
**Gudrun GAEDKE¹, Barbara COVARRUBIAS VENEGAS,
Stefanie RECKER & Gerald JANOUS (Wien)**

Vereinbarkeit von Arbeiten und Studieren bei berufsbegleitend Studierenden

Zusammenfassung

Dieser Beitrag präsentiert erste Ergebnisse einer qualitativen und quantitativen Langzeitstudie über die Belastungssituation von berufsbegleitend Studierenden an Fachhochschulen. Ein Studium neben einer Vollzeit- oder Teilzeitbeschäftigung bedeutet für die Studierenden eine Dreifachbelastung durch Arbeit, Studium und Familie/Freizeit. Diese Belastungssituation führt häufig zur Unterbrechung oder dem Abbruch des Studiums bzw. zu gesundheitlichen Beeinträchtigungen der Studierenden bis hin zu Burnout. Das Ziel der Studie ist es, auch im Hinblick auf die steigende Zahl an berufsbegleitenden Studiengängen jene Faktoren zu ermitteln, die den Studienerfolg beeinträchtigen können, um frühzeitig Maßnahmen in der Studienorganisation und in der zentralen Hochschulverwaltung zu entwickeln.

Schlüsselwörter

Berufsbegleitend Studieren, Arbeiten und Studieren, Burnout, Dropout

Compatibility of working and studying for part-time students

Abstract

This paper presents and discusses the first results of a longitudinal qualitative and quantitative study on stress and exhaustion in part-time college students. Studying, in addition to full-time or part-time employment, gives students a triple burden consisting of work, study and leisure or family. This stress situation often leads to discontinuation or substantial interruption of studies or even health effects on students, e.g. Burnout. The purpose of this study is – also in view of the increasing number of part-time study programs – to identify the factors that can affect academic success systemically over the course of the semester, in order to incorporate preventive measures in teaching as well as in the central university organization from an early stage.

Keywords

Part-time study, work and study, burnout, dropout

¹ E-Mail: gudrun.gaedke@fh-wien.ac.at

1 Einleitung

Berufsbegleitende Studien, bei denen die Berufstätigkeit der Studierenden im Vordergrund steht, wurden bisher traditionell eher an Fachhochschulen angeboten (vgl. SCHLÖGL & NEUBAUER, 2006). Aktuell gibt es an den österreichischen Fachhochschulen über 120 Studiengänge in berufsbegleitender Form (vgl. FHR, 2011). Infolge der Umstellung auf das Bachelor-/Master-System nach der Bologna-Reform wird der Anteil an berufsbegleitend Studierenden mittelfristig steigen, da nach dem Bachelor als Grund(aus)bildung ein Master-Studium auch erst nach Einstieg und Erfahrung im Berufsleben aufbauend als Weiterbildung angestrebt werden kann. Die „Verschulung“ des Hochschulbetriebes durch die Einführung der Bachelor- und Master-Studiengänge im Rahmen des Bologna-Prozesses wirkt sich ebenso als Belastung auf die Studierenden aus (vgl. GUSY, LOHMANN & DREWES, 2010). Diese sind nun weit weniger flexibel in der Gestaltung ihres Stundenplanes, ihres Studienverlaufes und somit der Gestaltung des alltäglichen Lebens, in dem Familie, Beruf und Studium auszubalancieren sind.

Studierende, die neben einer Vollzeit- oder Teilzeitberufstätigkeit studieren, sehen sich einer Dreifachbelastung gegenüber: Sie müssen Beruf, Studium und Privat- bzw. Familienleben miteinander vereinbaren (vgl. SCHLÖGL & NEUBAUER, 2006). Die Berufstätigkeit, das Familienleben bzw. das Freizeitverhalten beeinflussen den Studienerfolg dann, wenn die Belastungssituationen überhandnehmen. Die Auswirkungen dieser Beanspruchung zeigen sich einerseits in erhöhten Abbruchquoten (Dropouts) oder längeren Unterbrechungen des Studiums (Karenzierungen) und andererseits in einer gesundheitsbedingten Belastung des/der Studierenden über einen längeren Zeitraum (vgl. UNGER & WROBLEWSKI, 2006). Damit in Zusammenhang stehend scheint das Phänomen Burnout auch bei Studierenden zu beobachten zu sein (vgl. GUSY, LOHMANN & DREWES, 2010; UNGER, ZAUSSINGER et al., 2010).

Frühere Studien (vgl. SCHLÖGL & NEUBAUER, 2006; UNGER & WROBLEWSKI, 2006) zu den Lebensumständen von Studierenden beziehen sich mehrheitlich auf Studierende an Universitäten und decken nur Teilbereiche der Problemstellung ab. Insbesondere zu den berufsbegleitend Studierenden an Fachhochschulen gibt es keine umfassenden empirischen Erkenntnisse, sodass kein klares Bild über die Belastungssituation dieser Studierendengruppe vorliegt. Da der Anteil an berufsbegleitend Studierenden im Hinblick auf die Einrichtung von Masterstudiengängen in den nächsten Jahren steigen wird², steigt auch der Bedarf an systematischen Erkenntnissen, die dabei helfen, mit Maßnahmen Studienabbrüchen entgegenzusteuern, die möglicherweise auf eine Überlastung der Studierenden zurückzuführen sind.

Ziel der hier vorgestellten Studie ist es, die subjektive Belastungswahrnehmung der berufsbegleitend Studierenden an den FHWien-Studiengängen der Wirtschaftskammer Wien (WKW) über einen längeren Zeitraum in mehreren Aspekten zu erfassen. In einer auf drei Jahren angelegten qualitativen und quantita-

² Seit Wintersemester 2010 werden an allen der hier untersuchten FHWien-Studiengänge der WKW Masterstudienplätze entsprechend dem Bologna-System angeboten.

tiven Langzeitstudie werden die Studierenden regelmäßig zu Belastungssituationen im Studienbetrieb bzw. in der Studienorganisation, der Berufstätigkeit und im Privatleben befragt. Damit sollen jene Belastungsfaktoren, die den Studienerfolg beeinträchtigen können, ermittelt werden, um frühzeitig mit Maßnahmen gegensteuern zu können. Aus den Ergebnissen der Befragung werden im Lehrbetrieb und in der zentralen Hochschulorganisation Handlungsanleitungen erarbeitet, deren Umsetzung in weiterer Folge wieder in der Befragung evaluiert wird.

Im folgenden Abschnitt werden die für diese Studie relevanten Ergebnisse aus der Burnout-Forschung dargestellt.

2 Ergebnisse aus der Burnout-Forschung

Der Begriff Burnout wurde von Freudenberger im Jahre 1974 eingeführt und durch die Entwicklung des Maslach Burnout-Inventars von Maslach & Jackson im Jahre 1981 weiterverbreitet. Die Burnout-Forschung bezog sich ursprünglich auf diverse Berufsgruppen aus den sozialen Professionen wie z. B. Lehre, Pflege und Erziehung, doch zunehmend fand man Burnout auch in anderen Berufssparten vor; in neuerer Zeit auch bei Studierenden (vgl. Maslach, Schaufeli & Leiter, 2001).

Maslach und Jackson (1981) definieren Burnout auf der Basis von drei Dimensionen: der emotionalen Erschöpfung, der Depersonalisation sowie reduzierter persönlicher Leistungsfähigkeit. Emotionale Erschöpfung entsteht durch psychische und physische Überlastung, die eine Erholung von der Belastung erschweren und verhindern, wieder zu Kräften zu kommen. Depersonalisation meint eine kalte, distanzierte Haltung gegenüber der Arbeit sowie den Kolleginnen und Kollegen am Arbeitsplatz und kann mit der Aufgabe persönlicher Ideale einhergehen. Einbußen der persönlichen Leistungsfähigkeit im Zusammenhang mit Burnout beziehen sich vor allem darauf, dass eigene Leistungen negativ bewertet werden und das Wahrnehmen von Erfolgen den Betroffenen kaum möglich ist. Die Dimension der eingeschränkten Leistungsfähigkeit lässt sich nicht gänzlich von den anderen beiden Dimensionen des Burnouts trennen, da diese sich auch aus der Erschöpfung, der Depersonalisation oder einer Kombination der beiden Dimensionen ergeben kann. Situationen chronischer Überforderung, aus der sich Erschöpfung und Depersonalisation entwickeln, wirken sich ebenso negativ auf die wahrgenommene Leistungsfähigkeit aus. In manchen Berufsfeldern, vor allem sozialen bzw. pflegerischen Berufen, scheint sich nach MASLACH, SCHAUFELI & LEITER (2001) eine eingeschränkte Leistungsfähigkeit parallel zu entwickeln, während sie in anderen Berufsfeldern sequentiell zu den anderen beiden Dimensionen entsteht. Die mangelnde Leistungsfähigkeit scheint aus einem Mangel an relevanten Ressourcen zu entstehen, während Erschöpfung und Depersonalisation aus dem Vorhandensein von Arbeitsüberlastung und sozialen Konflikten entstehen kann (MASLACH, SCHAUFELI & LEITER, 2001). Zudem kann Burnout mit diversen persönlichen Dysfunktionen, wie physischer Erschöpfung, Schlafstörungen und erhöhtem Drogen- und Alkoholkonsum, einhergehen. Dies kann letztendlich in einer geringeren Motivation und Arbeitszufriedenheit, einem erhöhten Risiko für gesundheitliche Probleme, sozialen Konflikten sowie einer verringerten Leistungseffizienz resultieren (vgl. Jacobs & Dodd, 2003).

In der Literatur wurde das Ausmaß der Betroffenheit von Burnout bereits mehrfach mit sozialer Unterstützung in Verbindung gebracht, jedoch variieren die Befunde hierzu. Einige Studien, die im Arbeitskontext durchgeführt wurden, zeigten, dass soziale Unterstützung der Angestellten durch Abteilungsleiter/innen mit einem niedrigeren Level an Burnout zusammenhing. Jedoch scheint in manchen Studien soziale Unterstützung von Familie, Freunden und Arbeitskolleginnen und Arbeitskollegen schwach positiv mit gesteigertem Burnout zusammenzuhängen. Im Bezug auf Studierende fanden Jacobs & Dodd (2003) jedoch einen positiven Einfluss sozialer Unterstützung auf die Belastung der Studierenden, d. h. soziale Unterstützung reduzierte Burnout bei Studierenden.

Entsprechend Greenglass, Burke & Fiskensbaum (2001) und Maslach, Schaufeli & Leiter (2001) hängt eine hohe Arbeitsbelastung mit Burnout zusammen. Vor allem sollte der Fokus hier auf die individuell wahrgenommene Belastung gelegt werden, denn Menschen mit dem objektiv gleichen Arbeitspensum gehen unterschiedlich mit dieser Belastung um (vgl. JACOBS & Dodd, 2003). Ein Erklärungsansatz können Persönlichkeitseigenschaften sein, jedoch gibt es in der Literatur dazu keine konsistenten Befunde. Entsprechend der Ergebnisse von JACOBS & Dodd (2003) stellten extracurriculare Aktivitäten neben dem Studium für die Studierenden keine Belastung dar, sondern wurden im Gegenteil eher als Ressource gesehen, die Burnout entgegenwirkt. Extracurriculare Aktivitäten ermöglichen Studierenden Erfolgserlebnisse und vermitteln Studierenden das Gefühl, Leistung zu erbringen. Durch die daraus resultierende Steigerung des Selbstwertes kann wiederum einer emotionalen Erschöpfung entgegengewirkt werden.

3 Empirische Untersuchung

In der vorliegenden Studie wird untersucht, wie sich Studium, Beruf und Freizeitverhalten auf das Belastungslevel der berufsbegleitend Studierenden auswirken. Außerdem wird ermittelt, ob und worin sich die Belastung der berufsbegleitend Studierenden von den Vollzeitstudierenden unterscheidet. Zudem wurden Geschlechtsunterschiede betrachtet sowie Strategien erhoben, die Studierende nutzen, um die Belastung zu senken. Die vorliegende Längsschnittuntersuchung erlaubt zusätzlich die Untersuchung eines Jahrgangseffektes in Bezug auf die subjektiv empfundene Belastung.

3.1 Methode

Bei der vorliegenden Studie handelt es sich um eine auf die Dauer von drei Jahren (2009-2011) angelegte Langzeitstudie. In die vorliegende Untersuchung flossen bisher Ergebnisse aus den quantitativen Befragungen des Wintersemesters 2008, des Sommersemesters 2009, des Wintersemesters 2009 und des Sommersemesters 2010 ein.

Die Befragung umfasst Studierendengruppen von Bachelor-Studiengängen der FH Wien-Studiengänge der WKW ab dem Studienjahr 2007/08. Die Analyse über die gesamten 6 Semester eines Bachelor-Studienganges ist nur für den Studienjahrgang 2008/09 möglich, der im Jahr 2011 das Studium abschließt. Die Master-

Studiengänge konnten nicht erfasst werden, da aufgrund der geringen Fallzahlen³ keine eindeutigen Ergebnisse abgeleitet werden können.

Insgesamt nahmen bisher 2033 Studierende an der wiederholten Befragung teil, wovon 1071 berufsbegleitend und 962 Vollzeit studieren. Die Geschlechterverteilung der Teilnehmer/innen in beiden Studienformen entspricht der globalen Geschlechterverteilung von ca. 60 % Frauen und 40 % Männern an den FHWien-Studiengängen der WKW.

Die Rücklaufquoten über alle Befragten variieren von 23 % bis 36 % und sind mit durchgehend mehr als 20 % für eine Online-Befragung als sehr gut einzustufen.

Am Ende eines jeden Semesters wurde die subjektive Belastungssituation der Studierenden für das jeweilige vergangene Semester durch eine quantitative Befragung mittels eines Online-Fragebogens erhoben. Der Fragebogen erfasste die Belastung in Studium, Beruf und Privatleben auf einer Skala von „1 = überhaupt nicht stark“ bis „10 = sehr stark“. Dabei wurde zur besseren Vergleichbarkeit auch die Belastungssituation durch den Beruf und das Privatleben vor dem Studium erfasst. Zusätzlich wurde die Belastung durch die einzelnen Lehrveranstaltungen, die zu erbringenden Prüfungsleistungen in den einzelnen Lehrveranstaltungen sowie die Belastung durch zu erfüllende Zusatzleistungen erhoben. Ferner wurden weitere mögliche Belastungsfaktoren wie Wegzeiten, Kinderbetreuung bzw. die Pflege von Angehörigen in die Befragung mit aufgenommen.

Die Studierenden wurden zu ihren Strategien, wie sie mit den Belastungssituationen umgehen, befragt, ebenfalls auf einer Skala von „1 = trifft überhaupt nicht zu“ bis „10 = trifft sehr stark zu“. Als mögliche Bewältigungsmaßnahmen wurden dabei folgende vorgeschlagen:

- Ich habe meinen Arbeitsaufwand zeitlich gut verteilt (z. B. durch rechtzeitiges Lernen für Prüfungen).
- Ich habe meinen Arbeitsaufwand durch Zusammenarbeit mit Kolleginnen und Kollegen reduziert (z. B. durch gemeinsame Prüfungsvorbereitungen).
- Ich habe mein Anspruchsniveau an meine eigenen Leistungen reduziert.
- Ich habe private Aktivitäten (Familie, Freunde, Hobbies, ...) zurückgeschraubt.

Zur Analyse der Unterschiede in den Belastungsfaktoren sowie den verwendeten Bewältigungsstrategien zwischen den berufsbegleitend Studierenden und Vollzeitstudierenden wurden T-Tests durchgeführt. Geschlechtsunterschiede wurden ebenfalls mittels T-Tests überprüft.⁴ Ferner wurden Extremgruppen („stark belastete“ gegenüber „normal belasteten“ Studierenden) gebildet und die Konfiguration der

³ Die Masterstudiengänge wurden an der untersuchten Institution erst ab dem WS 2010/11 umfassend angeboten.

⁴ Es wird diskutiert, ob man bei Rating-Skalen mit Verfahren für Ordinal- oder Intervalldaten rechnet. BORTZ & DÖRING (2002) merken dazu an, dass die Wahl eines höheren Skalenniveaus das Bestätigen einer Hypothese erschwert. Daher wird in der Forschungspraxis häufig den „höherwertigen“ Verfahren der Vorzug gegeben, da diese eine differenziertere Auswertung der Daten ermöglichen.

Gruppen mittels Chi Quadrat-Tests überprüft. Dazu wurde ein Gesamtbelastungswert aus den drei erhobenen Komponenten Belastung im Studium, Belastung im Beruf sowie Belastung im Privatleben gebildet und infolgedessen die Extremgruppen „stark belastet“ und „normal belastet“ gebildet. Ab einem Gesamtbelastungswert von mindestens 24 wurden Studierende zu den stark belasteten Personen gezählt, bei einem Wert unter 24 zu den normal belasteten. Das bedeutet, dass Personen, die auf einer Skala von „1 = überhaupt nicht belastet“ bis „10 = sehr stark belastet“ mindestens einen Wert von 7 in allen drei Bereichen angegeben haben, als stark belastet eingestuft wurden. Die Daten sind normalverteilt und die Varianzen homogen (Levene-Tests > 0.05).

Zusätzlich wurde das subjektive Belastungserleben in Extremsituationen durch eine qualitative Befragung mittels Interviews von Studierenden bzw. Absolventinnen und Absolventen, die ein Burnout erlitten, untersucht. Für die Interviews wurde auf Basis der Burnout-Literatur ein teilstrukturierter Leitfaden erstellt, welcher nach einer Pretest-Phase entsprechend angepasst wurde. Insgesamt wurden 14 Interviews durchgeführt. Die Auswertung der qualitativen Daten wird gerade vorgenommen.

3.2 Ergebnisse der quantitativen Befragung

Im Folgenden werden nun die wichtigsten Aspekte der bisherigen Untersuchung präsentiert.

3.2.1 Belastung der Vollzeitstudierenden gegenüber den berufsbegleitend Studierenden

Die Ergebnisse des T-Tests zeigen, dass Vollzeitstudierende ($M = 6.67$, $SD = 1.91$) und berufsbegleitend Studierende ($M = 7.26$, $SD = 1.73$) sich im Hinblick auf die Belastung durch das Studium unterscheiden ($p < .001$) und sich berufsbegleitend Studierende stärker durch das Studium belastet fühlen.

Die Belastung in Bezug auf das Privatleben ist bei beiden Studienformen ähnlich. Das Privatleben vor dem Studium empfanden die berufsbegleitend Studierenden ($M = 3.39$, $SD = 1.91$) weniger belastend als die Vollzeitstudierenden ($M = 4$, $SD = 1.97$), wobei der Unterschied hoch signifikant ausfiel ($p < .001$). Durch das Studium steigt die Belastung durch das Privatleben bei den berufsbegleitend Studierenden auf das gleiche Niveau ($M = 5.03$, $SD = 2.24$, $M = 5.09$, $SD = 2.24$).

	Studienform	M	SD	p
Belastung durch das Studium	Vollzeit	6.67	1.91	
	Berufsbegleitend	7.26	1.73	$< .001^*$
Belastung durch das Privatleben vor dem Studium	Vollzeit	4.00	1.97	
	Berufsbegleitend	3.39	1.91	$< .001^*$

	Studienform	M	SD	p
Belastung durch das Privatleben während des Studiums	Vollzeit	5.03	2.24	
	Berufsbegleitend	5.09	2.24	.547

Tab. 1: Belastung der Vollzeitstudierenden gegenüber den berufsbegleitend Studierenden

3.2.2 Strategien der Studierenden im Umgang mit Belastungen

In Hinblick auf die gewählten Strategien zur Belastungsreduktion wird deutlich, dass die Reduktion des Arbeitsaufwandes durch Zusammenarbeit mit Kolleginnen und Kollegen für berufsbegleitend Studierende (M = 4.92, SD = 2.68) signifikant weniger zutrifft ($p < .001$) als für Vollzeitstudierende (M = 5.43, SD = 2.68). Außerdem haben berufsbegleitend Studierende private Aktivitäten (M = 8.07, SD = 2.34) stärker zurückgeschraubt ($p < .001$) als Vollzeitstudierende (M = 6.16, SD = 3.19) und das Anspruchsniveau (M = 4.91, SD = 2.97) an eigene Leistungen stärker reduziert als Vollzeitstudierende (M = 4.56, SD = 2.82) ($p = .013$). Vollzeitstudierende hingegen haben ihre berufliche Aktivität (M = 4.77, SD = 3.55) ($p = .011$) stärker reduziert als berufsbegleitend Studierende (M = 4.38, SD = 3.07).

	Studienform	M	SD	p
Ich habe meinen Arbeitsaufwand durch Zusammenarbeit mit Kolleginnen/Kollegen reduziert.	Vollzeit	5.43	2.68	
	Berufsbegleitend	4.92	2.68	< .001*
Ich habe private Aktivitäten (Familie, Freunde, Hobbies, ...) zurückgeschraubt.	Vollzeit	6.16	3.19	
	Berufsbegleitend	8.07	2.34	< .001*
Ich habe mein Anspruchsniveau an meine eigenen Leistungen reduziert.	Vollzeit	4.56	2.82	
	Berufsbegleitend	4.91	2.97	.013
Ich habe berufliche Aktivitäten zurückgeschraubt.	Vollzeit	4.77	3.55	
	Berufsbegleitend	4.38	3.07	.011

Tab. 2: Strategien der Studierenden im Umgang mit Belastungen

3.2.3 Belastung von weiblichen gegenüber männlichen Studierenden

Im Vollzeitstudium gibt es Geschlechtsunterschiede im Hinblick auf die wahrgenommene Belastung. Weibliche Studierende ($M = 6.83$, $SD = 1.88$) fühlen sich durch das Studium belasteter als männliche ($M = 6.34$, $SD = 1.94$), ($p < .001$). Auch fühlen sich weibliche Studierende ($M = 3.48$, $SD = 2.27$) durch den Beruf vor dem Studium belasteter als männliche ($M = 3.55$, $SD = 2.34$), $p = .004$. Im Vergleich zu männlichen Studierenden ($M = 5.7$, $SD = 2.24$) empfinden weibliche Studierende ($M = 6.09$, $SD = 2.65$), dass sie ihren Arbeitsaufwand zeitlich gut verteilt haben, $p = .045$. Weibliche Studierende (4.72 , $SD = 2.65$) senken das Anspruchsniveau an die eigenen Leistungen eher als männliche ($M = 4.2$, $SD = 2.74$), ($p = .018$), genauso wie sie angeben, private Aktivitäten stärker reduziert zu haben als männliche Studierende ($M = 6.57$, $SD = 2.99$; $M = 5.25$, $SD = 3.15$), ($p < .001$).

Bei den berufsbegleitend Studierenden finden sich ebenfalls Geschlechtsunterschiede im Hinblick auf die wahrgenommene Belastung. Männer arbeiten signifikant mehr Stunden als Frauen ($M = 40.26$, $SD = 9.24$; $M = 36.39$, $SD = 10.5$), $p < .001$. Frauen fühlen sich durch das Studium belasteter ($M = 7.36$, $SD = 1.64$; $M = 7.07$, $SD = 1.89$), $p = .011$ als Männer, wohingegen sich die Männer durch den Beruf belasteter fühlen ($M = 6.74$, $SD = 2.40$; $M = 6.35$, $SD = 2.39$), $p = .004$. Männer ($M = 5.67$, $SD = 1.84$) geben außerdem eine höher empfundene berufliche Belastung vor Studienbeginn an als Frauen ($M = 5.4$, $SD = 2.11$), $p = .045$. Hinsichtlich der Belastung durch das Privatleben vor dem Studium unterscheiden sich männliche Studierende ($M = 3.56$, $SD = 1.86$) signifikant von den weiblichen Studierenden ($M = 3.31$, $SD = 1.95$), $p = .049$, dies gilt genauso für die Belastung durch die Anwesenheitspflicht ($M = 1.49$, $SD = .073$; $M = 1.37$, $SD = .61$), $p = .015$, wobei die Mittelwerte sehr gering sind. Das bedeutet, dass sich Männer und Frauen zwar signifikant voneinander unterscheiden, jedoch mit Mittelwerten von 3.31 bzw. 3.56 und 1.37 bzw. 1.49 inhaltlich eine geringe Belastung angegeben wird (von „1 = trifft überhaupt nicht zu“ bis „10 = trifft sehr stark zu“).

Über die Studienformen hinweg unterscheiden sich männliche von weiblichen Studierenden in folgenden Punkten: Frauen ($M = 23.64$, $SD = 16.94$) arbeiten signifikant weniger Stunden pro Woche als Männer ($M = 26.88$, $SD = 18$) ($p < .001$) und fühlen sich ($M = 7.11$, $SD = 1.78$) durch das Studium ($p < .001$) belasteter als Männer ($M = 6.74$, $SD = 1.95$). Männer ($M = 5.32$, $SD = 2.66$) fühlen sich eher durch den Beruf ($p = .011$) belastet. Im Bereich der Belastung durch das Privatleben besteht kein Unterschied. Frauen ($M = 7.36$, $SD = 2.77$) haben private Aktivitäten stärker reduziert als Männer ($M = 6.82$, $SD = 3.08$) ($p < .001$).

	Studienform	M	SD	p
Arbeitsstunden pro Woche	Männer	26.88	18	
	Frauen	23.64	16.94	< .001*
Belastung durch das Studium	Männer	7.11	1.78	
	Frauen	6.74	1.95	< .001*

	Studienform	M	SD	p
Belastung durch den Beruf	Männer	5.32	2.66	
	Frauen	4.99	2.64	.011
Belastung durch das Privatleben	Männer	4.77	3.55	
	Frauen	4.38	3.07	.011
Ich habe berufliche Aktivitäten zurückgeschraubt.	Männer	7.36	2.77	
	Frauen	6.82	3.08	< .001*

Tab. 3: Belastung von weiblichen gegenüber männlichen Studierenden

3.2.4 Extremgruppenvergleich

Innerhalb der Gruppe der stark belasteten Studierenden unterscheiden sich Männer (n = 61) und Frauen (n = 96) kaum hinsichtlich der Gesamtbelastung (p = .075). Es sind signifikant mehr berufsbegleitend Studierende (n = 142) belastet als Vollzeitstudierende (n = 22), p < .001.

Stark Belastete (M = 38, SD = 10.16) unterscheiden sich von den normal Belasteten (M = 24, SD = 17.40) hinsichtlich der Arbeitsstunden pro Woche (p < .001), hinsichtlich der Belastung durch den Beruf vor dem Studium (M = 5.91, SD = 1.99 gegenüber M = 4.55, SD = 2.37), p < .001, hinsichtlich der Strategie der Senkung des Anspruchsniveaus (M = 5.76, SD = 3.03 gegenüber M = 4.65; SD = 3.02), p < .001. und hinsichtlich der Bewältigungsstrategie durch die Reduzierung von privaten Aktivitäten (M = 9.09, SD = 1.82; M = 7.02, SD = 2.9), p < .001.

	Studienform	M	SD	p
Arbeitsstunden pro Woche	Stark belastet	38	10.16	
	Normal belastet	24	17.40	< .001*
Belastung durch den Beruf vor dem Studium	Stark belastet	5.91	1.99	
	Normal belastet	4.55	2.37	< .001*
Ich habe mein Anspruchsniveau an meine eigenen Leistungen reduziert.	Stark belastet	5.76	3.03	
	Normal belastet	4.65	3.02	< .001*
Ich habe private Aktivitäten zurückgeschraubt.	Stark belastet	9.09	1.82	
	Normal belastet	7.02	2.9	< .001*

Tab. 4: Extremgruppenvergleich

Stark belastete Vollzeitstudierende unterscheiden sich hinsichtlich der Arbeitsstunden pro Woche ($M = 22$, $SD = 11.88$ gegenüber $M = 10$, $SD = 10.26$), $p < .001$. und der Reduktion privater Aktivitäten ($M = 8.86$, $SD = 2.44$ gegenüber $M = 6.11$, $SD = 3.08$) von normal belasteten Vollzeitstudierenden, $p < .001$.

	Studienform	M	SD	p
Arbeitsstunden pro Woche	Stark belastet	22	11.88	
	Normal belastet	10	10.26	< .001*
Ich habe private Aktivitäten zurückgeschraubt.	Stark belastet	8.86	2.44	
	Normal belastet	6.11	3.08	< .001*

Tab. 5: Stark belastete Vollzeitstudierende gegenüber normal belasteten Vollzeitstudierenden

Stark belastete berufsbegleitend Studierende unterscheiden sich hinsichtlich der Arbeitszeiten ($M = 41$, $SD = 7.1$; $M = 37$, $SD = 10.6$), $p < .001$, der Belastung durch den Beruf ($M = 6.15$, $SD = 1.9$; $M = 5.38$, $SD = 2.02$), $p < .001$ sowie dem Privatleben, vor dem Studium ($M = 3.99$, $SD = 2.2$; $M = 3.30$, $SD = 1.8$), $p < .001$. Außerdem senken sie das Anspruchsniveau an eigene Leistungen ($M = 5.93$, $SD = 3.2$; $M = 4.75$, $SD = 3.0$), $p < .001$ und reduzieren berufliche ($M = 9.13$, $SD = 1.7$; $M = 7.91$, $SD = 2.4$), $p < .001$ und private Aktivitäten ($M = 5.04$, $SD = 3.1$; $M = 4.28$, $SD = 3.1$), $p = .007$ stärker als normal belastete berufsbegleitend Studierende.

	Studienform	M	SD	p
Arbeitsstunden pro Woche	Stark belastet	41	7.01	
	Normal belastet	37	10.06	< .001*
Belastung durch den Beruf vor dem Studium	Stark belastet	6.15	1.9	
	Normal belastet	5.38	2.02	< .001*
Privatleben vor dem Studium	Stark belastet	3.99	2.2	
	Normal belastet	3.30	1.8	< .001*
Ich habe mein Anspruchsniveau an meine eigenen Leistungen reduziert.	Stark belastet	5.93	3.2	
	Normal belastet	4.75	3.0	< .001*
Ich habe private Aktivitäten zurückgeschraubt.	Stark belastet	5.04	3.1	
	Normal belastet	4.28	3.1	< .007

	Studienform	M	SD	p
Ich habe berufliche Aktivitäten zurückgeschraubt.	Stark belastet	9.13	1.7	
	Normal belastet	7.91	2.4	< .001*

Tab. 6: Stark belastete berufsbegleitend Studierende gegenüber normal belasteten berufsbegleitend Studierenden

3.2.5 Jahrgangsvergleich⁵

Jahrgangsunterschiede konnten weder in Bezug auf die Gesamtbelastung in Studium, Beruf und Privatleben noch in den unterschiedlichen Bewältigungsstrategien und Belastungsfaktoren festgestellt werden.

3.2 Ergebnisse der qualitativen Befragung

Die Auswertung der qualitativen Daten ist noch nicht abgeschlossen, erste Tendenzen, die hier präsentiert werden, konnten bereits abgeleitet werden.

Im Rahmen der qualitativen Analyse konnte festgestellt werden, dass die Studierenden sowohl eine Verbesserung in der Organisation der Lehrveranstaltungsstermine als auch in der Prüfungsorganisation wahrnehmen konnten.

Um den Höhepunkt der individuellen Belastungen generalisieren zu können, knüpfte das Interview an die verschiedenen Phasen der Belastungssituation an; hier wurde erkannt, dass die Studierenden mit besonders großem Einsatz in das erste Studienjahr starten und auch meistern, in den bisher untersuchten Fällen meist gegen Ende des 3. Semesters ein erstes „Ausgebrannt-Sein-Gefühl“ entsteht und im zweiten Drittel des Studiums der Höhepunkt der Belastungssituation erreicht wird.

Die in der Literatur untersuchten Faktoren, die zu Burnout führen können, wurden in den Interviews von den Befragten ebenfalls genannt. In der folgenden Abbildung 1 sind einige durch die Dreifachbelastung ausgelöste Faktoren dargestellt.

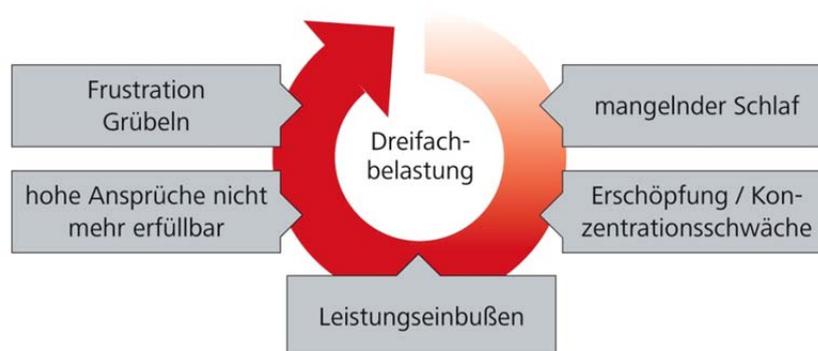


Abb. 1: Faktoren, ausgelöst durch die Dreifachbelastung (vgl. FHWIEN, 2011)

⁵ Vergleich von Studierenden mit Studienbeginn 2007 mit Studierenden mit Studienbeginn 2008.

4 Diskussion

Mit den bisherigen Ergebnissen der Studie liegen neue, empirisch gesicherte Erkenntnisse über die subjektive Belastungssituation von Studierenden vor. Wie im Vorfeld angenommen, konnte festgestellt werden, dass sich berufsbegleitend Studierende durch das Studium stärker belastet fühlen als Vollzeitstudierende. Berufsbegleitend Studierende fühlen sich durch den Studienbeginn zwar nicht stärker durch ihr Privatleben belastet als Vollzeitstudierende, jedoch empfinden berufsbegleitend Studierende ihr Privatleben vor dem Studium signifikant weniger belastend. Die Belastung steigt also in diesem Bereich an, doch überschreitet die wahrgenommene Belastung durch das Privatleben nicht die von den Vollzeitstudierenden angegebene Belastung. Dies spricht dafür, dass Familie und Freunde als Ressource angesehen werden, wie auch die Studie von JACOBS & DODD (2003) zeigte.

In Hinblick auf den Umgang mit Belastungssituationen gibt es jedoch Unterschiede zwischen Vollzeitstudierenden und berufsbegleitend Studierenden. Berufsbegleitend Studierende scheinen die Strategie, den Arbeitsaufwand durch Zusammenarbeit mit Kolleginnen und Kollegen zu reduzieren, weniger zielführend zu empfinden als Vollzeitstudierende. Dieses Ergebnis wird durch die qualitativen Befragungen bestätigt, wonach zusätzliche Treffen und Koordination mit Kolleginnen und Kollegen eher eine Anstrengung für das berufsbegleitende Studieren darstellen, da diese zusätzlichen Aufwand und Zeit kosten.

Berufsbegleitend Studierende reduzieren auf Grund der Belastung die Ansprüche an das eigene Leistungsniveau während des Studiums. Zusätzlich reduzieren berufsbegleitend Studierende ihre privaten Aktivitäten wesentlich stärker als Vollzeitstudierende. Wie im Vergleich der extrem belasteten Studierendengruppe mit den durchschnittlich belasteten Studierenden deutlich wird, verwenden besonders stark belastete Studierende diese Strategien noch häufiger. Auffällig ist auch, dass Vollzeitstudierende ihre berufliche Aktivität stärker als berufsbegleitend Studierende reduzieren.

Diese Kombination an Strategien kann ein Grund dafür sein, warum wesentlich mehr berufsbegleitend Studierende zu den stark belasteten Studenten zählen. Sie reduzieren private Aktivitäten (Freunde, Familie, Hobbies...), die eigentlich eine wichtige Ressource im Hinblick auf die Vermeidung von Burnout darstellen. Eine Reduktion der Arbeitszeiten findet nicht statt. Eine Erklärung kann darin liegen, dass berufsbegleitend Studierende die Berufstätigkeit deswegen nicht aufgeben oder reduzieren, da diese zu ihrem Lebensunterhalt dient.

Aus den Ergebnissen lässt sich zwar ableiten, dass belastete berufsbegleitend Studierende die Ansprüche an die eigene Leistung senken, was eigentlich als geeignete Strategie zur Reduktion der Belastung zu bewerten ist, jedoch handelt es sich hierbei um eine Entscheidung auf Basis der subjektiven Einschätzung der belasteten Studierenden. Menschen, die zu Burnout neigen, sind unter anderem auch dadurch charakterisiert, über sehr hohe Leistungsansprüche zu verfügen, die unter Umständen kaum zu erfüllen sind. Es kann jedoch fallweise auch möglich sein, dass die Reduktion der Leistungsansprüche als ein Anzeichen der für das Burnout typischen Depersonalisation zu verstehen ist. Depersonalisation ist ein Zeichen für Arbeits-

überlastung und kann als Versuch gewertet werden, sich von seiner Arbeit zu distanzieren, um die Anforderungen handhabbarer zu machen (vgl. MASLACH, SCHAUFELI & LEITER, 2001).

Bei der „Risikogruppe“ der stark belasteten Studierenden wird ersichtlich, dass sich Männer und Frauen hinsichtlich der Gesamtbelastung kaum unterscheiden. Weibliche Studierende arbeiten im Durchschnitt zwar weniger als männliche, jedoch bewerten sie dafür die Belastung durch das Studium höher.

Die Vollzeitstudierenden, die ebenso stark belastet sind wie die berufsbegleitend Studierenden, ähneln in ihrem Verhalten den stark belasteten berufsbegleitend Studierenden, denn auch sie reduzieren private Aktivitäten, nicht aber berufliche und senken das Anspruchsniveau an die eigene Leistung. Dieses Muster findet man bei den belasteten Studierenden also unabhängig von der Studienform vor.

Des Weiteren ist auffällig, dass die verhältnismäßig kleine Gruppe der Vollzeitstudierenden, die stark belastet sind, im Durchschnitt 22 Stunden pro Woche arbeitet; die berufsbegleitend Studierenden erleben eine starke Belastung jedoch erst ab 41 Arbeitsstunden pro Woche. Die normalbelasteten berufsbegleitend Studierenden arbeiten im Schnitt 37 Stunden pro Woche. Hier wird einerseits die von JACOBS & DODD (2003) angesprochene subjektive Empfindung durch die Arbeitslast deutlich, andererseits zeigt die wesentlich höhere Anzahl von stark belasteten berufsbegleitenden Studierenden die Anzahl der Arbeitsstunden als wesentlichen Wirkungsfaktor auf die erlebte Belastung auf.

Ein auffallendes und im Rahmen der Burnout-Prävention bei Studierenden besonders relevantes Ergebnis ist, dass die gefährdeten Studierenden bereits vor dem Studium durch Privatleben und Beruf ein vergleichsweise hohes Belastungsniveau aufwiesen. Auch aus den qualitativen Interviews wurde ersichtlich, dass stark belastete Studierende häufig bereits belastet in das Studium starten.

Die Ergebnisse haben gezeigt, dass stark belastete Studierende das Studium – im Gegensatz zur Berufstätigkeit – als weniger belastend empfinden. Das kann damit zusammenhängen, dass das Studium den stark belasteten Studierenden das (subjektiv positiv empfundene) Gefühl vermittelt, Leistung zu erbringen. Denn bei einem Burnout empfinden die Betroffenen Gefühle von Ineffizienz sowie emotionaler Verausgabung. Hier kann das Studium durch kontinuierliche Leistungsrückmeldungen und soziale Bestätigung durch Lehrende und Mitstudierende zu einer Erhöhung des Selbstwertes beitragen und somit als Ressource dienen.

5 Schlussfolgerungen für die Hochschulpraxis

Die Ergebnisse bieten neue, empirisch gesicherte Erkenntnisse über die Belastungssituation von berufsbegleitend Studierenden an Fachhochschulen im Studienverlauf. Aus den Ergebnissen können Rückschlüsse für den Lehrbetrieb und die zentrale Hochschulorganisation gewonnen werden, ebenso können konkrete Handlungsanleitungen auf der individuellen Ebene der Studierenden abgeleitet werden.

Spezielles Augenmerk sollte darauf gelegt werden, betroffene Studierende selbst, Studienkolleginnen und Studienkollegen, Lehrende und Mitarbeiter/innen der Hochschule aber auch Interessentinnen und Interessenten und Bewerber/innen für diese Thematik zu sensibilisieren, sodass rechtzeitig Maßnahmen ergriffen werden können. Ziel von Interventionen aus Sicht der Hochschulorganisation sollten daher die Information und Bereitstellung von Unterstützungsmaßnahmen sein.

Aufgrund der bisherigen Befragungen und der Ergebnisse aus den Interviews können Interventionen auf folgenden Ebenen erfolgen:

- Im Studienbetrieb/In der Hochschulorganisation: Verteilung der Prüfungen auf das Semester, Verteilung der Lehrveranstaltungen im Stundenplan, Belastung durch Zusatzaufgaben oder Gruppenarbeiten, Anfahrtszeiten, Anwesenheitspflicht.
- Sensibilisierung der Studierenden, Mitarbeiter/innen und Lehrenden über die Beeinflussung durch
 - das Familienleben: Erwartungen der Familie an den Studienerfolg, Zeit für soziale Kontakte, familiäre Konflikte.
 - den Beruf: Überstunden, Arbeitsüberlastung, Zeitdruck, Dienstreisen, hohe Verantwortung, Leistungsdruck.
 - Ansprüche an sich selbst: innere Faktoren, die Burnout unterstützen, wie Perfektionismus, hohe Anforderungen an sich selbst und die Umwelt, Überidentifikation mit der Arbeit, Nichterkennen eigener Grenzen und Möglichkeiten, nicht Nein sagen können, sich für alles verantwortlich fühlen.

An der untersuchten Fachhochschule wurde aufgrund der bisherigen Ergebnisse der Studie und auf Basis der bestehenden Burnout-Theorie ein Leitfaden zum Management von Belastungssituationen entwickelt, der die Hintergründe der Belastungssituationen, die äußeren und inneren Belastungsfaktoren, Frühwarnzeichen sowie Anzeichen für Burnout und Tipps für Betroffene und Angehörige, Freunde und Kolleginnen und Kollegen umfasst (vgl. FHWIEN, 2011). Dieser wird Studierenden und Interessentinnen und Interessenten zur Verfügung gestellt bzw. generell in der Hochschulorganisation eingesetzt.

Da es sich um eine Langzeitstudie handelt, wird erst nach der abschließenden Befragung im Jahr 2011 abgeleitet werden können, welche Belastungssituationen über den gesamten Studienverlauf eines Bachelor-Studiums auftreten können. Dann wird zu untersuchen sein, ob die Ergebnisse aufgrund der Studienorganisation generalisiert werden können, oder ob Jahrgangseffekte für die Ergebnisse ausschlaggebend sind.

6 Literaturverzeichnis

- Bortz, J. & Döring, N.** (2002). *Forschungsmethoden und Evaluation für Human- und Sozialwissenschaftler*. Heidelberg: Springer.
- FHR (Fachhochschulrat)** (2011). *Aktuelle Statistische Auswertungen*. www.fhr.ac.at, Stand vom 15. April 2011.
- FHWien (FHWien-Studiengänge der WKW)** (2011). *Arbeiten und Studieren: Leitfaden zum Management von Belastungssituationen*. Wien: Eigenverlag. http://www.fh-wien.ac.at/fileadmin/user_upload/Personal-Wissensmanagement/Leitfaden_ArbeitenundStudieren.pdf, Stand vom 15. März 2011.
- Freudenberger, H. J.** (1974). Staff burnout. *Journal of Social Issues*, 30, 159-165.
- Greenglass, E. R., Burke, R. J. & Fiskensbaum, L.** (2001). Workload and burnout in nurses. *Journal of Community and Applied Social Psychology*, 11, 211-215.
- Gusy, B., Lohmann, K. & Drewes, J.** (2010). Burnout bei Studierenden, die einen Bachelor-Abschluss anstreben. *Prävention und Gesundheitsförderung*, 2010(3), 271-275.
- Jacobs, S. R. & Dodd, D. K.** (2003). Student Burnout as a Function of Personality, Social Support and Workload. *Journal of College Student Development*, 44, 291-303.
- Maslach, C. & Jackson, S. E.** (1981). *Maslach Burnout Inventory*. 2. Auflage. Palo Alto, Ca: Consulting Psychologists Press.
- Maslach, C., Schaufeli, W.B. & Leiter, M. P.** (2001). Job Burnout. *Annual Review of Psychology*, 52, 397-422.
- Schlögl, P. & Neubauer, P.** (2006). *Vereinbarkeit von Studium und Berufstätigkeit in ausgewählten Universitäts- und Fachhochschul-Studienrichtungen in Wien*. Wien: öibf – Österreichisches Institut für Bildungsforschung.
- Unger, M. & Wroblewski A.** (2006). *Studierenden-Sozialerhebung 2006. Bericht zur sozialen Lage der Studierenden*. Wien: IHS – Institut für höhere Studien.
- Unger, M., Zaussinger, S. et al.** (2010). *Studierenden-Sozialerhebung 2009. Bericht zur sozialen Lage der Studierenden*. Wien: IHS – Institut für höhere Studien.

Danksagung

Diese Studie wird im Rahmen der 9. Ausschreibung der Wiener Fachhochschul-Förderrichtlinie 2005 (Qualität der Lehre) von der Stadt Wien, Magistratsabteilung 27, EU-Strategie und Wirtschaftsentwicklung, gefördert.

Autor/innen



Mag. (FH) Mag. Dr. Gudrun GAEDKE || FHWien-Studiengänge der WKW, Institut für Personal- und Wissensmanagement || Währinger Gürtel 97, A-1180 Wien

www.fh-wien.ac.at

gudrun.gaedke@fh-wien.ac.at



Mag. Barbara COVARRUBIAS VENEGAS || FHWien-Studiengänge der WKW, Institut für Personal- und Wissensmanagement || Währinger Gürtel 97, A-1180 Wien

www.fh-wien.ac.at

barbara.covarrubias@fh-wien.ac.at



Stefanie RECKER || FHWien-Studiengänge der WKW, Institut für Personal- und Wissensmanagement || Währinger Gürtel 97, A-1180 Wien

www.fh-wien.ac.at

stefanie.recker@fh-wien.ac.at



Mag. Mag. Gerald JANOUS || FH-Wien Studiengänge der WKW, Institut für Marketing- und Salesmanagement || Währinger Gürtel 97, A-1180 Wien

www.fh-wien.ac.at

gerald.janous@fh-wien.ac.at