

**Franziska Wörfel, Katrin Lohmann, Burkhard Gusy**

## **Trendanalyse zu Burnout bei Studierenden**

### **Hintergrund**

Seit Einführung der neuen Studiengänge mehren sich die Beschwerden über psychische Belastungen bei Studierenden. In der medialen Berichterstattung wird häufig von Burnout bei Studierenden gesprochen. Begleitend zu den Umstellungen des Bologna-Prozesses wurden die Auswirkungen der neuen Studienabschlüsse sowie die damit einhergehenden Änderungen des studentischen Alltags auf Burnout wissenschaftlich untersucht. Ein erhöhtes Auftreten von Burnout bei Studierenden der neuen Studienabschlüsse konnte dabei nicht bestätigt werden (Gusy, Lohmann, Marcus, 2012).

Bei der Erhebung von Burnout wird meist das Maslach Burnout Inventory Student Survey (Schaufeli, Martinez, Marques Pinto, Salanova & Bakker, 2002) verwendet, welches weder Normwerte noch Cut-Off-Werte für Studierende beinhaltet. Die Einteilung der verschiedenen Dimension in gering, mittel und hoch erfolgt anhand einer amerikanischen Stichprobe aus der Arbeitswelt (Maslach, Jackson & Leiter, 1996). Um die Cut-Off-Werte festzulegen, wurde die Stichprobe in Terzile eingeteilt.

Im nachfolgenden Beitrag werden Burnout-Werte bei Studierenden an der Freien Universität von 2008-2014 anhand einer Normstichprobe interpretiert. Dabei werden folgende Fragestellungen untersucht: Wie sind die Werte aus den online Erhebungen an der Freien Universität Berlin mit Hilfe der normorientierten Cut-Off-Werten zu interpretieren? Haben sich die Burnout-Prävalenzen von 2008 bis 2014 verändert?

### **Methode**

Seit 2008 wird an der Freien Universität Berlin im zweijährigen Turnus eine Gesundheitsberichterstattung bei Studierenden durchgeführt. Studierende werden in einer online Erhebung zu ihrer subjektiven Gesundheit, ihren Studienbedingungen und ihrem Gesundheitsverhalten befragt. Das Maslach Burnout Inventory – Student Survey von Schaufeli et al. (2002) wurde im Rahmen dessen ins Deutsche übersetzt, optimiert und gekürzt (Gusy, 2008). Burnout wird dabei als Erschöpfung in Folge von Studienanforderungen, die zur Abwertung des Studiums und einem Gefühl der Inkompetenz im Studium führen, operationalisiert. Die drei Dimensionen Erschöpfung, Bedeutungsverlust und reduziertes fachliches Wirksamkeitserleben im Studium werden mit jeweils drei Items erfragt. Beurteilt wird auf einer Skala von nie (0) bis täglich (6), wie oft studienbezogene Gedanken und Gefühle erlebt werden.

Die Normstichprobe setzt sich aus Studierenden von zwei deutschen Hochschulen zusammen, deren Burnout-Werte in den Jahren 2012 und 2013 erhoben wurden. Die Werte wurden in T-Werte transformiert und die Cut-Off-Werte anhand von Standardabweichungen festgelegt. Eine Standardabweichung in den positiven Bereich legt den Cut-Off-Wert für hohes Burnout fest. Der

Cut-Off-Wert für niedriges Burnout wird über eine Standardabweichung in den negativen Bereich gebildet.

Die vier verschiedenen Stichproben aus den Jahren 2008, 2010, 2012 und 2014 unterscheiden sich nicht in Bezug auf das Alter und die Geschlechtsverteilung. Zwei Drittel der Befragten sind weiblich und im Mittel zwischen 24 und 25 Jahren. Die Verteilung auf die einzelnen Studienfächer variiert geringfügig zu den verschiedenen Befragungszeitpunkten. Wie aufgrund der Umstellung auf die neuen Studienabschlüsse zu erwarten war, verändert sich die Verteilung auf die verschiedenen Studienabschlüsse stark. Im Jahr 2008 nahmen noch 9.3% Magister- und 16.1% Diplomstudierende teil, dieser Anteil schrumpft 2014 auf .6% bzw. 1.0%. Der Anteil an Masterstudierenden steigt von 6.6% im Jahr 2008 auf 28.6% im Jahr 2014 an.

### Ergebnisse

Jede Dimension wird auf zwei Ebenen im Verlauf betrachtet. Erstens werden die Mittelwerte der verschiedenen Jahre anhand einer Trendanalyse ausgewertet. Zweitens werden die Werte anhand der generierten Cut-Off-Werte kategorisiert und verglichen.

Die Varianzanalyse der Burnout Dimension Erschöpfung ergibt keine signifikanten Unterschiede zwischen den verschiedenen Messzeitpunkten ( $\chi^2=6.14$ ;  $df=3$ ;  $p=.11$ ; Tabelle 1).

Jahr	N	M	SD
<b>2008</b>	2103	2.63	1.49
<b>2010</b>	2394	2.75	1.53
<b>2012</b>	2706	2.66	1.53
<b>2014</b>	2399	2.87	1.57

Tabelle 1: Mittelwerte und Standardabweichungen der Dimension Erschöpfung 2008-2014  
Anmerkung: M=Mittelwert; SD=Standardabweichung; Die Skala reicht von nie (0) bis täglich (6).

Im Jahr 2010 und 2014 liegen anteilig weniger Studierende im hohen Erschöpfungsbereich als in den Jahren 2008 und 2012 (Abbildung 1).

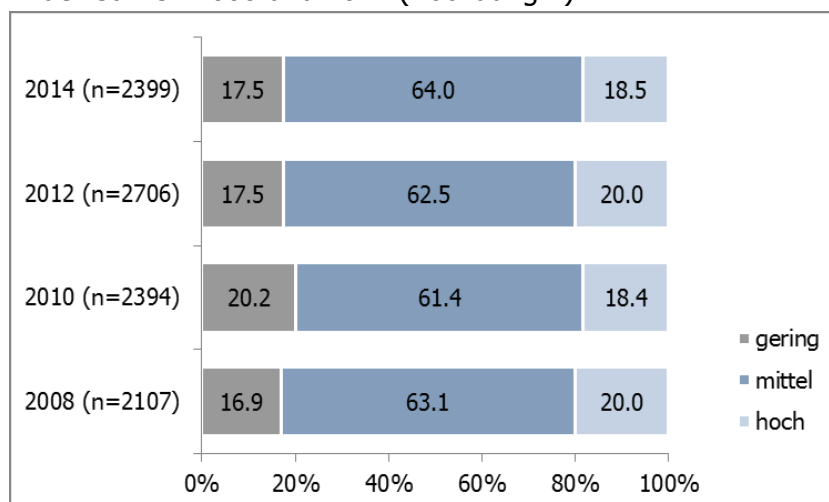


Abbildung 1: Prozentuale Anteile des Erschöpfungserlebens (kategorisiert)

Die Trendanalyse der Dimension Bedeutungsverlust, welche erfasst, inwieweit Studierende sich weniger für ihr Studienfach begeistern, ihr Interesse nachgelassen hat und sie an dessen Bedeutsamkeit zweifeln, zeigt signifikante Unterschiede im Verlauf ( $\chi^2=24.17$ ;  $df=3$ ;  $p=.00^{**}$ , Tabelle 2). Die Mittelwerte steigen von 1.65 im Jahr 2008 auf 1.90 im Jahr 2014 an.

Jahr	N	M	SD
<b>2008</b>	2103	1.65	1.60
<b>2010</b>	2397	1.80	1.52
<b>2012</b>	2711	1.85	1.59
<b>2014</b>	2399	1.90	1.68

Tabelle 2: Mittelwerte und Standardabweichungen der Dimension Bedeutungsverlust im Studium 2008-2014  
M=Mittelwert; SD=Standardabweichung; Die Skala reicht von nie (0) bis täglich (6).

Im Jahr 2014 ist der Anteil an Studierenden, die in den Bereich hohe Werte auf der Dimension Bedeutungsverlust im Studium mit 18.8% am höchsten und in der Kategorie geringer Bedeutungsverlust mit 13.4% am niedrigsten (Abbildung 2).

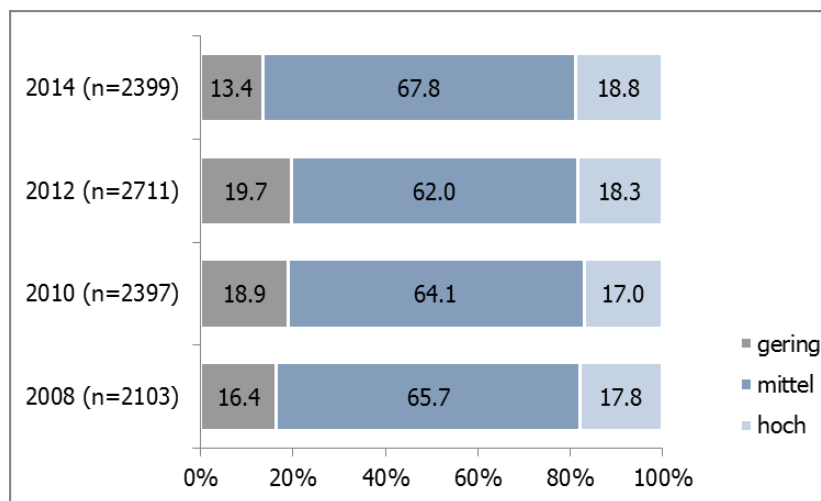


Abbildung 2: Prozentuale Anteile des Bedeutungsverlusterlebens (kategorisiert)

Die Trendanalyse der Dimension reduziertes Wirksamkeitserleben im Studium zeigt signifikante Unterschiede im Verlauf ( $\chi^2=181.47$ ;  $df=3$ ;  $p=.00^{**}$ ). Die Mittelwerte steigen von 1.82 im Jahr 2008 auf 2.35 im Jahr 2014 deutlich an (Tabelle 3).

Jahr	N	M	SD
<b>2008</b>	2107	1.82	1.21
<b>2010</b>	2400	1.93	1.17
<b>2012</b>	2711	1.92	1.20
<b>2014</b>	2397	2.35	1.48

Tabelle 3: Mittelwerte und Standardabweichungen der Dimension reduziertes Wirksamkeitserleben 2008-2014  
Anmerkung: M=Mittelwert; SD=Standardabweichung; Die Skala reicht von nie (0) bis täglich (6).

Der Anstieg der Mittelwerte zeigt sich auch bei der kategorialen Einordnung. Der prozentuale Anteil von Studierenden in der Kategorie hohes reduziertes Wirksamkeitserleben steigt von 15.9% im Jahr 2008 auf 18.3% im Jahr 2014 an (Abbildung 3).

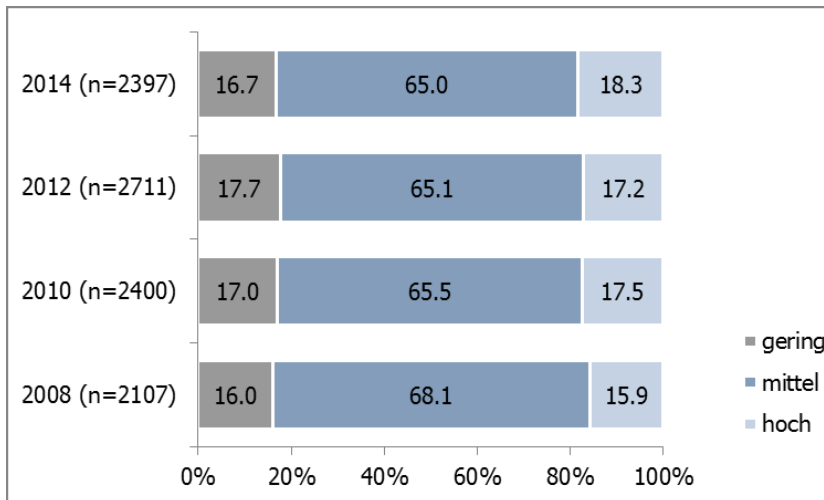


Abbildung 3: Prozentuale Anteile des reduziertes Wirksamkeitserleben (kategorisiert)

Nach Maslach, Jackson und Leiter (1996) kann von einem positiven Burnout-Screening gesprochen werden, wenn Personen hohe Werte auf allen drei Dimensionen erreichen. Dies trifft im Jahr 2008 auf 5.6% der Studierenden der Freien Universität Berlin zu, der Anteil steigt bis 2012 auf 6.8% an und bleibt auch im Jahr 2014 konstant. Hohe Werte auf der Dimension Erschöpfung, bei welcher es sich um das Initialsymptom von Burnout handelt, sowie einer weiteren Dimension haben 2008 11.2% der Studierenden. Dieser Wert steigt 2012 auf 12.4% an und bleibt 2014 weitestgehend konstant.

	2008	2010	2012	2014
Hohe Werte auf der Erschöpfungsdimension & einer weiteren	11.2%	11.8%	12.4%	12.3%
Hohe Werte auf allen Dimension	5.6%	6.2%	6.8%	6.8%

Tabelle 4: Burnout Prävalenzen 2008-2014 hohe Werte in zwei oder mehr Dimensionen

### Zusammenfassung & Ausblick

Die Trendanalyse zeigt in Bezug auf die Dimensionen Bedeutungsverlust und reduziertes Wirksamkeitserleben im Studium signifikante Unterschiede im Verlauf. Die Werte steigen auf beiden Dimensionen an. Auf der Burnout Dimension Erschöpfung wurden keine signifikanten Unterschiede nachgewiesen. Die Burnout Prävalenzen der Studierenden der Freien Universität steigen von 2008 bis 2014 geringfügig von 5.6 auf 6.8% an.

Einschränkend ist anzumerken, dass die Normstichprobe in Bezug auf Alter, Studienfachgruppe und Geschlecht noch nicht an die amtliche Hochschulstatistik angepasst würde. Dies steht als nächster Schritt aus, um anderen deutschen Hochschulen die Möglichkeit zu geben die Normstichprobe als Vergleichsstichprobe heranzuziehen. Da Studentinnen höhere Burnout-Werte haben als Studenten, ist außerdem eine geschlechtsspezifische Normierung geplant.

Im Rahmen der Gesundheitsberichterstattung an der Freien Universität Berlin sind weitere Bestandsaufnahmen geplant, um Entwicklungen zu beschreiben.

Literatur / Quellen:

Gusy, B. (1995) *Maslach Burnout Inventory – Student Survey (MBI-SS)* Deutsche Übersetzung.

Gusy, B.; Lohmann, K. & Marcus, K. (2012) Sind Bachelor-/ Masterstudierende stärker ausgebrannt? *Prävention und Gesundheitsförderung*, 237-245.

Maslach, C., Jackson, S. E. & Leiter, M. P. (1996). *Maslach Burnout Inventory. Manual* (3rd edition). Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.

Schaufeli, W. B, Martinez, I. M., Marques-Pinto, A., Salanova, M. & Bakker, A. B. (2002). Burnout and engagement in university students: A cross national study. *Journal of cross cultural psychology*, 33 (5), 464-481.

**Franziska Wörfel**

**Kontakt:**

Franziska Wörfel

AB Public Health

Prävention und psychosoziale Gesundheitsförderung

Habelschwerdter Allee 45

14195 Berlin

Tel.: 030 / 838 55746

E-Mail: Franziska.Woerfel@fu-berlin.de

Web: <http://www.ewi-psy.fu-berlin.de/einrichtungen/arbeitsbereiche/ppg/index.html>