



# STRESSBELASTUNG BEI STUDIERENDEN MODERNER BACHELOR- STUDIENGÄNGE -ERSTE ERGEBNISSE-

Daniel Nowik, HS Magdeburg-Stendal (FH), FBR  
AHW, Stdg. Rehabilitationspsychologie, B.Sc.

# Gliederung

2

1. Vorbemerkungen
2. Frage
3. Methode
4. Hypothesen
5. Stichprobenbeschreibung
6. Ergebnisse
7. Fazit
8. Diskussion

# Vorbemerkungen

3

- Studium = Akkumulation kritischer Lebensereignisse!
- Klagen der Studierenden über zu hohe Belastung häufen sich
- Auch Beratungsstellen berichten über neue Probleme wie z.B. Burn-Out
- Bisher gibt es aber keine wissenschaftlichen Studien zur Stressbelastung von Bachelor-Studierenden!

# Vorbemerkungen

- Was hat sich mit der Einführung des Bachelors geändert?
  - Stärkere „Verschulung“ des Studiums
  - Anwesenheitspflicht – gab es vor allem an Universitäten bislang nicht
  - (benotete) Leistungsnachweise für nahezu jedes Fach
  - „Kinderkrankheiten“ im System
  - Zukunftsperspektiven - Was ist ein Bachelor wert?

# Vorbemerkungen

5

- Allgemeine Faktoren
  - Studiengebühren
  - Gesellschaftliche Norm, schnell zu studieren
  - Sorge darum, (am Ort der Wahl) keinen Masterstudienplatz zu bekommen

6

## Frage

Wie ist es um das  
Stresserleben von  
Studierenden moderner  
Bachelor-Studiengänge  
bestellt?

# Methode

7

- Studierende der 2007er Matrikel  
Rehabilitationspsychologie sowie  
Betriebswirtschaftslehre (HS-Magdeburg Stendal)
- Einmalige Erhebung per Fragebogen
  - Soziodemografie
  - Wochenprotokoll
  - TICS (Schulz, P., Schlotz, W. & Becker, P. (2004))
  - AVEM (Schaarschmidt, U. & Fischer, A.W. (2008))
  - FSozuK14 (Fydrich, T., Sommer, G. & Brähler, E. (2007))
  - BSI-18 (Derogatis, L.R. (2000))

# Hypothesen

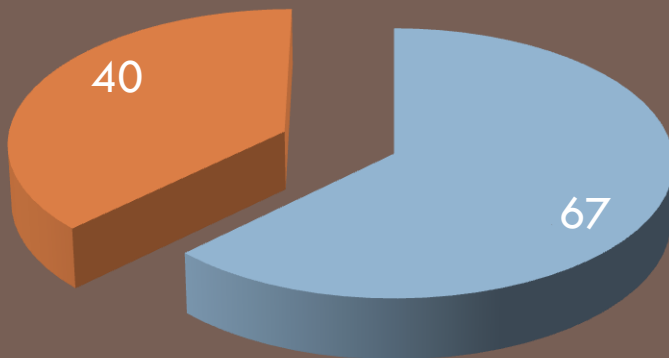
8

- I. **Überdurchschnittliche Stressbelastung bei allen Studiengängen**
  - I. **TICS: Arbeitsüberforderung, Erfolgsdruck & Arbeitsüberlastung**
- II. **Überdurchschnittliche Belastungen im arbeitsbezogenen Verhalten und Erleben**
  - I. **Mehr A, A/B & B Profile, als noch 2003**
  - II. **Soziale Unterstützung schützt vor psychischer Belastung bei Personen mit A, A/B & B-Profilen**

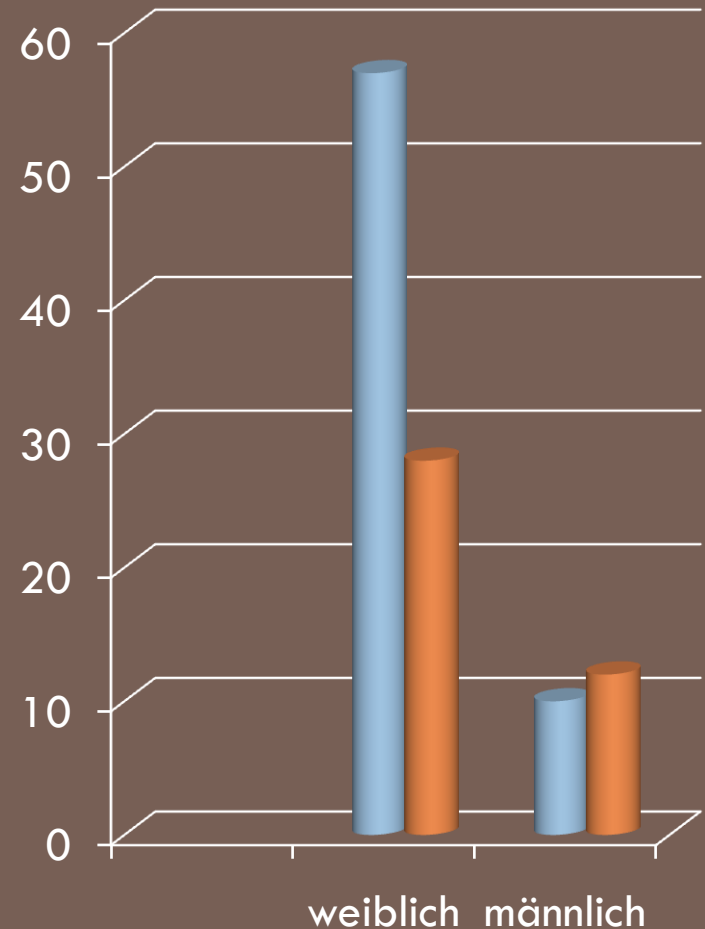
# Beschreibung der Stichprobe

9

## Stichprobengröße



- Rehabilitationspsychologie
- Betriebswirtschaftslehre



# Beschreibung der Stichprobe

10

- Alter:
  - Rehabilitationspsychologie 23 Jahre (SD=2,8)
  - Betriebswirtschaftslehre 22 Jahre (SD=2,58)
  
- Wochenarbeitszeit:
  - Rehabilitationspsychologie 45,8h (SD=11,78)
  - Betriebswirtschaftslehre 49,8h (SD=18,91)

# Beschreibung der Stichprobe

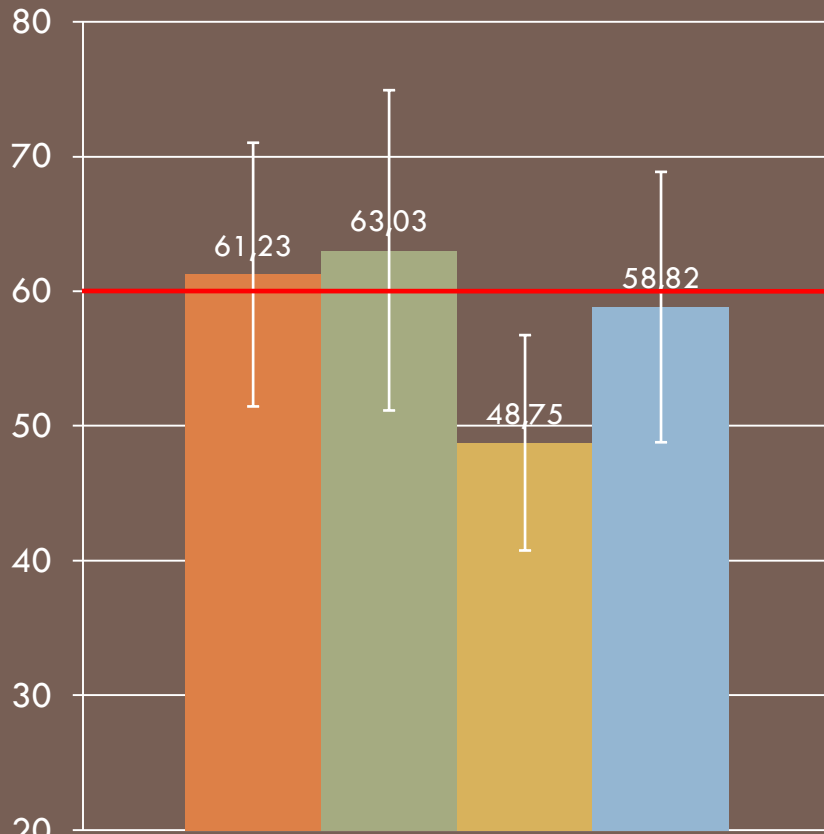
11

- Zusätzliches Arbeiten zum Geldverdienen
  - Rehabilitationspsychologie 47,8% - 9,8h/Woche
  - Betriebswirtschaftslehre 42,5% - 11,53h/Woche
  
- Zusätzliche SWS für das Eigenstudium
  - Rehabilitationspsychologie 52,2% - 2,9h/Woche
  - Betriebswirtschaftslehre 10% - 3,3/Woche

# Stressbelastung

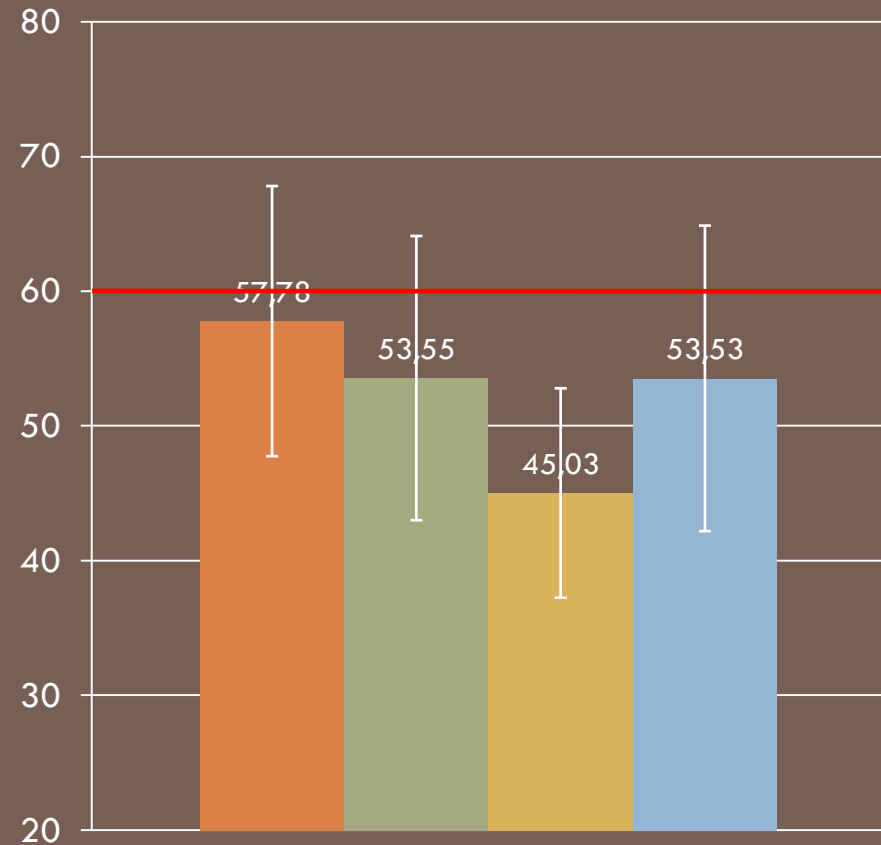
12

## Rehabilitationspsychologie



- Überforderung bei der Arbeit
- Arbeitsüberlastung
- Erfolgsdruck
- Screening-Skala

## Betriebswirtschaftslehre



# Stressbelastung

13

- Stdg. Rehabilitationspsychologie signifikant stärker belastet als Stdg. Betriebswirtschaftslehre in:
  - Arbeitsüberlastung ( $p < .01$ )
  - Erfolgsdruck ( $p < .05$ )
  - Chronische Besorgnis ( $p < .05$ )
  - Screening-Skala ( $p < .05$ )

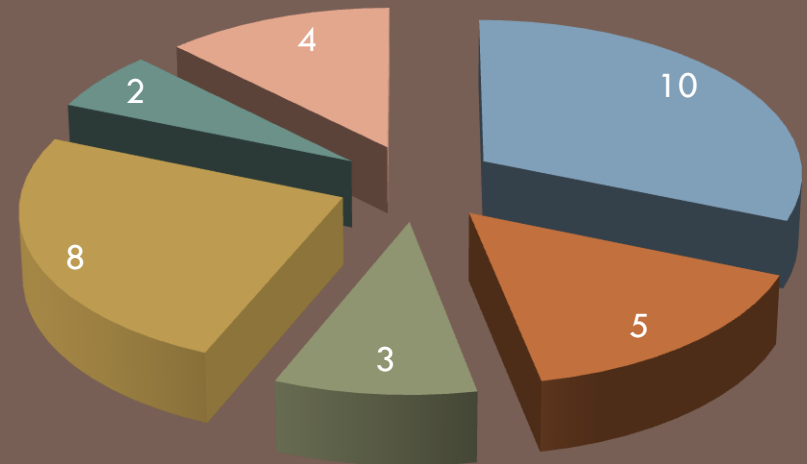
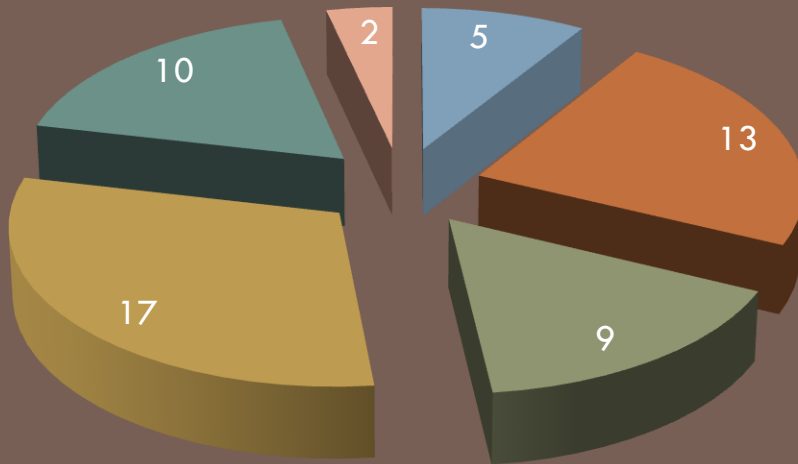
# Mehr ungesunde Profile?

14

## Rehabilitationspsychologie

## Betriebswirtschaftslehre

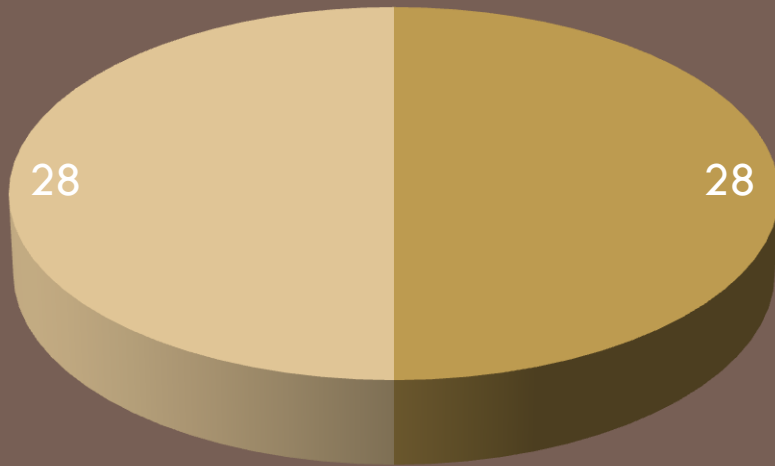
- G
- S
- A
- B
- G/S
- A/B



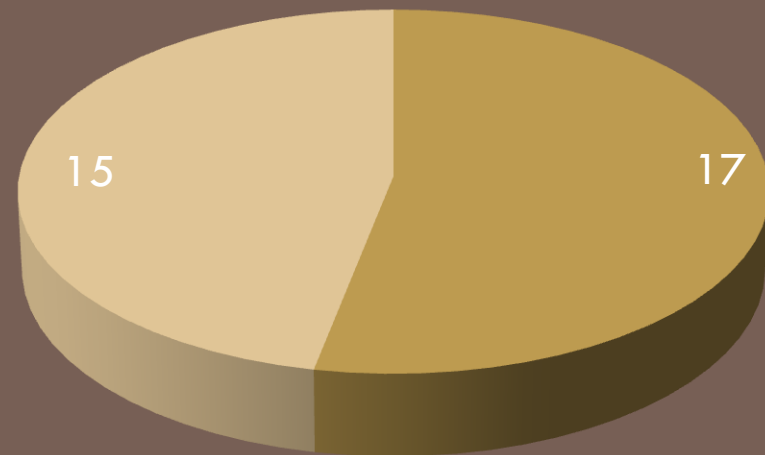
# Mehr ungesunde Profile?

15

## Rehabilitationspsychologie



## Betriebswirtschaftslehre



■ Gesunde Muster    ■ Ungesunde Muster

# Mehr ungesunde Profile?

16

- Es zeigen sich auffallend viele ungesunde Verhaltens- und Erlebensmuster bei den Bachelor-Studenten
- Für eine statistische Prüfung wird noch auf Informationen von Prof. Dr. Schaarschmidt gewartet

# Soziale Unterstützung

17

- Schützt soziale Unterstützung gefährdete Studenten vor psychischer Belastung?
  - ANOVA mit post-hoc Scheffé Test:  
geringe, normale, hohe Soziale Unterstützung & GSI
  - Keine signifikanten Ergebnisse für GSI, aber für  
Depressivität ( $p < .05$ )
  - Evtl. ist die Stichprobe noch zu klein

# Zusammenfassung der Ergebnisse

18

- I. Überdurchschnittliche Stressbelastung im Studiengang Rehabilitationspsychologie**
  - I. Arbeitsüberforderung**
  - II. Arbeitsüberlastung**
- II. Überdurchschnittliche Belastungen im arbeitsbezogenen Verhalten und Erleben**
  - I. Auffallend viele A, A/B & B Profile**
  - II. Soziale Unterstützung schützt vor Depressivität bei Personen mit A, A/B & B-Profilen**

# Fazit

19

- Studienzeit  $\geq$  Vollzeitjob!
- Es zeigt sich bei einem großen Teil der Studenten eine deutliche Stressbelastung
- Entwicklung von Interventionsprogramm „Gesund durch das Studium“?
- Weitere Entwicklung des Bachelors und die Ergebnisse der anderen 2 Studiengänge sind abzuwarten

20

Kontakt: [danielnowik@web.de](mailto:danielnowik@web.de)

Ich danke Ihnen für Ihre  
Aufmerksamkeit

Welche Fragen sind offengeblieben?  
Gibt es Anmerkungen oder  
Anregungen?

DIE TRÄNEN LASSEN NICHTS  
GEWINNEN, WER SCHAFFEN  
WILL, MUSS FRÖHLICH SEIN.

Theodor Fontane

# Literaturverzeichnis

- Derogatis, L.R. (2000). *Brief Symptom Inventory (BSI) 18. Administration, scoring, and procedures manual*. Minneapolis, MN: NCS Pearson.
- Fydrich, T., Sommer, G. & Brähler, E. (2007). *F-Sozu. Fragebogen zur Sozialen Unterstützung*. Göttingen: Hogrefe.
- Schaarschmidt, U. & Fischer, A.W. (2008). *Arbeitsbezogene Verhaltens- und Erlebensmuster (AVEM) (3. überarbeitete und erweiterte Auflage)*. London: Pearson PLC
- Schulz, P., Schlotz, W. & Becker, P. (2004). *Trierer Inventar zum chronischen Stress (TICS)*. Göttingen: Hogrefe.

# Bilderverzeichnis

24

- [http://www.kf6nvr.net/blog/archives/images/computing\\_stress.jpg](http://www.kf6nvr.net/blog/archives/images/computing_stress.jpg)