

**Psychische Gesundheit:
Erhebung zu Belastungen und Belastbarkeit von Studierenden (2012)**
Prof. Dr. Kathrin Ripper

1. Arbeitsgruppe

Prof. Dr. Kathrin Ripper, Prof. Dr. Eva Hungerland; Prof. Dr. Annette Ullrich;
Prof. Dr. Matthias Moch; Prof. Dr. Thomas Meyer; Maria Seitz; Ernst Heimes

2. Umfangreiche Onlinebefragung zu Belastungen und Belastbarkeit im Mai 2012

Im Mai 2012 wurde eine umfangreiche Onlinebefragung zu Belastungen und Belastbarkeit aller Studierenden der DHBW Stuttgart inklusive des Standortes Horb durchgeführt. 1990 Studierende nahmen an der Befragung teil, dies entspricht einer für diese Thematik enorm hohen Rücklaufquote von 28%.

Zusammengefasst ergaben sich für die Studie folgende Hauptergebnisse:

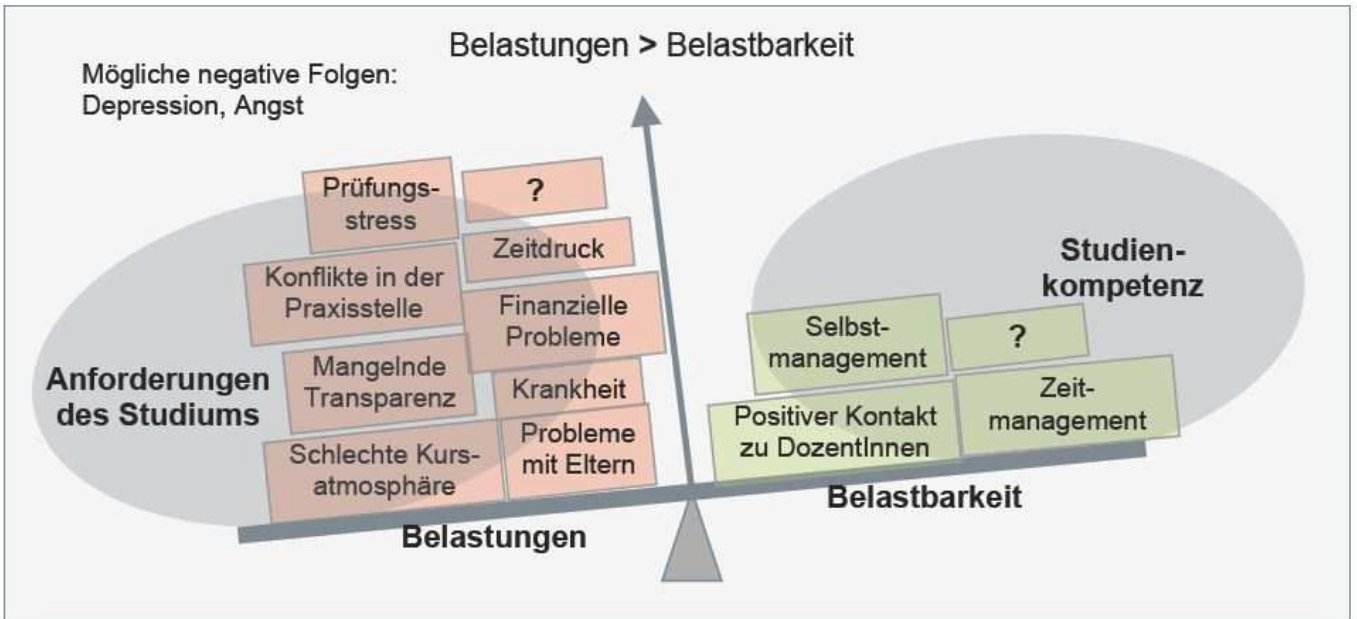
- Die **Belastungen** der Studierenden liegen **im mittleren Bereich**.
- Die Belastungen sind **überwiegend studiumsbezogen**.
- Bei den allgemeinen Belastungen außerhalb der Hochschule handelt es sich hauptsächlich um **familiäre Belastungen** und um Belastungen, die sich aus der **Alltagsorganisation** ergeben.
- **Wenige Studierende** zeigen sich **stark belastet**.
- Die Beanspruchung der Studierenden wird von den aus der Theorie abgeleiteten **Moderatorvariablen** (Optimismus, Kontrollüberzeugung, Erfolgs-/Misserfolgserwartung, Selbstwert, Ressourcen) deutlich beeinflusst.

3. Ausgangspunkt der Arbeitsgruppe

- Klagen von Studierenden über Anstieg von Belastungen
- Wahrnehmung der DozentInnen von verstärkten Belastungen bei Studierenden
- Einzelne „Problemfälle“, die sich häufig sehr kompliziert und zeitintensiv gestalten
- Unsicherheit über Auswirkungen der veränderten Anforderungen an Studierende durch die Umstellung der Studiengänge im Zuge des Bologna-Prozesses auf Bachelor- bzw. Master- studiengänge

4. Zusammenhang von Belastungen und Belastbarkeit im Studium

Das folgende Schaubild soll beispielhaft den Zusammenhang von Belastungen und Belastbarkeit sowie die Auswirkungen des Verhältnisses der Anforderungen des Studiums und der Studienkompetenz auf die psychische Gesundheit darstellen:



Komponenten des theoretischen Modells zum Konstrukt Beanspruchung bei Studierenden. Hier im Beispiel: Belastungen größer Belastbarkeit.

5. Erhebungsinstrument

Der nach dem Pretest modifizierte Fragebogen enthielt 77 geschlossene und 6 offene Fragen.

DHBW
 Duale Hochschule
 Baden-Württemberg
 Stuttgart

Fragebogen zur Erfassung von Belastungen und Belastbarkeit von Studierenden (FEBS5)

	trifft überhaupt nicht zu						trifft voll zu
	1	2	3	4	5	6	7
21. Das selbständige Arbeiten im Studium fällt mir leicht.	1	2	3	4	5	6	7
22. Ich nehme an, dass während meines Studiums noch einiges auf mich zukommen wird, was nicht klappt.	1	2	3	4	5	6	7
23. Schon im Vorfeld mache ich mir über Prüfungen viele Sorgen.	1	2	3	4	5	6	7
24. Das Erstellen von schriftlichen Arbeiten fällt mir schwer.	1	2	3	4	5	6	7
25. Für Freizeitaktivitäten und Kontakt zu Freunden bleibt während des Studiums wenig Zeit.	1	2	3	4	5	6	7

DHBW
 Duale Hochschule
 Baden-Württemberg
 Stuttgart

Fragebogen zur Erfassung von Belastungen und Belastbarkeit von Studierenden (FEBS5)

Liebe(r) Studierende(r),

zur kontinuierlichen Verbesserung unserer Hochschule möchten wir anhand dieses Fragebogens Belastungen, die Sie während des Studiums erleben, erfassen und Daten für die Verbesserung der Rahmenbedingungen für Ihr Studium erheben.

Ihre Angaben werden ausschließlich anonym erhoben und ausgewertet. Bitte beantworten Sie alle Fragen. Dabei gibt es keine „richtigen“ oder „falschen“ Antworten.

Vielen Dank für Ihre Mitarbeit!

Kathrin Poppe, Susi Heimes, Erik Hagenfeld, Malinca Mach, Thomas Meyer und Annette Ulrich

1. Alter: _____ Jahre

2. Geschlecht: weiblich männlich

3. Hochschule: DHBW Sigmaringen DHBW Heilbronn

4. Fakultät: Wirtschaftswissenschaften Technik Sozialwissenschaften

5. Kurs: _____

6. Studiengang / Studiengang:

7. Ich befinde mich momentan in der: 1. 2. 3. 4. 5. Semester

8. Ich befinde mich momentan in der: Phase Thema

9. Wie viele Stunden arbeiten Sie pro Woche? (tagtägl.) 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84 85 86 87 88 89 90 91 92 93 94 95 96 97 98 99 100 101 102 103 104 105 106 107 108 109 110 111 112 113 114 115 116 117 118 119 120 121 122 123 124 125 126 127 128 129 130 131 132 133 134 135 136 137 138 139 140 141 142 143 144 145 146 147 148 149 150 151 152 153 154 155 156 157 158 159 160 161 162 163 164 165 166 167 168 169 170 171 172 173 174 175 176 177 178 179 180 181 182 183 184 185 186 187 188 189 190 191 192 193 194 195 196 197 198 199 200 201 202 203 204 205 206 207 208 209 210 211 212 213 214 215 216 217 218 219 220 221 222 223 224 225 226 227 228 229 230 231 232 233 234 235 236 237 238 239 240 241 242 243 244 245 246 247 248 249 250 251 252 253 254 255 256 257 258 259 260 261 262 263 264 265 266 267 268 269 270 271 272 273 274 275 276 277 278 279 280 281 282 283 284 285 286 287 288 289 290 291 292 293 294 295 296 297 298 299 300 301 302 303 304 305 306 307 308 309 310 311 312 313 314 315 316 317 318 319 320 321 322 323 324 325 326 327 328 329 330 331 332 333 334 335 336 337 338 339 340 341 342 343 344 345 346 347 348 349 350 351 352 353 354 355 356 357 358 359 360 361 362 363 364 365 366 367 368 369 370 371 372 373 374 375 376 377 378 379 380 381 382 383 384 385 386 387 388 389 390 391 392 393 394 395 396 397 398 399 400 401 402 403 404 405 406 407 408 409 410 411 412 413 414 415 416 417 418 419 420 421 422 423 424 425 426 427 428 429 430 431 432 433 434 435 436 437 438 439 440 441 442 443 444 445 446 447 448 449 450 451 452 453 454 455 456 457 458 459 460 461 462 463 464 465 466 467 468 469 470 471 472 473 474 475 476 477 478 479 480 481 482 483 484 485 486 487 488 489 490 491 492 493 494 495 496 497 498 499 500 501 502 503 504 505 506 507 508 509 510 511 512 513 514 515 516 517 518 519 520 521 522 523 524 525 526 527 528 529 530 531 532 533 534 535 536 537 538 539 540 541 542 543 544 545 546 547 548 549 550 551 552 553 554 555 556 557 558 559 560 561 562 563 564 565 566 567 568 569 570 571 572 573 574 575 576 577 578 579 580 581 582 583 584 585 586 587 588 589 590 591 592 593 594 595 596 597 598 599 600 601 602 603 604 605 606 607 608 609 610 611 612 613 614 615 616 617 618 619 620 621 622 623 624 625 626 627 628 629 630 631 632 633 634 635 636 637 638 639 640 641 642 643 644 645 646 647 648 649 650 651 652 653 654 655 656 657 658 659 660 661 662 663 664 665 666 667 668 669 670 671 672 673 674 675 676 677 678 679 680 681 682 683 684 685 686 687 688 689 690 691 692 693 694 695 696 697 698 699 700 701 702 703 704 705 706 707 708 709 710 711 712 713 714 715 716 717 718 719 720 721 722 723 724 725 726 727 728 729 730 731 732 733 734 735 736 737 738 739 740 741 742 743 744 745 746 747 748 749 750 751 752 753 754 755 756 757 758 759 760 761 762 763 764 765 766 767 768 769 770 771 772 773 774 775 776 777 778 779 780 781 782 783 784 785 786 787 788 789 790 791 792 793 794 795 796 797 798 799 800 801 802 803 804 805 806 807 808 809 810 811 812 813 814 815 816 817 818 819 820 821 822 823 824 825 826 827 828 829 830 831 832 833 834 835 836 837 838 839 840 841 842 843 844 845 846 847 848 849 850 851 852 853 854 855 856 857 858 859 860 861 862 863 864 865 866 867 868 869 870 871 872 873 874 875 876 877 878 879 880 881 882 883 884 885 886 887 888 889 890 891 892 893 894 895 896 897 898 899 900 901 902 903 904 905 906 907 908 909 910 911 912 913 914 915 916 917 918 919 920 921 922 923 924 925 926 927 928 929 930 931 932 933 934 935 936 937 938 939 940 941 942 943 944 945 946 947 948 949 950 951 952 953 954 955 956 957 958 959 960 961 962 963 964 965 966 967 968 969 970 971 972 973 974 975 976 977 978 979 980 981 982 983 984 985 986 987 988 989 990 991 992 993 994 995 996 997 998 999 1000 1001 1002 1003 1004 1005 1006 1007 1008 1009 1010 1011 1012 1013 1014 1015 1016 1017 1018 1019 1020 1021 1022 1023 1024 1025 1026 1027 1028 1029 1030 1031 1032 1033 1034 1035 1036 1037 1038 1039 1040 1041 1042 1043 1044 1045 1046 1047 1048 1049 1050 1051 1052 1053 1054 1055 1056 1057 1058 1059 1060 1061 1062 1063 1064 1065 1066 1067 1068 1069 1070 1071 1072 1073 1074 1075

6. Ergebnisse

In der angehängten Präsentation

-Ergebnisse-

Erhebung zu
Belastungen und Belastbarkeit von Studierenden

| Arbeitsgruppe „Psychische Gesundheit an der Hochschule“ |

| Prof. Dr. Kathrin Ripper - Prof. Dr. Mathias Moch - Maria Seitz - Prof. Dr. Eva Hungerland -
Prof. Dr. Annette Ullrich - Prof. Thomas Meyer - Ernst Heimes |

**Sind unsere Studierende zunehmend belastet?
Wie kann den Belastungen begegnet werden?**



Befragung

Ausgangssituation

- Klagen von Studierenden über Anstieg von Belastungen
- Wahrnehmung der DozentInnen von verstärkten Belastungen bei Studierenden
- Einzelne „Problemfälle“, die sich häufig sehr kompliziert und zeitintensiv gestalten
- Unsicherheit über Auswirkungen der veränderten Anforderungen an Studierende durch die Umstellung der Studiengänge im Zuge des Bologna-Prozesses auf Bachelor- bzw. Masterstudiengänge
- Besondere Gegebenheiten des Studiums an einer Dualen Hochschule (u.a. „Verdichtetes“ Studium, Anforderungen der Praxisstelle)
- Fehlende DH-spezifische Kenntnisse der psychosozialen Beratungsstelle des Studentenwerks
- Gesellschaftliche Veränderungen (u.a. steigender Leistungsdruck, Unsicherheit bzgl. der beruflichen Zukunft)

 *Befragung*

Ziele

- Erfassung des IST-Zustandes
- Theoriegeleitete Fragestellungen
(Welche Faktoren beeinflussen die Belastbarkeit?)
- Kontinuierliche Qualitätsverbesserung
- Repräsentative Darstellung der Hochschule nach außen (Marketing)
- Teil des Beschwerdemanagements
- Ableitung von Veränderungsmaßnahmen

 *Befragung*

Merkmale

- Berücksichtigung des Datenschutzes / Gewährleistung der **Anonymität**
- Aspekt der **Freiwilligkeit**
- **Uneingeschränkte Beteiligungsmöglichkeit:** Keine Einschränkung durch Festlegung auf eine Stichprobe (jede/r Studierende der DHBW Stuttgart incl. Des Standortes Horb wurde zur Befragung eingeladen)
- **Testtheoretische Fundierung** / Beachtung wissenschaftlicher Gütekriterien
- **Informierung** über verschiedene Kanäle (Einladung per Email, Erinnerungsmail, Facebook, Plakate)
- **Unkomplizierte Teilnahmemöglichkeit**
- **Akzeptanz** durch die Hochschulleitung und durch die Studierenden



Befragung

Durchführung

- **Erstellung des Fragebogens**
- **Pretest**
- **Online-Befragung: Realisierung mit Software „Befragungsmanager“**
- **Erhebungszeitraum:**
14. Mai 2012 bis 25. Mai 2012
- **Befragte Personen:**
Alle Studierende der DHBW Stuttgart inkl. der Studierenden des Standorts Horb

Fragebogen Fragetypen

- 77 geschlossenen Fragen (Intervallskalenniveau)
- 6 offene Fragen


DHBW
Duale Hochschule
Baden-Württemberg
Stuttgart

Fragebogen zur Erfassung von Belastungen und Belastbarkeit von Studierenden (FEBS)

	trifft überhaupt nicht zu						trifft voll zu
	1	2	3	4	5	6	7
21. Das selbstständige Arbeiten im Studium fällt mir leicht.	1	2	3	4	5	6	7
22. Ich nehme an, dass während meines Studiums noch einiges auf mich zukommen wird, was nicht klappt.	1	2	3	4	5	6	7
23. Schon im Vorfeld mache ich mir über Prüfungen viele Sorgen.	1	2	3	4	5	6	7
24. Das Erstellen von schriftlichen Arbeiten fällt mir schwer.	1	2	3	4	5	6	7
25. Für Freizeitaktivitäten und Kontakt zu Freunden bleibt während des Studiums wenig Zeit.	1	2	3	4	5	6	7

DHBW
Duale Hochschule
Baden-Württemberg
Stuttgart

Fragebogen zur Erfassung von Belastungen und Belastbarkeit von Studierenden (FEBS)



Liebe(r) Studierende,

zur kontinuierlichen Verbesserung unserer Hochschule möchten wir anhand dieses Fragebogens Belastungen, die Sie während des Studiums erleben, erfassen und Bedarf für die Verbesserung der Rahmenbedingungen für Ihr Studium ermitteln.

Ihre Angaben werden selbstverständlich anonym erhoben und ausgewertet.

Bitte beantworten Sie alle Fragen. Dabei gibt es keine „richtigen“ oder „falschen“ Antworten.

Vielen Dank für Ihre Mitarbeit!

Kathrin Ripper, Ernst Heimes, Eva Hungerland, Matthias Moch, Thomas Meyer und Annette Ullrich

1. Alter: Jahre

2. Geschlecht: weiblich männlich

3. Hochschule: DHBW Suttgart DHBW Heilbronn

4. Fakultät: Wirtschaft Technik Sozialwesen

5. Kurs:

6. Studienrichtung/ Studiengang:

7. Ich befinde mich momentan in: 1 2 3 4 5 6 Semester.

8. Ich befinde mich momentan in der: Praxis Theorie

9. Meine momentane Belastbarkeit schätze ich ein als: niedrig 1 2 3 4 5 6 7 hoch

10. Die Anforderungen im Studium sind: niedrig 1 2 3 4 5 6 7 hoch

1 / 6

Befragung

Rücklauf

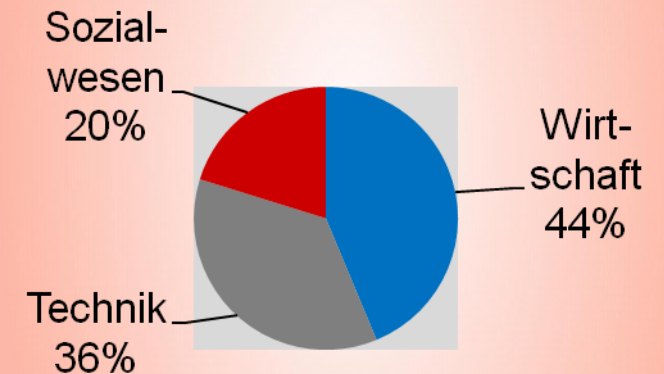
- Die Einladungsemail zur Befragung wurde an **insgesamt 7210 Studierende** (Standort Stuttgart: 6338 Studierende; Standort Horb: 872 Studierende) versandt. Abzüglich der Fehlermeldungen konnten 7107 Studierende erreicht werden.
- **1990 Studierende** nahmen an der Befragung teil.
Dies entspricht einer Rücklaufquote (Fehlermeldungen wurden bei der Berechnung nicht berücksichtigt) von **ca. 28%**.
- Die Rücklaufquote der Studierenden, die sich in der **Theoriephase** befanden, liegt bei **36%**.
- Diese Werte übertreffen die in der Literatur angegebenen üblichen Rücklaufquoten von ca. 23% deutlich.

Befragung

Stichprobe: TeilnehmerInnen(TN)-Verteilung

- TN-Verteilung nach „**Fakultäten**“:
 - 43,7 % Fakultät Wirtschaft
 - 36,1 % Fakultät Technik (Stuttgart und Horb)
 - 20,2 % Fakultät Sozialwesen
- TN-Verteilung nach „**Praxis/Theorie**“:
 - Praxis: 34,1 %
 - Theorie: 65,9 %
- TN-Verteilung nach „**Geschlechter**“:
 - 52,2 % weibliche Studierende
 - 47,8 % männliche Studierende
- TN-Verteilung nach „**Semester**“:
 - 2. Semester: 36,1 %
 - 4. Semester: 31,4 %
 - 6. Semester: 31,1 %
 - andere: 1,6 %
- Durchschnittliches **Alter**: 22 Jahre

TN-Verteilung nach Fakultäten



Befragung

Fragebereiche / Moderatorvariablen / Außenkriterium

Fragebereiche:

Belastungen:

- Soziale Stressoren
- Belastungen im Studium
- Belastungen außerhalb
- Prüfungsangst

„Studieridentität“:

- Zufriedenheit mit Studium
- Identifikation
- Lernmotivation

Moderatorvariablen:

- Optimismus
- Kontrollüberzeugung
- Misserfolgs-/Erfolgserwartung
- Selbstwert
- Verfügbarkeit von Ressourcen

Außenkriterium:

- WHO-Fragen zum Wohlbefinden

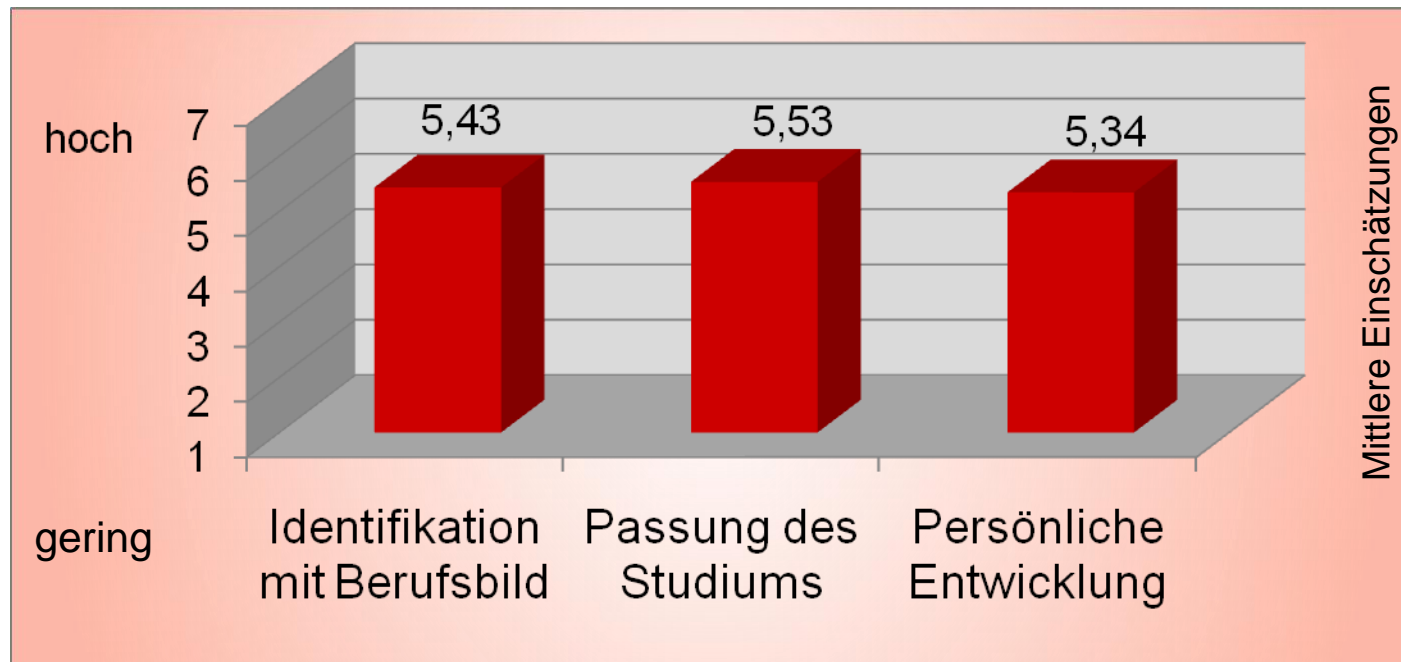
Zusammenfassung der Hauptergebnisse

- Die Befragung wurde von den Studierenden **sehr ernst genommen** (hohe Teilnehmerzahl, äußerst wenig Abbrecher, engagierte Beiträge bei den offenen Fragen).
- Die **Belastungen** der Studierenden liegen **im mittleren Bereich**.
- Die Belastungen sind **überwiegend studiumsbezogen**.
- Bei den allgemeinen Belastungen außerhalb der Hochschule handelt es sich hauptsächlich um **familiäre Belastungen** und um Belastungen, die sich aus der **Alltagsorganisation** ergeben.
- Die Beanspruchung der Studierenden wird von den aus der Theorie abgeleiteten **Moderatorvariablen** (Optimismus, Kontrollüberzeugung, Erfolgs-/Misserfolgserwartung, Selbstwert, Ressourcen) deutlich beeinflusst.
- Es zeigen sich leichte Unterschiede zwischen den **Fakultäten**.
- Die **Veränderungsvorschläge** der Studierenden sind konstruktiv.

Ergebnisse zu Einzelfragen

Identifikation, Passung und Persönliche Entwicklung

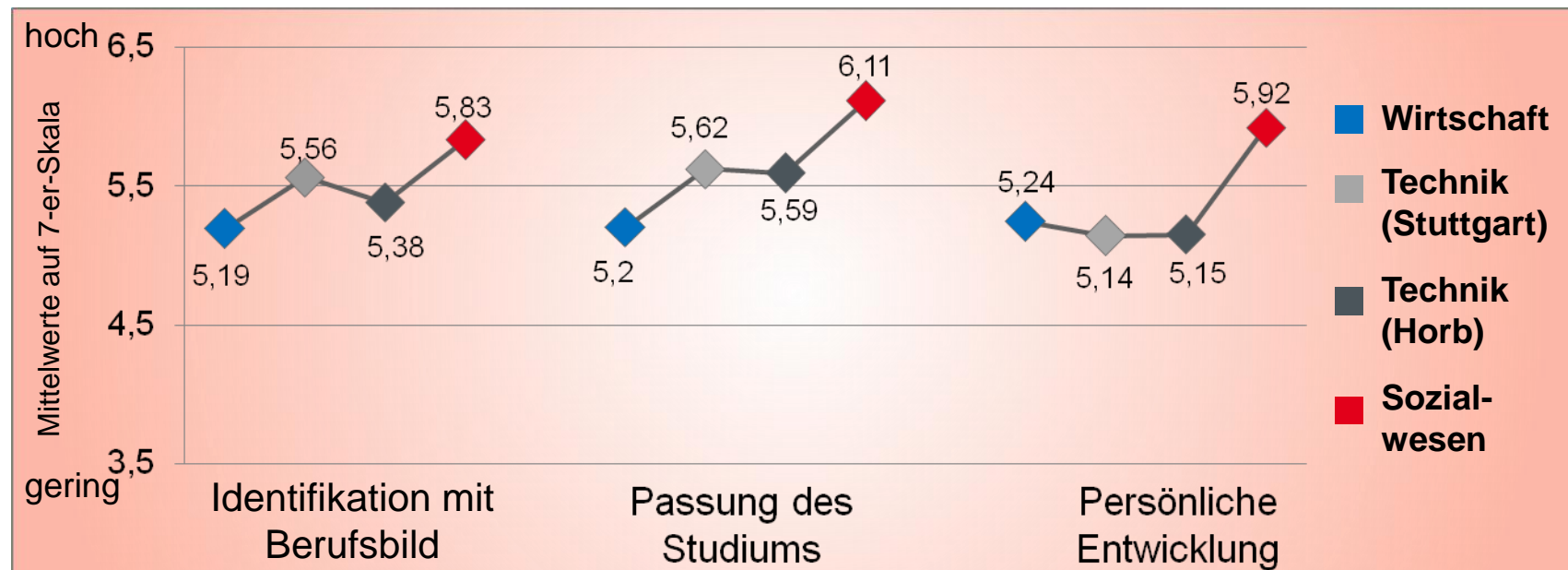
- Bei der Identifikation mit dem Berufsbild, der persönlichen Passung des Studiums sowie der persönlichen Entwicklung durch die Hochschule zeigen sich sehr hohe Werte.
- Es liegt demnach eine hohe Identifikation mit der Hochschule vor: **Die Studierenden sehen sich „am richtigen Platz“.**



Vergleich der Fakultäten / Standorte (Einzelfragen)

Identifikation, Passung und persönliche Entwicklung

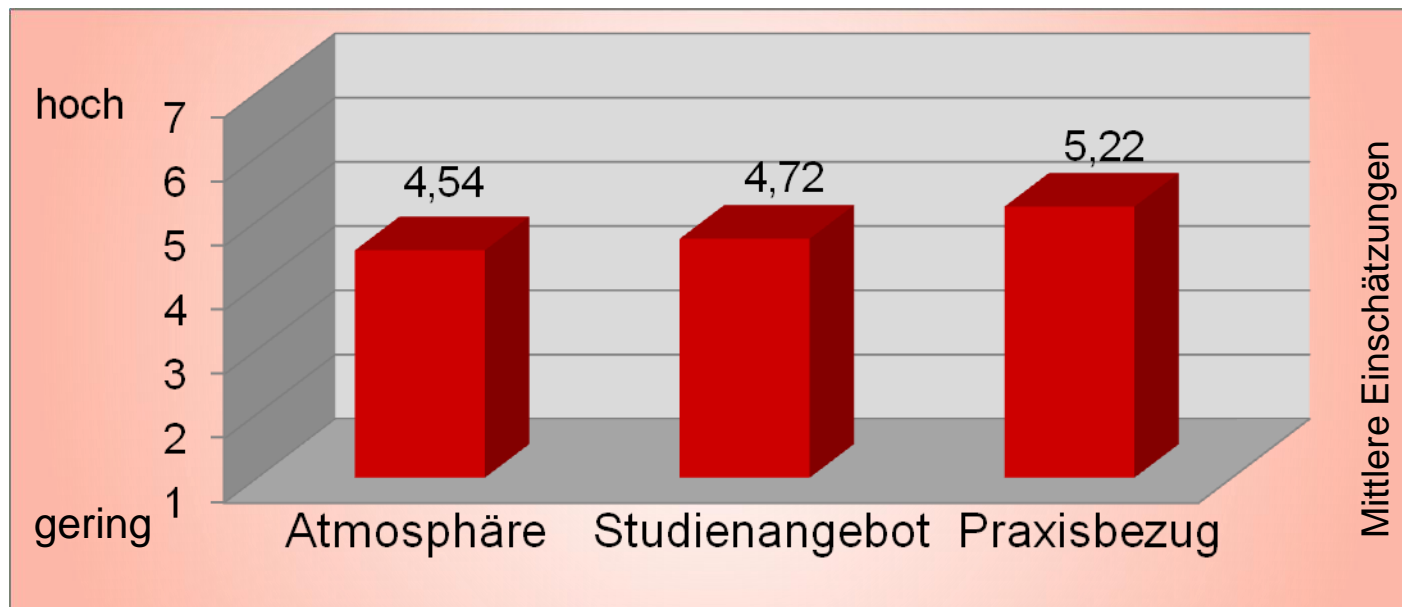
- An allen Fakultäten zeigen sich bei der Identifikation mit dem Berufsbild, der Passung des Studiums sowie der Persönlichen Entwicklungsmöglichkeit hohe Werte.
- Die relativ höchsten Werte ergeben sich bei den Studierenden der Fakultät Sozialwesen.



Ergebnisse zu Einzelfragen

Atmosphäre, Studienangebot und Praxisbezug

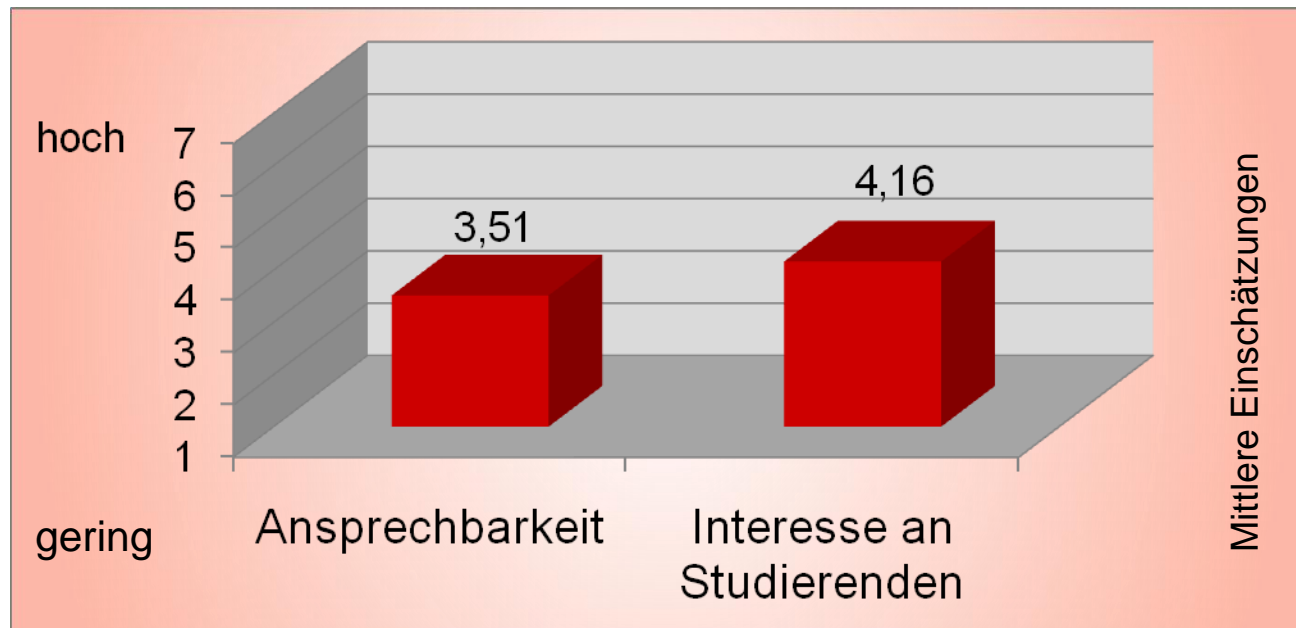
- Die Zufriedenheit der Studierenden mit der Atmosphäre an der Hochschule sowie mit dem Studienangebot liegt im positiven Bereich.
- **Die Stärke der DHBW im Hinblick auf den Praxisbezug wird deutlich bestätigt.**



Ergebnisse zu Einzelfragen

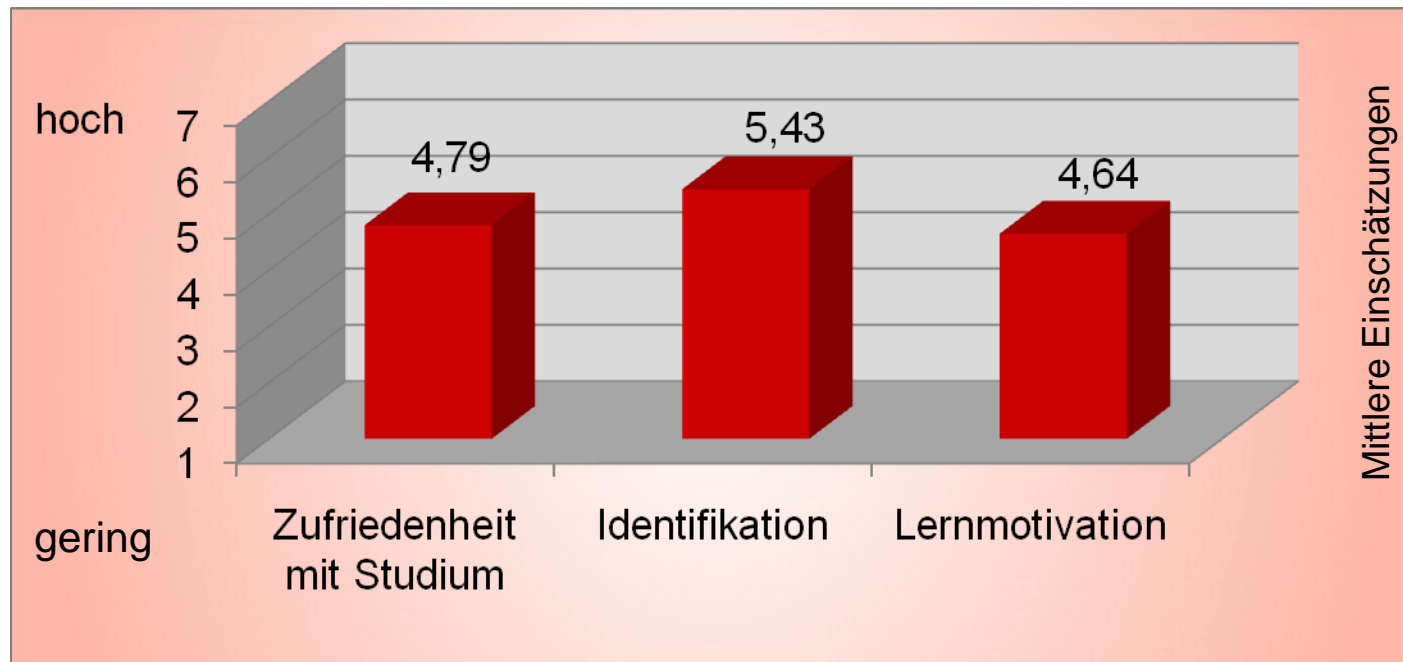
Ansprechbarkeit und Interesse an Studierenden

- Es zeigt sich nur ein relativ geringer Wert in Bezug auf die wahrgenommene Ansprechbarkeit von ProfessorInnen und DozentInnen bei Fragen der Studierenden zum Studium.
- Die Einschätzungen der Studierenden im Hinblick auf das wahrgenommene Interesse der Hochschule an den Studierenden liegen nur im mittleren Bereich.



Ergebnisse zu Fragebereichen „Studieridentität“ der Studierenden

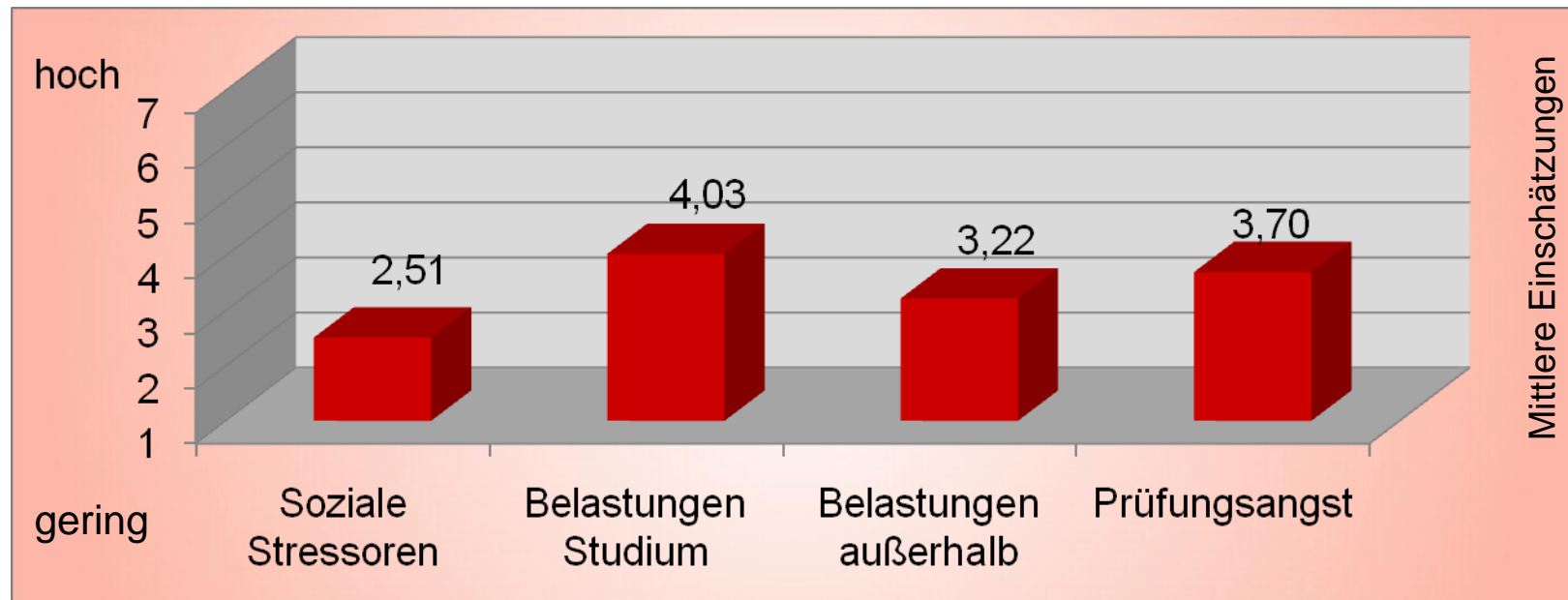
- Die Studierenden sind insgesamt zufrieden mit ihrem Studium, sie identifizieren sich mit der Hochschule und sie weisen eine gute Lernmotivation auf.



Ergebnisse zu Fragebereichen

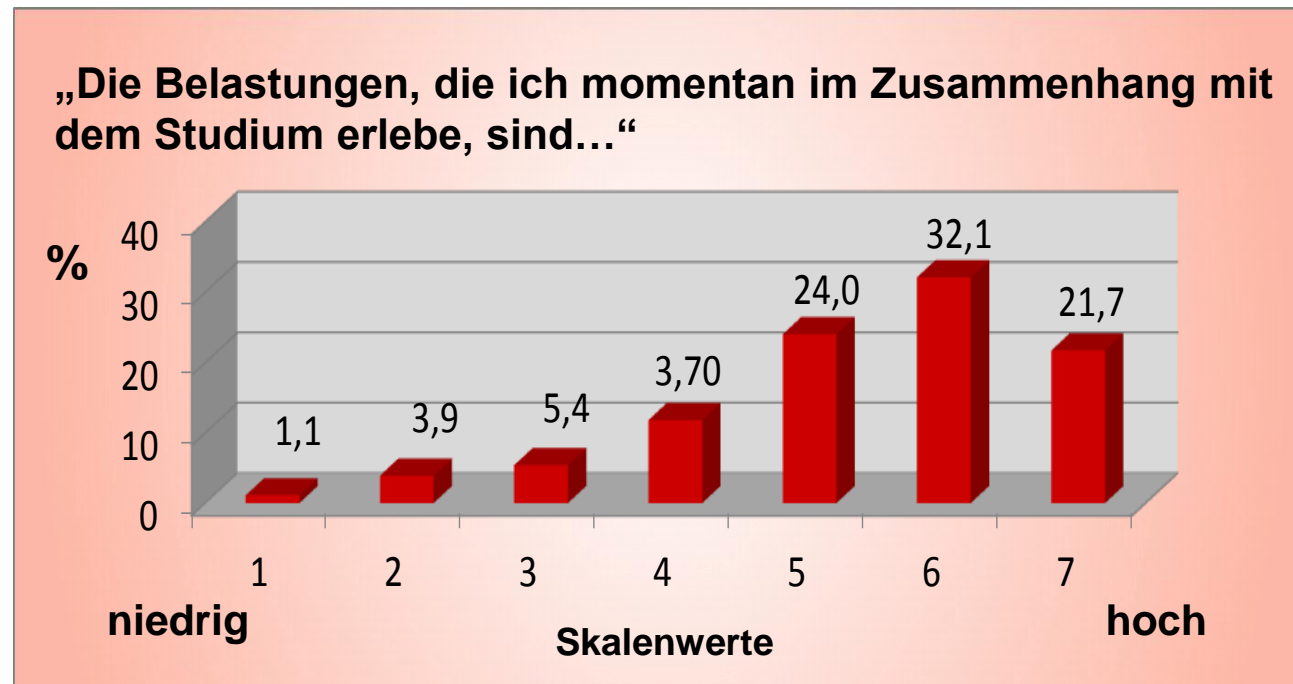
Belastungen

- Insgesamt gesehen liegen die Belastungen der Studierenden auf niedrigem bis mittlerem Niveau.
- Von den Studierenden werden die Belastungen im Studium stärker empfunden als die Belastungen außerhalb des Studiums.



Ergebnisse zu Fragebereichen Belastungen im Studium

Werden die Studierenden spezifisch zu Belastungen im Studium befragt, ergeben sich für über 50 % der Studierenden sehr hohe Werte.



Ergebnisse zu offenen Antwortmöglichkeiten

Wenige Studierende sind stark belastet

- **Im gesundheitlichen Bereich**

„Diagnose einer Depression mit der Empfehlung eines stationären Aufenthalts – d.h. ein Jahr Studium aussetzen. Hoffentlich finde ich dann wieder Anschluss.“

- **Im persönlichen und sozialen Bereich**

„Meine Mutter ist an Krebs erkrankt. Das hat mich aus der Bahn geworfen.“

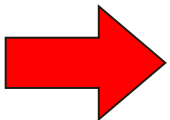
- **In Studium und Kursverbund**

„Es wird sozialer Druck aufgebaut, dass sich viele nicht mehr trauen, Fragen zu stellen, aus Angst, dumm dazustehen.“

- **In ihrer Praxisstelle**

„Hohe Anforderungen in der Praxisstelle mit wenig Anleitung.“

„Unregelmäßige Arbeitszeiten“ (z.B. Wochenend- und Nachtdienste, Feiertage)

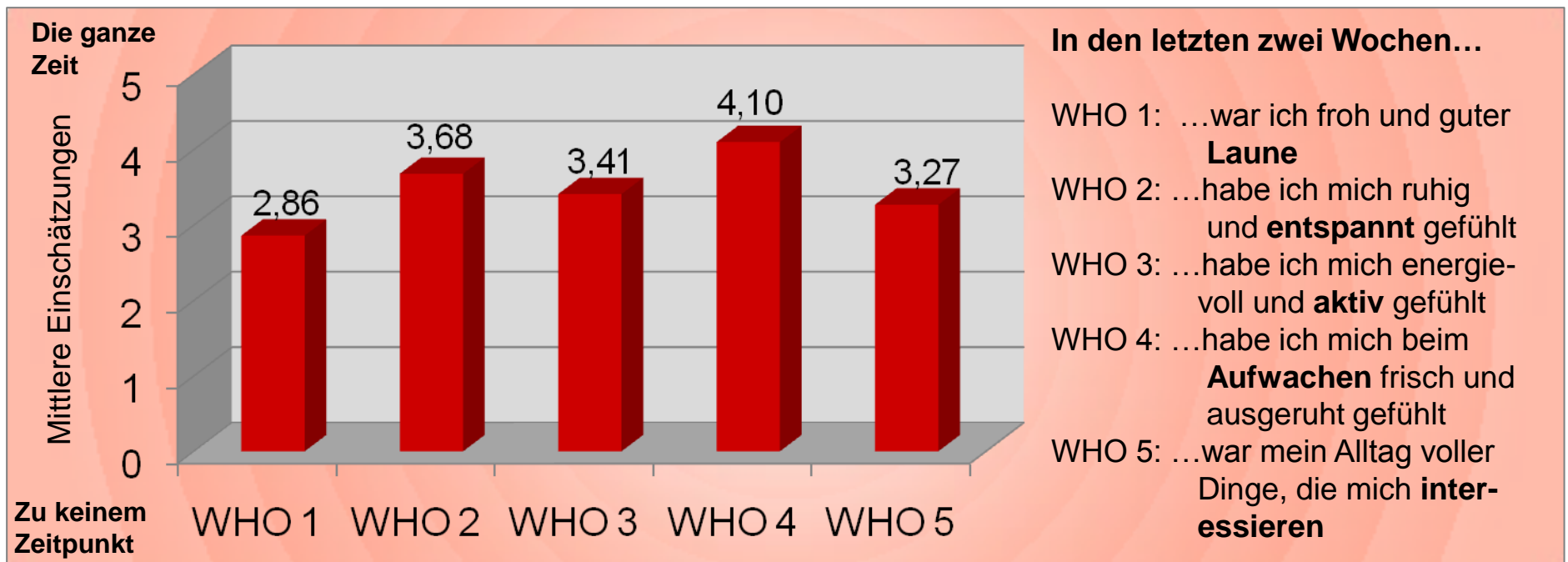


In Einzelfällen können Studierende die Belastungen nicht alleine bewältigen. Dies führt zu Störungen im Studium.

Allgemeine Ergebnisse

WHO-Fragen zum Wohlbefinden

- Der mittlere Summenwert beträgt 17,4 Punkte (Möglicher Höchstwert: 25, cut-off: 13)
- Die Studierenden weisen im Durchschnitt einen mittleren bis hohen Wohlbefindenswert auf.
- Bezüglich der Stimmung (Laune) zeigen sich die geringsten Werte.



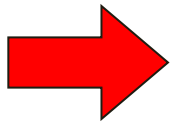
Theoriegeleitete Ergebnisse

Einfluss der Moderatorvariablen

Fragestellung: Beeinflussen bestimmte Moderatorvariablen die empfundenen Belastungen und die „Studieridentität“ der Studierenden?

Moderatorvariablen:

- Selbstwert
- Kontrollüberzeugung
- Optimismus
- Erfolgs-/ Misserfolgserwartung
- Verfügbarkeit von Ressourcen

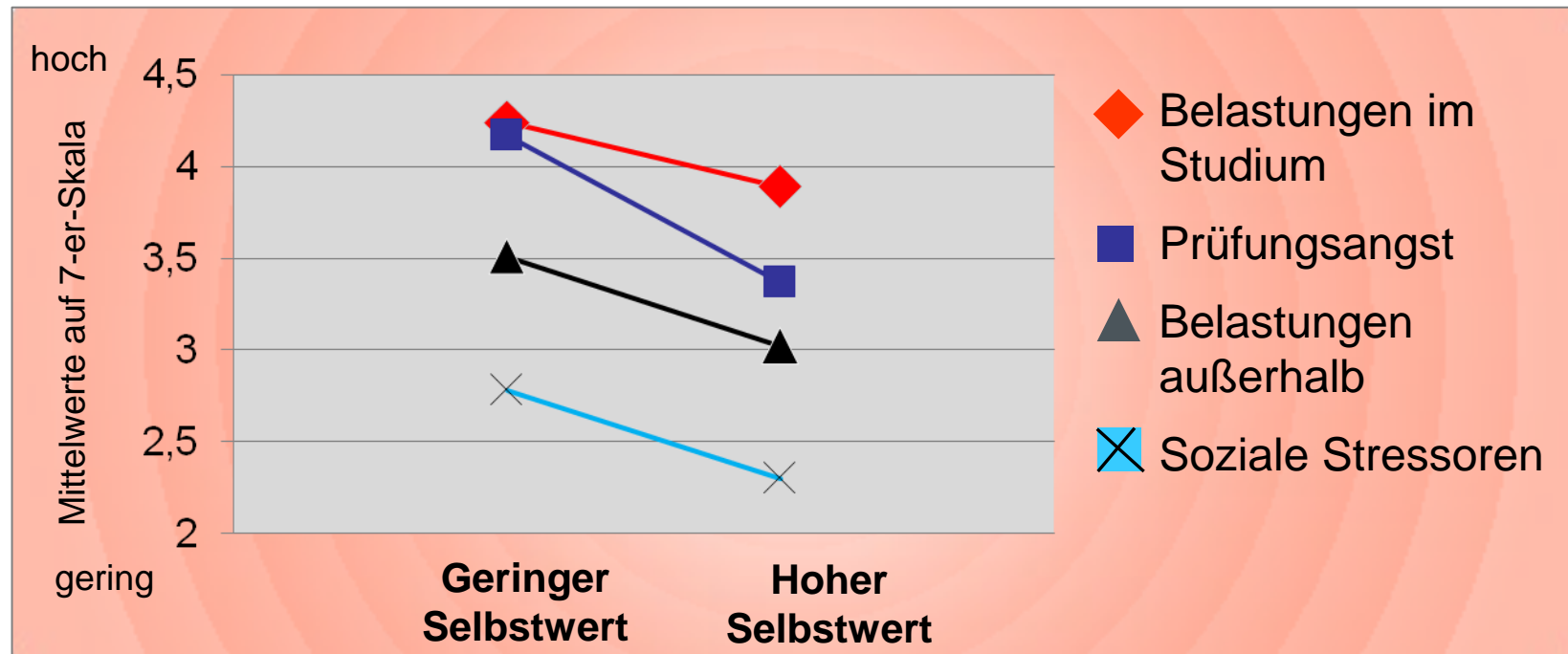


Zusammenfassendes Ergebnis: Alle aus der Theorie abgeleiteten Moderatorvariablen zeigen einen Einfluss auf die abhängigen Variablen „Belastungen“ und „Studieridentität“ in die vorhergesagte Richtung.

Theoriegeleitete Ergebnisse

Einfluss der Moderatorvariablen **Selbstwert** auf empfundene Belastungen

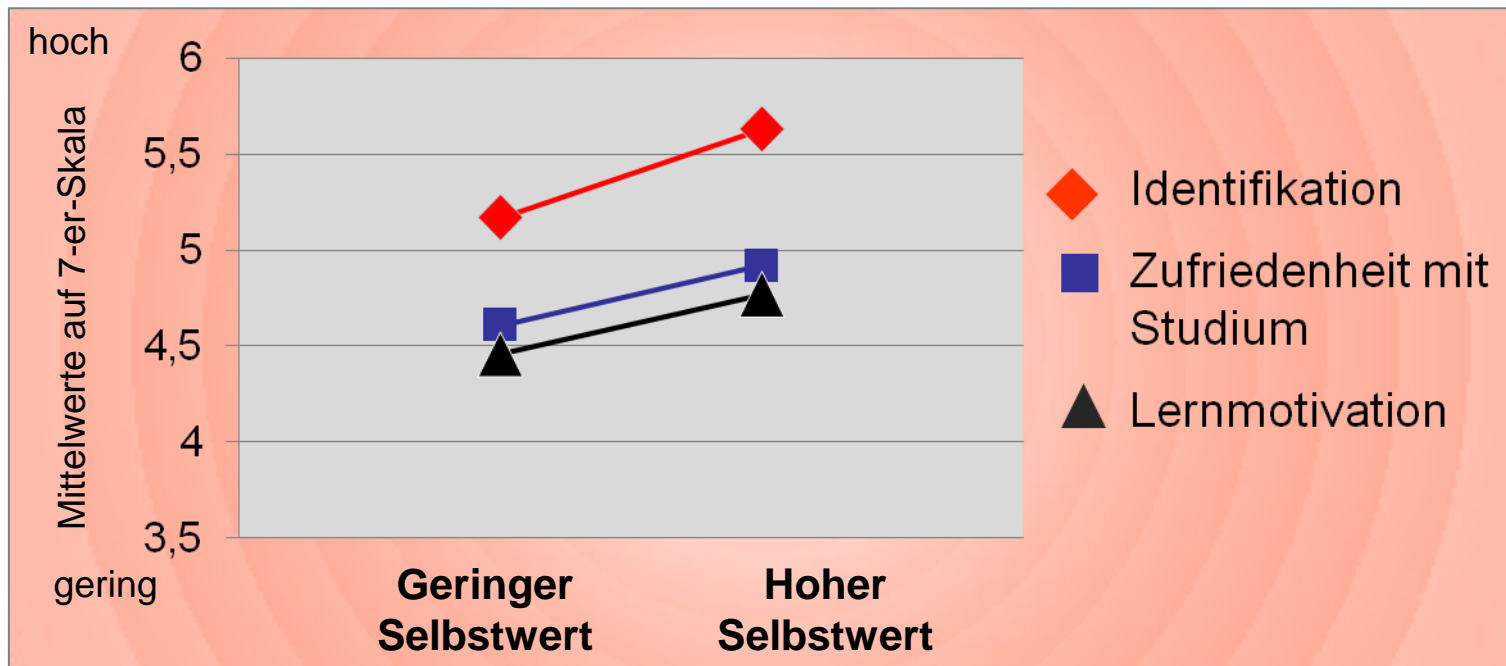
Studierende mit hohem Selbstwert empfinden deutlich geringere Belastungen als Studierende mit geringem Selbstwert.



Theoriegeleitete Ergebnisse

Einfluss der Moderatorvariablen **Selbstwert** auf „Studieridentität“

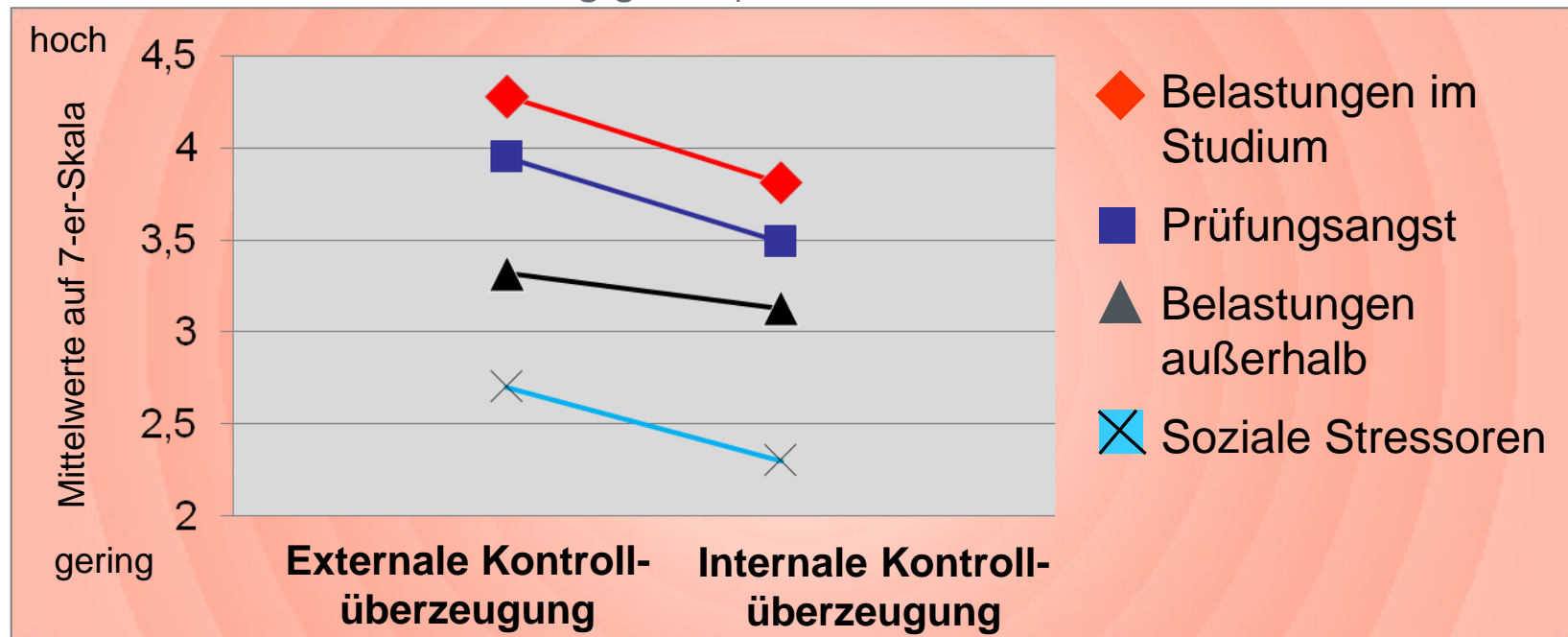
Studierende mit hohem Selbstwert weisen höhere Werte bei „Studieridentität“ auf als Studierende mit geringerem Selbstwert.



Theoriegeleitete Ergebnisse

Einfluss der Moderatorvariablen **Kontrollüberzeugung** auf empfundene Belastungen

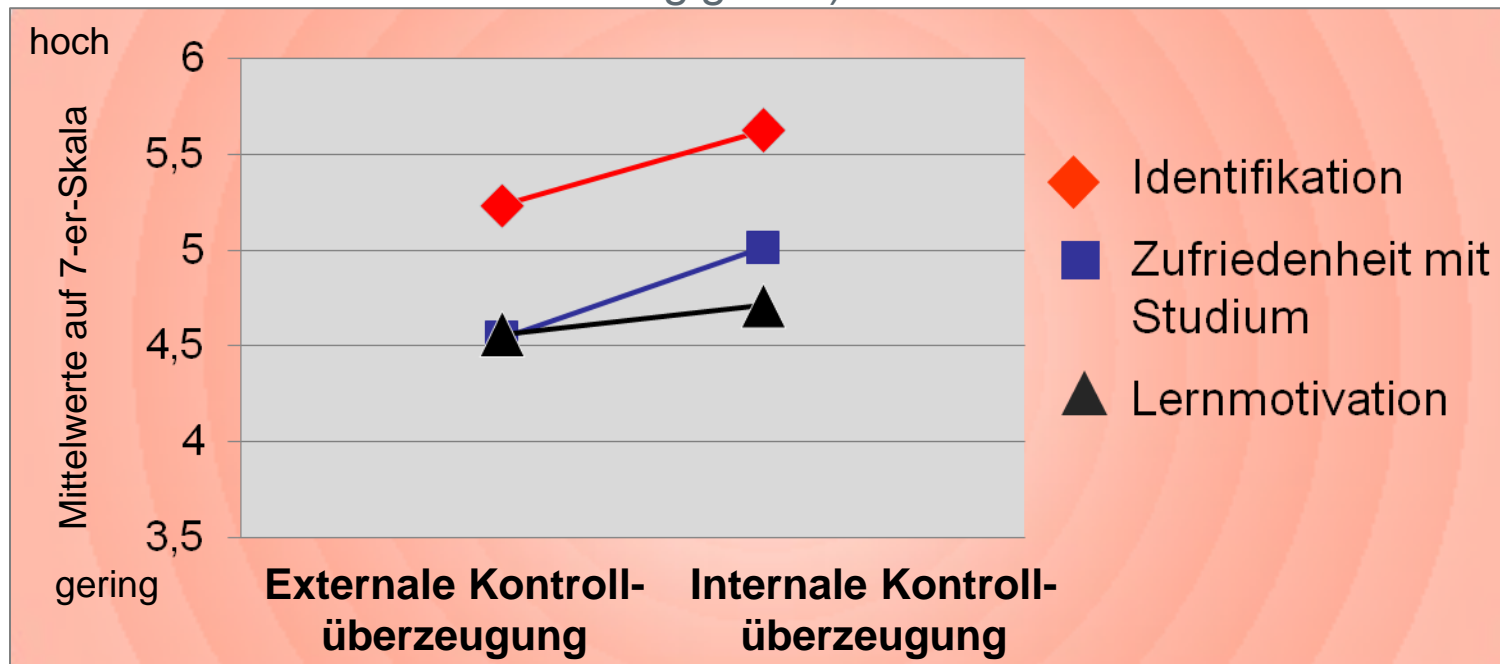
Studierende mit internaler Kontrollüberzeugung (Annahme, dass Geschehnisse eher vom eigenen Verhalten abhängig sind) empfinden deutlich geringere Belastungen als Studierende mit externaler Kontrollüberzeugung (Annahme, dass Geschehnisse eher von äußeren Umständen abhängig sind).



Theoriegeleitete Ergebnisse

Einfluss der Moderatorvariablen **Kontrollüberzeugung** auf „Studieridentität“

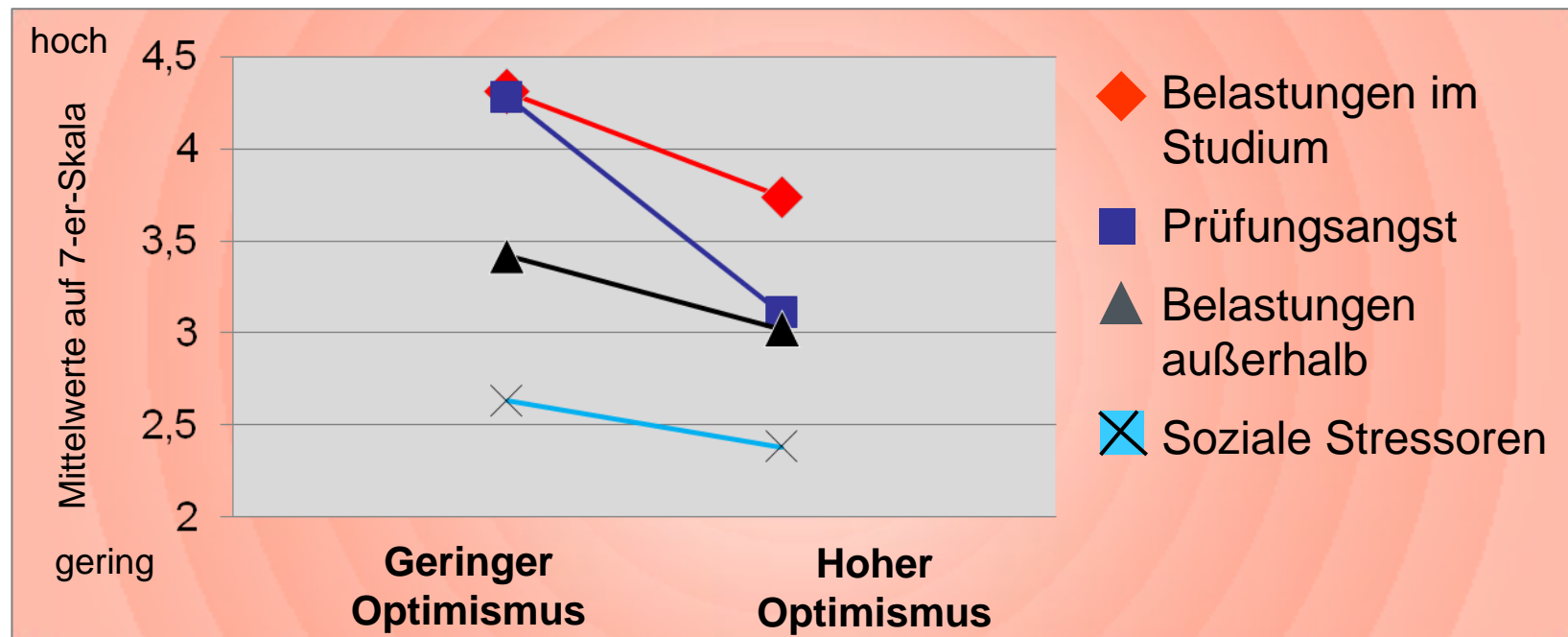
Studierende mit internaler Kontrollüberzeugung (Annahme, dass Geschehnisse eher vom eigenen Verhalten abhängig sind) weisen höhere Werte bei „Studieridentität“ aus als Studierende mit externaler Kontrollüberzeugung (Annahme, dass Geschehnisse eher von äußeren Umständen abhängig sind).



Theoriegeleitete Ergebnisse

Einfluss der Moderatorvariablen **Optimismus** auf empfundene Belastungen

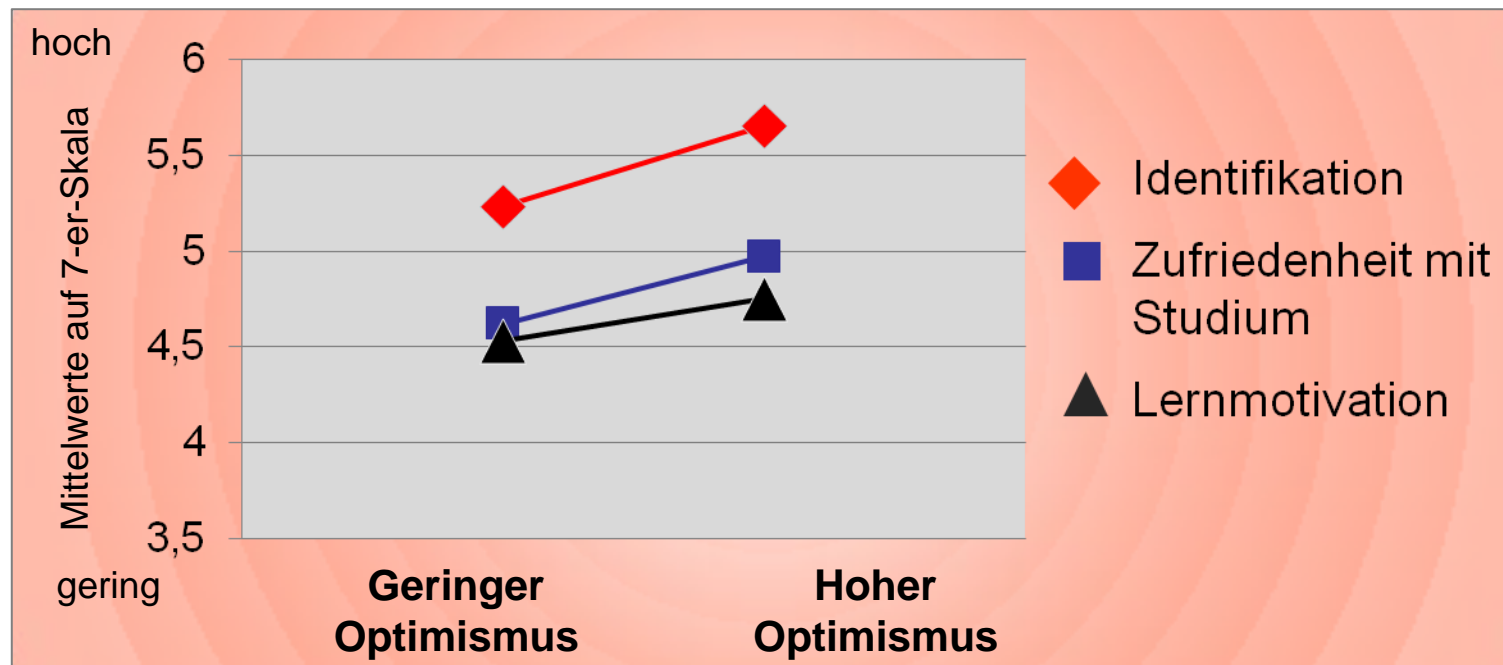
Studierende mit hohen Optimismuswerten empfinden deutlich geringere Belastungen als Studierende mit geringen Optimismuswerten.



Theoriegeleitete Ergebnisse

Einfluss der Moderatorvariablen **Optimismus** auf „Studieridentität“

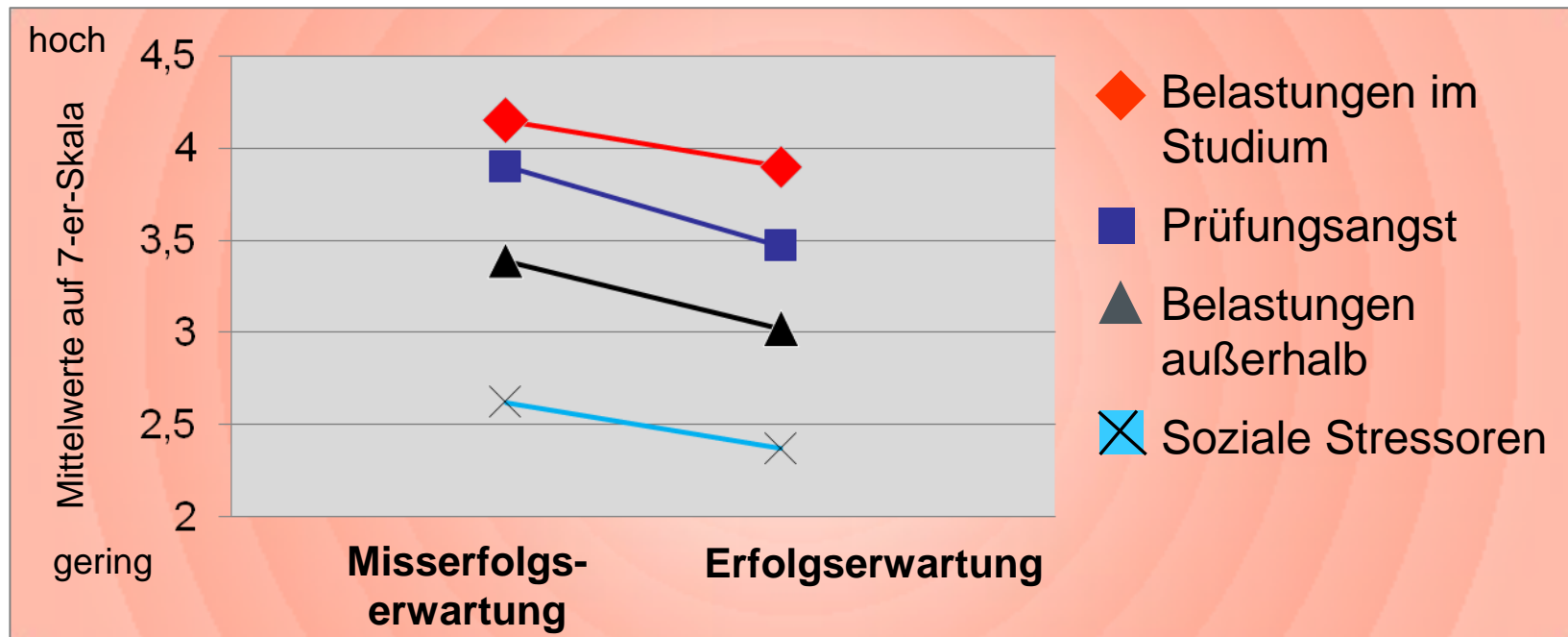
Studierende mit hohen Optimismuswerten weisen höhere Werte bei „Studieridentität“ auf als Studierende mit geringeren Optimismuswerten.



Theoriegeleitete Ergebnisse

Einfluss der Moderatorvariablen **Erfolgs-/Misserfolgserwartung** auf empfundene Belastungen

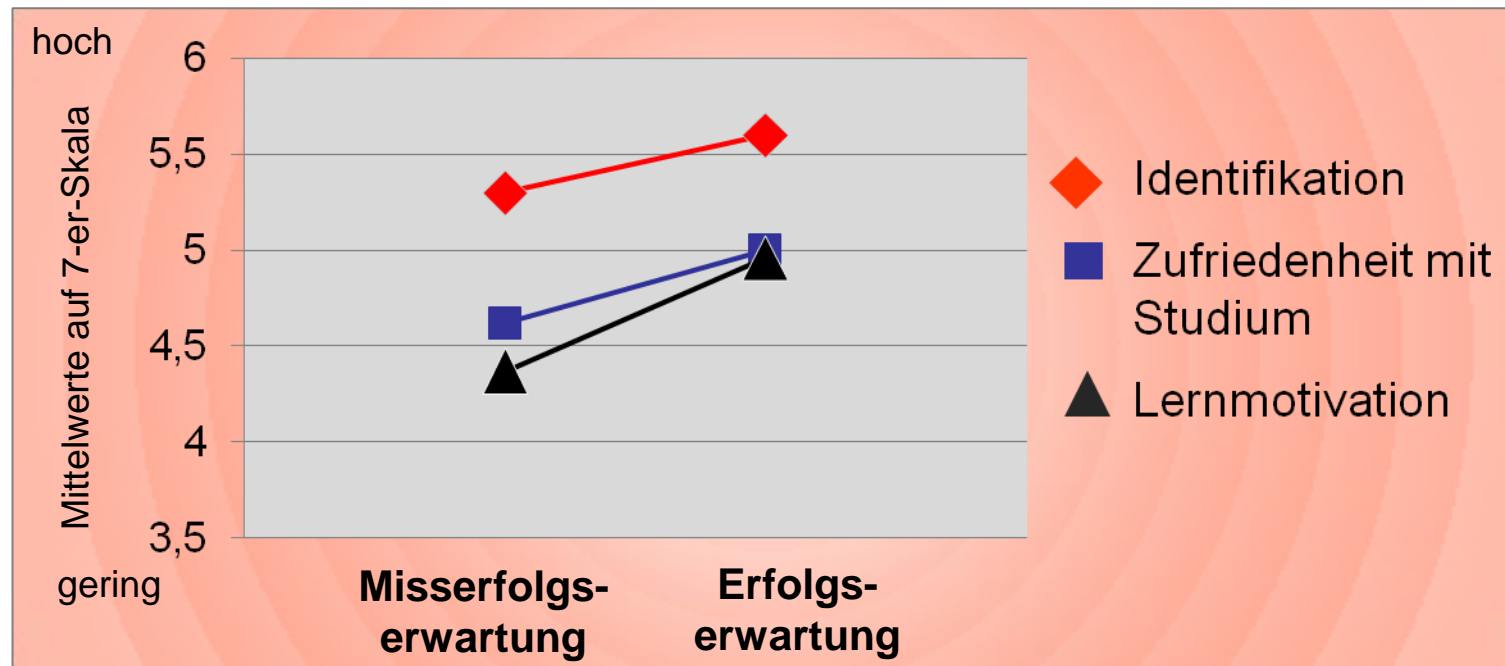
Studierenden mit Erfolgserwartung empfinden deutlich geringere Belastungen als Studierende mit Misserfolgserwartung.



Theoriegeleitete Ergebnisse

Einfluss der Moderatorvariablen **Erfolgs-/Misserfolgserwartung** auf „Studieridentität“

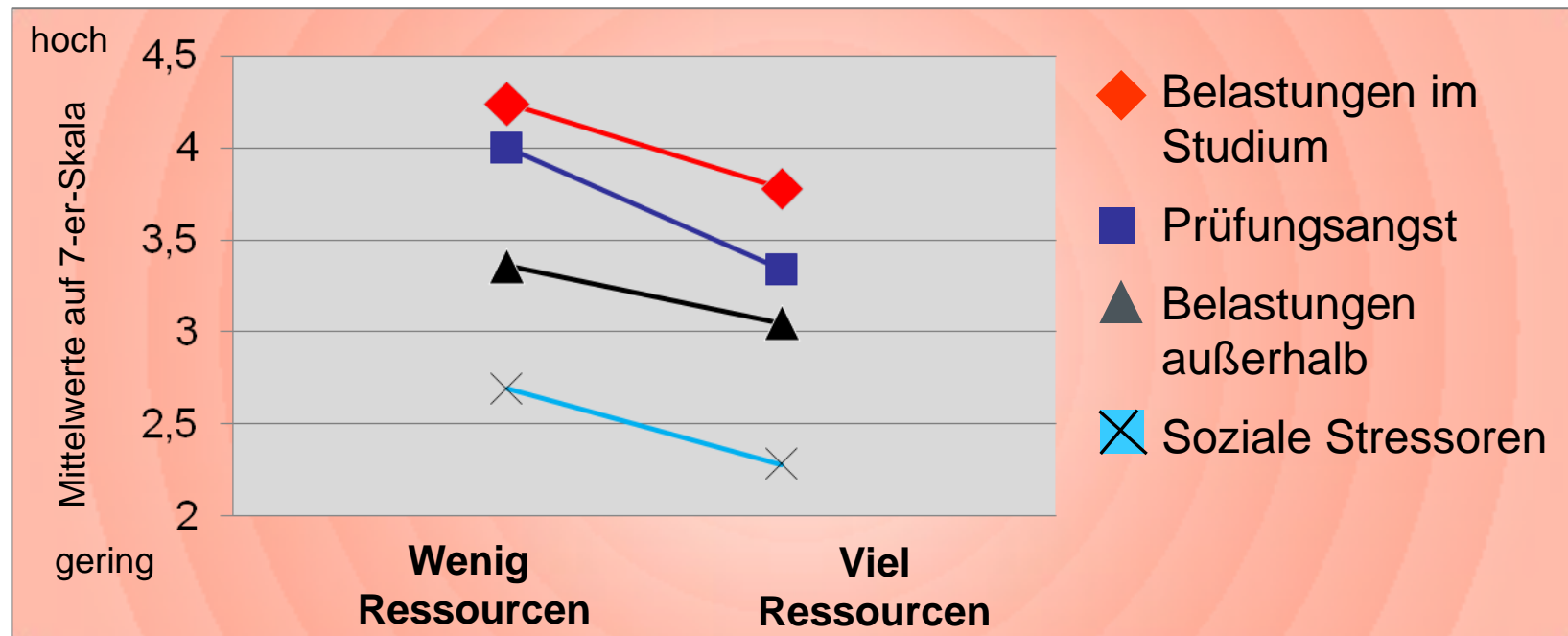
Studierende mit Erfolgserwartung weisen höhere Werte bei „Studieridentität“ auf als Studierende mit Misserfolgserwartung.



Theoriegeleitete Ergebnisse

Einfluss der Moderatorvariablen **Verfügbarkeit von Ressourcen** auf empfundene Belastungen

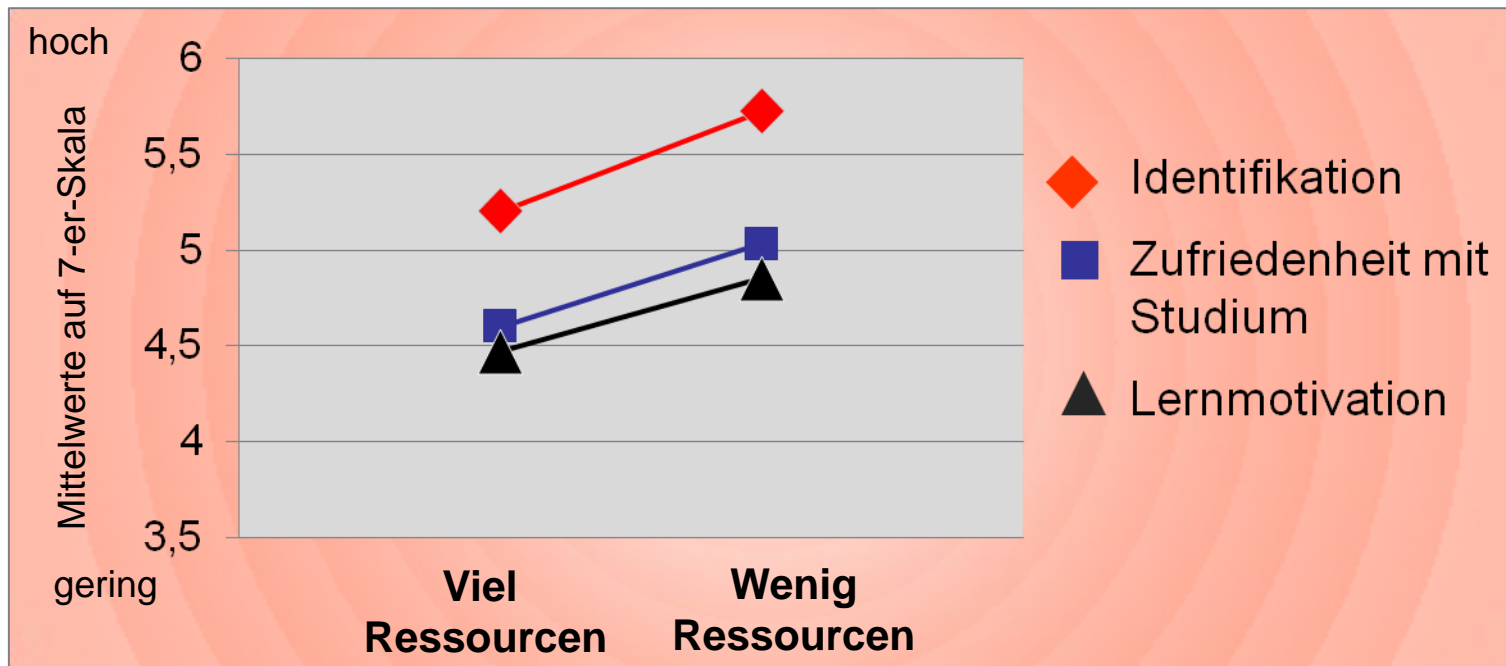
Studierende, die über mehr Ressourcen (z.B. Soziale Unterstützung, Problemlösefähigkeit) verfügen, empfinden deutlich geringere Belastungen als Studierende, die über wenig Ressourcen verfügen.



Theoriegeleitete Ergebnisse

Einfluss der Moderatorvariablen **Verfügbarkeit von Ressourcen** auf „Studieridentität“

Studierenden, die über viel Ressourcen (z.B. Soziale Unterstützung, Problemlösefähigkeit) verfügen, weisen höhere Werte bei „Studieridentität“ auf als Studierende, die über wenig Ressourcen verfügen.



Ergebnisse zu offenen Antwortmöglichkeiten

Allgemein

- Üblicherweise „ungeliebte“ offene Antwortmöglichkeiten wurden stark genutzt: 7421 Antworten der Studierenden bei den sechs offenen Fragen.
- Bei der Frage „Welche Belastungen im Zusammenhang mit dem Studium erleben Sie momentan?“ wurde die höchste Anzahl der Antworten abgegeben: 1475 Antworten (74,1% der Studierenden beantworteten diese Frage)
- Für alle Fakultäten bzw. Standorte ergab sich annähernd das gleiche Bild bei den offenen Antwortmöglichkeiten.
- Lediglich der Belastungsfaktor „finanzielle Situation“ wurde bei den Studierenden der Fakultät Sozialwesen bedeutsam häufiger genannt.

Ergebnisse zu offenen Antwortmöglichkeiten

Allgemeine Belastungen (Mehrfachnennungen möglich)

- **Familiäre Situation (401 Nennungen)**
- **Alltagsorganisation (325)**
- Keine Belastungen (194)
- Wohnsituation (151)
- Vorbereitung auf das Berufsleben (130)
- Finanzielle Situation (127)
- Probleme in der Praxisstelle (115)
- Krankheit (107)
- Persönliche Probleme (82)
- Zukunftsängste (53)
- Sonstige (13)

Beispiele

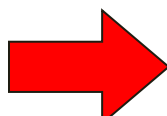
„Ende der Partnerschaft“

*„Stress wg. Terminen bei Behörden/
Ärzten“*

„Umzug und Renovierung“

„Jobsuche, Vorstellungsgespräche“

„Krebserkrankung des Vaters“



**Vor allem Probleme innerhalb der Familie
und die Organisation des eigenen Alltags
werden als belastend erlebt.**

Ergebnisse zu offenen Antwortmöglichkeiten

Belastungen im Studium (Mehrfachnennungen möglich)

- **Empfundener Mangel an eigenen Kompetenzen**
(u.a. Stresserleben, Prüfungsangst, mangelhaftes Zeitmanagement, Zweifel an eigenen Kompetenzen) **(1184 Nennungen)**
- **Prüfungsorganisation**
(Prüfungen zu geballt, Intransparenz der Prüfungsanforderungen, keine Eingrenzung des Stoffumfangs) **(525)**
- **Studiumsorganisation / Verwaltung** (zu große Stofffülle, zu enge Räume, Intransparenz der Studienanforderungen) (185)
- **Keine Belastungen** (65)
- **Sonstiges** (29)

Beispiele

„Leistungsdruck“

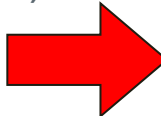
„Angst, Dinge nicht mitzubekommen“

„Zeitnot“

„zu viel Lernstoff in zu kurzer Zeit“

„geballte Prüfungsphase: alle Klausuren auf einmal“

„Nachts lernen müssen“



Die Studierenden erleben einen Großteil der Belastungen im Studium in direktem Bezug zur eigenen Person (60 % der Antworten).

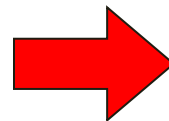
Ergebnisse zu offenen Antwortmöglichkeiten

Umgang mit Belastungen im Studium (Mehrfachnennungen möglich)

- **Aktives Angehen der Probleme (461 Nennungen)**
- **Gezielter Ausgleich in der Freizeit (447)**
- Akzeptanz, Positives Denken (267)
- Zeitmanagement (221)
- Soziale Kontakte (136)
- Destruktives Verhalten (115)
- Freizeitaktivitäten reduzieren (80)
- Sonstiges (107)

Beispiele

„Am Wochenende für Studium arbeiten“
„Viel Sport treiben“
„Gute Zeiteinteilung“
„Termine setzen und einhalten“
„Nicht daran denken, durchziehen“
„Medikamente“



Studierende verfügen für Belastungen im Studium überwiegend über funktionale Stressbewältigungsstrategien.

Ergebnisse zu offenen Antwortmöglichkeiten

Wahrgenommene Unterstützung durch die Hochschule

(Mehrfachnennungen möglich)

- **Keine / nicht bekannt (602 Nennungen)**
- **Auf Anfrage Hilfsbereitschaft (214)**
- Unterstützung bei Prüfungsvorbereitung (147)
- Zeitliche Flexibilität bei Prüfungsterminen (99)
- Angebote sind nicht notwendig (64)
- Angebote außerhalb des Curriculums (47)
- Sonstige (34)

Beispiele

„Mir ist nichts bekannt.“

„DozentInnen sind sehr hilfsbereit.“

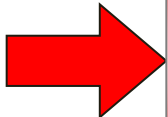
„DozentInnen beruhigen uns.“

„Hervorragende Betreuung der Bachelorarbeit“

„Eingrenzung des Stoffes“

„gute Skripte“

„Entzerrung der Prüfungstermine“



Ca. 50 % der Antwortenden geben an, es gäbe keine Unterstützung durch die Hochschule bzw. es sei ihnen keine bekannt.

Im direkten Kontakt mit DozentInnen wird jedoch Unterstützung erlebt.

Ergebnisse zu offenen Antwortmöglichkeiten

Vorschläge für die Hochschule zum Abbau von Belastungen (Mehrfachnennungen möglich)

- **Bessere Prüfungsorganisation (675 Nennungen)**
- **Bessere Studiumsorganisation / Verwaltung (480)**
- Mehr Zeit fürs Studium / Lernen (183)
- Angebote außerhalb des Curriculums (154)
- Keine Idee (45)
- Nicht notwendig (22)
- Sonstiges (81)

Beispiele

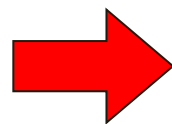
„Verteilung der Prüfungen über längeren Zeitraum“

„Stressbewältigungsseminare“

„Mehr Beratungsangebote in Studienangelegenheiten“

„Sprechstunde für Studierende einrichten“

„Mehr Transparenz der Anforderungen schaffen“



Die Lösungsvorschläge der Studierenden zum Abbau der Belastungen zielen überwiegend auf den Bereich einer besseren Organisation des Prüfungs- und Studienablaufs ab.

Vorschläge für Maßnahmen

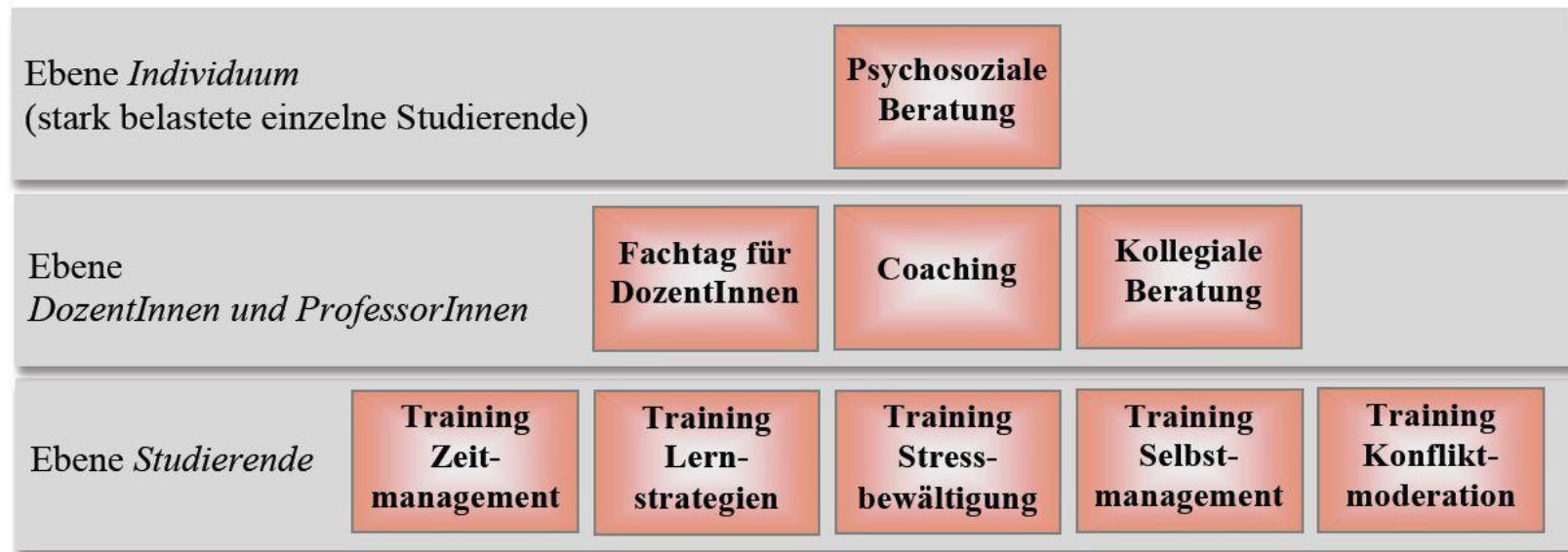
Was kann aus den Ergebnissen abgeleitet werden?

- **Optimierung des Studien- und Prüfungsablaufs**, z.B.
 - mehr Transparenz bei den Informationen zum Studienablauf
 - mehr Transparenz bei den Zuständigkeiten
 - zeitliche Entzerrung der Prüfungen
- „**Persönlichkeitsfördernde Didaktik**“, die die in der Befragung erhobenen Variablen (*Selbstwert, Optimismus, Kontrollüberzeugung und Erfolgs-/Misserfolgserwartung*, welche im Zusammenhang mit *Lern-motivation, psychischen Belastungen* und *Identifikation mit Studium* stehen) positiv beeinflusst.
- Schaffung einer **Stelle für psychosoziale Beratungstätigkeit** bei schwerwiegenderen Fällen
- **Angebote zur Förderung von Lernkompetenzen** (z.B. Stressbewältigungstraining, Entspannungskurse, Problemlösetraining)

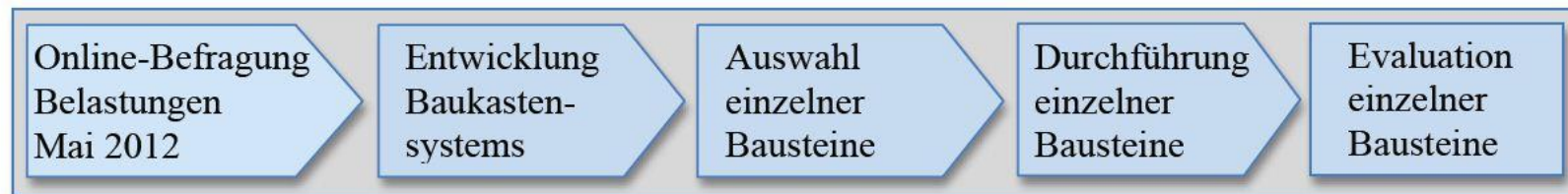
Vorschläge für Maßnahmen

Konzept: Bausteinsystem auf drei Ebenen

Bausteine:



Ablauf:



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!