

Wöchentlicher Zeitaufwand im Semester

Einleitung

Der tatsächliche mit einem Studium verbundene Zeitaufwand (objektiver Workload) lässt sich differenzieren in die Zeit, die für das Besuchen von Lehrveranstaltungen, das Lernen außerhalb der Hochschule (Bowyer, 2012; Kroher et al., 2023) sowie für Wege zur Hochschule und zu verschiedenen Veranstaltungsorten aufgebracht wird. Gegebenenfalls addiert sich zu der Zeit, die in das Studium investiert wird, noch der Zeitaufwand für eine studienbegleitende Erwerbstätigkeit (Darmody et al., 2008).

Auf Grundlage der Bologna-Erklärung von 1999 wurden Studiengänge europaweit modularisiert und mit einem Leistungspunktesystem ausgestattet. Ein Vollzeitsemester umfasst dabei 30 ECTS-Punkte¹, was einem geschätzten Arbeitsaufwand von 32 bis 39 Wochenstunden während der Vorlesungszeit sowie in der vorlesungsfreien Zeit entspricht (Kultusministerkonferenz, 2010). Dieser Zeitrahmen beinhaltet sowohl die Teilnahme an Lehrveranstaltungen als auch das Selbststudium. Der tatsächliche Aufwand kann je nach Semesterphase variieren; insbesondere in Prüfungszeiträumen ist häufig ein Anstieg der für das Selbststudium aufgewendeten Zeit zu beobachten (Großmann & Wolbring, 2020). Im Prüfungsjahr 2021 erwarben 32,0 % der Absolventinnen und Absolventen ihren Hochschulabschluss innerhalb der Regelstudienzeit (Statistisches Bundesamt [Destatis], 2023).

Ein hoher Zeitaufwand für das Studium ist einer der häufigsten Stressoren für Studierende (Yang et al., 2021). Der berichtete Workload beeinflusst das Ausmaß der subjektiv empfundenen Belastung (Kausar, 2010). Ein höherer Zeitaufwand für das Studium kann eine Ursache für psychische Beschwerden (z.B. Burnout) sein, aber auch ein Indikator für ein hohes Engagement (Olson et al., 2023). Bei zu hoher Belastung wird meist nur oberflächlich gelernt (Schulmeister & Metzger, 2011; Stigen et al., 2022), eher ein Studienabbruch erwogen (Bowyer, 2012) und körperliche und psychische Beschwerden werden wahrscheinlicher. So ist ein höherer Workload mit stärkeren Angstsymptomen (Rummell, 2015) und Burnout (Elliott et al., 2023) sowie mit geringerer studienbezogener Zielerreichung, höherem Zeitdruck und reduziertem Wohlbefinden (Smith, 2019) assoziiert. Der Workload wird insbesondere durch strukturelle Merkmale der Hochschule wie die Hochschulart oder das Studienformat sowie durch studienbezogene Merkmale wie den Studienumfang, den angestrebten Abschluss oder den Studienfachbereich bestimmt (Kroher et al., 2023).

Methode

Der wöchentliche Zeitaufwand der Studierenden wurde analog zur Studierendenbefragung in Deutschland 2021 (Kroher et al., 2023) erfasst. Die Studierenden wurden gebeten anzugeben, wie viele Stunden sie in einer „typischen“ Semesterwoche in der Vorlesungszeit pro Woche für folgende Aktivitäten aufwenden:

¹ 1 ECTS Punkt entspricht nach den Rahmenvorgaben der Kultusministerkonferenz (2010) einem Arbeitsaufwand von 25-30 Stunden für das Präsenz- und das Selbststudium.

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.

- 1.) Teilnahme an Lehrveranstaltungen
- 2.) veranstaltungsbegleitende Aktivitäten
- 3.) studienbegleitende Erwerbstätigkeit
- 4.) Pflege von Verwandten/Bekanntem
- 5.) Kinderbetreuung

Berichtet werden die Mittelwerte der Angaben aller Studierenden für die verschiedenen Aktivitätsbereiche pro Woche.²

Kernaussagen

- Der durchschnittliche wöchentliche Zeitaufwand der befragten Studierenden liegt bei 37,4 Stunden, wovon 24,5 Stunden auf studienbezogene Tätigkeiten entfallen.
- Männliche Studierende investieren unwesentlich mehr Zeit in Lehrveranstaltungen als weibliche Studierende (♀: M=11,0 Stunden vs. ♂: M=11,4 Stunden). In das Selbststudium investieren weibliche Studierende unwesentlich mehr Zeit als männliche Studierende (♀: M=13,6 Stunden vs. ♂: M=13,1 Stunden).
- Studierende des Fachbereichs Biologie, Chemie, Pharmazie haben den höchsten wöchentlichen Zeitaufwand im Semester (M=40,8 Stunden), Studierende des Fachbereichs Geschichts- und Kulturwissenschaften den geringsten (M=33,3 Stunden).
- Im Vergleich zur Studierendenbefragung in Deutschland 2021 investieren die befragten Studierenden der FU Berlin tendenziell weniger Zeit sowohl in Veranstaltungsbesuche als auch in das Selbststudium.

Ergebnisse

Die befragten Studierenden der FU Berlin berichten einen durchschnittlichen wöchentlichen Zeitaufwand von 37,4 Stunden im Semester über alle erfassten Aktivitäten. Weibliche Studierende berichten einen höheren zeitlichen Aufwand als männliche Studierende (♀: M=38,0 Stunden vs. ♂: M=36,9 Stunden). Der wöchentliche Zeitaufwand für studienbezogene Aktivitäten, d. h. Lehrveranstaltungen und Selbststudium, beträgt durchschnittlich 24,5 Stunden. Dabei wird in das Selbststudium (M=13,4 Stunden) wöchentlich mehr Zeit investiert als in Veranstaltungsbesuche (M=11,1 Stunden). Weibliche Studierende investieren wöchentlich marginal mehr Zeit in das Selbststudium als männliche Studierende, während männliche Studierende wöchentlich marginal mehr Zeit in Lehrveranstaltungen investieren als weibliche Studierende. Durchschnittlich 9,8 Stunden pro Woche wenden die Studierenden für eine studienbegleitende Erwerbstätigkeit auf. In die Pflege von Verwandten und Bekannten werden im Mittel 1,6 Stunden pro Woche investiert und in die Kinderbetreuung 2,2 Stunden pro Woche (vgl. Abbildung 1).

In den Fachbereichen Biologie, Chemie, Pharmazie (M=40,8 Stunden) sowie Mathematik und Informatik (M=40,6 Stunden) ist der berichtete wöchentliche Zeitaufwand am größten. Im Fachbereich Geschichts- und Kulturwissenschaften (M=33,3 Stunden) wird der geringste wöchentliche Zeitaufwand berichtet. Studierende des Fachbereichs Biologie, Chemie, Pharmazie berichten den höchsten wöchentlichen Zeitaufwand für Lehrveranstaltungen (M=16,9 Stunden)

² Für die Fachbereiche Rechtswissenschaft sowie Veterinärmedizin fehlen die entsprechenden Angaben. Da dort in den letzten Befragungen die höchsten Werte berichtet wurden, sind auch die Ergebnisse des wöchentlichen Zeitaufwands über alle Studierenden hinweg für 2025 unterschätzt.

und Studierende des Fachbereichs Geschichts- und Kulturwissenschaften (M=8,4 Stunden) den geringsten. Im Fachbereich Physik wird durchschnittlich pro Woche am meisten Zeit in das Selbststudium investiert (M=18,7 Stunden). Im Fachbereich Erziehungswissenschaft und Psychologie werden wöchentlich die meisten Stunden sowohl in eine Erwerbstätigkeit (M=11,0 Stunden) als auch in die Kinderbetreuung (M=5,3 Stunden) investiert. Hinsichtlich der Zeit, die wöchentlich in die Pflege von Verwandten und Bekannten investiert wird, unterscheiden sich die Fachbereiche nur unwesentlich. Die Fachbereiche Geowissenschaften sowie Politik- und Sozialwissenschaften geben mit durchschnittlich mehr als 2 Stunden pro Woche den höchsten Zeitaufwand für die Pflege von Verwandten und Bekannten an (vgl. Abbildung 2).

Einordnung

Im Vergleich zur Studierendenbefragung in Deutschland 2021 verbringen Studierende der FU Berlin wöchentlich weniger Zeit in Lehrveranstaltungen (11,1 Stunden vs. 17,1 Stunden) und mit dem Selbststudium (13,4 Stunden vs. 17,4 Stunden; vgl. Tabelle 1).

In der aktuellen Befragung wurde der wöchentliche Zeitaufwand im Semester nicht mehr pro Tag sondern pro Aktivität (s.o.) summativ pro Woche erfasst, sodass die Ergebnisse mit denen früherer Befragungen nicht vergleichbar sind.

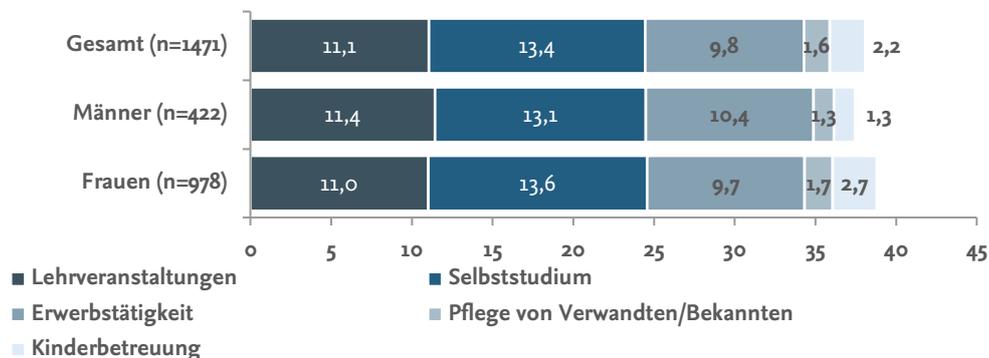
Literatur

- Bowyer, K. (2012). A model of student workload. *Journal of Higher Education Policy and Management*, 34(3), 239–258. <https://doi.org/10.1080/1360080X.2012.678729>
- Darmody, M., Smyth, E. & Unger, M. (2008). Field of Study and Students' Workload in Higher Education. *International Journal of Comparative Sociology*, 49(4-5), 329–346. <https://doi.org/10.1177/0020715208093080>
- Elliott, A. P., Gallucci, A., Oglesby, L., Funderburk, L., Lanning, B. & Tomek, S. (2023). Burnout and Adverse Outcomes in Athletic Training Students: Why All Healthcare Educators Should Be Concerned. *The Internet Journal of Allied Health Sciences and Practice*(1), Artikel 16.
- Großmann, D. & Wolbring, T. (2020). Studentischer Workload: Zum Verhältnis von Konzeption und Praxis. *Soziologie*, 49(4), 436–461.
- Kausar, R. (2010). Perceived stress, academic workloads and use of coping strategies by university. *Journal of Behavioural Sciences*, 20(1), 31–45.
- Kroher, M., Beuße, M., Isleib, S., Becker, K., Ehrhardt, M.-C., Gerdes, F., Koopmann, J., Schommer, T., Schwabe, U., Steinkühler, J., Völk, D., Peter, F. & Buchholz, S. (2023). *Die Studierendenbefragung in Deutschland: 22. Sozialerhebung: Die wirtschaftliche und soziale Lage der Studierenden in Deutschland 2021*. Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF). https://www.bmbf.de/SharedDocs/Publikationen/de/bmbf/4/31790_22_Sozialerhebung_2021.pdf?__blob=publicationFile&v=6
- Kultusministerkonferenz (Hrsg.). (2010). *Ländergemeinsame Strukturvorgaben für die Akkreditierung von Bachelor- und Masterstudiengängen*. Beschluss der Kultusministerkonferenz vom 10.10.2003 i.d.F. vom 04.02.2010. https://www.kmk.org/fileadmin/veroeffentlichungen_beschluesse/2003/2003_10_10-Laendergemeinsame-Strukturvorgaben.pdf
- Olson, N., Oberhoffer-Fritz, R., Reiner, B. & Schulz, T. (2023). Study related factors associated with study engagement and student burnout among German university students. *Frontiers in public health*, 11, 1168264. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1168264>

- Rummell, C. M. (2015). An exploratory study of psychology graduate student workload, health, and program satisfaction. *Professional Psychology: Research and Practice*, 46(6), 391–399. <https://doi.org/10.1037/pro0000056>
- Schulmeister, R. & Metzger, C. (2011). Die Workload im Bachelor: Ein empirisches Forschungsprojekt. In R. Schulmeister & C. Metzger (Hrsg.), *Die Workload im Bachelor: Zeitbudget und Studierverhalten: Eine empirische Studie* (S. 13–128). Waxmann.
- Smith, A. (2019). Student Workload, Wellbeing and Academic Attainment. In L. Longo & M. C. Leva (Hrsg.), *Human Mental Workload: Models and Applications* (S. 35–47). Springer.
- Statistisches Bundesamt (Hrsg.). (2023). *Absolventinnen und Absolventen in der Regelstudienzeit*. <https://www.destatis.de/DE/Themen/Gesellschaft-Umwelt/Bildung-Forschung-Kultur/Bildungsindikatoren/absolventen-regelstudienzeit-tabelle.html?nn=621104>
- Stigen, L., Mørk, G., Carstensen, T., Magne, T. A., Gramstad, A., Johnson, S. G., Småstuen, M. C. & Bonsaksen, T. (2022). Perceptions of the academic learning environment among occupational therapy students - changes across a three-year undergraduate study program. *BMC medical education*, 22(1), 313. <https://doi.org/10.1186/s12909-022-03291-0>
- Yang, C., Chen, A. & Chen, Y. (2021). College students' stress and health in the COVID-19 pandemic: The role of academic workload, separation from school, and fears of contagion. *PLoS ONE*, 16(2). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0246676>

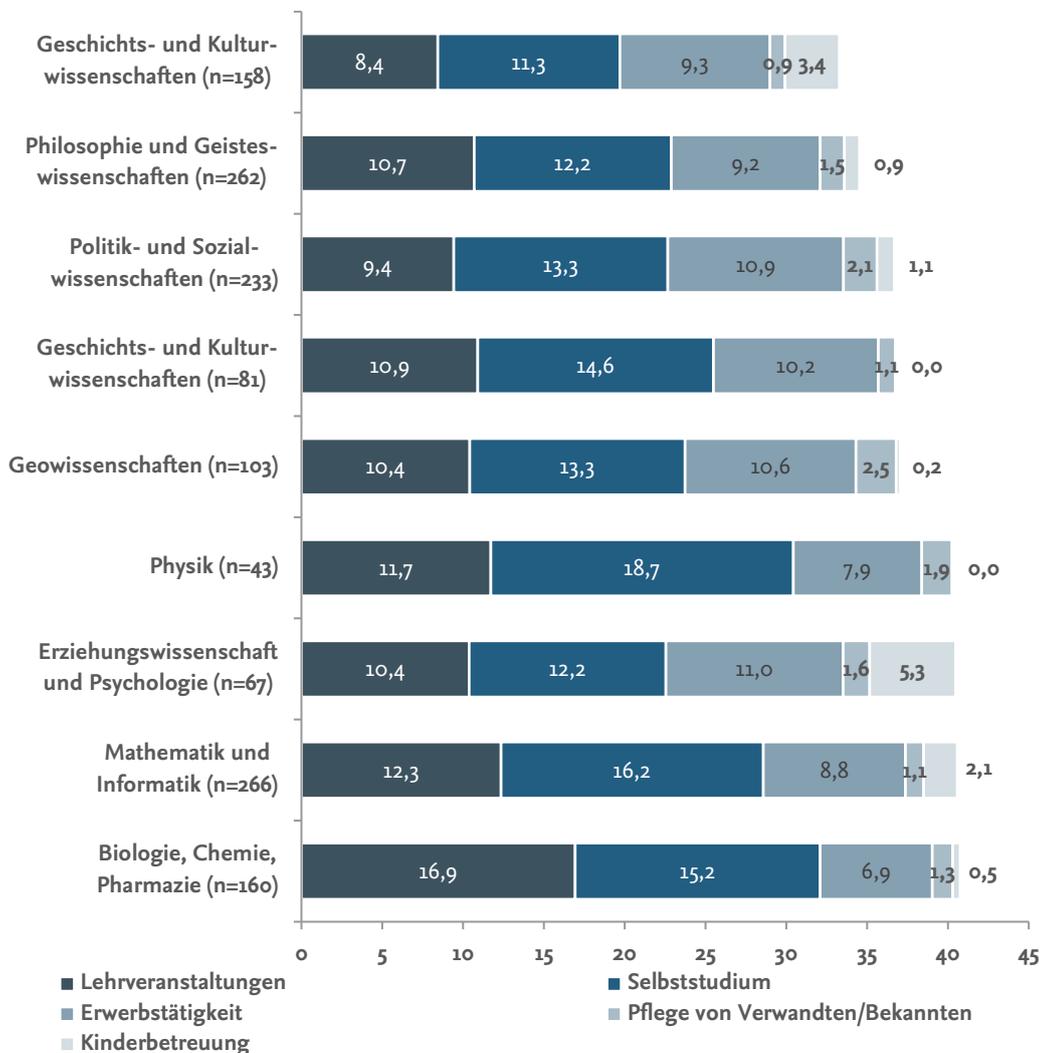
Grafische Ergebnisdarstellung

Abbildung 1: Wöchentlicher Zeitaufwand im Semester, differenziert nach Geschlecht



Anmerkung: Angaben in Stunden pro Woche

Abbildung 2: Wöchentlicher Zeitaufwand im Semester, differenziert nach Fachbereichen



Anmerkung: Angaben in Stunden pro Woche

Tabelle 1: Wöchentlicher Zeitaufwand im Semester, Vergleich der Studierenden der FU Berlin mit Studierenden der Studierendenbefragung in Deutschland 2021 (Kroher et al., 2023)

	UHR FU 2025 Gesamt (Wo-Std.) ³	Studierendenbefragung in Deutschland 2021 (Wo-Std.)
	Gesamt	
Gesamt	n=1471	
	37,4 (36,4–38,4)	
Männer	n=422	
	36,9 (35,4–38,5)	
Frauen	n=978	
	38,0 (36,7–39,4)	
	Veranstaltungsbesuch	
Gesamt	n=1462	n=175647
	11,1 (10,7–11,4)	17,1
Männer	n=420	
	11,4 (10,8–12,1)	
Frauen	n=973	
	11,0 (10,6–11,4)	
	Selbststudium	
Gesamt	n=1463	n=175647
	13,4 (12,9–13,9)	17,4
Männer	n=422	
	13,1 (12,1–14,0)	
Frauen	n=972	
	13,6 (12,9–14,2)	

³ Bei der Berechnung des Gesamtwerts werden auch Personen mit teilweise fehlenden Werten berücksichtigt.

		Erwerbstätigkeit	
Gesamt	n=1436		
		9,8 (9,4–10,3)	
Männer	n=412		
		10,4 (9,5–11,3)	
Frauen	n=955		
		9,7 (9,2–10,3)	
		Pflege von Verwandten/Bekanntem	
Gesamt	n=1355		
		1,6 (1,3–1,9)	
Männer	n=389		
		1,3 (0,9–1,7)	
Frauen	n=903		
		1,7 (1,4–2,1)	
		Kinderbetreuung	
Gesamt	n=1334		
		2,2 (1,5–2,9)	
Männer	n=383		
		1,3 (0,6–2,0)	
Frauen	n=889		
		2,7 (1,7–3,7)	

Anmerkung: Angaben in Stunden pro Woche