

Wahrgenommene soziale Unterstützung im Studium

Einleitung

Soziale Unterstützung durch Studierende und Lehrende ist eine wichtige Ressource im Studium. Soziale Unterstützung durch Lehrende zeigt sich in ihrer Ansprechbarkeit für fachliche Fragen, in individueller Beratung, konstruktivem Feedback zu Studienleistungen und gezielter Förderung der Studierenden.

Konstruktives Feedback als soziale Unterstützung stärkt das Zugehörigkeitsgefühl, fördert das Lernen und verbessert die akademische Kompetenz der Studierenden (Bakker & Demerouti, 2007). Ein hohes Maß an sozialer Unterstützung im Studium steigert die Motivation der Studierenden bei ihren Studienaufgaben und erleichtert das Erreichen ihrer akademischen Ziele (Bakker & Demerouti, 2007). Auch für die Gesundheit der Studierenden ist soziale Unterstützung relevant und hat sich als einflussreicher protektiver Faktor in Bezug auf depressive Symptomatik sowie Stresserleben erwiesen (Hennig et al., 2017; Schwarzer et al., 2004). Insbesondere Studienanfänger:innen und internationale Studierende profitieren von sozialer Unterstützung im Studium (Hofmann et al., 2021).

Soziale Unterstützung ist damit eine wichtige Ressource für die Gesundheit sowie für die Arbeits- bzw. Studierfähigkeit (McLean et al., 2022; Peters et al., 2015). Wird im Studienkontext ein hohes Maß an sozialer Unterstützung durch beide Quellen (Lehrende und Studierende) gewährt, fördert dies nachweislich das körperliche und psychische Wohlbefinden und puffert darüber hinaus mögliche negative Wirkungen von Belastungen auf die Gesundheit ab (Kienle et al., 2006; Lee & Padilla, 2016). Ebenso konnte gezeigt werden, dass positive Beziehungen zu anderen Studierenden sowie zu Lehrenden das Engagement bei studienbezogenen Tätigkeiten erhöht (Xerri et al., 2017). Insgesamt hilft soziale Unterstützung, Belastungen im Studium besser zu bewältigen (Hofmann et al., 2021), und hängt positiv mit der Lebenszufriedenheit zusammen (Niemeyer, 2020).

Methode

Mit dem *Berliner Anforderungen-Ressourcen-Inventar für das Studium (BARI-S)* wurde soziale Unterstützung als wahrgenommene bzw. antizipierte Unterstützung aus dem sozialen Netz der Studierenden erhoben. Erfasst wurde die subjektive Überzeugung, im Bedarfsfall Unterstützung aus dem sozialen Netz zu erhalten. Die soziale Unterstützung durch Studierende wurde zum Beispiel mit dem Item „Ich finde ohne Weiteres jemanden, der:die mich informiert oder mir Arbeitsunterlagen mitbringt, wenn ich mal nicht zur Hochschule kommen kann“ erfasst. Ein Beispielitem für soziale Unterstützung durch Lehrende ist: „Ich erhalte Hilfe und Unterstützung von Lehrenden, an deren Veranstaltungen ich teilnehme“.

Die Aussagen wurden von den Studierenden auf einer sechsstufigen Likertskala von 1 bis 6 bewertet, wobei 1 „nie“, 2 „selten“, 3 „manchmal“, 4 „oft“, 5 „sehr oft“ und 6 „immer“ entspricht. Für die Auswertung wurden jeweils Mittelwerte der Skalen berechnet. Höhere Werte entsprechen einem größeren Ausmaß an wahrgenommener sozialer Unterstützung.

Zitiervorschlag: Granse, M., Gusy, B., Kalhorn, H., Krause, S., Lesener, T. & Wolter, C. (2025). Wie gesund sind Studierende der Freien Universität Berlin? Ergebnisse der Befragung 01/25 (Schriftenreihe des AB Public Health: Prävention und psychosoziale Gesundheitsforschung: Nr. 03/P25). Berlin: Freie Universität Berlin.

Kernaussagen

- Insgesamt berichten die Studierenden, sich im Mittel „manchmal“ bis „oft“ von den Studierenden ($M=3,5$) und den Lehrenden ($M=3,4$) unterstützt zu fühlen.
- Weibliche und männliche Studierende unterscheiden sich in ihrer wahrgenommenen sozialen Unterstützung durch Studierende (φ : $M=3,5$ vs. σ : $M=3,4$) sowie durch Lehrende (φ : $M=3,3$ vs. σ : $M=3,5$) marginal voneinander.
- Studierende des Fachbereichs Philosophie und Geisteswissenschaften berichten das geringste Maß an sozialer Unterstützung durch Studierende ($M=3,1$), Studierende des Fachbereichs Physik das höchste ($M=4,2$).
- Studierende des Fachbereichs Rechtswissenschaft berichten das geringste Maß an sozialer Unterstützung durch Lehrende ($M=2,8$), während im Fachbereich Geschichts- und Kulturwissenschaften das höchste Maß berichtet wird ($M=3,8$).
- Im Vergleich zur der 2023 durchgeführten Befragung berichten die Studierenden ein signifikant höheres Maß an wahrgenommener sozialer Unterstützung durch Studierende (2025: $M=3,5$ vs. 2023: $M=3,3$).

Ergebnisse

Die befragten Studierenden der FU Berlin nehmen die soziale Unterstützung durch Studierende ($M=3,5$) im Mittel als marginal größer wahr als die Unterstützung durch Lehrende ($M=3,4$; vgl. Abbildung 1 und Abbildung 3).

Befragte des Fachbereichs Rechtswissenschaft zeigen auf beiden Dimensionen niedrige Werte. In anderen Fachbereichen werden Unterschiede zwischen der wahrgenommenen Unterstützung durch Studierende und jener durch Lehrende sichtbar. Auffällig ist, dass sich Studierende des Fachbereichs Veterinärmedizin besonders stark durch Studierende ($M=4,0$), jedoch im Vergleich dazu eher wenig durch Lehrende ($M=3,0$) unterstützt fühlen. Bei Studierenden des Fachbereichs Philosophie und Geisteswissenschaften zeigt sich ein umgekehrtes Bild (soziale Unterstützung durch Studierende: $M=3,1$; soziale Unterstützung durch Lehrende: $M=3,7$; vgl. Abbildung 2 und Abbildung 4).

Soziale Unterstützung durch Studierende

Die befragten Studierenden der FU geben an, sich im Mittel „manchmal“ bis „oft“ durch andere Studierende unterstützt zu fühlen ($M=3,5$). Weibliche und männliche Studierende unterscheiden sich dabei kaum voneinander ($\text{♀: } M=3,5$ vs. $\text{♂: } M=3,4$; vgl. Abbildung 1).

Die befragten Studierenden des Fachbereichs Philosophie und Geisteswissenschaften weisen mit $M=3,1$ das geringste Maß an wahrgenommener Unterstützung durch Studierende auf. Studierende der Fachbereiche Physik ($M=4,2$) sowie Veterinärmedizin ($M=4,0$) geben dagegen das mit Abstand höchste Maß an wahrgenommener sozialer Unterstützung durch Studierende an und unterscheiden sich signifikant von den Befragten fast aller anderen Fachbereiche (vgl. Abbildung 2).

Soziale Unterstützung durch Lehrende

Im Mittel geben die befragten Studierenden an, sich „manchmal“ bis „oft“ von den Lehrenden unterstützt zu fühlen ($M=3,4$). Hierbei unterscheiden sich weibliche und männliche Studierende nur marginal voneinander ($\text{♀: } M=3,3$ vs. $\text{♂: } M=3,5$; vgl. Abbildung 3).

Auf Ebene der Fachbereiche zeigen sich deutliche Unterschiede: Die befragten Studierenden des Fachbereichs Rechtswissenschaft ($M=2,8$) berichten die geringste wahrgenommene soziale Unterstützung durch Lehrende und unterscheiden sich damit signifikant von den Befragten der meisten anderen Fachbereiche. Studierende des Fachbereichs Geschichts- und Kulturwissenschaften berichten das höchste Maß an sozialer Unterstützung durch Lehrende ($M=3,8$; vgl. Abbildung 4).

Einordnung

Im Vergleich zu den Ergebnissen der 2023 durchgeführten Befragung berichten die Studierenden der FU ein signifikant höheres Maß an wahrgenommener sozialer Unterstützung durch Studierende (2025: $M=3,5$ vs. 2023: $M=3,3$), insbesondere bei den weiblichen Studierenden (2025: $M=3,5$ vs. 2023: $M=3,3$; Abbildung 1). Die soziale Unterstützung durch Lehrende wird von den befragten Studierenden in der aktuellen Befragung im Vergleich zu 2023 als marginal höher wahrgenommen (2025: $M=3,4$ vs. 2023: $M=3,3$; vgl. Abbildung 3).

Auf Ebene der Fachbereiche zeigt sich ein differenzierteres Bild: Bei der Mehrzahl der Fachbereiche nehmen die befragten Studierenden in der aktuellen Befragung ein unverändert hohes oder höheres Maß an sozialer Unterstützung durch Studierende wahr als im Jahr 2023. Im Fachbereich Politik- und Sozialwissenschaften ist dieser Unterschied signifikant (2025: $M=3,6$ vs. 2023: $M=3,3$; vgl. Abbildung 2). In den Fachbereichen Rechtswissenschaft sowie Mathematik und Informatik liegen die Werte für die wahrgenommene soziale Unterstützung durch Studierende dagegen unter denen der Befragung 2023. In Bezug auf die wahrgenommene soziale Unterstützung durch Lehrende sind die Werte in nahezu allen Fachbereichen in der aktuellen Befragung höher – lediglich im Fachbereich Veterinärmedizin ist der Wert unverändert (vgl. Abbildung 4).

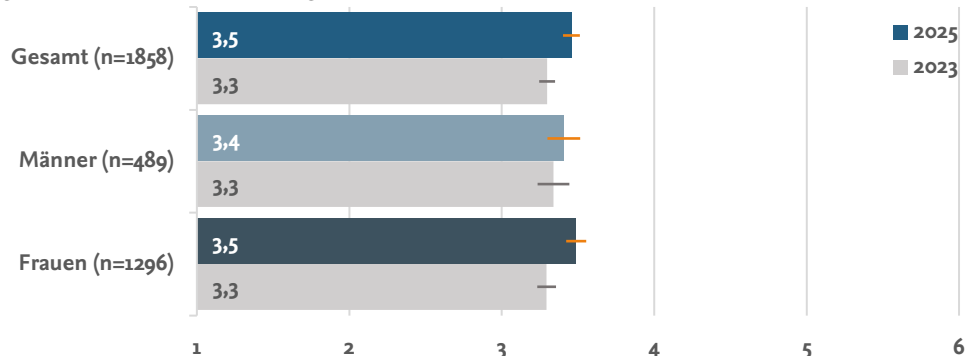
Die zeitliche Entwicklung der wahrgenommenen sozialen Unterstützung durch Studierende und Lehrende von 2016 bis 2025 kann in Tabelle 1 abgelesen werden.

Literatur

- Bakker, A. B. & Demerouti, E. (2007). The Job Demands-Resources Model: state of the art. *Journal of Managerial Psychology*, 22(3), 309–328.
- Hennig, L., Strack, M., Boos, M. & Reich, G. (2017). Soziale Unterstützung und psychisches Befinden von Studierenden. *Psychotherapeut*, 62(5), 431–435. <https://doi.org/10.1007/s00278-017-0232-6>
- Hofmann, Y. E., Müller-Hotop, R., Högl, M., Datzler, D. & Razinskas, S. (2021). *Resilienz stärken: Interventionsmöglichkeiten für Hochschulen zur Förderung der akademischen Resilienz ihrer Studierenden; Ein Leitfaden. IHF Forschungsbericht: Bd. 2.* https://www.ssoar.info/ssoar/bitstream/handle/document/75774/ssoar-2021-hofmann_et_al-Resilienz_starken_Interventionsmöglichkeiten_fur_Hochschulen.pdf?sequence=1&isAllowed=y&lnkname=ssoar-2021-hofmann_et_al-Resilienz_starken_Interventionsmöglichkeiten_fur_Hochschulen.pdf
- Kienle, R., Knoll, N. & Renneberg, B. (2006). Soziale Ressourcen und Gesundheit: soziale Unterstützung und dyadisches Bewältigen. In B. Renneberg & P. Hammelstein (Hrsg.), *Gesundheitspsychologie* (S. 107–122). Springer Medizin. https://doi.org/10.1007/978-3-540-47632-0_7
- Lee, D. S. & Padilla, A. M. (2016). Predicting South Korean University Students' Happiness through Social Support and Efficacy Beliefs. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 38(1), 48–60. <https://doi.org/10.1007/s10447-015-9255-2>
- McLean, L., Gaul, D. & Penco, R. (2022). Perceived Social Support and Stress: a Study of 1st Year Students in Ireland. *International journal of mental health and addiction*, 1–21. <https://doi.org/10.1007/s11469-021-00710-z>
- Niemeyer, I. (2020). Gesundheitsförderliche Ressourcen im - Studium – Auswirkungen von sozialer Unterstützung und strukturellen Rahmenbedingungen der Hochschule auf die Lebenszufriedenheit und Gesundheit von Studierenden. *Beiträge zur Hochschulforschung*, 42(1-2), 82–103.
- Peters, E., Spanier, K., Radoschewski, F. M., Mohnberg, I. & Bethge, M. (2015). Soziale Unterstützung als Ressource für Gesundheit und Arbeitsfähigkeit. *Das Gesundheitswesen*, 77(08/09), 77–A380. <https://doi.org/10.1055/s-0035-1563336>
- Schwarzer, R., Knoll, N. & Rieckmann, N. (2004). Social Support. In A. D. Kaptein & J. Weinman (Hrsg.), *Health Psychology: An Introduction* (S. 158–181). Blackwell Publishing.
- Xerri, M. J., Radford, K. & Shacklock, K. (2017). Student engagement in academic activities: a social support perspective. *Higher Education*, 1–17.

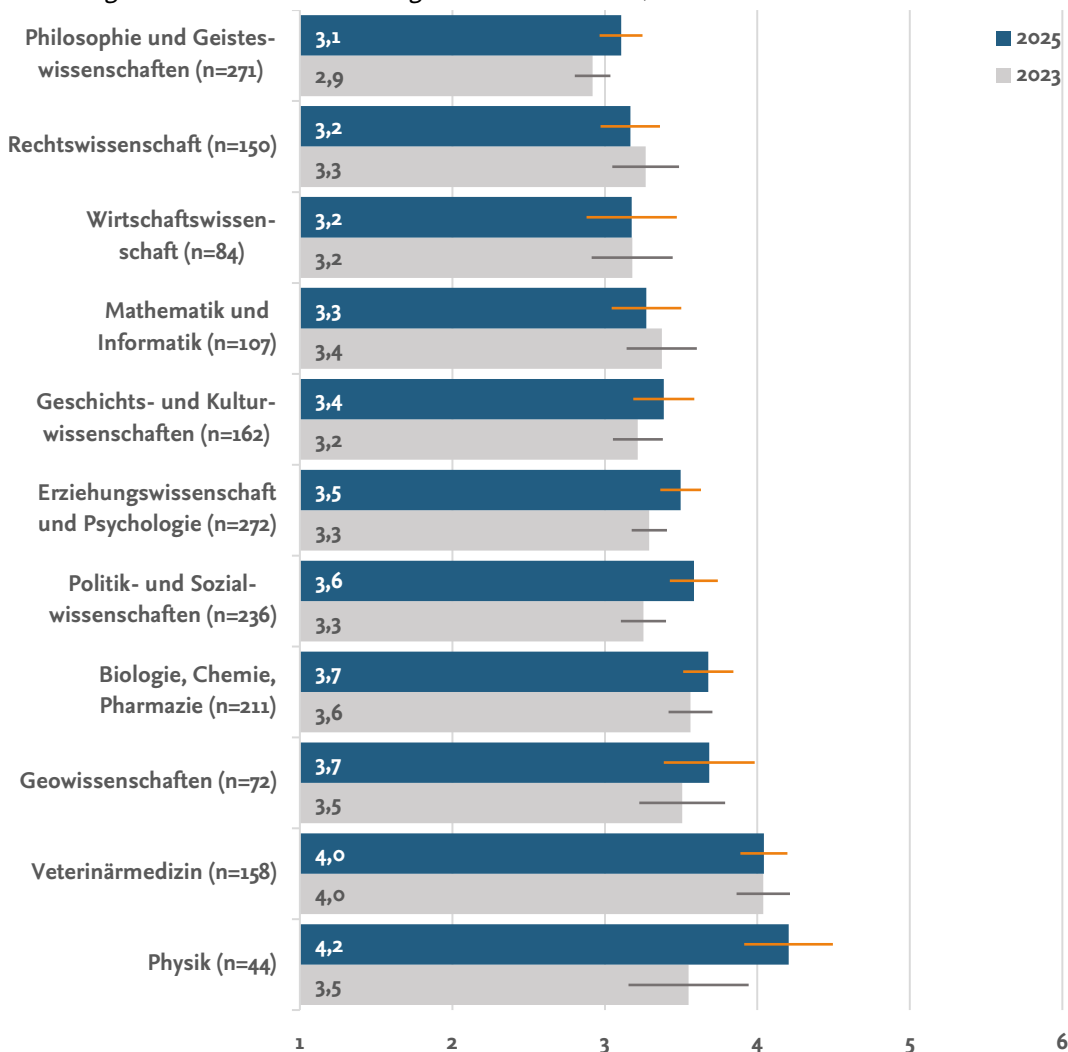
Grafische Ergebnisdarstellung

Abbildung 1: Soziale Unterstützung durch Studierende, differenziert nach Geschlecht



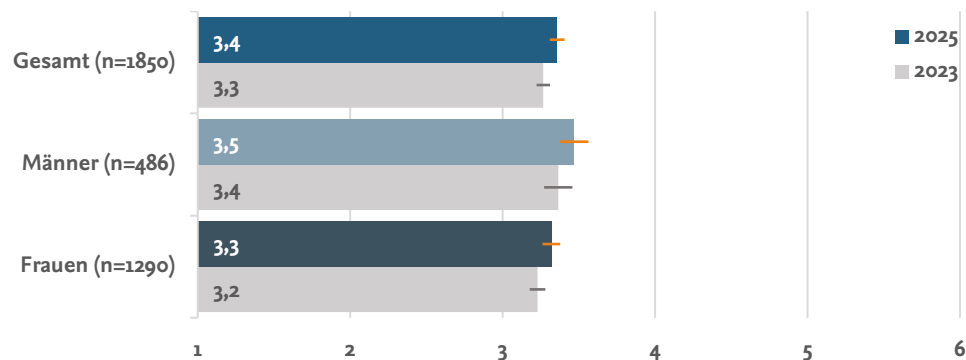
Anmerkung: Mittelwerte auf einer Skala von 1 bis 6 mit 95 %-Konfidenzintervall

Abbildung 2: Soziale Unterstützung durch Studierende, differenziert nach Fachbereichen



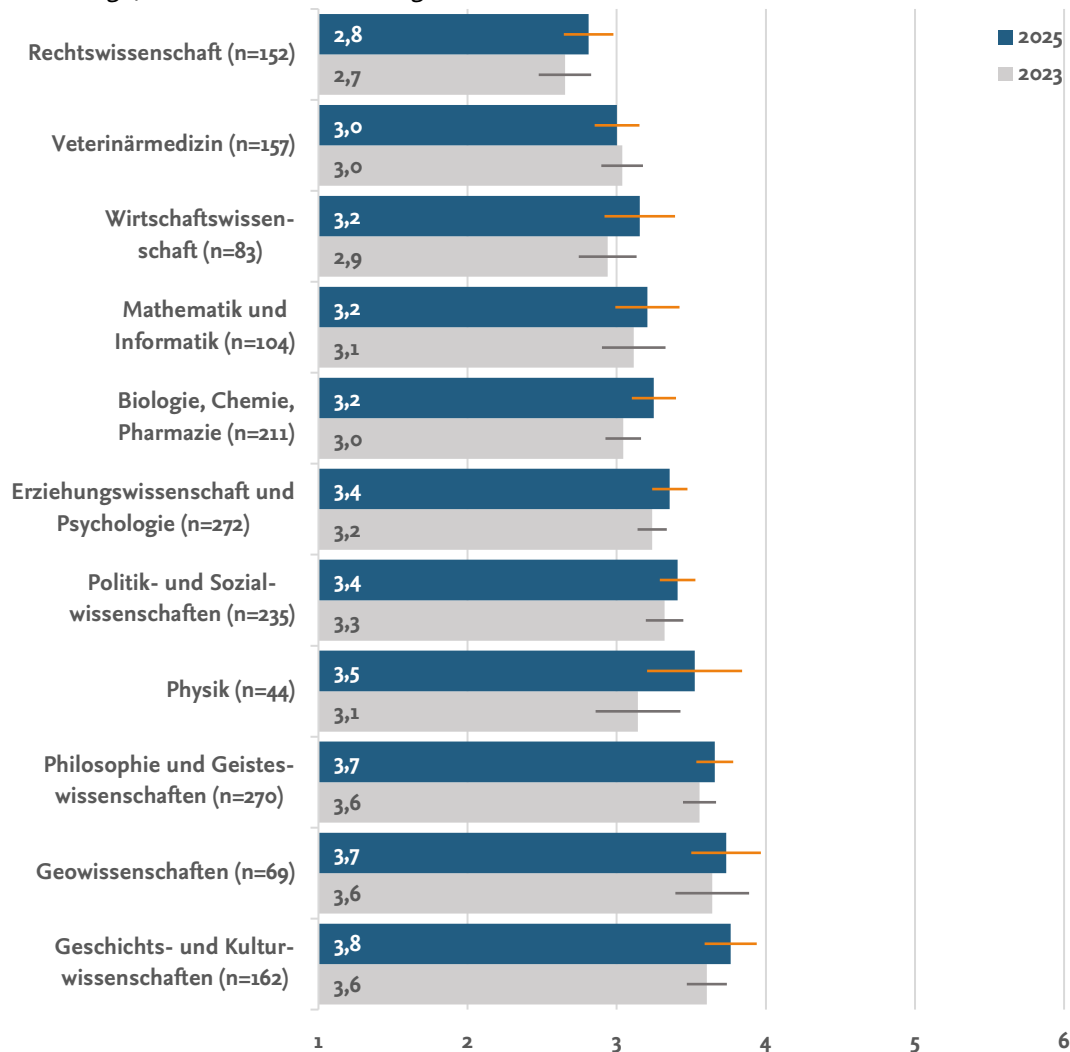
Anmerkung: Mittelwerte auf einer Skala von 1 bis 6 mit 95 %-Konfidenzintervall

Abbildung 3: Soziale Unterstützung durch Lehrende, differenziert nach Geschlecht



Anmerkung: Mittelwerte auf einer Skala von 1 bis 6 mit 95 %-Konfidenzintervall

Abbildung 4: Soziale Unterstützung durch Lehrende, differenziert nach Fachbereichen



Anmerkung: Mittelwerte auf einer Skala von 1 bis 6 mit 95 %-Konfidenzintervall

Tabelle 1: Soziale Unterstützung durch Studierende und Lehrende bei Studierenden der FU Berlin im Zeitverlauf der Befragungen

	UHR FU 2025 M (95 %-KI)	UHR FU 2023 M (95 %-KI)	UHR FU 2021 M (95 %-KI)	UHR FU 2019 M (95 %-KI)	UHR FU 2016 M (95 %-KI)
Soziale Unterstützung durch Studierende					
Gesamt	n=1858	n=2130	n=2806	n=3407	n=2407
	3,5 (3,4–3,5)	3,3 (3,2–3,3)	3,3 (3,3–3,3)	3,7 (3,6–3,7)	3,6 (3,6–3,7)
Männer	n=489	n=524	n=742	n=909	n=784
	3,4 (3,3–3,5)	3,3 (3,2–3,4)	3,2 (3,1–3,3)	3,6 (3,5–3,7)	3,6 (3,5–3,7)
Frauen	n=1296	n=1527	n=2017	n=2446	n=1818
	3,5 (3,4–3,6)	3,3 (3,2–3,4)	3,4 (3,3–3,4)	3,7 (3,7–3,8)	3,7 (3,6–3,7)
Soziale Unterstützung durch Lehrende					
Gesamt	n=1850	n=2131	n=2804	n=3387	n=2407
	3,4 (3,3–3,4)	3,3 (3,2–3,3)	3,3 (3,3–3,4)	3,2 (3,2–3,2)	3,2 (3,2–3,2)
Männer	n=486	n=525	n=738	n=900	n=784
	3,5 (3,4–3,6)	3,4 (3,3–3,5)	3,3 (3,2–3,4)	3,2 (3,1–3,2)	3,3 (3,2–3,3)
Frauen	n=1290	n=1528	n=2019	n=2436	n=1818
	3,3 (3,3–3,4)	3,2 (3,2–3,3)	3,3 (3,3–3,4)	3,2 (3,2–3,2)	3,2 (3,1–3,2)

Anmerkung: Mittelwerte auf einer Skala von 1 bis 6 mit 95 %-Konfidenzintervall