

**Burkhard Gusy und Katrin Lohmann**

## **Engagement bei Studierenden**

„Burnout hat die Hochschulen erreicht. Immer mehr Studierende berichten, dass sie sich ausgebrannt fühlen“, war am 26/01/11 bei spiegel-online zu lesen. Das in den letzten Jahren ansteigende Burnout-Risiko wird mit den Studienreformen im Rahmen des Bologna-Prozesses in Zusammenhang gebracht (Jawurek & Grobe 2007). Höhere zeitliche Belastungen und ein deutlicher Zuwachs an Prüfungen werden als Ursachen benannt.

Bundesweite Proteste der Studierenden haben die Diskussion über mögliche Korrekturen an den Reformen belebt. Da ausschließlich Faktoren fokussiert werden, die mit gesundheitlichen Fehlentwicklungen in Zusammenhang gebracht wurden, greift die Diskussion aber zu kurz. Eine Auseinandersetzung mit der Studiensituation, die nicht nur Fehlerkorrektur bzw. vorausschauende Vermeidung gesundheitlicher Schädigungen in den Mittelpunkt stellt, sondern die Risiken und Chancen für die Gesundheit insgesamt berücksichtigt, fehlt bislang. Der folgende Beitrag will einen Beitrag dazu leisten, diese Lücke zu schließen, indem neben Burnout auch das Engagement von Studierenden betrachtet wird und fördernde wie auch hemmende Bedingungen empirisch untersucht werden.

### **Das Anforderungs-Ressourcen Modell des Burnout**

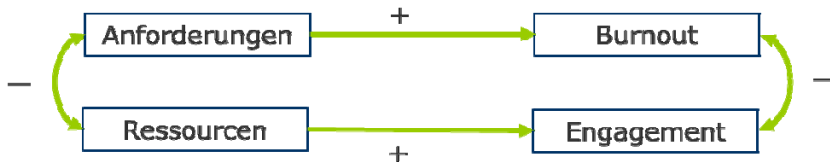
Burnout geht auf Beobachtungen zurück, in denen ehemals hochmotivierte, engagierte Beschäftigte aus der Arbeitswelt ohne ersichtliche Gründe ihren Antrieb verlieren, sich zurückziehen und möglicherweise erkranken. Engagement hingegen galt ursprünglich als Antagonist von Burnout und bezeichnet einen positiven, erfüllten psychischen Zustand, der durch Vitalität, Hingabe und Vereinnahmung gekennzeichnet ist. Es ist ein zeitstabiler Gemütszustand, der nicht auf konkrete Situationen, Ereignisse, Personen oder Verhalten gerichtet ist. Auf das Studium angewandt wurden die Begriffe Burnout und Engagement erstmalig von Schaufeli (2002). Messinstrumente wurden entwickelt, mit denen Burnout (MBI-SS) und Engagement (UWES-SS) im Studium gemessen werden können. Ähnlich wie in Konzepten, die aus der Arbeitswelt stammen, wird davon ausgegangen, dass Burnout mit den studienbezogenen Anforderungen variiert, das studienbezogene Engagement hingegen durch die studienbezogenen Ressourcen gesteuert wird (vgl. Demerouti, Bakker, Nachreiner & Schaufeli, 2001).

# 16. Kongress Armut und Gesundheit

## VERWIRKLICHUNGSSCHANCEN FÜR GESUNDHEIT

### 3. und 4. Dezember 2010

Abbildung 1: Wirkungen von studienbezogenen Anforderungen und Ressourcen auf Burnout und Engagement



(eigene Darstellung)

In Übereinstimmung mit den Annahmen des vorab skizzierten Anforderungs-Ressourcen Modells führen inadäquate, nicht bewältigbare studienbezogene Anforderungen zu Burnout. Ressourcen im Studium hingegen steigern den Einsatz und die Begeisterung für das Studienfach.

#### Datenbasis

Die Daten für die nachfolgenden Analysen stammen aus dem Projekt „Gesundheit im Studium («GiS»)“, einer Online-Befragung von Studierenden an der Freien Universität Berlin, die bislang 2008 und 2010 durchgeführt wurde.

Studierende wurden zu ihrem Burnouterleben (MBI-SS), ihrem Engagement im Studium (UWESS) und zu ihrer Wahrnehmung und Bewertung der Studiensituation befragt. Das Instrument zur Erfassung der Studiensituation wurde eigens für diese Studie entwickelt und bündelt gut evaluierte Skalen zu Anforderungen im Studium, zur Balance von Studium und Privatleben, zum Zeitdruck im Studium, zum erwarteten Qualifikationspotenzial des Studiums und zur sozialen Unterstützung durch Lehrende und Studierende (Gusy & Lohmann, 2010).

In die Analysen aufgenommen wurden Daten von 1.886 Studierenden aus allen an der Freien Universität vertretenen Fächern. Die Befragten waren im Durchschnitt 23 Jahre alt waren (M = 23.4 Jahre; SD = 3.8 Jahre), überwiegend Frauen (67.4 Prozent) und deutsche Staatsbürger/innen (95.2 Prozent). 83 Prozent der interviewten Studierenden streben einen Bachelor- (65 Prozent) oder Masterabschluss (18 Prozent) an. Die Verteilung der Befragten auf verschiedene Studienfachgruppen an der Freien Universität Berlin sind nachfolgender Tabelle zu entnehmen. In der Auflistung spiegelt sich das Profil der Freien Universität wider, in der sowohl humanmedizinische (ausgegliedert an die Charité) als auch ingenieurwissenschaftliche Studiengänge kaum vertreten sind.

# 16. Kongress Armut und Gesundheit

## VERWIRKLICHUNGSSCHANCEN FÜR GESUNDHEIT

### 3. und 4. Dezember 2010

Tabelle 1: Verteilung der Studierenden auf die verschiedenen Studienfachgruppen

Studienfach	n (%)
Mathematik, Naturwissenschaften	597 (32.0 %)
Sprach- und Kulturwissenschaften	541 (29.0 %)
Sozialwissenschaften	201 (11.3 %)
Wirtschaftswissenschaften	117 (6.3 %)
Erziehungswissenschaften, Pädagogik	97 (5.2 %)
Rechtswissenschaften	87 (4.7 %)
Kunst, Musik	76 (4.1 %)
Psychologie	64 (3.4 %)
Medizin	55 (3.0 %)
Weiterbildungsstudiengänge	20 (1.1 %)

(eigene Darstellung)

### Ergebnisse

Formuliert wurde ein Strukturgleichungsmodell (vgl. Abbildung 2) mit Anforderungen als Prädiktor zur Vorhersage von Erschöpfung (dem Initialsymptom des Burnout) und Ressourcen als Prädiktor für Engagement (vgl. Abbildung 2). Der Faktor studienbezogene Anforderungen bündelt die subjektive Wahrnehmung von Überforderung und Zeitdruck sowie ein Ungleichgewicht zwischen Studium und Privatleben. Soziale Unterstützung durch Studierende und Lehrende sowie das wahrgenommene Qualifikationspotenzial durch das Studium sind in diesem Modell Indikatoren für studienbezogene Ressourcen.

# 16. Kongress Armut und Gesundheit

## VERWIRKLICHUNGSCHANCEN FÜR GESUNDHEIT

### 3. und 4. Dezember 2010

Die nachfolgende Tabelle enthält die bivariaten Korrelationen und die durchschnittlichen Ausprägungen des jeweiligen Merkmals in der Stichprobe.

Tabelle 2: Bivariate Korrelationen und durchschnittliche Ausprägungen der im Strukturmodell verwandten Variablen

	M	SD	1	2	3	4	5	6	7
<b>Anforderungen</b>									
Anforderungen	3.25	.79							
Zeitdruck	3.21	1.01	.56***						
Balance zwischen Studium und Privatleben	3.12	1.11	.46***	.73***					
<b>Ressourcen</b>									
Qualifikationspotenzial	2.99	.86	-.20***	-.22***	-.12***				
Soziale Unterstützung durch Lehrende	2.97	.94	-.29***	-.27***	-.22***	.37***			
Soziale Unterstützung durch Studierende	3.67	1.02	-.20***	-.23***	-.16***	.35***	.31***		
<b>Burnout/Engagement</b>									
Erschöpfung (MBI)	3.83	1.50	.51***	.62***	.60***	-.24***	-.29***	-.21***	
Engagement (UWES)	3.96	1.05	-.19***	-.15***	.03	.48***	.38***	.31***	-.28***

Anmerkungen: Wertebereich: 1 - 6 für Anforderungen und Ressourcen; 1 - 7 für Erschöpfung und Engagement; n = 1864; \* p ≤ .05, \*\* p ≤ .01; \*\*\* p ≤ .001

(eigene Darstellung)

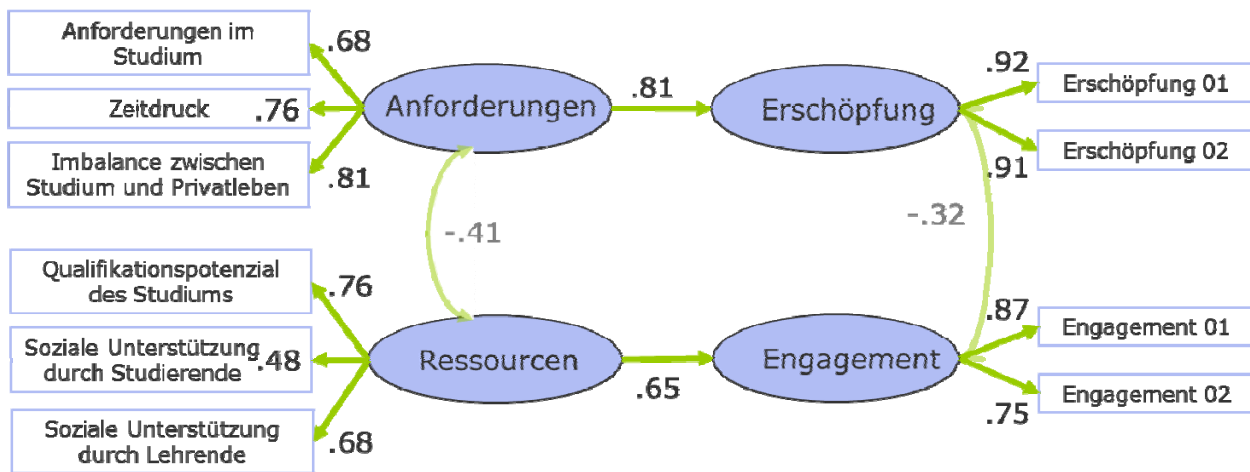
Das Strukturmodell (Abb. 2), in dem die Hypothesen des Anforderungs-Ressourcen-Modells des Burnout simultan geprüft werden (vgl. Abbildung 1), ist mit den zu Grunde liegenden Daten vereinbar (Chi-Quadrat = 314; d.f. = 24; RMSEA = .05; CFI = .96; TLI = .95). Überzeugend gezeigt werden konnte in den Analysen (vgl. Abbildung 2), dass subjektiv wahrgenommene, zu hohe studienbezogene Anforderungen das Burnoutrisiko fördern (hier operationalisiert über das Leitsymptom Erschöpfung;  $\beta = .81$ ,  $p \leq .01$ ). Andere Faktoren der Studiensituation (hier als Ressourcen zusammengefasst) fördern das Engagement im Studium bzw. können es aufrechterhalten ( $\beta = .65$ ,  $p \leq .001$ ). In weiterführenden Analysen konnte darüber hinaus gezeigt werden, dass studienbezogene Anforderungen das Engagement gering steigern ( $\beta = .20$ ,  $p \leq .05$ ) und studienbezogene Ressourcen ebenso erwartungskonform das Burnoutrisiko leicht senken ( $\beta = -.11$ ,  $p \leq .05$ ).

# 16. Kongress Armut und Gesundheit

## VERWIRKLICHUNGSSCHANCEN FÜR GESUNDHEIT

### 3. und 4. Dezember 2010

Abbildung 2: Standardisierte Lösung des Strukturmodells zu Engagement und Burnout im Studium



(eigene Darstellung)

### Fazit

Durch gestaltbare Merkmale der Studiensituation lässt sich – entsprechend der Modellanalysen – das Burnoutisiko mindern und das Engagement aufrecht erhalten bzw. steigern. Hochschulen wären gut beraten, beide Merkmalsbereiche (studienbezogene Anforderungen & Ressourcen) auch unter gesundheitlichen Gesichtspunkten zu gestalten, um die Leistungsfähigkeit der Studierenden während des Studiums nicht zu gefährden und ihr Engagement im Studium zu stärken.

Die Analysen beruhen auf Selbstberichten im Querschnitt. Streng genommen ist eine zeitliche Ordnung von Ursache und Wirkung bei zeitgleicher Messung der Merkmale nicht möglich. Da aber bereits Längsschnittstudien vorliegen, die die Wirkannahmen des Anforderungs-Ressourcen Modells des Burnouts stützen, erachten wir die zeitliche Anordnung trotz Querschnittsdaten für gerechtfertigt.

# 16. Kongress Armut und Gesundheit

## VERWIRKLICHUNGSCHANCEN FÜR GESUNDHEIT

### 3. und 4. Dezember 2010

#### **Burkhard Gusy & Katrin Lohmann**

Freie Universität Berlin (FB Erwiss. & Psych.)

#### **Kontakt:**

Freie Universität Berlin (FB Erwiss. & Psych.)

AB Public Health: Psychosoziale Prävention und Gesundheitsforschung

Habelschwerdter Allee 45

14195 Berlin

Tel.: (030) 83855155

Fax: (030) 83856625

E- Mail: Burkhard.Gusy@fu-berlin.de und Katrin.Lohmann@fu-berlin.de

[www.fu-berlin.de/ppg](http://www.fu-berlin.de/ppg)

#### **Literatur/ Quellen:**

Aster-Schenk, I.-U., Schuler, M., Fischer, M. R. & Neuderth, S. (2010): Psychosoziale Ressourcen und Risikomuster für Burnout bei Medizinstudenten: Querschnittstudie und Bedürfnisanalyse Präventiver Curricularer Angebote, 27 (4), 1-11.

Demerouti, E., Bakker, A. B., Nachreiner, F. & Schaufeli, W. B. (2001): The Job Demand-Resources Model of Burnout. *Journal of Applied Psychology*, 86 (3), 499-512.

Gusy, B., Lohmann, K. & Drewes, J. (2010): Burnout bei Studierenden, die einen Bachelorabschluss anstreben. *Prävention und Gesundheitsförderung* (3), 271-275.