

## Allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung

### Einleitung

Die allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung ist eine wichtige personale Ressource für den Umgang mit den Anforderungen des Alltags. Sie beschreibt die subjektive Überzeugung, schwierige Anforderungssituationen aus eigener Kraft erfolgreich bewältigen zu können (Hinz et al., 2006; Jerusalem & Schwarzer, o. J.; Schwarzer & Jerusalem, 1999). Ihr liegt die Annahme zugrunde, dass Menschen ihre Erfolgs- und Misserfolgserfahrungen bilanzieren und aus der Summe aller Erfahrungen eine globale Einschätzung bilden, wie erfolgreich sie neue Herausforderungen meistern können. Konkret bedeutet dies, dass sie die an sie gestellten Anforderungen mit den eigenen wahrgenommenen Kompetenzen abwägen (Bandura, 1997). Menschen mit einer hohen allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung sind demnach davon überzeugt, schwierige Anforderungen aufgrund eigener Kompetenzen bewältigen zu können.

Sowohl in der Gesundheits- als auch in der Arbeitspsychologie gewinnt die Erforschung der allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung zunehmend an Bedeutung. Die Selbstwirksamkeitserwartung korreliert beispielsweise positiv mit gesundheitsbezogenem Verhalten, etwa Kondomnutzung oder körperlicher Bewegung (Sheeran et al., 2016), und fungiert darüber hinaus als Prädiktor für die Wahl des Studienfachs (Pajares, 1996).

Auch Motivation und Leistung von Studierenden werden von der allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung beeinflusst. Sie hat sich als Prädiktor für Bemühung, Ausdauer, emotionale Reaktion und Handlungsentscheidungen bei Lernenden erwiesen (Zimmerman, 2000). Außerdem hat die allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung einen Effekt auf die Fähigkeiten und Noten von Studierenden, z. B. bei Klausuren, Hausarbeiten und Berichten (Dinther et al., 2011; Pajares, 1996). Ein Rückgang der Selbstwirksamkeitserwartung lässt sich auf akademischen Stress zurückführen, wobei sich dieser Effekt stärker bei weiblichen Studierenden zeigt (Ye et al., 2018). Des Weiteren werden Zusammenhänge zwischen Selbstwirksamkeitserwartung und funktionalen Strategien zur Stressbewältigung (z. B. aktive Bewältigung, positive Umdeutung sowie Akzeptanz) beobachtet, die wiederum positiv mit Studienerfolg und Lebenszufriedenheit assoziiert sind (Frost & Mierke, 2013). Die allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung gilt zudem als veränderbar und kann durch Angebote der Hochschule wie etwa Auslandssemester samt den dort geknüpften sozialen Kontakten signifikant gesteigert werden (Petersdotter et al., 2017). Im Zuge der COVID-19-Pandemie erwies sich eine geringe Selbstwirksamkeitserwartung bei Studierenden als einer der Prädiktoren für eine depressive Symptomatik, gefährlichen Alkoholkonsum sowie Essstörungssymptome (Kohls et al., 2021).

### Methode

Die Erfassung der allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung erfolgte mithilfe eines etablierten Selbstbeurteilungsinstruments (Schwarzer & Jerusalem, 1999). Darin werden die Studierenden unter anderem gefragt, inwiefern sie der Meinung sind, mit überraschenden Ereignissen gut zurechtzukommen, oder inwieweit sie Schwierigkeiten gelassen entgegenblicken, weil sie auf ihre eigenen Fähigkeiten vertrauen. Das Antwortformat ist vierstufig: „trifft nicht zu“ (1), „trifft

Zitervorschlag: Blaszyk, W., Dastan, B., Diering, L.-E., Gusy, B., Jochmann, A., Juchem, C., Lesener, T., Stammkötter, K., Stauch, M., Thomas, T. & Wolter, C. (2021). Wie gesund sind Studierende der Freien Universität Berlin? Ergebnisse der Befragung 01/21 (Schriftenreihe des AB Public Health: Prävention und psychosoziale Gesundheitsforschung: Nr. 03/P21). Berlin: Freie Universität Berlin.

kaum zu“ (2), „trifft eher zu“ (3), „trifft genau zu“ (4). Die hier eingesetzte Kurzform besteht aus vier Items. Der Skalenwert entspricht der Summe aller Antwortwerte dieser Items (Range: 4–16), wobei höhere Werte eine höhere Selbstwirksamkeitserwartung widerspiegeln.

### Kernaussagen

- Die befragten Studierenden der FU Berlin schätzen ihre Selbstwirksamkeitserwartung als eher hoch ein ( $\bar{\Sigma}=11,2$ ).
- Männliche Studierende geben eine höhere Selbstwirksamkeitserwartung an als weibliche Studierende (♀:  $\bar{\Sigma}=11,1$  vs. ♂:  $\bar{\Sigma}=11,5$ ).
- Im Vergleich zur bundesweiten Befragung Studierender in Deutschland 2017 berichten die 2021 an der FU Berlin befragten Studierenden eine signifikant geringere Selbstwirksamkeitserwartung ( $\bar{\Sigma}=11,2$  vs.  $\bar{\Sigma}=11,9$ ).

### Ergebnisse

Die 2021 befragten Studierenden der FU Berlin berichten durchschnittlich eine eher hohe Selbstwirksamkeitserwartung von  $\bar{\Sigma}=11,2$  (Skala: 4–16). Diese ist bei männlichen Studierenden signifikant höher ausgeprägt als bei weiblichen Studierenden (♀:  $\bar{\Sigma}=11,1$  vs. ♂:  $\bar{\Sigma}=11,5$ ; vgl. Abbildung 1).

Die Teilnehmenden verschiedener Fachbereiche unterscheiden sich in ihrer Selbstwirksamkeitserwartung nur gering. Studierende der Fachbereiche Mathematik und Informatik sowie Physik weisen mit einem Summenwert von  $\bar{\Sigma}=10,9$  den geringsten Wert auf. Studierende des Fachbereichs Politik- und Sozialwissenschaften haben mit dem Summenwert  $\bar{\Sigma}=11,4$  das größte Ausmaß an Selbstwirksamkeitserwartung (vgl. Abbildung 2).

### Einordnung

Im Vergleich zur 2019 durchgeführten Befragung ist die Selbstwirksamkeitserwartung insgesamt im Mittel unverändert ( $\bar{\Sigma}=11,2$  vs.  $\bar{\Sigma}=11,2$ ). Lediglich bei den männlichen Studierenden ist die Selbstwirksamkeitserwartung im Mittel unwesentlich größer ( $\bar{\Sigma}=11,8$  vs.  $\bar{\Sigma}=11,5$ ; vgl. Abbildung 1).

2021 sind im Vergleich zu 2019 in allen Fachbereichen (mit Ausnahme der Fachbereiche Philosophie und Geisteswissenschaften sowie Politik- und Sozialwissenschaften) geringfügige Unterschiede in der Selbstwirksamkeit zu beobachten (vgl. Abbildung 2). Im Fachbereich Geowissenschaften ist die größte Veränderung erkennbar (+0,3 Punkte).

Die zeitliche Entwicklung der Ergebnisse kann in Tabelle 1 abgelesen werden.

Im Vergleich mit den Ergebnissen der bundesweiten Befragung Studierender in Deutschland 2017 schätzen die 2021 befragten Studierenden der FU Berlin ihre Selbstwirksamkeitserwartung im Durchschnitt als signifikant niedriger ein ( $\bar{\Sigma}=11,2$  vs.  $\bar{\Sigma}=11,9$ ). Das gilt sowohl für die weiblichen ( $\bar{\Sigma}=11,1$  vs.  $\bar{\Sigma}=11,7$ ) als auch für die männlichen Studierenden ( $\bar{\Sigma}=11,5$  vs.  $\bar{\Sigma}=12,3$ ; vgl. Tabelle 2).

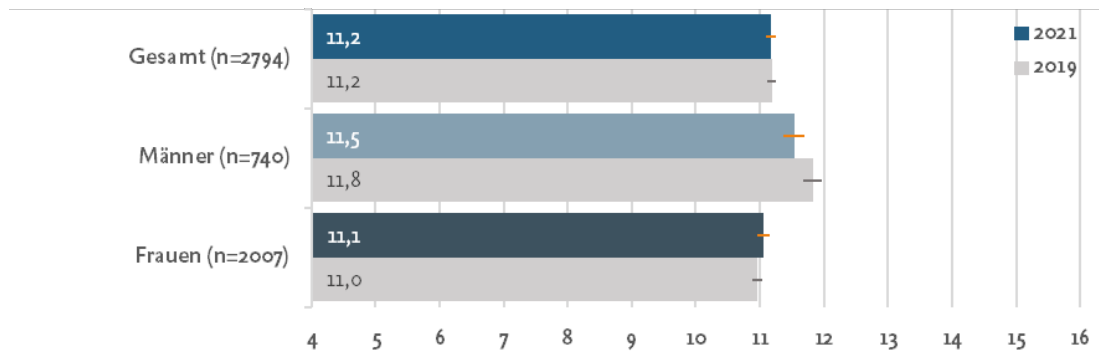
## Literatur

- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control* (10. ed). Freeman.
- Dinther, M. van, Dochy, F. & Segers, M. (2011). Factors affecting students' self-efficacy in higher education. *Educational Research Review*, 6(2), 95–108.  
<https://doi.org/10.1016/j.edurev.2010.10.003>
- Frost, B. & Mierke, K. (2013). Stresserleben und Stressbewältigung bei Studierenden: Funktionale und dysfunktionale Strategien und weitere Einflussvariablen. *Journal of Business and Media Psychology*(1), 13–24. [https://www.researchgate.net/publication/281281564\\_Stresserleben\\_und\\_Stressbewaltigung\\_bei\\_Studierenden\\_Funktionale\\_und\\_dysfunktionale\\_Strategien\\_und\\_weitere\\_Einflussvariablen\\_Stress\\_and\\_Coping\\_Among\\_Students\\_Functional\\_and\\_Dysfunctional\\_Strategies\\_an](https://www.researchgate.net/publication/281281564_Stresserleben_und_Stressbewaltigung_bei_Studierenden_Funktionale_und_dysfunktionale_Strategien_und_weitere_Einflussvariablen_Stress_and_Coping_Among_Students_Functional_and_Dysfunctional_Strategies_an)
- Hinz, A., Schumacher, J., Albani, C., Schmid, G. & Brähler, E. (2006). Bevölkerungsrepräsentative Normierung der Skala zur Allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung. *Diagnostica*, 52(1), 26–32.
- Jerusalem, M. & Schwarzer, R. (o. J.). *Allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung (SWE): Beschreibung der psychometrischen Skala*. <http://userpage.fu-berlin.de/~health/germscal.htm>
- Kohls, E., Baldofski, S., Moeller, R., Klemm, S.-L. & Rummel-Kluge, C. (2021). Mental Health, Social and Emotional Well-Being, and Perceived Burdens of University Students During COVID-19 Pandemic Lockdown in Germany. *Frontiers in psychiatry*, 12, 643957.  
<https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.643957>
- Pajares, F. (1996). Self-efficacy beliefs in academic settings. *Review of Educational Research*, 66(4), 543–578.
- Petersdotter, L., Niehoff, E. & Freund, P. A. (2017). International experience makes a difference: Effects of studying abroad on students' self-efficacy. *Personality and Individual Differences*, 107, 174–178. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.11.040>
- Schwarzer, R. & Jerusalem, M. (1999). *Skalen zur Erfassung von Lehrer- und Schülermerkmalen: Dokumentation der psychometrischen Verfahren im Rahmen der wissenschaftlichen Begleitung des Modellversuchs Selbstwirksame Schulen*. Freie Universität, Institut für Arbeits-, Organisations- und Gesundheitspsychologie.
- Sheeran, P., Maki, A., Montanaro, E., Avishai-Yitshak, A., Bryan, A., Klein, W. M. P., Miles, E. & Rothman, A. J. (2016). The impact of changing attitudes, norms, and self-efficacy on health-related intentions and behavior: A meta-analysis. *Health Psychology*, 35(11), 1178–1188. <https://doi.org/10.1037/hea000387>
- Ye, L., Posada, A. & Liu, Y. (2018). The moderating effects of gender on the relationship between academic stress and academic self-efficacy. *International Journal of Stress Management*, 25(S1), 56–61. <https://doi.org/10.1037/stro000089>
- Zimmerman, B. J. (2000). Self-Efficacy: An Essential Motive to Learn. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 82–91. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1016>



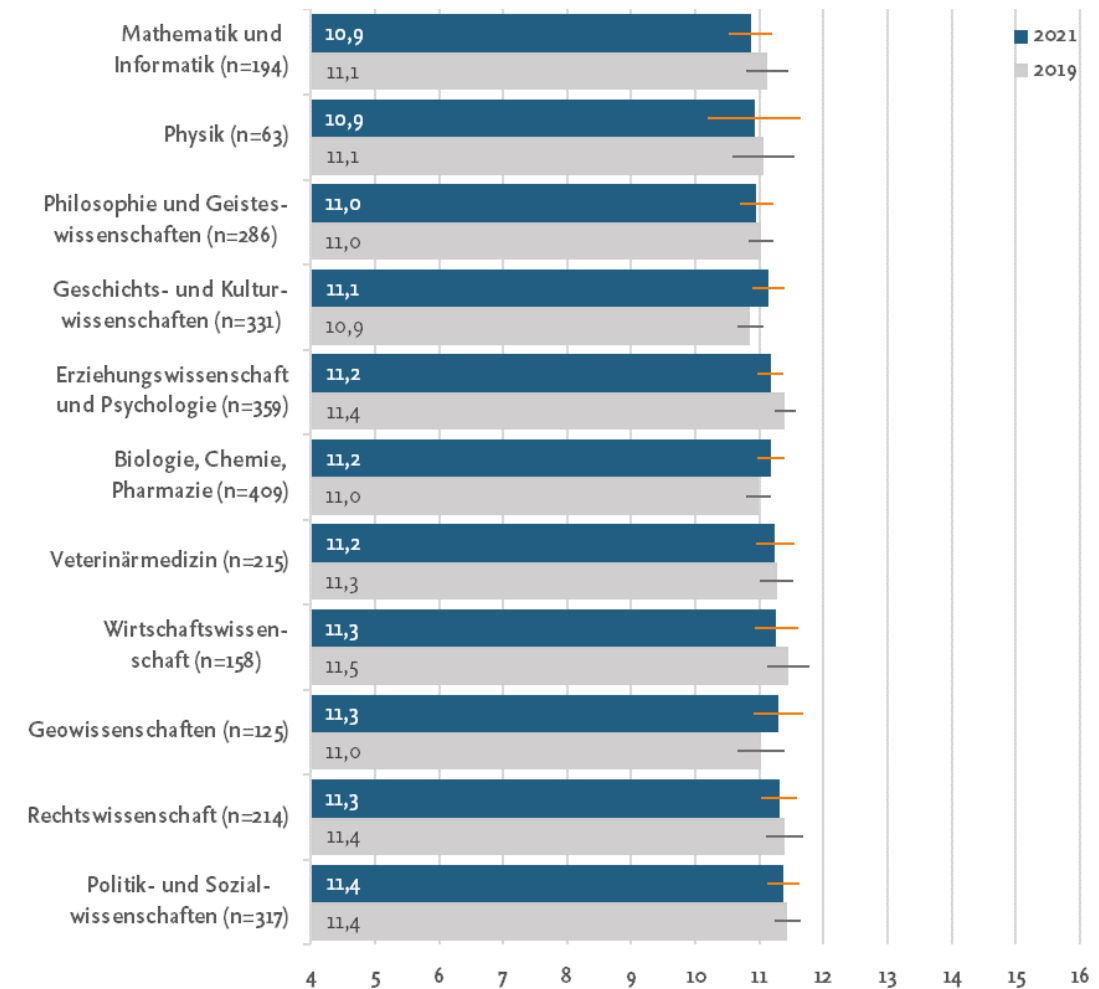
Grafische Ergebnisdarstellung

Abbildung 1: Allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung, differenziert nach Geschlecht



Anmerkung: Summenwerte auf einer Skala von 4 bis 16 mit 95%-Konfidenzintervall

Abbildung 2: Allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung, differenziert nach Fachbereichen



Anmerkung: Summenwerte auf einer Skala von 4 bis 16 mit 95%-Konfidenzintervall

Tabelle 1: Allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung bei Studierenden der FU Berlin im Zeitverlauf der Befragungen

	UHR FU 2021 Σ (95%-KI)	UHR FU 2019 Σ (95%-KI)	UHR FU 2016 Σ (95%-KI)	UHR FU 2014 Σ (95%-KI)	UHR FU 2012 Σ (95%-KI)
Gesamt	n=2794 11,2 (11,1–11,3)	n=3275 11,2 (11,1–11,3)	n=2607 11,4 (11,3–11,5)	n=2376 11,4 (11,3–11,5)	n=2644 11,1 (11,0–11,2)
Männer	n=740 11,5 (11,4–11,7)	n=876 11,8 (11,7–12,0)	n=756 11,8 (11,6–12,0)	n=741 11,8 (11,6–11,9)	n=842 11,4 (11,3–11,6)
Frauen	n=2007 11,1 (11,0–11,1)	n=2353 11,0 (10,9–11,0)	n=1817 11,2 (11,1–11,3)	n=1635 11,2 (11,1–11,3)	n=1802 10,9 (10,8–11,0)

Anmerkung: Summenwerte auf einer Skala von 4 bis 16 mit 95%-Konfidenzintervall

Tabelle 2: Allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung, Vergleich der Studierenden der FU Berlin mit Studierenden der Bundesweiten Befragung Studierender in Deutschland 2017

	UHR FU 2021 Σ (95%-KI)	BWB 2017 Σ (95%-KI)
Gesamt	n=2794 11,2 (11,1–11,3)	n=6087 11,9 (11,9–12,0)
Männer	n=740 11,5 (11,4–11,7)	n=2280 12,3 (12,2–12,4)
Frauen	n=2007 11,1 (11,0–11,1)	n=3807 11,7 (11,6–11,7)

Anmerkung: Summenwerte auf einer Skala von 4 bis 16 mit 95%-Konfidenzintervall

