



# Lehrende stärken - psychische Gesundheit in Studium und Lehre verankern

## EMPFEHLUNGEN FÜR HOCHSCHULEN



# 1. Einleitung

In ganz Europa hat sich die psychische Gesundheit von Studierenden zu einer zentralen strukturellen Herausforderung für Hochschulen entwickelt. Zunehmende Angststörungen, Depressionen, stressbedingte Belastungen und akute Krisensituationen wirken sich nicht nur auf das Wohlbefinden der Studierenden aus, sondern auch auf Studienleistungen, Studienverlauf und Studienerfolg. Gleichzeitig steigen die Anforderungen an Lehrende, Beratungsstrukturen und Hochschulorganisationen insgesamt.

Viele Hochschulen erkennen inzwischen, dass Lehrende grundlegende Kompetenzen benötigen, um mit Studierenden in psychischen Belastungssituationen angemessen umzugehen, sensibel zu kommunizieren und bei Bedarf an professionelle Unterstützungsangebote weiterzuvermitteln. Im Rahmen des Erasmus+-Projekts „Support for University Student Mental Health – Training for Teaching Staff – SUNMENTORS“<sup>1</sup> wurde daher ein evidenzbasiertes und kostenfreies E-Learning-Programm entwickelt, das Lehrende bei dieser Aufgabe unterstützt.

Erfahrungen aus verschiedenen europäischen Hochschulsystemen zeigen jedoch, dass Fortbildungsangebote allein keine nachhaltige Wirkung entfalten. Ohne institutionelle Verankerung bleiben Teilnahmequoten begrenzt, Weiterverweisungswege unklar und Zuständigkeiten fragmentiert.

Diese Handlungsempfehlung entwickelt daher einen Governance-Rahmen für Hochschulen, um die psychische Gesundheit von Studierenden systematisch in institutionelle Strukturen zu integrieren. Es richtet sich insbesondere an Hochschulleitungen, Prorektorate, Dekanate sowie Entscheidungsträgerinnen und Entscheidungsträger in den Bereichen Studium und Lehre, Diversität, Inklusion und Servicebereiche für Studierende.

Kernargument dieses Papiers ist:

**Die psychische Gesundheit von Studierenden muss als strukturelle Dimension der Hochschulsteuerung verstanden werden.**

Eine entsprechende institutionelle Verankerung stärkt

- die Qualität der Lehre
- den Studienerfolg
- inklusive Teilhabe
- den Studienverbleib
- sowie die organisatorische Resilienz von Hochschulen.

Der Aufbau entsprechender Kompetenzen stellt keine Ausweitung institutioneller Verantwortung dar. Vielmehr handelt es sich um eine strategische Weiterentwicklung bestehender Ziele in den Bereichen Bildungsqualität, Chancengerechtigkeit und nachhaltige Hochschulentwicklung.

---

<sup>1</sup> Weitere Informationen zu dem Projekt finden Sie unter: [www.sunmentors.eu](http://www.sunmentors.eu)

## 2. Psychische Gesundheit von Studierenden als systemische Herausforderung

Bisher wurde die psychische Gesundheit von Studierenden vor allem als Aufgabe von Beratungs- und Unterstützungsdiensten betrachtet. Diese arbeiten meist parallel zu den akademischen Strukturen und reagieren primär auf individuelle Krisensituationen.

Aktuelle Entwicklungen zeigen jedoch deutlich, dass psychische Belastungen zunehmend **systemische Auswirkungen auf Studium und Lehre** haben.

Dazu gehören beispielsweise:

- steigende Anträge auf Fristverlängerungen oder alternative Prüfungsformate
- zunehmende Unsicherheit von Lehrenden im Umgang mit Krisensituationen
- Eskalationsrisiken bei schwereren psychischen Erkrankungen

Diese Entwicklungen beeinflussen zentrale Leistungsindikatoren von Hochschulen. Studienverläufe verlängern sich, Abbruchrisiken steigen und Lehrende sehen sich mit einer zunehmenden emotionalen Belastung konfrontiert. Gleichzeitig wächst das Reputationsrisiko für Institutionen, wenn Krisensituationen öffentlich sichtbar werden.

Ohne klare institutionelle Rahmenbedingungen reagieren Lehrende häufig unterschiedlich auf vergleichbare Situationen. Studierende erleben dadurch uneinheitliche Unterstützungsangebote, während Verwaltungsprozesse häufig reaktiv und wenig vorhersehbar bleiben.

Eine systematische Integration von Kompetenzen im Umgang mit psychischer Gesundheit ermöglicht es Hochschulen dagegen, von einem reaktiven Krisenmanagement zu einem präventiven und strukturierten Governance-Ansatz überzugehen.

### 3. Die Rolle der Lehrenden in institutionellen Unterstützungsstrukturen

Lehrende gehören häufig zu den ersten Personen, die Veränderungen im Verhalten von Studierenden wahrnehmen. Rückzug aus Lehrveranstaltungen, nachlassende Studienleistungen oder ein auffälliges Kommunikationsverhalten können Hinweise auf psychische Belastungen oder Erkrankungen sein.

Gleichzeitig erleben viele Lehrende Unsicherheit darüber,

- wie sie solche Situationen ansprechen können
- welche Verantwortung sie tragen
- und an welche internen Unterstützungsangebote sie Studierende an weitervermitteln können.

Das SUNMENTORS-E-Learning adressiert diese Herausforderungen durch die Vermittlung von:

- Grundlagenwissen zu psychischer Gesundheit
- stigmatisierungssensibler Kommunikation
- Kompetenzen zur Früherkennung
- Kenntnissen über Weiterverweisungswege
- Klarheit über Rollen und Grenzen

Entscheidend ist dabei: Die Schulung soll Lehrende nicht zu Beratenden ausbilden. Vielmehr stärkt sie ihre Fähigkeit, unterstützend zu kommunizieren und Studierende verantwortungsvoll an professionelle Dienste weiterzuvermitteln.

Klare institutionelle Strukturen sind hierfür unerlässlich. Dazu gehören:

- transparente Weiterverweisungswege
- definierte Dokumentationsverfahren
- Krisenprotokolle
- sowie klare Vertraulichkeitsregeln.

Solche Rahmenbedingungen erhöhen die Handlungssicherheit von Lehrenden und stärken das Vertrauen in institutionelle Unterstützungsstrukturen.

### 4. Organisatorische Voraussetzungen für eine nachhaltige Verankerung

Die nachhaltige Integration von Kompetenzen im Umgang mit psychischer Gesundheit erfordert mehr als strategische Absichtserklärungen oder einzelne Schulungsangebote. Entscheidend ist eine organisatorische Einbettung in bestehende Strukturen der Hochschule.

Ein zentraler Aspekt betrifft die **Arbeitsbelastung von Lehrenden**. Akademische Tätigkeiten umfassen heute eine Vielzahl von Aufgaben, darunter Lehre, Forschung, administrative Tätigkeiten, Internationalisierung und Qualitätssicherung. In diesen Strukturen bleibt die Emotionsarbeit im Rahmen der Lehrtätigkeit häufig unsichtbar.

Erwarten Hochschulen von Lehrenden einen angemessenen Umgang mit psychisch belasteten Studierenden, ohne dies in **Arbeitsbelastung und Leistungsbewertung** zu berücksichtigen, führt dies unweigerlich zu Spannungen und Widerständen. Eine nachhaltige Verankerung setzt daher voraus, dass Hochschulen anerkennen, dass **unterstützende Kommunikation** und **verantwortungsvolle Weitervermittlung** Teil moderner Lehrpraxis sind.

Ein zweiter wichtiger Faktor betrifft **Kommunikationsnormen** innerhalb der Hochschule. Informelle Erwartungen an ständige Erreichbarkeit können dazu führen, dass Lehrende sich übermäßig verantwortlich fühlen und persönliche Grenzen verschwimmen. Klare institutionelle Leitlinien zu Kommunikationszeiten, Erreichbarkeit und Zuständigkeiten helfen, Überforderung zu vermeiden und realistische Erwartungen zu schaffen.

Ebenso wichtig ist eine **sichtbare Unterstützung durch die Hochschulleitung**. Lehrende müssen wissen, dass sie in schwierigen Situationen nicht allein handeln müssen und auf institutionelle Unterstützung zurückgreifen können.

Darüber hinaus ist eine **kohärente Umsetzung über Fakultäten hinweg** entscheidend. Uneinheitliche Praktiken zwischen Fachbereichen führen zu Unsicherheiten für Lehrende und Studierende. Gemeinsame Leitlinien, standardisierte Informationsmaterialien und koordinierte Kommunikation erhöhen die institutionelle Verlässlichkeit.

Letztlich hängt die Glaubwürdigkeit entsprechender Initiativen davon ab, dass strategische Ziele und organisatorische Praxis miteinander übereinstimmen.

## 5. Integration in etablierte Strukturen

Damit Kompetenzen im Umgang mit psychischer Gesundheit nachhaltig wirksam werden, müssen sie in die bestehenden Strukturen der akademischen Personalentwicklung eingebettet werden.

Zentrale strukturelle Anknüpfungspunkte sind insbesondere:

- Zentren für Hochschulbildung
- Programme zur hochschuldidaktischen Qualifizierung
- Einführungsprogramme/Onboarding für neue Lehrende
- kontinuierliche Weiterbildungsangebote.

Die Integration in diese etablierten Strukturen signalisiert, dass Kompetenzen im Umgang mit psychischer Gesundheit Teil professioneller Lehrkompetenz sind – vergleichbar mit didaktischen oder digitalen Lehrfähigkeiten.

Ein besonders wirksamer Ansatz besteht darin, entsprechende Inhalte in **Qualifizierungsprogramme für neue Lehrende** zu integrieren. Die ersten Monate einer akademischen Tätigkeit können berufliche Normen und Erwartungen maßgeblich prägen.

Auch kontinuierliche Weiterbildungsangebote spielen eine wichtige Rolle. Eine regelmäßige Sichtbarkeit im Weiterbildungsprogramm sorgt dafür, dass das Thema nicht in den Hintergrund gerät. Gleichzeitig können gezielte Anreize – etwa Zertifikate, Fortbildungspunkte oder Anerkennung in Auszeichnungen für exzellente Lehre – die Teilnahmebereitschaft erhöhen.

### Praxisbeispiel

Das Beispiel der Technischen Universität Dortmund veranschaulicht, wie eine solche Einbettung aussehen kann:

- Die Hochschuldidaktik integriert die SUNMENTORS-Schulung in ihr Weiterbildungsprogramm. Das E-Learning wird von zwei moderierten Präsenzveranstaltungen begleitet, um einen Erfahrungsaustausch zwischen den Lehrenden zu ermöglichen. Die Teilnehmenden erhalten ein Zertifikat.
- Die Schulung wird bei der jährlichen Einführungsveranstaltung „*Start in die Lehre*“ vorgestellt, um neue Lehrende für die Thematik sowie die Weiterbildungsmöglichkeit zu sensibilisieren.

## 6. Inklusion, Gerechtigkeit und soziale Dimension

Psychische Gesundheit steht in engem Zusammenhang mit sozialen und strukturellen Ungleichheiten im Hochschulsystem.

Studierende aus benachteiligten sozialen Gruppen sind häufig mit zusätzlichen Belastungen konfrontiert, etwa:

- finanzielle Unsicherheit
- prekäre Wohnverhältnisse
- familiäre Verpflichtungen
- Migrationserfahrungen
- Diskriminierung
- Sprachbarrieren

Diese Faktoren können akademischen Druck verstärken und das Risiko psychischer Belastungen erhöhen.

Im Europäischen Hochschulraum<sup>2</sup> spielt die soziale Dimension eine zentrale Rolle für den gleichberechtigten Zugang zu Hochschulbildung sowie für Studienerfolg und Studienabschluss.

Wenn psychische Belastungen oder Erkrankungen nicht erkannt oder angemessen adressiert werden, können bestehende Ungleichheiten weiter verstärkt werden. Studierende, die institutionelle Strukturen weniger gut kennen oder Stigmatisierung befürchten, nehmen Unterstützungsangebote oft später oder gar nicht in Anspruch.

Die Sensibilisierung von Lehrenden trägt daher wesentlich zu inklusiven Lernumgebungen bei. Früherkennung, respektvolle Kommunikation und transparente Unterstützungsstrukturen können verhindern, dass sich Schwierigkeiten im Studienverlauf verstärken.

### Praxisbeispiel

An einer britischen Hochschule ist das SUNMENTORS E-Learning für alle neuen Lehrenden verpflichtend. Diese müssen alle Module innerhalb der ersten 12 Monate ihrer Anstellung absolviert haben. Bereits länger beschäftigte Lehrende müssen die Schulung innerhalb von 24 Monaten absolvieren. Die Schulung wird von Präsenzworkshops begleitet.

---

<sup>2</sup> Der Europäische Hochschulraum (European Higher Education Area EHEA) ist ein multilateraler Rahmen zur Abstimmung der Hochschulsysteme in Europa mit dem Ziel, Vergleichbarkeit, Kompatibilität und Qualität zu sichern. Er erleichtert die Mobilität von Studierenden und Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern sowie die gegenseitige Anerkennung von Abschlüssen. Seine Grundlage bildet der 1999 initiierte Bologna-Prozess.

## **7. Umsetzungsmodell: Von der Initiative zur Institutionalisierung**

Die Institutionalisierung entsprechender Maßnahmen erfolgt typischerweise schrittweise:

### **Phase 1 – Strategische Anerkennung**

Die Hochschulleitung erkennt psychische Gesundheit offiziell als Governance-Thema an und verknüpft sie mit bestehenden institutionellen Zielen wie Lehrqualität, Studienerfolg und Risikomanagement.

### **Phase 2 – Strukturelle Integration**

Die Fortbildung wird in bestehende Strukturen der akademischen Personalentwicklung integriert.

### **Phase 3 – Anreize zur Teilnahme**

Institutionelle Anerkennung und berufliche Vorteile erhöhen die Teilnahmebereitschaft.

### **Phase 4 – Verfahrensklarheit**

Klare Weiterverweisungswege, Krisenprotokolle und Kommunikationsrichtlinien werden etabliert.

### **Phase 5 – Monitoring und Qualitätssicherung**

Feedbackmechanismen und Qualitätsindikatoren werden in bestehende Evaluationsprozesse integriert. Ein schrittweiser Ansatz erleichtert kulturelle Anpassungsprozesse innerhalb der Organisation.

## **8. Monitoring und kontinuierliche Verbesserung**

Eine nachhaltige Verankerung erfordert kontinuierliche Evaluation.

Dabei können folgende Indikatoren berücksichtigt werden:

- Teilnahmequoten an Fortbildungsangeboten
- Selbstvertrauen von Lehrenden im Umgang mit belasteten Studierenden
- Klarheit darüber, wie und an welche Unterstützungsangebote Studierende weitervermittelt werden können
- Der praktische Nutzen der Schulung.

Diese Informationen können in bestehende Qualitätssicherungsprozesse integriert werden. Monitoring sollte dabei nicht primär als Kontrollinstrument verstanden werden, sondern als Grundlage für institutionelles Lernen und kontinuierliche Verbesserung.

## 9. Risikominderung und institutionelle Stabilität

Die systematische Integration von Kompetenzen im Umgang mit psychischer Gesundheit trägt wesentlich zur organisatorischen Stabilität von Hochschulen bei.

Früherkennung und strukturierte Weiterverweisung ermöglichen eine frühzeitige Unterstützung und reduzieren Eskalationsrisiken. Gleichzeitig erhöhen klare institutionelle Verfahren die Handlungssicherheit von Lehrenden.

Wenn Lehrende ihre Rolle, ihre Grenzen und verfügbare Unterstützungsstrukturen kennen, können sie akademische Standards aufrechterhalten und zugleich verantwortungsvoll auf schwierige Situationen reagieren.

## 10. Strategische Empfehlungen

Hochschulleitungen sollten:

1. **Psychische Gesundheit als strukturelle Dimension der Lehrqualität anerkennen.**
2. **Fortbildungsprogramme institutionell verankern**, insbesondere in Zentren für Hochschulbildung sowie hochschuldidaktischen Weiterbildungsprogrammen.
3. **Klare Weiterverweisungswege und Krisenprotokolle** etablieren.
4. **Teilnahme an Fortbildungen durch Anreize fördern.**
5. **Monitoring- und Evaluationsmechanismen** in bestehende Qualitätssicherungssysteme integrieren.

Eine koordinierte Umsetzung über alle Leitungsebenen hinweg ist entscheidend, um Fragmentierung zu vermeiden und institutionelle Glaubwürdigkeit zu stärken.

## 11. Schlussfolgerung

Psychische Gesundheit hat sich zu einem zentralen Faktor für Studienerfolg, Lehrqualität und institutionelle Stabilität entwickelt. Hochschulen, die entsprechende Kompetenzen systematisch in ihre Strukturen integrieren, schaffen verlässlichere Unterstützungsangebote, stärken das Vertrauen von Lehrenden und Studierenden und fördern inklusive Lernumgebungen.

Das SUNMENTORS-Programm bietet hierfür eine flexible und evidenzbasierte Grundlage. Sein langfristiger Erfolg hängt jedoch maßgeblich von der institutionellen Einbettung ab.

Hochschulen, die psychische Gesundheit als strukturellen Bestandteil ihrer Governance verstehen, leisten einen wichtigen Beitrag zur Qualität, Gerechtigkeit und Nachhaltigkeit des Europäischen Hochschulraums.

Die Registrierung für das E-Learning erfolgt über den folgenden Link:

<https://sunmentors-hub.eu/login/signup.php>

Der Moodle-Kurs ist kostenfrei zugänglich und als Open-Source-Ressource verfügbar.