

# H1 Anstieg psychischer Erkrankungen bei Studenten beenden und Etablierung flächendeckender Hochschulischer Gesundheitsmanagements (HGM)

Gremium: RCDS-Bundesvorstand & Politischer Beirat

Beschlussdatum: 26.04.2025

## Antragstext

- 1 Die Gruppenvorsitzendenkonferenz möge beschließen:
- 2 Der Ring Christlich-Demokratischer Studenten (RCDS) fordert
  - 3 1. die Hochschulministerkonferenz (HMK) auf, auf die Umsetzung
  - 4 flächendeckender Hochschulischer Gesundheitsmanagements an deutschen
  - 5 Hochschulen hinzuwirken und entsprechende Bemühungen der Hochschulen zu
  - 6 fördern und
  - 7 2. eine deutliche Aufstockung der finanziellen Mittel für psychosoziale
  - 8 Beratungsstellen an deutschen Hochschulen sowie eine verstärkte politische
  - 9 Auseinandersetzung mit den Ursachen psychischer Belastungen unter
  - 10 Studenten.

## Begründung

11 Bereits auf der Gruppenvorsitzendenkonferenz 2023 des RCDS in Bayreuth wurde mit  
12 den beschlossenen Anträgen „Unterstützung bei psychischen Erkrankungen im  
13 Studium: Strukturen stärken und ausbauen!“ und „Ruhetage im juristischen  
14 Staatsexamen erhalten“ die psychische Gesundheit von Studenten in den Blick  
15 genommen.<sup>[1]</sup> Mit ihrem Bezug auf die Schaffung spezifischer Stellen für  
16 Psychiater und psychologische Psychotherapeuten an den Universitäten und die  
17 psychische Gesundheit von Jurastudenten in der Staatsexamensphase boten diese  
18 erste Ansätze zur Lösung einzelner Aspekte des Gesamtproblems. Im Folgenden  
19 sollen diese Ansätze erweitert und in ein passendes ganzheitliches Gesamtkonzept  
20 psychischer Gesundheit von Studenten eingefügt werden.

- 21 1. Flächendeckende Umsetzung ganzheitlicher Hochschulischer  
22 Gesundheitsmanagements

23 Wichtig ist im Zusammenhang einer Aufstockung der Gesundheitsbudgets, dass  
24 finanzielle Mittel allein nicht ausreichen, um dem Problem prekärer werdender  
25 studentischer Gesundheit zu begegnen. Es bedarf zusätzlich eines neuen  
26 Gesamtkonzepts der Gewährleistung dieser, um eine effiziente Verwendung  
27 finanzieller Mittel zu ermöglichen. Als ein solches wurde in jüngster Zeit das  
28 „Hochschulische Gesundheitsmanagement“ entwickelt.

29 „Unter Hochschulischem Gesundheitsmanagement (HGM) wird ein planmäßiges und  
30 systematisches, beispielsweise dem Public Health Action Cycle (PHAC) folgendes,  
31 strukturell verankertes Gesundheitsmanagement verstanden. Ein HGM verpflichtet  
32 sich der Gesundheitsförderung und Gesunderhaltung aller Mitglieder der  
33 Organisation Hochschule. Es wird beiden Statusgruppen a) Beschäftigten und b)  
34 Studierenden gerecht und verzahnt die Schnittstellen sowie die Wirkbeziehungen  
35 der Zielgruppen miteinander. Darüber hinaus obliegt einem Hochschulischen  
36 Gesundheitsmanagement der Aufbau und die stetige Weiterentwicklung

37 gesundheitsorientierter Rahmenbedingungen und Strukturen für ein gesundes  
38 Studien- und Arbeitsumfeld in der gesamten Organisation Hochschule.“[2]

39 Das Hochschulische Gesundheitsmanagement (HGM) ist ein umfassendes Konzept zur  
40 Förderung der Gesundheit an Hochschulen und Universitäten. Es verbindet  
41 gesundheitsförderliche Maßnahmen mit bestehenden Strukturen des betrieblichen  
42 (BGM) und studentischen Gesundheitsmanagements (SGM), um sowohl Studenten als  
43 auch Beschäftigte nachhaltig zu unterstützen. Ziel ist es, Gesundheitsförderung  
44 als festen Bestandteil der Hochschulkultur und der damit verbundenen Prozesse zu  
45 etablieren und dadurch langfristig positive Effekte auf das Wohlbefinden, die  
46 Studien- und Arbeitsbedingungen sowie die Leistungsfähigkeit aller  
47 Hochschulangehörigen zu erzielen. Ein HGM dient der Entwicklung, Etablierung und  
48 Evaluation der gesamten Gesundheitsstrategie einer Hochschule.[3]

49 Ein effektives Hochschulisches Gesundheitsmanagement geht über die  
50 Bereitstellung klassischer Gesundheitsangebote hinaus. Es betrachtet die  
51 Hochschule als einen Ort, an dem Gesundheit aktiv gefördert und erhalten werden  
52 kann. Dies umfasst eine Vielzahl von Maßnahmen, die darauf abzielen,  
53 gesundheitsgerechte Rahmenbedingungen zu etablieren. Dazu gehören beispielsweise  
54 eine ergonomische Gestaltung von Lern- und Arbeitsplätzen, die Förderung von  
55 Bewegung und Sport sowie der Ausbau psychologischer Unterstützungsangebote zur  
56 Stressbewältigung und mentalen Gesundheit.[4]

57 Ein solcher ganzheitlicher Ansatz bringt im Hinblick auf Bedarfsgerechtigkeit,  
58 Kosteneffizienz und Transparenz verschiedene Vorteile mit sich.

59 Durch eine zielgruppenspezifische Maßnahmenpolitik gelingt es, alle relevanten  
60 Stakeholder im hochschulischen Kontext gezielt zu erfassen. Dabei können etwa  
61 Studenten, Hochschullehrer und andere Mitarbeiter nach ihren jeweiligen  
62 Bedürfnissen adressiert werden. Dabei vermeidet der gesamtheitliche Ansatz  
63 jedoch eine zu starre Kategorisierung verschiedener Maßnahmenkataloge, sondern  
64 erlaubt flexible und bedarfsgerechte Ausgestaltungen spezifischer  
65 Adressatengruppen und der jeweiligen Maßnahmenpakete.

66 Diese können regelmäßig evaluiert und neu bewertet werden, um dynamische  
67 Entwicklungen zu erfassen.[5]

68 Diese Dynamik erlaubt nicht nur Bedarfsgerechtigkeit, sondern auch eine größere  
69 Kosteneffizienz, da regelmäßige Neuevaluationen spezifischer Maßnahmen zu  
70 Neubewertungen der mit diesen Maßnahmen verbundenen finanziellen  
71 Kostenstrukturen führen kann. Ferner können durch einen flexiblen und  
72 gesamtheitlichen Einsatz bedarfsgerechter Maßnahmen auch nichtfinanzielle  
73 Ressourcen, etwa Expertenwissen und Arbeitsstunden zielgerichteter eingesetzt  
74 werden. Zu dieser Flexibilität können ferner schnelle Kommunikationswege zur  
75 Hochschulleitung beitragen. Ein solches Ausnutzen von Synergien fördert den  
76 Abbau von Doppelstrukturen und Unter- sowie Überbeanspruchungen.[6]

77 Es zeigt sich bei der zunehmenden Etablierung eines HGM an deutschen  
78 Hochschulen, dass das Konzept große Potenziale birgt. Die hochschulspezifische  
79 Umsetzung von HGM erlaubt eine auf die jeweilige Sachlage angepasste  
80 Umsetzungsstrategie. Nichtsdestoweniger stellen sich in diesem Zusammenhang  
81 verschiedene Probleme dar. Fehlende finanzielle Eigenmittel der Hochschulen  
82 haben bisher eine Anwendung außerhalb großer Hochschulen verhindert. Hinzu  
83 kommt, dass die dabei weit verbreitete Zusammenarbeit mit Drittmittelgebern zu

84 einseitigen Abhängigkeiten führt. Auch erschweren die stark heterogenen  
85 Auffassungen von HGM die Möglichkeiten effizienter Förderung, da diese zu  
86 Intransparenz führen.[\[7\]](#)

87 Ein effektives Hochschulisches Gesundheitsmanagement ist eine lohnende  
88 Investition. Es verbessert die Gesundheit, steigert den Studienerfolg und  
89 fördert die soziale Integration. Psychische Erkrankungen, Bewegungsmangel und  
90 Stress sind wachsende Herausforderungen. Ein durchdachtes Gesundheitsmanagement  
91 zeigt, dass Hochschulen aktiv zur Lösung dieser Probleme beitragen, und steigert  
92 ihre Attraktivität. Dies stärkt nicht nur die Hochschule selbst, sondern auch  
93 das gesellschaftliche Bewusstsein für die Bedeutung von Gesundheit. Gestärkt  
94 wird auch Deutschland als Standort erstklassiger Lehre, Wissenschaft und  
95 Forschung. Langfristig profitieren so Studenten, Hochschullehrer und die gesamte  
96 Gesellschaft von den positiven Effekten.

97 Daher sei es Aufgabe der Länder, unter ihren jeweiligen Hochschulen die  
98 Etablierung von HGM nach transparenten und einheitlichen Kriterien zu fördern,  
99 die Transformation von BGM und SGM zu HGM zu unterstützen und dem  
100 diesbezüglichen Wissensaustausch und der Zusammenarbeit einen Rahmen zu  
101 verleihen. Ferner soll dies in einem angemessenen Maße bundesweit koordiniert  
102 werden. Diese Maßnahmen seien darauf gerichtet, flächendeckend HGM an  
103 Hochschulen im gesamten Bundesgebiet zu etablieren und diese effizient und  
104 bedarfsgerecht zu fördern.

105 2. Aufstockung der finanziellen Mittel für psychosoziale Beratung an  
106 deutschen Hochschulen

107 Bereits 2018 zeigte eine Studie des Deutschen Zentrums für Hochschul- und  
108 Wissenschaftsforschung in Zusammenarbeit mit der Freien Universität Berlin und  
109 der Techniker Krankenkasse, dass jeder vierte Student unter hohem Stress und  
110 Erschöpfung leidet. Besonders betroffen waren dabei Studenten der Sprach- und  
111 Kulturwissenschaften, von denen 22,5 % unter Angststörungen und 18,3 % unter  
112 Depressionen litten.[\[8\]](#)

113 Studenten sehen sich heutzutage mit erheblichen psychischen Belastungen  
114 konfrontiert, die ihre mentale Gesundheit beeinträchtigen können. Laut dem "TK  
115 Gesundheitsreport 2023" der Techniker Krankenkasse fühlen sich 68 % der  
116 befragten Studenten erschöpft durch Stress, und 63 % leiden unter Ängsten und  
117 Sorgen. Besonders alarmierend ist, dass 37 % der Studenten angeben, sich  
118 ziemlich oder sehr erschöpft zu fühlen, was als Warnsignal für ein drohendes  
119 Burnout gewertet wird.[\[9\]](#)

120 Insgesamt ist der Anteil der Studenten mit studienerschwerenden Erkrankungen im  
121 Zeitraum von 2016 bis 2021 angestiegen.[\[10\]](#) Prozentual schwerer wiegt der  
122 Anstieg der psychischen Erkrankungen. Im Vergleich zum Jahr 2011 leiden im Jahr  
123 2021 65% der Studenten mit studienerschwerenden Beeinträchtigungen an  
124 psychischen Erkrankungen. 2011 lag der Anteil der psychischen Erkrankungen noch  
125 bei 45%.[\[11\]](#)

126 Die gestiegenen psychischen Belastungen bei Studenten lassen sich auf mehrere  
127 Faktoren zurückführen:

- 128 • Leistungsdruck und Prüfungsstress: Studenten sehen sich häufig mit hohen  
129 Anforderungen und engen Zeitplänen konfrontiert, was zu Stress und  
130 Erschöpfung führen kann.[\[12\]](#)
- 131 • Finanzielle Unsicherheiten: Viele Studenten müssen neben dem Studium  
132 arbeiten, um ihren Lebensunterhalt zu sichern, was zu einer  
133 Mehrfachbelastung führt.[\[13\]](#)
- 134 • Zukunftsängste: Unsicherheiten bezüglich der beruflichen Perspektiven nach  
135 dem Studium können zusätzliche psychische Belastungen verursachen.[\[14\]](#)
- 136 • Soziale Isolation: Besonders internationale Studenten sind während der  
137 COVID-19- Pandemie von Einsamkeit, Depressionen und Stress betroffen, da  
138 sie von ihrem sozialen Umfeld getrennt sind.[\[15\]](#)
- 139 • Einfluss sozialer Medien: Die intensive Nutzung sozialer Medien kann zu  
140 erhöhtem Stress und negativen Emotionen führen, insbesondere wenn sie zur  
141 Ablenkung von Studienverpflichtungen genutzt werden.[\[16\]](#)

142 Als ein weiterer Faktor lässt sich der angespannte Wohnungsmarkt in vielen  
143 deutschen Städten anführen. Dieser hat erhebliche Auswirkungen auf die  
144 psychische Gesundheit von Studenten. Die Suche nach bezahlbarem Wohnraum  
145 gestaltet sich zunehmend schwierig, was zu erhöhtem Stress und Unsicherheit  
146 führt. In Deutschland fehlen mehr als 1,9 Millionen Wohnungen, was zu einer  
147 Belastung von vor allem einkommensschwachen Gruppen, unter die auch Studenten  
148 fallen, führt.[\[17\]](#)

149 In einem Gespräch mit zwei Mitarbeitern einer psychosozialen Beratungsstelle  
150 werden die oben genannten Faktoren bestätigt. Laut den Mitarbeitern seien zu  
151 wenig Psychotherapieplätze, eine mangelhafte psychische Beratung von  
152 ausländischen Studenten aufgrund finanzieller und personeller Hürden sowie der  
153 knappe Wohnraum in deutschen Universitätsstädten als die drängendsten Probleme  
154 zu identifizieren.

155 Angesichts der alarmierenden Zunahme psychischer Erkrankungen unter Studenten  
156 ist eine nachhaltige Verbesserung der psychosozialen Beratungsangebote an  
157 deutschen Hochschulen unumgänglich. Dies erweitert die bereits vorhandene  
158 Beschlusslage zur Bereitstellung spezifischer Stellen für Psychiater und  
159 psychologische Psychotherapeuten an den Universitäten um die Forderung nach  
160 einer verbesserten Bereitstellung und finanziellen Ausstattung psychosozialer  
161 Beratungsangebote. Um die wachsende Zahl an Beratungsfällen bewältigen zu  
162 können, bedarf es mithin einer signifikanten Erhöhung der finanziellen Mittel  
163 für diese Einrichtungen. Neben der Stärkung der Beratungsstrukturen müssen  
164 jedoch auch die zugrunde liegenden Ursachen psychischer Erkrankungen konsequent  
165 bekämpft werden. Insbesondere der Abbau des Wohnungsmangels ist essenziell, um  
166 die psychische Belastung der Studenten zu reduzieren.

167 [\[1\]](#) Vgl. Beschlussmappe der Gruppenvorsitzendenkonferenz 21.04.2023 – 23.04.2023  
168 in Bayreuth

- 169 [2] Preuß, M., Sprenger, M., Müller, J., Preuß, P. (2022):  
170 Entwicklungspotentiale und Möglichkeiten eines Hochschulischen  
171 Gesundheitsmanagements. In: Handbuch Studentisches Gesundheitsmanagement, S. 91-  
172 102.
- 173 [3] Vgl. Dölle, A., König, S., Paeck, T., Pawellek, A., Steinke, B. (2025):  
174 Entwicklungen zum Hochschulischen Gesundheitsmanagement. In: DUZ Special -  
175 Hochschulisches Gesundheitsmanagement, S.4-11.
- 176 [4] Kompetenzzentrum Gesundheitsfördernde Hochschule (2025). Auf dem Weg zu  
177 einem ganzheitlichen Gesundheitsmanagement. Verfügbar unter:  
178 [https://www.kompetenzzentrum-gesunde-hochschulen.de/hochschulisches-](https://www.kompetenzzentrum-gesunde-hochschulen.de/hochschulisches-gesundheitsmanagement#Quellen-HGM)  
179 [gesundheitsmanagement#Quellen-HGM](https://www.kompetenzzentrum-gesunde-hochschulen.de/hochschulisches-gesundheitsmanagement#Quellen-HGM)
- 180 [5] Vgl. Kahlweiß, J., (2025): Expertise effizient miteinander vernetzen. In:  
181 DUZ Special - Hochschulisches Gesundheitsmanagement, S.14f.
- 182 [6] Kompetenzzentrum Gesundheitsfördernde Hochschule (2025). Auf dem Weg zu  
183 einem ganzheitlichen Gesundheitsmanagement. Verfügbar unter:  
184 [https://www.kompetenzzentrum-gesunde-hochschulen.de/hochschulisches-](https://www.kompetenzzentrum-gesunde-hochschulen.de/hochschulisches-gesundheitsmanagement#Quellen-HGM)  
185 [gesundheitsmanagement#Quellen-HGM](https://www.kompetenzzentrum-gesunde-hochschulen.de/hochschulisches-gesundheitsmanagement#Quellen-HGM)
- 186 [7] Vgl. Paulsen, L., (2025): Förderfaktoren und Barrieren. In: DUZ Special -  
187 Hochschulisches Gesundheitsmanagement, S.28f.
- 188 [8] Freie Universität Berlin (2018). Studie: Jeder vierte Studierende leidet  
189 unter starkem Stress / besonders Sprach- und Kulturwissenschaftler sind  
190 psychisch belastet. Nr. 267/2018. Verfügbar unter: [https://www.fu-](https://www.fu-berlin.de/presse/informationen/fup/2018/fup_18_267-studie-gesundheit-studierender/index.html)  
191 [berlin.de/presse/informationen/fup/2018/fup\\_18\\_267-studie-gesundheit-](https://www.fu-berlin.de/presse/informationen/fup/2018/fup_18_267-studie-gesundheit-studierender/index.html)  
192 [studierender/index.html](https://www.fu-berlin.de/presse/informationen/fup/2018/fup_18_267-studie-gesundheit-studierender/index.html).
- 193 [9] Flachsenberg, H. (2023). Wie schlecht es Studierenden in Deutschland  
194 wirklich geht. Erschienen auf: [spiegel.de](https://www.spiegel.de). Verfügbar unter:  
195 [https://www.spiegel.de/start/psychische-belastung-von-studierenden-tk-](https://www.spiegel.de/start/psychische-belastung-von-studierenden-tk-gesundheitsreport-zeigt-hohen-stress-und-erschoepfung-a-3c5ff35a-c479-432f-b8d6-20d2bd45eeb8)  
196 [gesundheitsreport-zeigt-hohen-stress-und-erschoepfung-a-3c5ff35a-c479-432f-b8d6-](https://www.spiegel.de/start/psychische-belastung-von-studierenden-tk-gesundheitsreport-zeigt-hohen-stress-und-erschoepfung-a-3c5ff35a-c479-432f-b8d6-20d2bd45eeb8)  
197 [20d2bd45eeb8](https://www.spiegel.de/start/psychische-belastung-von-studierenden-tk-gesundheitsreport-zeigt-hohen-stress-und-erschoepfung-a-3c5ff35a-c479-432f-b8d6-20d2bd45eeb8).
- 198 [10] Deutsches Studierendenwerk (2023). Viel mehr Studierende mit psychischen  
199 Erkrankungen. Verfügbar unter: [https://www.studierendenwerke.de/beitrag/viel-](https://www.studierendenwerke.de/beitrag/viel-mehr-studierende-mit-psychischen-erkrankungen)  
200 [mehr-studierende-mit-psychischen-erkrankungen](https://www.studierendenwerke.de/beitrag/viel-mehr-studierende-mit-psychischen-erkrankungen).
- 201 [11] Steinkühler, J. et al. (2021). Die Studierendenbefragung in Deutschland:  
202 best3. Berlin 2023: Deutsches Zentrum für Hochschul- und Wissenschaftsforschung.  
203 S.24. Verfügbar unter:  
204 [https://www.studierendenwerke.de/fileadmin/user\\_upload/Publikationen/beeintraech-](https://www.studierendenwerke.de/fileadmin/user_upload/Publikationen/beeintraechtigt_studieren_2021.pdf)  
205 [tigt\\_studieren\\_2021.pdf](https://www.studierendenwerke.de/fileadmin/user_upload/Publikationen/beeintraechtigt_studieren_2021.pdf).
- 206 [12] Deutsches Zentrum für Hochschul- und Wissenschaftsforschung (2018), Studie:  
207 Jeder vierte Studierende leidet unter starkem Stress - besonders Sprach- und  
208 Kulturwissenschaftler sind psychisch belastet. Verfügbar unter:  
209 [https://www.dzhw.eu/services/material/pressemitteilungen/PM\\_Gesundheit\\_Studien-](https://www.dzhw.eu/services/material/pressemitteilungen/PM_Gesundheit_Studien-der.pdf)  
210 [der.pdf](https://www.dzhw.eu/services/material/pressemitteilungen/PM_Gesundheit_Studien-der.pdf).
- 211 [13] Flachsenberg, H., siehe Fn.1.
- 212 [14] Freie Universität Berlin, siehe Fn. 1.

- 213 [\[15\]](#) Misirlis, N. Zwaan, M. Weber, D. (2020). International students'  
214 loneliness, depression and stress levels in COVID-19 crisis. The role of social  
215 media and the host university. Cornell University. Verfügbar unter:  
216 <https://arxiv.org/abs/2005.12806>.
- 217 [\[16\]](#) Thukral, S. Sangwan, S. Chatterjee, A. Dey, L. (2020). Identifying  
218 pandemic-related stress factors from social-media posts -- effects on students  
219 and young-adults. Cornell University Verfügbar unter:  
220 <https://arxiv.org/abs/2012.00333>.
- 221 [\[17\]](#) Hans Böckler Stiftung. (2022). Auf einen Blick. Wohnungsnot in Großstädten  
222 (Pressemeldung, aktualisiert am 14.12.2022). Düsseldorf. Verfügbar unter:  
223 <https://www.boeckler.de/de/auf-einen-blick-17945-20782.htm>.