

## 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, Schumacher, Albani, Schmid & Brähler, 2006; Jerusalem & Schwarzer, n.d.; 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.

Es zeigt sich, dass die allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung Motivation und Verhalten beeinflusst und somit auch das Lernen bei Studierenden (Dinther, Dochy & Segers, 2011; Schwarzer, 2014). Ableitbar ist dies unter anderem aus beobachteten Zusammenhängen zwischen Selbstwirksamkeit und gesundheitsförderlichen Strategien zur Stressbewältigung, die wiederum positiv mit Studienerfolg und Lebenszufriedenheit assoziiert sind (Frost & Mierke, 2013). Da sich die Selbstwirksamkeitserwartung zudem als Prädiktor für Bemühung, Ausdauer, emotionale Reaktion und Handlungsentscheidungen bei Lernenden erwiesen hat (Zimmerman, 2000), ist sie ein wertvolles Messinstrument für das studentische Gesundheitsmanagement. Hierbei erscheint besonders erwähnenswert, dass die Selbstwirksamkeitserwartung veränderbar ist und durch hochschulische Angebote, wie etwa Auslandssemester, signifikant gesteigert werden kann (Petersdotter, Niehoff & Freund, 2017).

### Methode

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

---

Ein Kooperationsprojekt zwischen dem Deutschen Zentrum für Hochschul- und Wissenschaftsforschung, der Freien Universität Berlin und der Techniker Krankenkasse.

### Kernaussagen

- Die Studierenden schätzen ihre allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung als hoch ein, das Mittel liegt bei  $M=12,0$ , der Skalenanker bzw. Range bei 4-16.
- Männliche Studierende schätzen ihre Selbstwirksamkeit ( $M=12,4$ ) im Mittel höher ein als weibliche Studierende ( $M=11,7$ ). Der Unterschied ist signifikant.
- In der Selbstwirksamkeitserwartung unterscheiden sich die Studierenden der unterschiedlichen Fachbereiche nur geringfügig, allerdings z. T. statistisch signifikant: Am höchsten fällt sie unter Studierenden der Ingenieurwissenschaften ( $M=12,3$ ) aus.

### Ergebnisse

Die männlichen Studierenden schätzen ihre Selbstwirksamkeitserwartung im Mittel höher ein als die weiblichen Studierenden ( $\varphi$ :  $M=11,7$ ;  $\sigma$ :  $M=12,4$ ).

Studierende verschiedener Fächergruppen unterscheiden sich lediglich geringfügig in ihrer Selbstwirksamkeitserwartung. Für die Studierenden der Fächergruppen Ingenieurwissenschaften ( $M=12,3$ ), Medizin/Gesundheitswissenschaften ( $M=12,2$ ) sowie Rechts- und Wirtschaftswissenschaften ( $M=12,2$ ) lassen sich gegenüber den Studierenden der Fächergruppen Mathematik/Naturwissenschaften ( $M=11,9$ ) und Sozialwissenschaften/-wesen/Psychologie und Pädagogik ( $M=11,9$ ) sowie Sprach- und Kulturwissenschaften ( $M=11,7$ ) im Mittel signifikant höhere Selbstwirksamkeitserwartungen ausweisen.

Unter Studierenden an Fachhochschulen ( $M=12,1$ ) fällt die Selbstwirksamkeitserwartung im Mittel etwas höher aus als unter Studierenden an Universitäten ( $M=12,0$ ).

In der Betrachtung der verschiedenen Studienjahre (vom ersten bis zum achten und höheren Studienjahr) sind nur geringfügige (zudem nicht statistisch signifikante) Unterschiede auszumachen<sup>1</sup>.

Die allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung entspricht im Mittel in etwa der einer bevölkerungsrepräsentativen Stichprobe (Hinz, Schumacher, Albani, Schmid & Brähler, 2006).

Eine detaillierte Studienbeschreibung sowie methodische Erläuterungen sind auf der Internetseite der Freien Universität Berlin unter [www.fu-berlin.de/gesund-studieren](http://www.fu-berlin.de/gesund-studieren) zu finden. Dort befindet sich auch eine Auflistung der weiteren Faktenblätter zur Befragung "Gesundheit Studierender in Deutschland 2017".

<sup>1</sup> Die Werte des ersten Studienjahres werden wegen der geringen Fallzahl mit Vorsicht interpretiert.

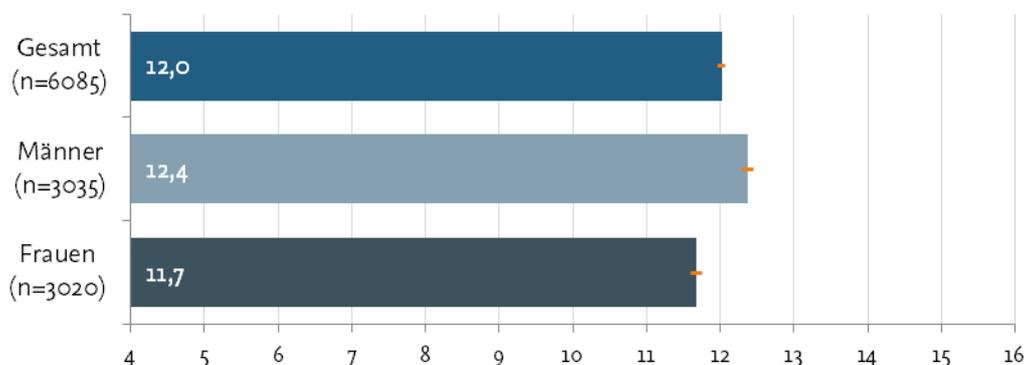
---

## Literatur

- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy. The exercise of control* (10. ed). New York, NY: 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. Zugriff am 21.02.2018. Verfügbar unter [https://www.researchgate.net/publication/281281564\\_Stresserleben\\_und\\_Stressbewältigung\\_bei\\_Studierenden\\_Funktionale\\_und\\_dysfunktionale\\_Strategien\\_und\\_weitere\\_Einflussvariablen\\_Stress\\_and\\_Coping\\_Among\\_Students\\_Functional\\_and\\_Dysfunctional\\_Strategies\\_a\\_n](https://www.researchgate.net/publication/281281564_Stresserleben_und_Stressbewältigung_bei_Studierenden_Funktionale_und_dysfunktionale_Strategien_und_weitere_Einflussvariablen_Stress_and_Coping_Among_Students_Functional_and_Dysfunctional_Strategies_a_n)
- 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. (n.d.). *Allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung (SWE). Beschreibung der psychometrischen Skala*. Zugriff am 21.06.2017. Verfügbar unter <http://userpage.fu-berlin.de/~health/germscal.htm>
- 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. (2014). *Self-Efficacy. Thought Control Of Action*. Hoboken: Taylor and Francis.
- 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*. Berlin: Freie Universität, Institut für Arbeits-, Organisations- und Gesundheitspsychologie.
- 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>

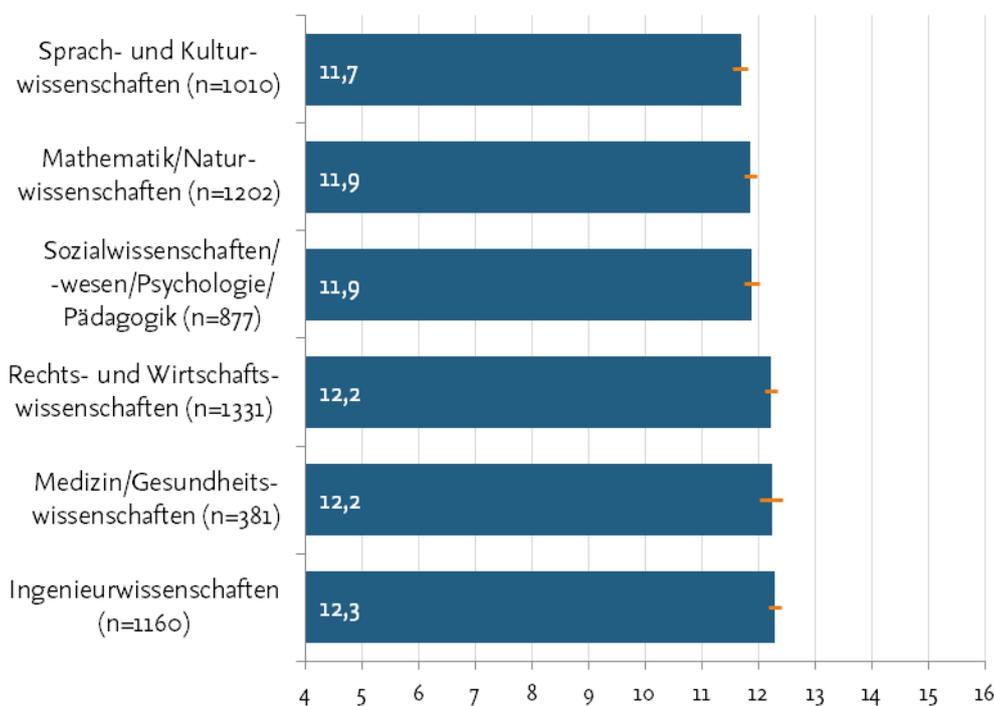
Grafische Ergebnisdarstellung

Abbildung 1: Allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung bei Studierenden, differenziert nach Geschlecht.



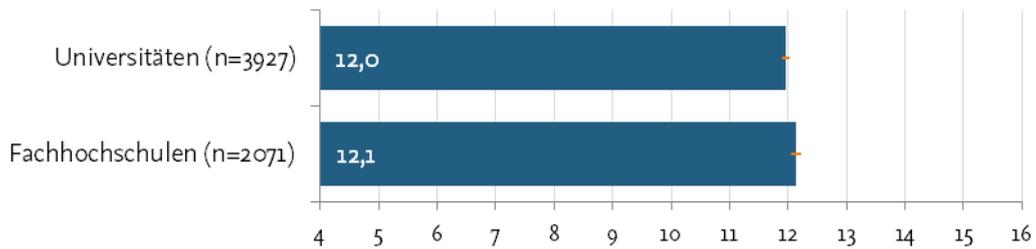
Anmerkung: Mittelwerte auf einer Skala von 4 bis 16, dargestellt in blauen Balken. 95%-Konfidenzintervalle der Mittelwerte in orangefarbenen Linien.

Abbildung 2: Allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung bei Studierenden, differenziert nach Fächergruppen.



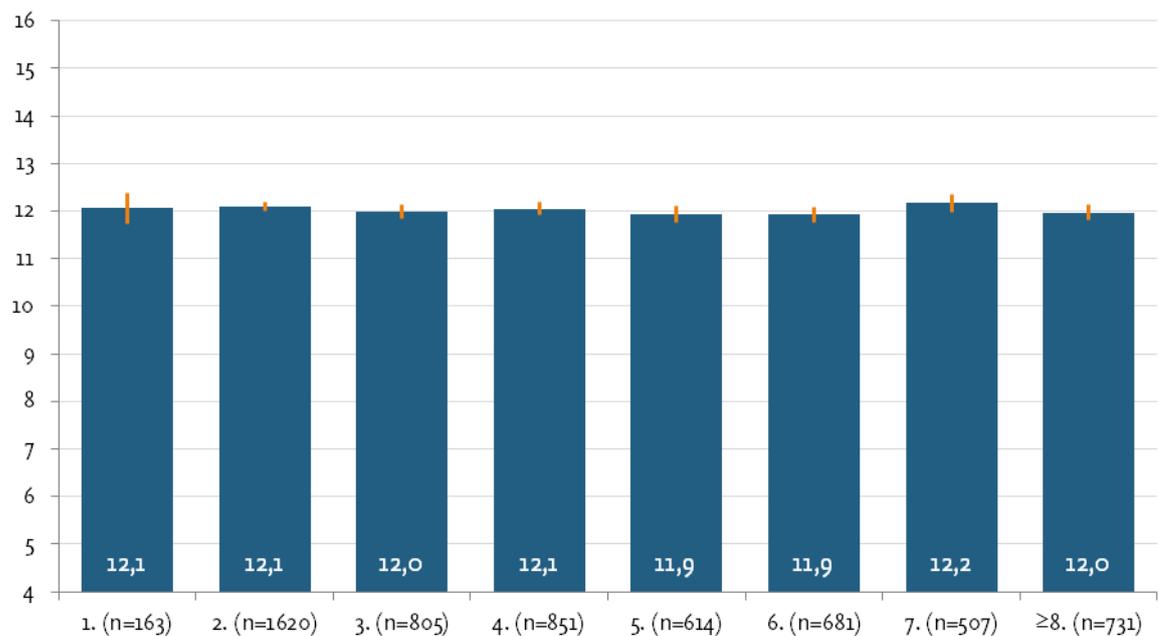
Anmerkung: Mittelwerte auf einer Skala von 4 bis 16, dargestellt in blauen Balken. 95%-Konfidenzintervalle der Mittelwerte in orangefarbenen Linien.

Abbildung 3: Allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung bei Studierenden, differenziert nach Hochschultyp.



Anmerkung: Mittelwerte auf einer Skala von 4 bis 16, dargestellt in blauen Balken. 95%-Konfidenzintervalle der Mittelwerte in orangefarbenen Linien.

Abbildung 4: Allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung bei Studierenden, differenziert nach Studienjahren.



Anmerkung: Mittelwerte auf einer Skala von 4 bis 16, dargestellt in blauen Balken. 95%-Konfidenzintervalle der Mittelwerte in orangefarbenen Linien.