

Ergebnisse des Projekts »Gesundheit Studierender in Deutschland 2017«

1. Expert_innentreffen – 20/09/2019

Tino Lesener, Burkhard Gusy & Leonard Pleiss



- Projekt: »Gesundheit Studierender in Deutschland 2017«
 - Deutsches Zentrum für Hochschul- und Wissenschaftsforschung
 - Freie Universität Berlin
 - Die Techniker Krankenkasse
- Erstmals bundesweite, aussagekräftige und belastbare Daten zur gesundheitlichen Situation Studierender in Deutschland
- Vergleichbarkeit und Benchmarking im Rahmen der hochschulspezifischen Gesundheitsberichterstattung



Die Online-Befragung »Gesundheit Studierender in Deutschland 2017« wurde zwischen dem 12.06.2017 und dem 23.08.2017 durchgeführt.

In diesem Rahmen wurden 6.198 Studierende befragt, unter anderem zu

- ihren Anforderungen und Ressourcen im Studium,
- ihrem gesundheitsbezogenen Verhalten, sowie
- ihrer gesundheitlichen Situation.

Themenübersicht

Gesundheit	Gesundheitsbezogenes Verhalten	Ressourcen & Anforderungen
Subjektive Gesundheit	Körperliche & Sportliche Aktivität	Selbstwirksamkeit
Lebenszufriedenheit	Rauchen	Mitgestaltung des Studiums
Körperliche Beschwerden	Alkoholkonsum	Geistige Anforderungen
Engagement im Studium	Cannabiskonsum	Workload
Burnout	Konsum weiterer illegaler Substanzen	Soziale Ressourcen des Studiums
Depressive Symptomatik	Medikamentenkonsum	Strukturelle Ressourcen des Studiums
Generalisierte Angststörung	Absentismus & Präsentismus	
Subjektives Stresserleben		

Maße des psychischen Missbefindens:

- Depressive Symptomatik
- Generalisierte Angststörung
- Subjektives Stresserleben
- Burnout

Definition:

Unter dem Begriff »depressive Symptomatik« werden verschiedene Symptome zusammengefasst, die auch typisch für eine klinische Depression sind, jedoch nicht notwendigerweise als eine solche eingestuft werden. Dazu zählen der Verlust von Freude, Interesse und Energie, Schwermut oder Gefühle von Wertlosigkeit (Busch, Maske, Ryl, Schlack & Hapke, 2013).

Instrument:

Patient Health Questionnaire (PHQ-4)

Items:

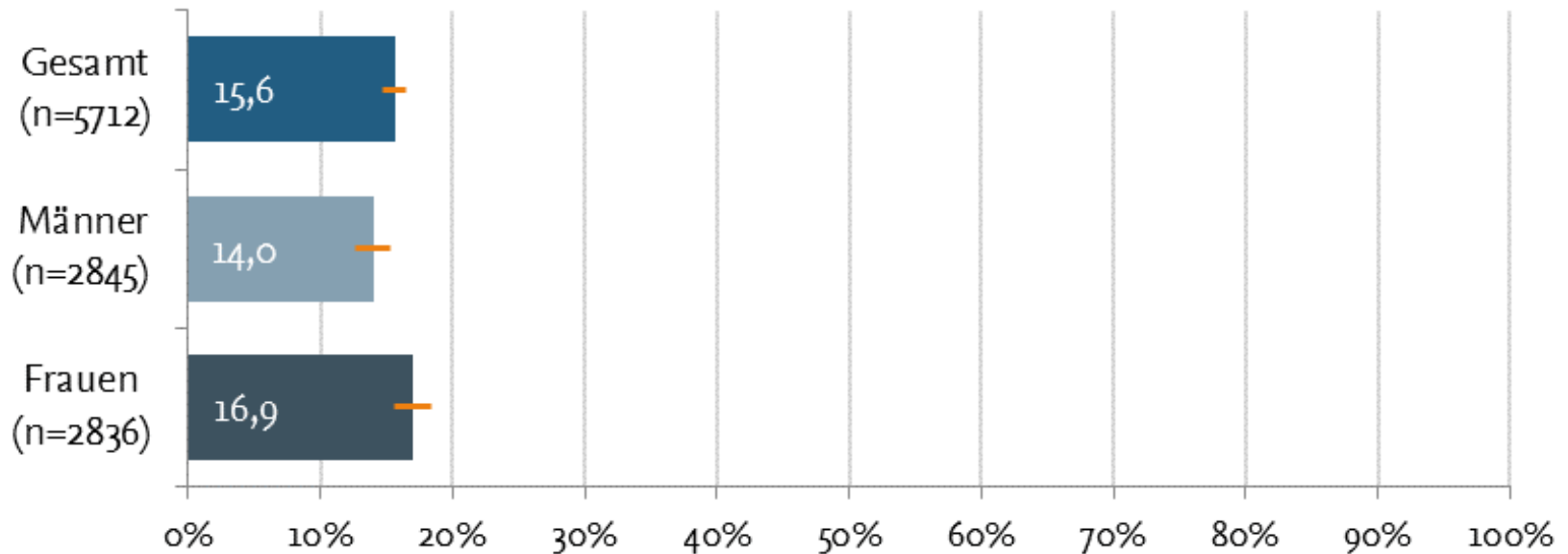
Beeinträchtigung durch

- „Verlust von Interesse und Freude“
- „Niedergeschlagenheit, Schwermut oder Hoffnungslosigkeit“

in den zwei Wochen vor der Befragung.

Antwortabstufungen: „überhaupt nicht“ (0) bis „beinahe jeden Tag“ (3)

Abbildung: Depressive Symptomatik, differenziert nach Geschlecht.



Anmerkung: Anteil der Studierenden, die in den zwei Wochen vor der Befragung an mindestens der Hälfte der Tage zwei Symptome des depressiven Syndroms erlebten; Angaben in Prozent mit 95 %-Konfidenzintervall.

Einordnung (Bretschneider et al., 2017):

- 16,4 % bei den 18- bis 29-jährigen Frauen
- 9,5 % bei den 18- bis 29-jährigen Männern

Definition:

Unter dem Begriff »Generalisierte Angststörung« werden stark belastende, überdauernde Sorgen und Ängste bezüglich mehrerer Ereignisse oder Tätigkeiten bezeichnet (Hoyer & Beesdo-Baum, 2011).

Instrument:

Patient Health Questionnaire (PHQ-4)

Items:

Beeinträchtigung durch

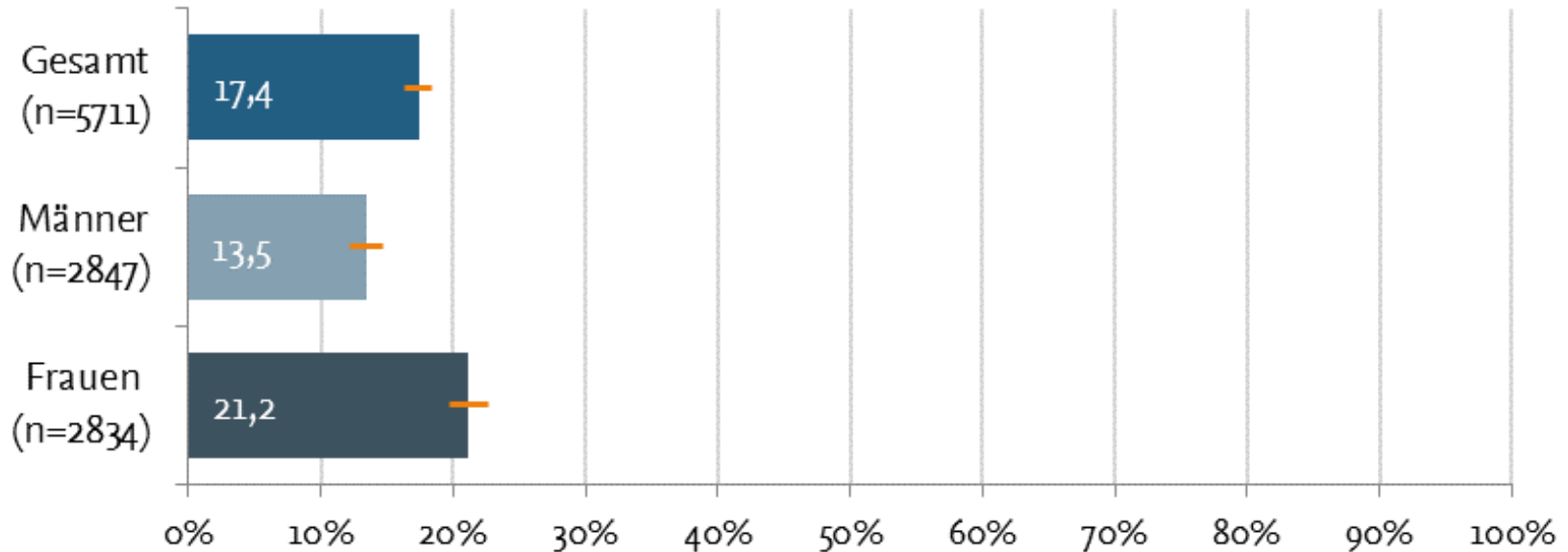
- „Nervosität, Ängstlichkeit oder Anspannung“
- „Nicht in der Lage sein, Sorgen zu stoppen oder kontrollieren zu können“

in den zwei Wochen vor der Befragung.

Antwortabstufungen: „überhaupt nicht“ (0) bis „beinahe jeden Tag“ (3)

Anteil Studierender mit generalisierter Angststörung

Abbildung: Generalisierte Angststörung, differenziert nach Geschlecht.



Anmerkung: Anteil der Studierenden, die in den zwei Wochen vor der Befragung an mindestens der Hälfte der Tage zwei Symptome des depressiven Syndroms erlebten; Angaben in Prozent mit 95 %-Konfidenzintervall.

Einordnung (Hinz et al., 2017):

- 9,5 % bei den Frauen
- 5,0 % bei den Männern

Definition:

Burnout bezeichnet einen Zustand der **Erschöpfung**, der langanhaltend einen **Bedeutungsverlust** des Studiums verursacht, verbunden mit Gefühlen studienbezogener **Inkompetenz** (Wörfel, Gusy, Lohmann & Kleiber, 2015).

Instrument:

Maslach Burnout Inventory – Student Survey (MBI-SS9-D)

Beispielitems:

- „Durch mein Studium fühle ich mich ausgelaugt.“
- „Ich zweifle an der Bedeutsamkeit meines Studiums.“
- „Ich habe nicht das Gefühl, Studienanforderungen souverän meistern zu können.“

Antwortabstufungen: „nie“ (0) bis „täglich“ (6)

Anteil Studierender mit hohen Ausprägungen von Burnout

Abbildung: Burnout-Dimension **Erschöpfungserleben**, differenziert nach Geschlecht.

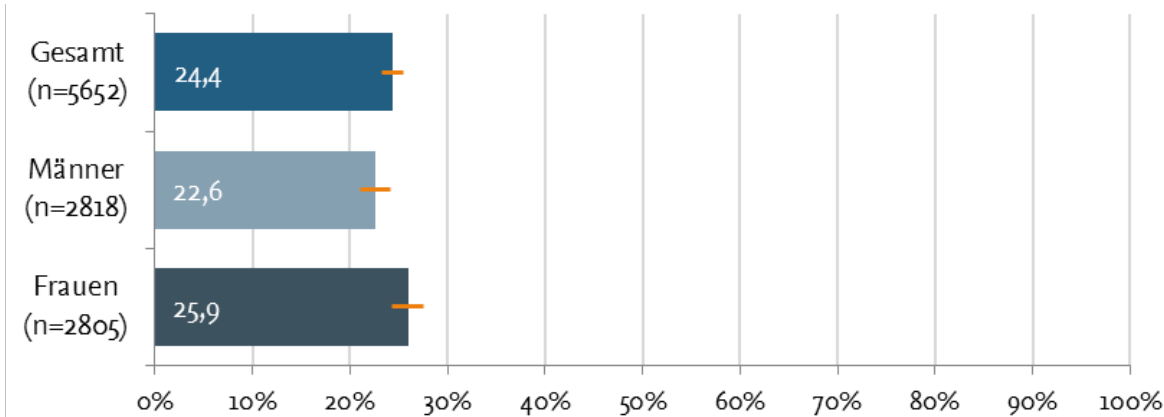
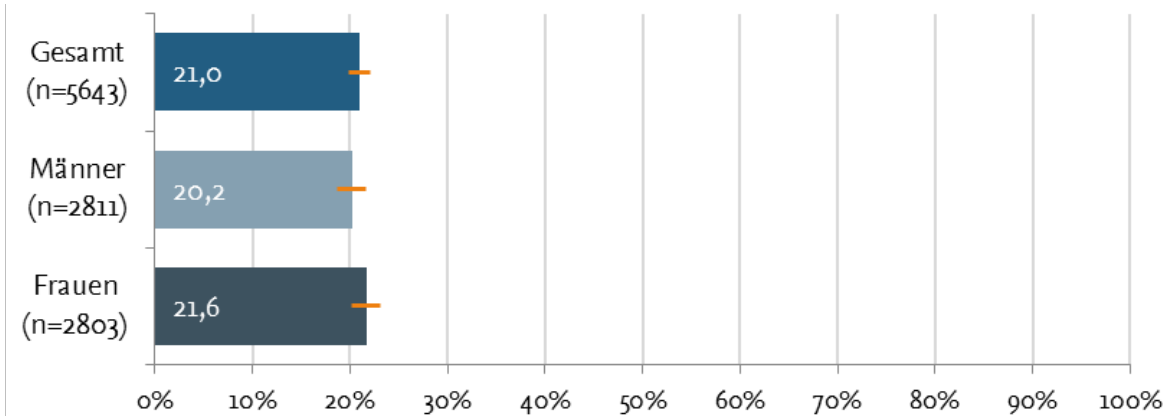


Abbildung: Burnout-Dimension **Bedeutungsverlust**, differenziert nach Geschlecht.



Anmerkung: Anteil der Studierenden mit hohen Ausprägungen im Erschöpfungserleben bzw. Bedeutungsverlust; Angaben in Prozent mit 95 %-Konfidenzintervall.

Definition:

Stress wird als Zustand erhöhter Alarmbereitschaft beschrieben, welcher durch eine erhöhte Aufmerksamkeit und Leistungsbereitschaft gekennzeichnet ist. Gefährden Anforderungen dauerhaft das innere Gleichgewicht, kommt es zu chronischem Stress. Laut Weltgesundheitsorganisation (WHO) ist Stress eine der größten Gefahren für die Gesundheit.

Instrument:

Heidelberger Stressskala (HEI-STRESS)

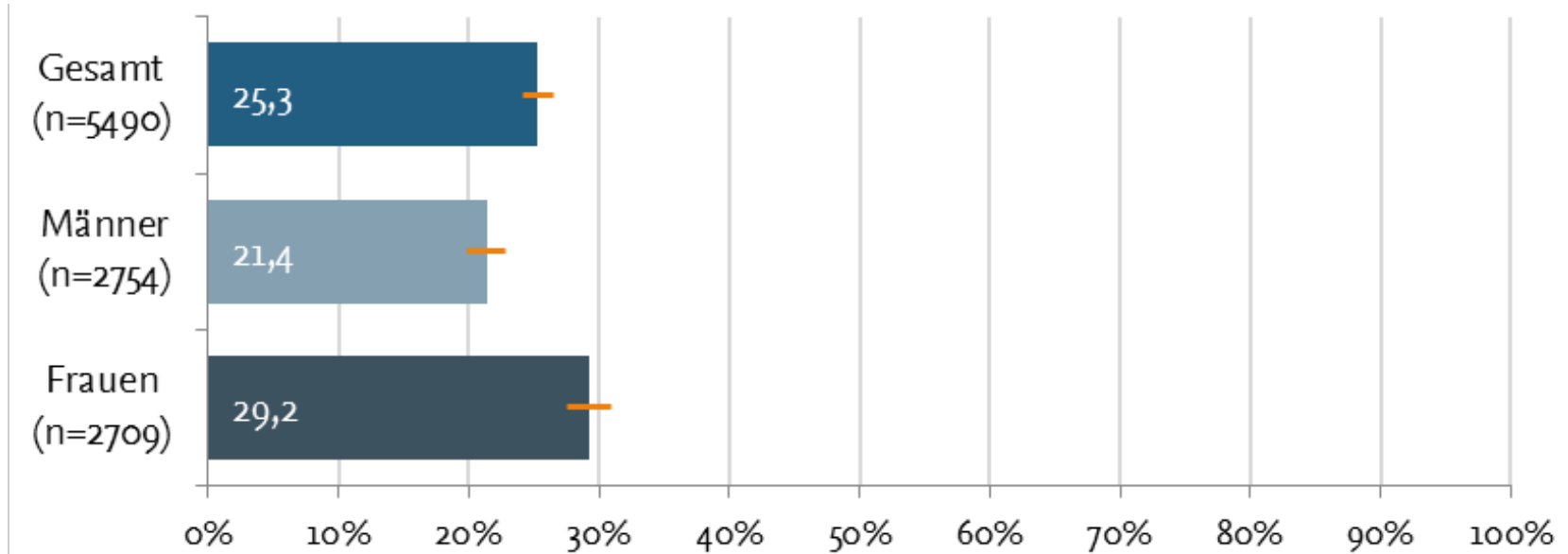
Beispielitem:

„Auf die letzten 4 Wochen bezogen: Wie gestresst fühlst du dich durch dein Studium?“

Gesamtscore zwischen: „nie“ (0) bis „sehr häufig“/„sehr stressig“ (100)

Anteil Studierender mit hohem subjektivem Stresserleben

Abbildung: Subjektives Stresserleben, differenziert nach Geschlecht.



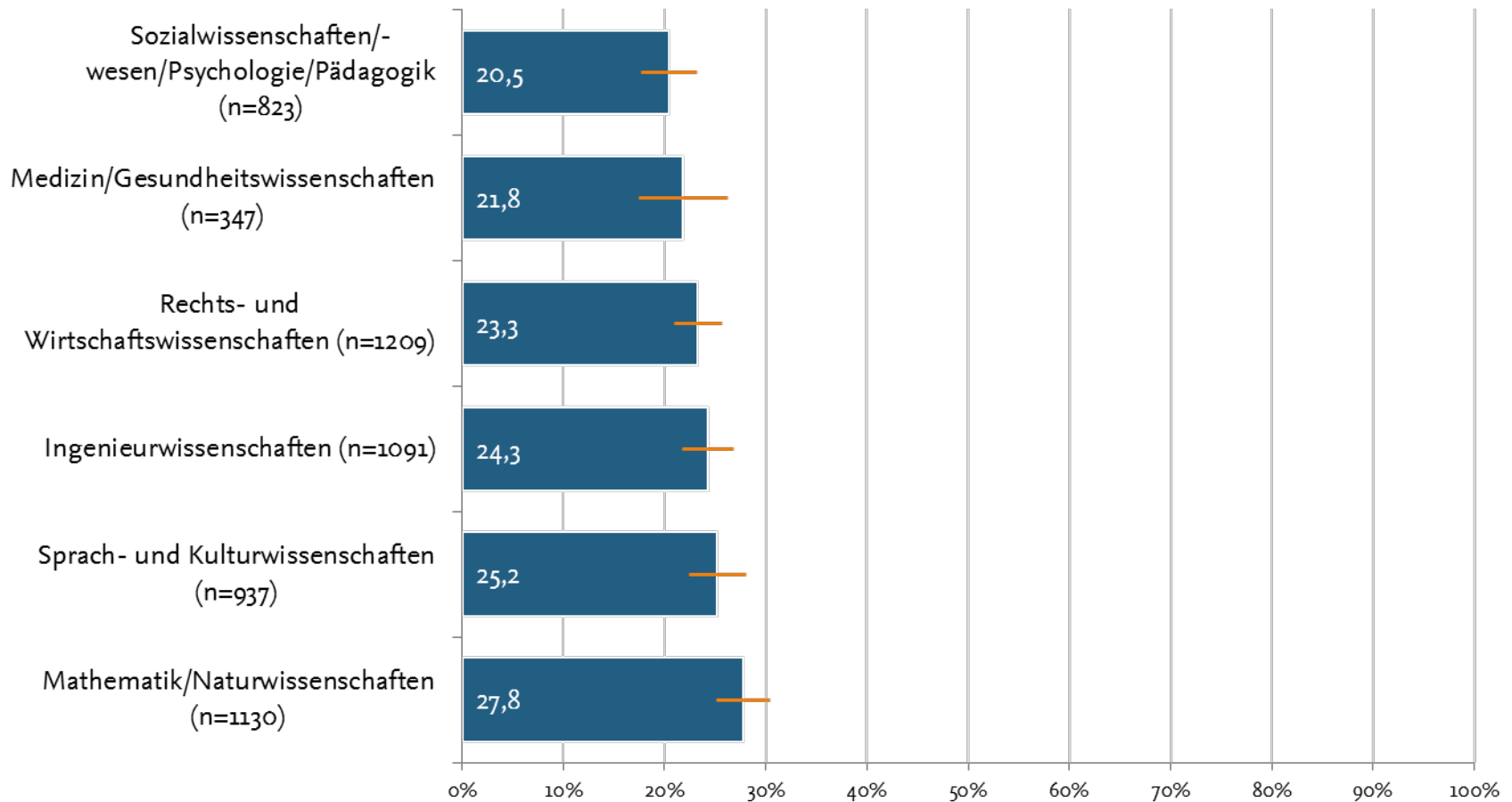
Anmerkung: Anteil der Studierenden, die sich mindestens „ziemlich“/„häufig“ gestresst fühlen; Angaben in Prozent mit 95 %-Konfidenzintervall.

Das psychische Missbefinden ist – auch im Vergleich zu Vergleichsstichproben – ein relevanter Problembereich bei Studierenden.

Darüber hinaus lohnt sich ein differenzierterer Blick:

Anteil Studierender mit hohem Erschöpfungserleben

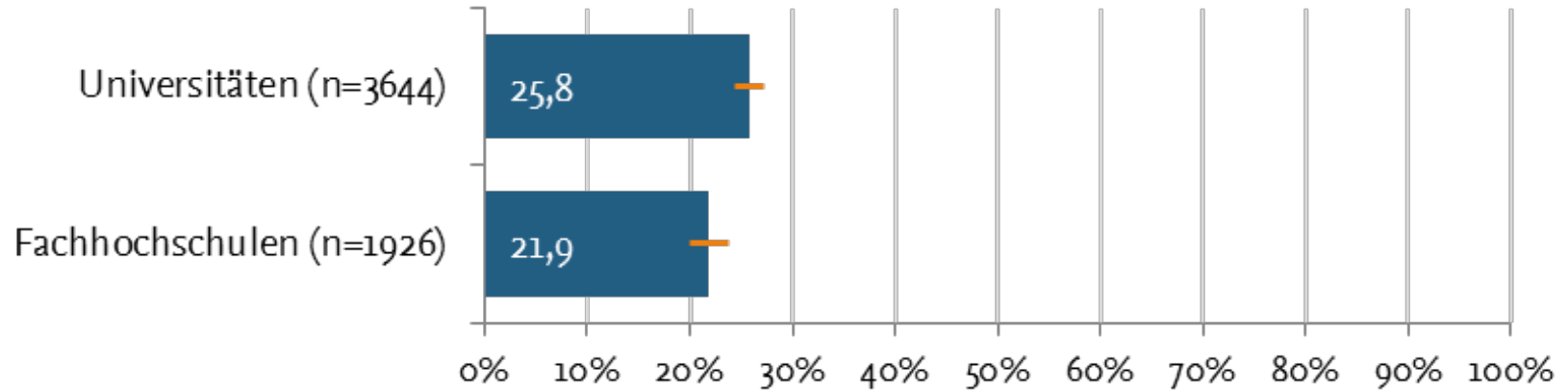
Abbildung: Erschöpfungserleben, differenziert nach Fächergruppen.



Anmerkung: Anteil der Studierenden mit hohen Ausprägungen im Erschöpfungserleben; Angaben in Prozent mit 95 %-Konfidenzintervall.

Anteil Studierender mit hohem Erschöpfungserleben

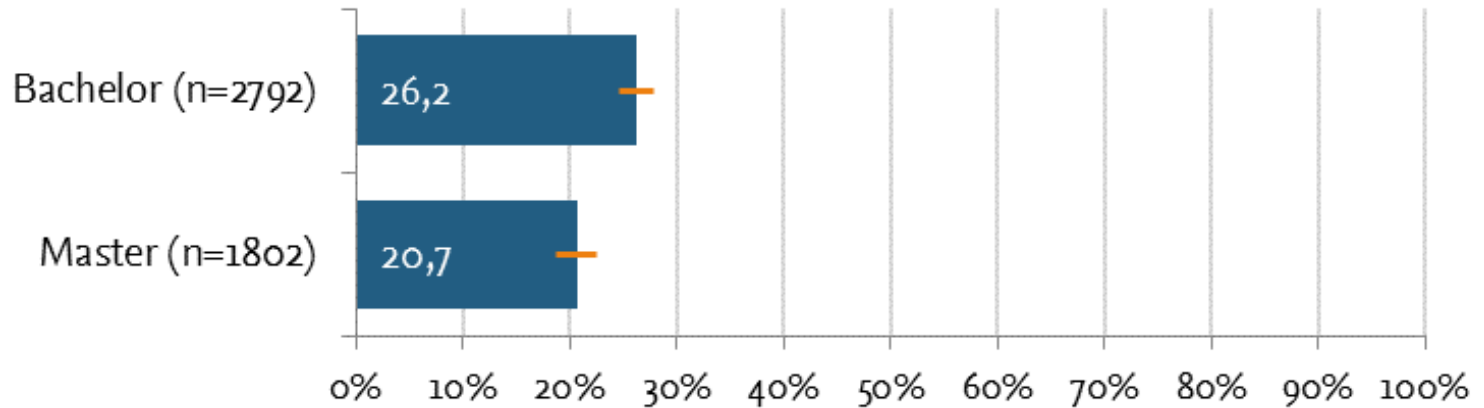
Abbildung: Erschöpfungserleben, differenziert nach Hochschulart.



Anmerkung: Anteil der Studierenden mit hohen Ausprägungen im Erschöpfungserleben; Angaben in Prozent mit 95 %-Konfidenzintervall.

Anteil Studierender mit hohem Erschöpfungserleben

Abbildung: Erschöpfungserleben, differenziert nach Abschlussart.



Anmerkung: Anteil der Studierenden mit hohen Ausprägungen im Erschöpfungserleben; Angaben in Prozent mit 95 %-Konfidenzintervall.

Es gibt Unterschiede im psychischen Missbefinden in Bezug auf die Fächergruppen, die Hochschulart, sowie die Abschlussart, die gegebenenfalls Möglichkeiten zur Eingrenzung der Zielgruppe bieten.