

# Gesundheitsförderung in Hochschulen – mehr als Hochschulsport !

„Du hast eine Verantwortung für deinen Körper“, wird ein bekannter Jugendtrainer oft zitiert. Was das eigentlich heißt, wird in der absoluten Konsequenz erst klar, wenn man die Ottawa-Charta bis zum Ende gelesen und verstanden hat. Die Ottawa-Charta zur Gesundheitsförderung ist das Ergebnis der ersten Internationalen Konferenz zur Gesundheitsförderung im November 1986 in Ottawa. Sie ruft zum aktiven Handeln für das Ziel „Gesundheit für alle bis zum Jahr 2000“ und darüber hinaus auf. Die Charta thematisiert als gesundheitsförderndes Handeln auch ein „befähigen und ermöglichen“: Das Befähigen, das größtmögliche Gesundheitspotential zu verwirklichen, und das Ermöglichen, selber Entscheidungen in Bezug auf die persönliche Gesundheit treffen zu können.

Wie greifen die Hochschulen diese Herausforderung auf? In dem sie sich als Organisation mit ihren Strukturen und Prozessen auseinandersetzen. Und dies ist sehr oft ein ganz individueller Weg, der von wenigstens zwei Grundsatzfragen geleitet wird:

- a) Wo sind die (personellen) Ressourcen für die Aufgabenbewältigung verortet? Dahinter steht auch die Antwort auf die Frage, wie thematisiert die Hochschule Gesundheitsförderung konkret und was ist der Nukleus?
- b) Welche Zielgruppen sollen erreicht werden? Werden die Studierenden als Teil der Gesundheitsförderung mitbetrachtet?

Damit schaffen Hochschulen Strukturen und entwickeln Kulturen. Sie erkennen fördernde und hindernde Rahmenbedingungen. Sie richten an dieser Erkenntnis den Einsatz der Ressourcen aus. Hier wird deutlich:

- Gesundheitsförderung ist ein Prozess.
- Gesundheitsförderung braucht Fachkompetenz.
- Gesundheitsförderung ist (auch) Chefsache.

Fortschritte macht, wer die Sinnfrage für sich geklärt hat.

Gesundheitsförderung ist heute Thema in Hochschulen. Die Vielfältigkeit der Herangehensweisen und der thematischen Ausgestaltung verdeutlicht den Handlungsspielraum und die Kreativität. HIS-HE hat in diesem Zusammenhang einen aktuellen Beitrag geleistet. In einem qualitätsorientierten Benchmarkingverfahren mit sechs Hochschulen wurde in Kooperation mit der Techniker

Krankenkasse ein Reflexions- und Entwicklungsinstrument entwickelt. Gemeinsam wurden aus der Praxis heraus Qualitätskriterien für vier Handlungsfelder erarbeitet. Diese vier Handlungsfelder für eine nachhaltige Gesundheitsförderung in Hochschulen sind:

- Vorhandensein einer Aufbau- und Ablauforganisation (strukturelle Einbindung in die Hochschulorganisation und -prozesse),
- Durchführung von Analysen (Befragungen, aktive Beteiligung der Beschäftigten/Studierenden, Datenauswertung),
- Gestaltung einer aktiven Kommunikation (intern sowie extern) und
- Festsetzung von Maßnahmen (Beratung, Schulung, gesundheitsbezogene Angebote).

Mit dem Instrument ist somit eine qualitative Standortbestimmung im Bereich „Gesundheitsförderung an Hochschulen“ möglich. Weiterhin gibt das Instrument eine Orientierung für eine Zieldefinition und Überprüfung der eingeschlagenen Entwicklung. Mittlerweile haben über zehn Hochschulen dieses Instrument für sich gewinnbringend eingesetzt.

Auch dieses ist einer von vielen Beiträgen, die den Prozess befördern. Das Ende der Ottawa-Charta ist eigentlich der Anfang: „Gesundheit wird von den Menschen in ihrer alltäglichen Umwelt geschaffen und gelebt, dort, wo sie spielen, lernen, arbeiten und lieben. Gesundheit entsteht dadurch, dass man sich um sich selbst und für andere sorgt, dass man in der Lage ist, selber Entscheidungen zu fällen und Kontrolle über die eigenen Lebensumstände auszuüben ...“

## Zur Person

**Joachim Müller** ist stellvertretender Geschäftsbereichsleiter der Hochschulinfrastruktur. **Urte Ketelhön** ist als wissenschaftliche Mitarbeiterin im Geschäftsbereich Hochschulinfrastruktur tätig.

**E-Mail:** j.mueller@his-he.de | ketelhoen@his-he.de

