and thus also to the development of a student health management system at the Flensburg University of Applied Sciences. A target-group-oriented, demand-oriented and action-oriented planning of activities further requires a continuous interdisciplinary and intersectoral cooperation. In addition, only by the continuous analysis of the requirements and needs of the students can take place an optimization of the working and learning environment. In the long run, this will reduce the negative impact on students of cumulative burdens, as well as promote the development of student's health. Furthermore, the students learn to

reflect relations and behaviours related to health in the context of a student health management. As a result, future decision-makers can bring in and establish the health topics and their relevance in their future professional setting. In this way, the development of a student health management system can help to improve the working and living conditions on a large scale.