



Studieren bis zum Umfallen? Eine Pilotstudie zur Stressbelastung von Studierenden moderner Bachelorstudiengänge an der HS Magdeburg-Stendal (FH)



Daniel Nowik, Christel Salewski & Gabriele Helga Franke

Hochschule Magdeburg-Stendal (FH), Studiengang Rehabilitationspsychologie

Hintergrund

Viele Studierende in Bachelorstudiengängen klagen über eine erhöhte Stressbelastung, gleichzeitig liegen kaum Daten vor. Interaktionstheoretisch wird Stress als Produkt einer Nichtpassung von Ressourcen und Anforderungen verstanden. Auf dieser Grundlage sollen Belastung, Risiko- und Protektivfaktoren ermittelt werden.

Fragestellungen

- 1 Sind Studierende in Bachelor-Studiengängen durch chronischen Stress belastet?
- 2 Unterscheidet sich ihr arbeitsbezogenes Verhalten und Erleben von dem Studierender in Diplomstudiengängen?
- 3 Welche Prädiktoren geringer Stressbelastung lassen sich finden?

Methode

Messinstrumente

- Trierer Inventar zum chronischen Stress (TICS; Schulz, Schlotz & Becker, 2004)
- Arbeitsbezogene Verhaltens- und Erlebensmuster (AVEM; Schaarschmidt & Fischer, 2008)

Stichprobe & Erhebung

- Rehabilitationspsychologie B.Sc.: n=67
- Angewandte Kindheitswissenschaften B.A.: n=25
- Betriebswirtschaftslehre B.Sc.: n=49
- Maschinenbau B.Eng.: n=47
- Alter in Jahren: M=23,32; SD=3,14
- 62,2% Frauenanteil

Statistische Verfahren

- Einfaktorielle Varianzanalyse
- Multiple Regressionsanalyse
- χ^2 -Test

Stressbelastung

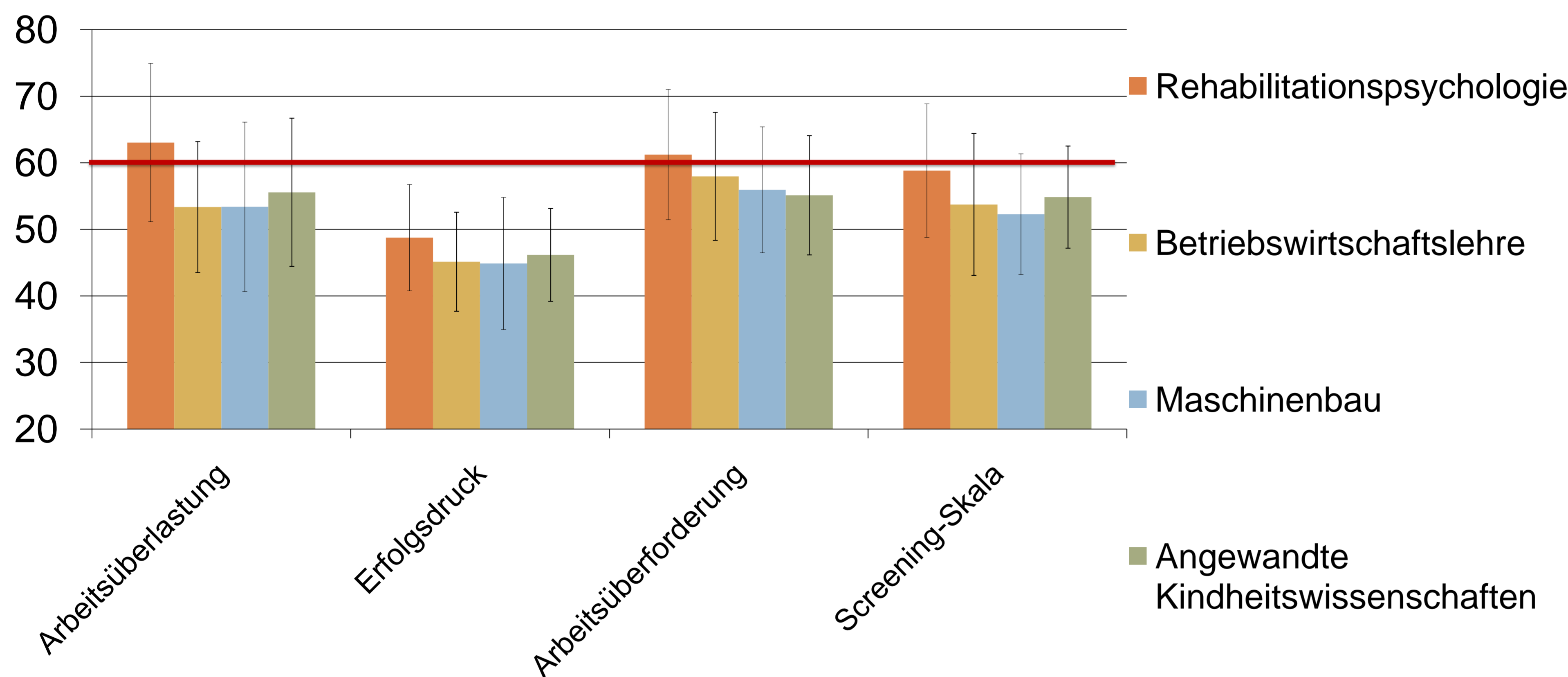


Abb. 1: Mittlere T-Werte und Standardabweichungen der Studierendengruppen auf den TICS-Skalen im Vergleich

Erleben und Verhalten

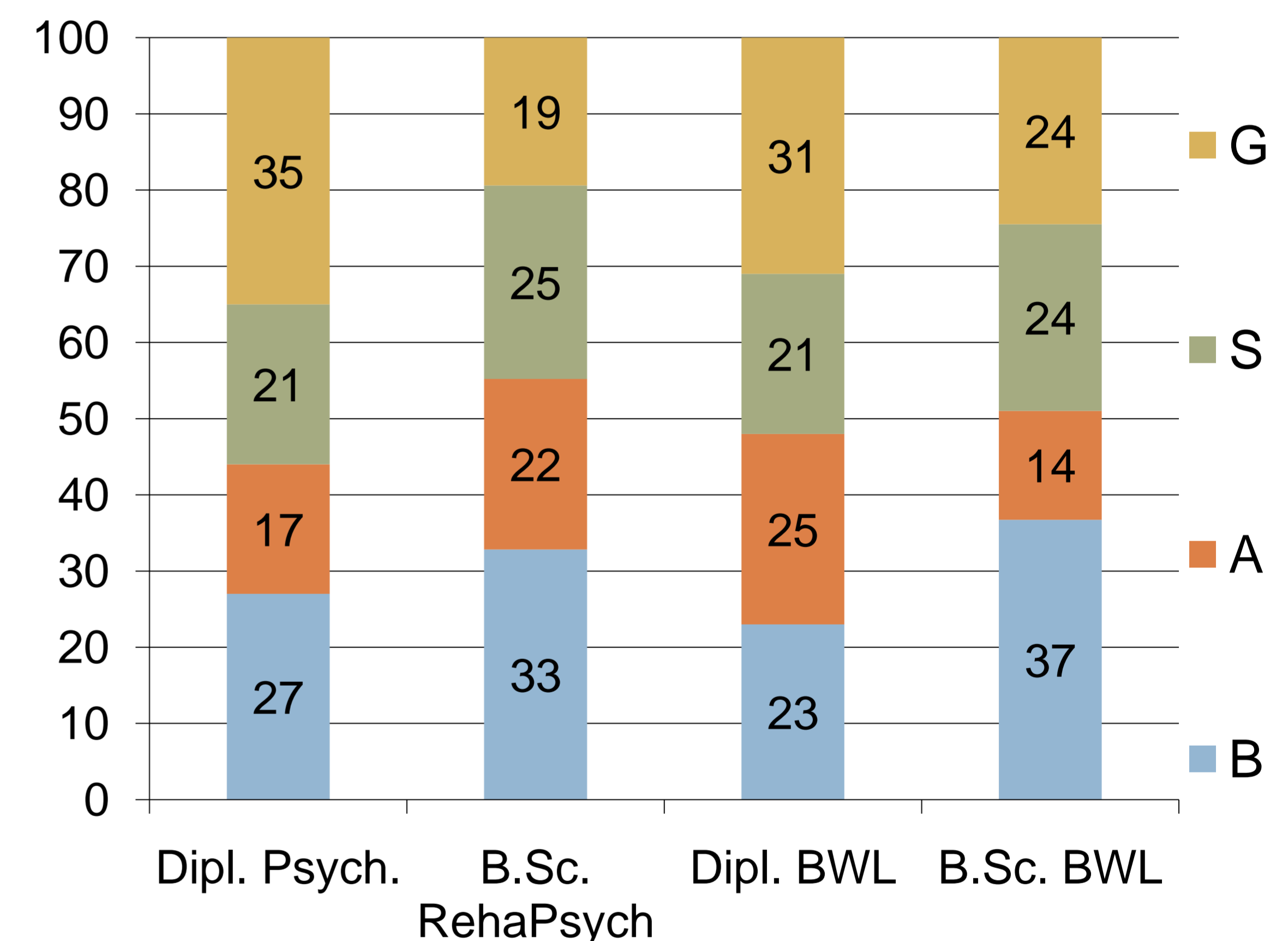


Abb. 2: Prozentuale Verteilung der arbeitsbezogenen Profile in den Studierendengruppen Rehabilitationspsychologie und Betriebswirtschaftslehre im Vergleich zu Studierenden in Diplom-Studiengängen

Im Vergleich zu einer Stichprobe des respektiven Diplomstudiengangs finden sich signifikant weniger gesunde arbeitsbezogene Verhaltens- und Erlebensmuster und mehr Burnout-Erleben.

Protektivfaktoren

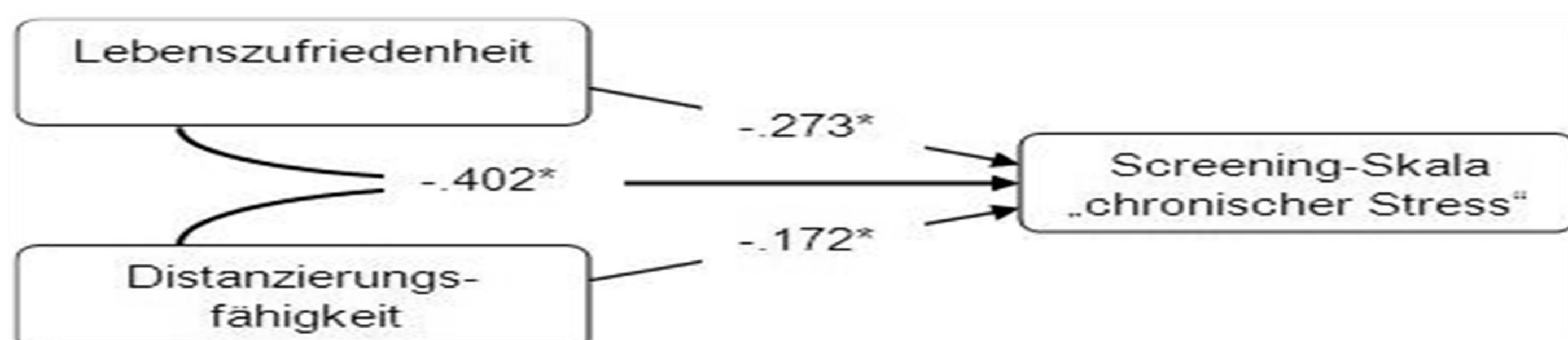


Abb. 3: Regressionsanalytisches Modell zur Einflussnahme von Lebenszufriedenheit und Distanzierungs-fähigkeit auf die Stressbelastung der untersuchten Studierenden; *p<.0001

Ein hohes Maß an Lebenszufriedenheit und Distanzierungs-fähigkeit erwies sich als Prädiktor für eine geringere Stressbelastung (40,2% Varianzaufklärung im regressionsanalytischen Modell).

Diskussion

Die Daten sprechen dafür, dass sich die Studierenden einer Belastungssituation ausgesetzt fühlen. Für eine Analyse der Genese studienbezogenen Stresses, sowie zur Planung von Intervention und Prävention werden longitudinale Studien benötigt. Weitere Studien zu Themen der studentischen Gesundheit, insbesondere stress-assoziiertem Alkoholkonsum, sollten angeregt werden.