

WELLBEING@UNI-TÜBINGEN

Das Realexperiment befasste sich mit dem Thema Wohlbefinden in Verbindung mit Nachhaltiger Entwicklung (NE) an der UT. In Zusammenarbeit mit Akteur*innen aus dem universitären Gesundheitsbereich entstand eine Wellbeing-Website als Orientierungshilfe, um Universitätsangehörigen einen besseren Zugang zu Wellbeing-Angeboten zu ermöglichen.

Wellbeing
Uni- Website



Kurzlink: <https://uni-tuebingen.de/de/271992>

AUSGANGSSITUATION

Im Sinne der Gerechtigkeitsidee von NE nach Brundtland 1987 und der SDGs/Agenda 2030 sind Erhaltung und Ermöglichung von Gesundheit ein zentrales Ziel Nachhaltiger Entwicklung und in gewisser Weise Voraussetzung für nachhaltiges Handeln.

An der UT gibt es viele Angebote zu Wellbeing-Themen, die jedoch häufig dezentral aufgelistet werden, was die Recherche und den Zugang zu Hilfsangeboten erschweren.

Ziel war es, eine Übersicht zu Wellbeing-Angeboten an der UT zu erarbeiten und das Thema Wohlbefinden als Teil der NE für Hochschulmitglieder sichtbarer und zugänglicher zu machen.

FORSCHUNGSFRAGEN

Im Hinblick auf eine Kultur der Nachhaltigkeit (KdN) an Hochschulen liegt es nahe, sich präventiv um das Wohlbefinden aller Universitätsmitglieder zu bemühen:

- Wie kann die Universität zum umfassenden Wohlbefinden in Bezug auf Nachhaltige Entwicklung von Studierenden und Mitarbeitenden beitragen?
- Wie kann Wellbeing im Hochschulkontext für alle Statusgruppen ausgestaltet und gefördert werden?

PROZESS

Bei einem Vernetzungstreffen zu KdN an der UT, zu dem alle Universitätsmitglieder eingeladen waren, wurde das Thema „Mental Health“ bzw. umfassender *Wellbeing* als ein relevantes Themenfeld benannt (Co-Design).

Akteur*innen der UT aus den Bereichen Gesundheit und Wohlbefinden (z.B. studentisches und betriebliches Gesundheitsmanagement) entwickeln als Projektgruppe die Kampagne „6 ways to wellbeing – what are yours?“, erstellen eine Website und holen Feedback zu Bedarfen und Wünschen ein (z.B. durch kurze Befragung von Studierenden, Teilnahme an Mental Health Days) (Co-Produktion und Co-Evaluation).

BEITRAG ZU KULTUREN DER NACHHALTIGKEIT

Durch die Website wurde das Thema Wellbeing nicht nur online sichtbarer, es fand auch Eingang in Gespräche zur Nachhaltigkeitsstrategie der Universität. Dies zeigt, dass das RE die Relevanz des Themas gefördert hat, insbesondere im Zusammenhang mit Nachhaltiger Entwicklung.

Das RE wirkt als „Startschuss“ und hat dazu geführt, dass die Akteur*innen sich untereinander besser vernetzt haben und zukünftig in weiteren Projekten kooperieren möchten.

Ulmer, Eilan, Carina Betz, Maike Weynand & Thomas Potthast: *Wellbeing@Uni-Tübingen - Wohlbefinden als ein Baustein Nachhaltiger Entwicklung von Hochschulen*. Blog Bedenkzeiten 14.07.2025. <https://uni-tuebingen.de/de/284184>



© Projekt Wellbeing@Uni-Tübingen