

.SIAK-Journal – Zeitschrift für Polizeiwissenschaft und polizeiliche Praxis



Knapp, Ramona (2015):

Belastungserleben im berufsbegleitenden Studieren. Ein Vergleich von drei Ausbildungsangeboten der Fakultät Sicherheit, Fachhochschule Wiener Neustadt

SIAK-Journal – Zeitschrift für
Polizeiwissenschaft und polizeiliche Praxis
(3), 50-60.

doi: 10.7396/2015_3_E

Um auf diesen Artikel als Quelle zu verweisen, verwenden Sie bitte folgende Angaben:

Knapp, Ramona (2015). Belastungserleben im berufsbegleitenden Studieren. Ein Vergleich von drei Ausbildungsangeboten der Fakultät Sicherheit, Fachhochschule Wiener Neustadt, SIAK-Journal – Zeitschrift für Polizeiwissenschaft und polizeiliche Praxis (3), 50-60, Online: http://dx.doi.org/10.7396/2015_3_E.

© Bundesministerium für Inneres – Sicherheitsakademie / Verlag NWV, 2015

Hinweis: Die gedruckte Ausgabe des Artikels ist in der Print-Version des SIAK-Journals im Verlag NWV (<http://nwv.at>) erschienen.

Online publiziert: 12/2015

Belastungserleben im berufsbegleitenden Studieren

Ein Vergleich von drei Ausbildungsangeboten der Fakultät Sicherheit, Fachhochschule Wiener Neustadt



RAMONA KNAPP,
wissenschaftliche Mitarbeiterin,
FH Wiener Neustadt,
Fakultät „Sicherheit“.

Das Ziel der vorliegenden Studie ist es, das Belastungserleben von berufsbegleitenden Studierenden zu erfassen. Bei den Teilnehmern und Teilnehmerinnen handelt es sich um Studierende der Fakultät Sicherheit der Fachhochschule Wiener Neustadt. Im Rahmen einer Längsschnittstudie wurden diese zu drei Zeitpunkten von September 2014 bis Januar 2015 anhand eines Fragebogens bezüglich ihres Stresserlebens befragt. Die Forschungsfragen betreffen einerseits die Unterschiede zwischen den drei Ausbildungen (Bachelorstudiengang, Masterstudiengang, Weiterbildungslehrgang), andererseits Unterschiede zwischen den drei Befragungszeitpunkten. Die Ergebnisse der Studie zeigen, dass prinzipiell keine Unterschiede im Belastungserleben zwischen den Ausbildungen zu beobachten sind, innerhalb der einzelnen Jahrgänge des Bachelorstudiengangs jedoch Unterschiede bestehen. Was den Verlauf über das Semester anbelangt, wurde ersichtlich, dass sich die Doppelbelastung in der Mitte des Semesters signifikant vom Anfang und Ende des Semesters unterscheidet. Die Stressreaktion erhöht sich signifikant im Laufe des Semesters. Als unterstützende Maßnahme zur Verbesserung des Stressempfindens wird die Einrichtung von Tutorien durch das wissenschaftliche Personal empfohlen.

1. STRESSFORSCHUNG

Menschen sind im Laufe ihres Lebens immer wieder kritischen Lebensereignissen ausgesetzt (z.B. Schuleintritt, Examen, Geburt eines Kindes, Heirat). Solche Ereignisse können positiv wie auch negativ besetzt sein und – abhängig von der Person – eine fördernde oder belastende Wirkung haben (Oerter et al. 2011). In ihrer negativen Ausprägung sind kritische Lebensereignisse zumeist mit Stress verbunden. Selye (Selye 1950) gilt als einer der ersten Forscher, die sich mit diesem Thema wissenschaftlich auseinandersetzten. Er ging davon aus, dass sich Stress im so genannten allgemeinen Adaptionsyndrom äußert. Menschen reagieren laut

diesem Modell bei andauerndem Stress in drei aufeinanderfolgenden Phasen. Zunächst wird ein Stressor (bspw. Angst) wahrgenommen, was sich in einer Alarmreaktion äußert. Bei längerer Dauer dieses Zustands versucht die Person dem Stressor standzuhalten oder sich diesem anzupassen (Widerstandsstadium). Gelingt dies nicht, tritt die letzte Phase, das Erschöpfungsstadium, ein. Stress wird laut diesem Modell als Wechselwirkung zwischen Schädigung und Verteidigung angesehen, wobei der schädigende Faktor im Mittelpunkt steht.

Aufbauend auf diesem Konzept gingen Lazarus und Folkman (Lazarus/Folkman 1984) in dem von ihnen konzipierten

transaktionalen Modell davon aus, dass eine Situation mehreren Bewertungen unterliegt. Essentiell ist dabei, dass Stressoren nicht notwendigerweise negativ (Distress), sondern auch positiv (Eustress) oder irrelevant empfunden werden können. Wird eine Situation als stresshaft eingestuft, sind die individuellen Bewältigungsfähigkeiten der Person relevant. Diese reichen von einer empfundenen Herausforderung, bei denen Coping-Strategien¹ vorhanden sind und die eine persönliche Weiterentwicklung ermöglichen, zu Situationen, die unangenehm oder als Bedrohung empfunden werden und einer persönlichen Weiterentwicklung hinderlich sind. Letztlich kann es bis hin zu einer Schädigung kommen, bei der keinerlei Coping-Mechanismen mehr existieren. Die Frage, ob Stress zu einem bestimmten Zeitpunkt entsteht, lässt sich laut dem Modell nicht nur mit der Betrachtung der individuellen Person und der Situation klären, es muss auch die Interaktion beider Bereiche miteinbezogen werden. Ein und dieselbe Situation kann von unterschiedlichen Menschen daher als mehr oder weniger stressreich erlebt werden, da jede Person einen anderen Schwellenwert für Stress besitzt. Ähnlich wie Lazarus und Folkman (Lazarus/Folkman 1984), geht Kaluza (Kaluza 2012) von drei Bestandteilen von Stress aus (Stresstrias). Er unterscheidet Stressoren (Grund, weswegen eine Person unter Stress gerät) von persönlichen Stressverstärkern (Dinge, die einen selbst unter Stress setzen) und Stressreaktionen. Letztere können weiter in körperliche (Schwitzen, Herzklopfen), kognitive (Konzentrationsstörungen), emotionale (Angst, Aggressivität) und verhaltensmäßige (Kratzen, Stottern) Reaktionen aufgegliedert werden (vgl. Kaluza 2011; Lorei 2014). Ähnlich ist allen Modellen, dass Stress nicht von jeder Person gleich empfunden wird, sondern immer indivi-

duelle Anteile beinhaltet. Ist kurzfristiger Stress noch körperlich aktivierend und „ein wesentliches positives Kennzeichen des Lebendigen“ (Kaluza 2012, 23), so ist langfristiger Stress mit physischen und psychischen Einschränkungen (Ziellosigkeit, Vergesslichkeit, Konzentrationsstörungen, Schlafstörungen, Schweißausbrüche, Kopfschmerzen etc.) verbunden.

Berufsspezifischer Stress

Der Beruf des Polizisten beziehungsweise der Polizistin wird immer wieder mit einem hohen Stresserleben in Verbindung gebracht (Collins/Gibbs 2003; Lucas et al. 2012; Mensching 2013). Hierbei handelt es sich oftmals um belastende Ereignisse, die im Extremfall bis zu Traumatisierungen führen können (Hallenberger 2006; Steinbauer et al. 2002; Wendtland 2008). So konnte Krampfl (Krampfl 2007) belegen, dass Einsatzkräfte der Exekutive kaum die Möglichkeit haben, belastende Einsätze zu vermeiden. Polizisten und Polizistinnen sind von Berufs wegen oft mit Situationen konfrontiert, die unvorhersehbar, mehrdeutig oder schwer zu kontrollieren sind. Sie müssen kurzfristig schwerwiegende Entscheidungen treffen, mit problematischen Personen umgehen und sich der medialen Präsenz der Öffentlichkeit in all ihren Handlungen bewusst sein.

Maßnahmen zur Reduktion von traumatischem Stress liegen beispielsweise in Betreuungsangeboten und der Einrichtung medizinischer und sozialer Fürsorgeprogramme (Collins/Gibbs 2003). Diese werden zum Teil schon angeboten (Psychologischer Dienst, Peer-Support). Die Notwendigkeit solcher Angebote ist daran erkennbar, dass Exekutivbeamte und -beamtinnen oftmals starke Erregungssymptome wie Konzentrationsprobleme, erhöhte Aggression oder Schlafstörungen aufweisen. Auch ist die Unzufriedenheit mit der Arbeit im Vergleich zu anderen

Einsatzkräften, wie der Feuerwehr oder der Rettung, am höchsten (Krampfl 2007).

Neben traumatischem Stress sind Bedienstete des Bundesministeriums für Inneres mit Stressoren aus dem sozialen, physischen und organisationalen Bereich konfrontiert. Soziale Konflikte, Arbeitsplatzunsicherheit oder mangelndes Führungsverhalten werden zumeist als Bedrohungen empfunden (Cavanaugh et al. 2000). Zeitdruck, Arbeitsdichte oder unregelmäßige Arbeitszeiten (beispielsweise durch Schichtdienste, Nachtdienste, Überstunden) können für manche Personen als spannende, herausfordernde Tätigkeit betrachtet werden (vgl. Lazarus/Folkman 1984); für andere handelt es sich um unangenehme Belastungen, die nicht selten merkbare Auswirkungen auf das Familienleben oder Freundschaften haben (Miller 2006). Allgemein kann festgestellt werden, dass Aufgaben, die als Herausforderung empfunden werden, mit einer hohen Arbeitszufriedenheit in Zusammenhang stehen; Aufgaben, die als Bedrohung wahrgenommen werden, gehen hingegen mit einer geringen Arbeitszufriedenheit einher (Cavanaugh et al. 2000). Dies ist auch für den Arbeitgeber von Relevanz, da sich Folgen langfristiger Unzufriedenheit häufig in Absentismus, Krankenständen, Burnout und Ähnlichem äußern.

Auf organisationaler Ebene ist die Erwartungshaltung an Führungskräfte, verantwortungsvoll und durchsetzungsfähig mit Untergebenen umzugehen und gleichzeitig zielorientierte, reflektierte Entscheidungen zu treffen, mit enormem Druck verbunden (Mensching 2013). Dieser kann sich unter anderem in Entscheidungsverzögerungen, aufdrängenden Nebengedanken oder Delegation von Verantwortung bemerkbar machen (Ungerer 2003, zit. n. Lorei 2014). Mögliche Maßnahmen der Stressreduktion liegen in der Reduktion der Arbeitsbelastungen und der Verbes-

serung des Arbeitsklimas. Wenngleich diese Schritte nicht immer möglich sind, ist es notwendig, eine psychische Abgrenzung in der arbeitsfreien Zeit einzuhalten, um langfristig gesund und produktiv zu bleiben. Studien zeigen, dass sich gerade Arbeitnehmer und Arbeitnehmerinnen in sehr stressreichen Berufen ausgesprochen wenig von der Arbeit abgrenzen können (Sonntag 2015). Hier liegt es besonders in der Verantwortung der Vorgesetzten, eine bewusste Abgrenzung der Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen in der arbeitsfreien Zeit einzufordern.

Akademischer Stress

Untersuchungen zeigen (Büttner 2013; Wilks 2009), dass Studierende verschiedener Studienrichtungen ein hohes Ausmaß an Stress erleben. Die stressauslösenden Faktoren können spezifischen studienrelevanten Auslösern zugeordnet werden (z.B. Prüfungen, Anwesenheitspflichten, Leistungsdruck), welche sich auf Grund der zeitlichen Eingrenzung des Studiums mit Beendigung desselben zumeist wieder auflösen (Büttner 2013). Das Stresserleben scheint unabhängig vom Geschlecht und Beziehungsstatus ähnlich hoch ausgeprägt zu sein (Collins/Gibbs 2010). Als relevanter Faktor hat sich hingegen die erlebte Unterstützung durch Mitstudierende, Referenten und Referentinnen und Universitätsmitarbeiter und -mitarbeiterinnen herausgestellt. Fachliche Unterstützung bei Abschlussarbeiten kann beispielsweise in Form von regelmäßigen Tutorien erfolgen. Handelt es sich hingegen um psychische Probleme (Unsicherheiten, Krisen), sind oftmals psychologische Beratungsteams gefragt. Neben kurzfristigen Hilfestellungen und Kurzzeitinterventionen können auch Maßnahmen wie Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung (zur Anwendung siehe Kaluza 2011) oder Biofeedback zum

Einsatz kommen (Ratanasiripong et al. 2012).

Im Vergleich zu Vollzeitstudierenden sind berufstätige Studierende oftmals mit der Aufgabe konfrontiert, mehrere Rollen auf einmal ausfüllen zu müssen. Sie haben nicht nur studentische Leistungen zu erbringen, sondern auch Aufgaben im Beruf sowie im Privatleben (Familie, Freunde, Verwandte) zu erfüllen. Entsprechend sind sie oft mit einem hohen Arbeitsaufwand und langen Arbeitszeiten konfrontiert.

Schutzfaktoren (Resilienz) gegen akademischen Stress können durch soziale Unterstützung von Freunden und Verwandten (social supports) sowie durch gute soziale und sozioökonomische Rahmenbedingungen aufgebaut werden (Wilks 2009; Wittchen/Hoyer 2011). Sind hingegen keine protektiven Faktoren vorhanden, können länger andauernde, stresserzeugende Situationen mit einer Beeinträchtigung der Gesundheit einhergehen.

2. EMPIRISCHE UNTERSUCHUNG

Ziel der vorliegenden Studie ist es, die Hauptkomponenten im Belastungserleben berufsbegleitender Studierender zu identifizieren, wobei der Fokus der Untersuchung auf Disstress (Lazarus/Folkman 1984) liegt.

2.1 METHODEN

Bei dem Untersuchungsdesign handelt es sich um eine quantitative Felduntersuchung in Form einer Längsschnittstudie (Panelstudie), die zu drei Zeitpunkten von September 2014 bis Januar 2015 durchgeführt wurde.

Stichprobenkonstruktion

Bei der untersuchten Population handelt es sich um Studierende der Fakultät Sicherheit der Fachhochschule Wiener Neustadt. Der Untersuchungszeitraum umfasst

das Wintersemester 2014/15 in zwei Studiengängen und einem Weiterbildungslehrgang. Die Studierenden des Bachelorstudiengangs „Polizeiliche Führung“ (BPF) sind überwiegend Polizisten und Polizistinnen, die vom Status eines dienstführenden Beamten bzw. einer dienstführenden Beamtin (E2a) zum leitenden Beamten bzw. zur leitenden Beamtin (E1) übergehen, wobei die Studienplätze auch Personen aus dem privaten Sicherheitsgewerbe offen stehen. Neben der berufsbegleitenden Ausbildung arbeiten die Studierenden auf Polizeidienststellen, wo sie mit Agenden ihres späteren Berufsfeldes betraut werden. Zusätzlich zu den regulär Studierenden werden jährlich weitere Polizeibeamte und -beamtinnen in den Bachelorstudiengang aufgenommen, welche bereits vor Beginn des ersten Jahrgangs im Jahr 2006 die Ausbildung zum leitenden Beamten bzw. zur leitenden Beamtin an der Sicherheitsakademie absolvierten und welche sich durch die Belegung einzelner Studienfächer zum „Bachelor of Arts in Police Leadership“ nachqualifizieren können. Diese Studierenden werden im Folgenden Nachqualifizierer (NQ) genannt.

Bei dem Masterstudiengang „Strategisches Sicherheitsmanagement“ (MSSM) handelt es sich um einen berufsbegleitenden Studiengang, der Studierende zur strategischen Führung von Organisationseinheiten ausbildet, die im öffentlichen (z.B. Polizei, Sicherheitsbehörden, staatliches Krisen- und Katastrophenschutzmanagement) oder privaten Bereich tätig sind. Diese schließen mit dem „Master of Arts in Security Management“ ihr Studium ab.

Die Studierenden des Weiterbildungslehrgangs „Polizeiliches Lehren“ (POL) sind hauptamtliche Lehrer und Lehrerinnen an den Bildungszentren der österreichischen Sicherheitsexekutive. Die Schwerpunkte des Lehrgangs liegen in einer pädagogischen Ausbildung in Ver-

knüpfung mit pädagogischer Praxis und im Vermitteln polizeispezifischen Wissens auf Hochschulniveau. Nach Abschluss des Weiterbildungslehrgangs dürfen die Studierenden die Bezeichnung „Akademischer Lehrer des Exekutivdienstes“ beziehungsweise „Akademische Lehrerin des Exekutivdienstes“ führen.

In dem fünfmonatigen Durchführungszeitraum studierten 124 Personen an der Fakultät Sicherheit. Vier weitere Studierende waren zu Beginn des Wintersemesters 2014/15 karenziert und wurden nicht in die Untersuchung miteinbezogen. Insgesamt liegen Daten von $n = 123$ Studierenden vor.

Die untersuchte Stichprobe setzt sich aus den Jahrgängen 2013 und 2014 des Masterstudiengangs ($n = 41$), den Jahrgängen 2012 und 2013 des Bachelorstudiengangs ($n = 69$, wovon 44 Personen Nachqualifizierer waren) und dem Jahrgang 2014 des Weiterbildungslehrgangs ($n = 14$) zusammen. Bei allen Studierenden handelte es sich um berufs begleitende Studierende, die zum Zeitpunkt der Befragung Bedienstete des Bundesministeriums für Inneres (BMI) waren.

Erhebungsinstrument

Zur Erhebung des Stressempfindens wurden zwei, eigens für diese Untersuchung erstellte, halbstandardisierte Fragebögen vorgegeben. Es wurde eine Langversion des Fragebogens für diejenigen Studierenden erstellt, welche schon mindestens ein Semester an der Fachhochschule Wiener Neustadt studiert hatten. Eine weitere, verkürzte Version wurde für diejenigen Studierenden entwickelt, die erst im Wintersemester 2014/15 für das Studium zugelassen worden waren.

In der Langversion des Fragebogens wurden 48 Aussagen zum Studium und zum Beruf sowie neun fakultative Aussagen zur Abschlussarbeit gestellt. Die

Aufgabenstellung bestand darin, mehrere Aussagen in vier Antwortkategorien zu bewerten. Die Antwortoptionen reichten von „stimme völlig zu“, „stimme zu“, „lehne ab“ bis „lehne völlig ab“ und entsprachen einer Rangskalierung. Die Kurzversion des Fragebogens war vom Aufbau her identisch zur Langversion, unterschied sich jedoch dadurch, dass nur Fragen zum Beruf gestellt wurden (insgesamt 24 Aussagen).

Des Weiteren wurde eine Frage zum momentanen Stressempfinden gestellt („Bitte geben Sie an, wie Sie Ihr momentanes Stressempfinden einschätzen“), welche auf einem Zahlenstrahl zu beantworten war. Schlussendlich wurden zwei demographische Variablen („Studiengang“ und „aktuelles Semester“) abgefragt und mögliche Hilfsleistungen der Organe der Fakultät Sicherheit (Administration, Organisationsassistent, wissenschaftliche Mitarbeiterin und Studiengangsleitung) erhoben.

Um die Anonymität der befragten Studierenden zu gewährleisten, wurde ein achtstelliger Code für jeden Studierenden erstellt, der sich aus den ersten beiden Buchstaben des Vornamens der Mutter, den ersten beiden Buchstaben des Vornamens des Vaters, den ersten beiden Buchstaben des Geburtsorts und den ersten beiden Ziffern des Geburtstags ergab (z.B. BEKAWI24). Keine zwei Studierenden besaßen den gleichen Code.

Durchführung

Zur Durchführung einer Längsschnittstudie wurden drei verschiedene Befragungszeitpunkte im jeweiligen Abstand von zwei Monaten gewählt. Die Datenerhebung fand zwischen dem 9. September 2014 und dem 20. Januar 2015 statt. Die Dauer der Vorgabe betrug jeweils ca. 15 Minuten inklusive Erklärung des Untersuchungsmaterials. Zum Zeitpunkt der ersten Vorgabe (t1: September 2014) konnten

Daten von 117 Fragebögen erhoben werden. Dies entspricht einer Rücklaufquote von 95 %. Zum zweiten Zeitpunkt (t2: November 2014) wurden 112 Fragebögen retourniert (91 %). Zum dritten Befragungszeitpunkt (t3: Januar 2015) wurden 65 Fragebögen ausgefüllt, was einer Rücklaufquote von 53 % entspricht. Die Verringerung der Rücklaufquote zum dritten Befragungszeitpunkt lässt sich dadurch erklären, dass die Bachelorstudierenden des Jahrgangs 2012 zu diesem Zeitpunkt ein Berufspraktikum absolvieren mussten und daher für die Befragung nicht zur Verfügung standen.

2.2 ERGEBNISSE

Die statistische Datenanalyse wurde anhand des Programms SPSS durchgeführt. Das Signifikanzniveau wurde für alle Hypothesentests auf 5 % festgelegt. Die statistischen Voraussetzungen zur Durchführung der Berechnungen sind, soweit nicht anders angegeben, erfüllt.

Faktorenanalyse

„Die Faktorenanalyse ist ein Verfahren, das eine größere Anzahl von Variablen anhand der gegebenen Fälle auf eine kleinere Anzahl unabhängiger Einflussgrößen, Faktoren genannt, zurückführt“ (Bühl 2014, 595). Mit dem Ziel einer größtmöglichen Dimensionsreduktion wurden drei explorative Faktorenanalysen anhand des gesammelten Datenmaterials durchgeführt. Diese entsprechen einander in den Ergebnissen. Insgesamt wurden die 48 Items zu Studium und Beruf von insgesamt 294 Fragebögen ausgewertet und zu jedem Befragungszeitpunkt eine Hauptkomponentenanalyse mit anschließender Varimax Rotation durchgeführt. Nach Durchsicht der Screeplots wurden drei relevante Faktoren identifiziert. Eine rotierte Komponentenmatrix mit drei festen Faktoren ergab die inhaltlich benannten

Dimensionen „Doppelbelastung“, „Stressreaktion“ und „Studienzufriedenheit“. Auf die Skala „Studienzufriedenheit“ soll im vorliegenden Artikel nicht näher eingegangen werden.

Die Skala „Doppelbelastung“ beinhaltet elf Items und beschreibt die Vereinbarkeit von Studium und Arbeit sowie die dazugehörige Belastung. Hierzu zählen beispielsweise „Wenn ich weniger Arbeit hätte, könnte ich das Studium besser absolvieren“, „Mir wird manchmal nachgesagt, dass ich zu viel arbeite“ oder „Manchmal wird mir Arbeit und Studium zu viel“. Die interne Konsistenz, gemessen durch Cronbach α , liegt in den drei Befragungszeitpunkten zwischen .90–.91.

Die Skala „Stressreaktion“ beinhaltet insgesamt 22 Items und beschreibt körperliche, psychische, wie auch soziale Reaktionen, auf ein hohes Belastungserleben. Hierzu zählen beispielsweise „Wenn ich nach dem Unterricht am Wochenende nach Hause komme, fühle ich mich erschöpft“, „Ich kann mich öfter nicht gut konzentrieren“ oder „Ich finde nicht genügend Zeit für meine Familie“. Die interne Konsistenz liegt zwischen .92–.94.

Forschungsfragen und Hypothesen

Die Forschungsfragen der vorliegenden Untersuchung lassen sich in zwei Bereiche aufteilen. Einerseits wurde der Frage nachgegangen, ob Unterschiede zwischen den drei Ausbildungen (Bachelorstudiengang, Masterstudiengang, Weiterbildungslehrgang) in der Skala „Doppelbelastung“ vorhanden sind. Hierbei waren auch Unterschiede innerhalb derselben Ausbildung von Interesse. Zudem wurde untersucht, ob Unterschiede zwischen den drei Befragungszeitpunkten zu beobachten sind.

Andererseits wurden die Fragen aufgeworfen, ob es Unterschiede zwischen den drei Ausbildungen in der Skala „Stressreaktion“ gibt, und, ob Unterschiede zwi-

schen den drei Befragungszeitpunkten in der Skala „Stressreaktion“ zu beobachten sind.

Die abgeleiteten Hypothesen lauten:

1. Es gibt einen Unterschied zwischen dem Bachelorstudiengang, dem Masterstudiengang und dem Weiterbildungslehrgang in der Skala „Doppelbelastung“.
2. Es gibt einen Unterschied in den Bachelorstudiengängen in der Skala „Doppelbelastung“.
3. Es gibt einen Unterschied in den Masterstudiengängen in der Skala „Doppelbelastung“.
4. Es gibt einen Unterschied in der Höhe der Doppelbelastung zwischen den drei Befragungszeitpunkten.
5. Es gibt einen Unterschied zwischen dem Bachelorstudiengang, dem Masterstudiengang und dem Weiterbildungslehrgang in der Skala „Stressreaktion“.
6. Es gibt einen Unterschied in der Höhe der Stressreaktion zwischen den drei Befragungszeitpunkten.

Doppelbelastung

Zunächst wurde die Annahme, dass in der Skala „Doppelbelastung“ Unterschiede zwischen den drei Ausbildungen vorhanden sind, anhand einer einfaktoriellen univariaten Varianzanalyse für unabhängige Stichproben geprüft. Die Daten zeigen, dass keine signifikanten Unterschiede im Bereich der Doppelbelastung in den drei Ausbildungen vorhanden sind, $F(2, 120) = 1.08, p > .05$. Somit muss Hypothese 1 verworfen, und die Annahme, dass keine Unterschiede zwischen den Ausbildungen bestehen, beibehalten werden (siehe Tabelle 1).

Quelle: Knapp

Skala	Ausbildung	N	MW	SD	F-Wert	P
Doppelbelastung	MSSM	41	2,46	,45	1,08	,34
	BPF	68	2,44	,51		
	POL	14	2,64	,39		

Tab. 1: Doppelbelastung bei allen Ausbildungen

Bei einer genaueren Untersuchung der Bachelorstudiengänge (Jahrgang 2012, Nachqualifizierer aus dem Jahr 2012 und Jahrgang 2013) wurde erneut eine einfaktorielle univariate Varianzanalyse für unabhängige Stichproben durchgeführt. Die Daten ergeben, dass sich die Bachelorstudiengänge in der Skala „Doppelbelastung“ signifikant voneinander unterscheiden, $F(2, 65) = 3.78, p < .05$. Hypothese 2 kann somit angenommen werden. Der Post-hoc-Test (Scheffé-Test)² zeigt, dass der Effekt darauf zurückzuführen ist, dass die Nachqualifizierer (BPF12-NQ) im Gegensatz zu den regulären Studierenden des BPF12 eine signifikant höhere Doppelbelastung aufweisen (siehe Abbildung 1).

Quelle: Knapp

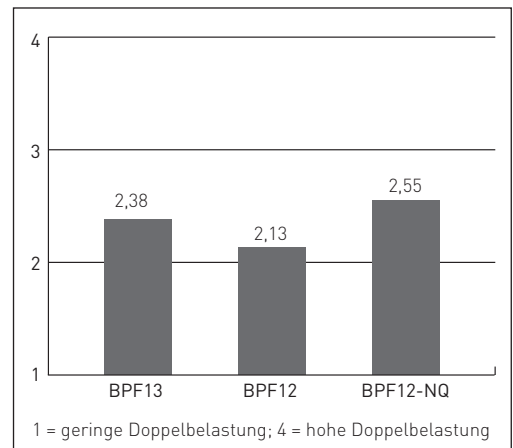


Abb. 1: Doppelbelastung in den Bachelorstudiengängen

Eine Untersuchung der Masterstudiengänge (Jahrgang 2013 und 2014) anhand einer einfaktoriellen univariaten Varianzanalyse für unabhängige Stichproben ergibt, dass sich die beiden Jahrgänge auf der Skala „Doppelbelastung“ nicht signifikant voneinander unterscheiden, $F(1, 39) = 2.04, p > .05$. Aus diesem Grund muss Hypothese 3 verworfen, und von der Annahme ausgegangen werden, dass keine Unterschiede in den beiden Masterstudiengängen in der Skala „Doppelbelastung“ zu beobachten sind.

Bezüglich der Unterschiede zwischen den drei Befragungszeitpunkten wurde untersucht, wann die Belastung während des Studiums am größten ist. Hierfür wurde die Hypothese aufgestellt, dass die Doppelbelastung zu den drei Befragungszeitpunkten unterschiedlich hoch ausfällt. Zur Überprüfung wurde eine einfaktorielle univariate Varianzanalyse mit Messwiederholung mit den Daten derjenigen Studierenden berechnet, die sich zum Zeitpunkt der ersten Befragung bereits mindestens ein Semester an der Fachhochschule befanden (d.h. die Jahrgänge MSSM13, BPF12 und BPF13). Die Ergebnisse zeigen einen signifikanten Unterschied in der Höhe der Doppelbelastung zu den drei Befragungszeitpunkten, $F(1.98, 65.38) = 4.91, p < .05$. Damit kann Hypothese 4 beibehalten werden. Der Post-hoc-Test nach Bonferroni zeigt, dass der Effekt darauf zurückzuführen ist, dass die Doppelbelastung der genannten Jahrgänge zum zweiten Befragungszeitpunkt (November) im Vergleich zu den anderen beiden Zeitpunkten signifikant höher ausgeprägt ist (siehe Abbildung 2).

Quelle: Knapp

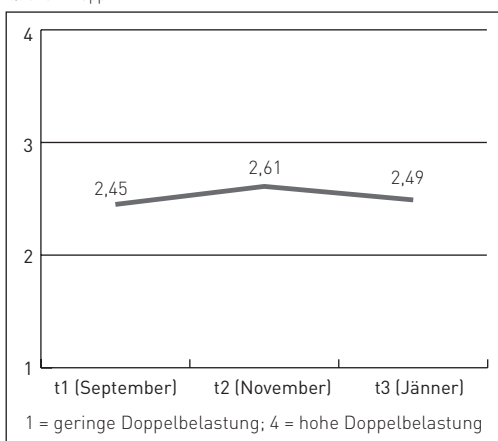


Abb. 2: Doppelbelastung über die drei Befragungszeitpunkte im MSSM13, BPF12, BPF13

Stressreaktion

Bezüglich der Stressreaktion wurde die Hypothese aufgestellt, dass Unterschiede zwischen den drei Ausbildungen (Bache-

lorstudiengang, Masterstudiengang, Weiterbildungslehrgang) in dieser Skala vorhanden sind. Die Annahme wurde anhand einer einfaktoriellen univariaten Varianzanalyse für unabhängige Stichproben geprüft. Was die Stressreaktionen innerhalb des Semesters anbelangt, ist kein signifikanter Unterschied zwischen den drei Ausbildungen feststellbar, $F(2, 120) = 1.99, p > .05$. Somit muss Hypothese 5 verworfen und davon ausgegangen werden, dass es keinen Unterschied in der Skala „Stressreaktion“ zwischen den drei Ausbildungen gibt.

Die Hypothese, dass Unterschiede in der Höhe der Stressreaktion zwischen den drei Befragungszeitpunkten (September, November, Januar) auf der Skala „Stressreaktion“ vorhanden sind, wurde anhand einer einfaktoriellen univariaten Varianzanalyse mit Messwiederholung überprüft. Es wurden alle Studierenden herangezogen, da davon ausgegangen werden kann, dass eine Stressreaktion zu allen Zeitpunkten im Semester möglich ist. Die Ergebnisse zeigen signifikante Unterschiede zu den drei Befragungszeitpunkten, $F(1.46, 90.73) = 17.7, p < .05$. Damit kann Hypothese 6 bestätigt werden. Der Post-hoc-Test nach Bonferroni zeigt, dass der beobachtete Effekt darauf zurückgeht, dass die Stressreaktion für alle Studierenden zum ersten Befragungszeitpunkt am geringsten ist und im Laufe des Semesters signifikant zunimmt (siehe Abbildung 3, Seite 58).

2.3 DISKUSSION

Das Ziel der Studie war es, das Belastungserleben berufsbegleitender Studierender der Fakultät Sicherheit der Fachhochschule Wiener Neustadt zu erheben. Die Ergebnisse der Studie zeigen, dass keine signifikanten Unterschiede im Belastungserleben (d.h. Doppelbelastung und Stressreaktion) zwischen den Ausbildungen (BPF, MSSM, POL) vorhanden sind. Mangelnde Unter-

Quelle: Knapp

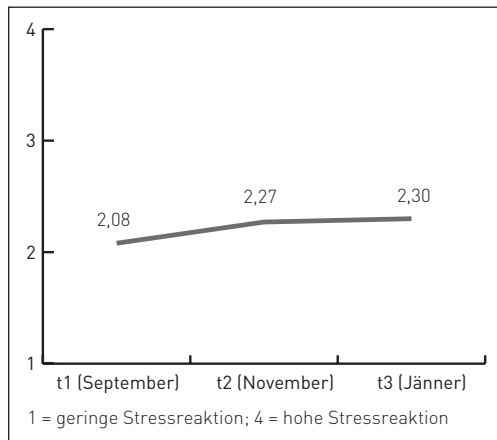


Abb. 3: Stressreaktion in allen Ausbildungen über die drei Befragungszeitpunkte

schiede in der empfundenen Doppelbelastung in den beiden Studiengängen (BPF, MSSM) könnten damit zusammenhängen, dass es sich bei den ordentlichen Studierenden der Fakultät Sicherheit um äußerst engagierte und motivierte Studierende handelt, die bereits viele Hürden in ihrer Laufbahnausbildung in der Polizei sowie auf dem Weg zu ihrem Studienplatz überwunden haben (u.a. mehrstufige Auswahlverfahren). Zieht man das Modell von Lazarus und Folkman (Lazarus/Folkman 1984) heran, ist die Vermutung aufzustellen, dass viele Studierende der Bachelor- und Masterstudiengänge selbst hohen Stress als Herausforderung empfinden und genügend Coping-Strategien zur Bewältigung besitzen.

Was die Studiengänge im Detail angeht, konnte ein signifikanter Unterschied zwischen den einzelnen Jahrgängen der Bachelorstudiengänge aufgefunden werden. Studierende, die ihre Ausbildung zum leitenden Beamten bzw. zur leitenden Beamtin bereits vor dem Jahr 2006 abgeschlossen hatten (Nachqualifizierer) und innerhalb des Bachelorstudiengangs auf Grund ihrer vorherigen langjährigen Ausbildung an der Sicherheitsakademie Lehrveranstaltungen anerkannt bekamen, erlebten eine signifikant höhere Doppelbe-

lastung durch das Studium und den Beruf. Das vorliegende Ergebnis könnte damit zusammenhängen, dass diese Studierenden schon seit einigen Jahren die polizeiliche Laufbahnausbildung abgeschlossen haben, die leitende Funktion bereits seit einiger Zeit ausüben und zeitlich stark durch Familie und Beruf eingebunden sind.

Was den Verlauf über das Semester angeht, wurde ersichtlich, dass sich die Doppelbelastung in der Mitte des Semesters (November) signifikant vom Anfang und Ende des Semesters unterscheidet. Dies mag damit zusammenhängen, dass in den Wochen vor Jahresende viele arbeitsrelevante Aufgaben und Projekte abgeschlossen werden müssen, welche gleichzeitig mit Belastungen durch das nahende Semesterende einhergehen (Prüfungen, Hausarbeiten etc.).

Die Stressreaktion zeigt eine signifikante Erhöhung zum zweiten und dritten Befragungszeitpunkt im Vergleich zum Beginn des Semesters. Dies kann dahingehend interpretiert werden, dass die Reaktion auf Stress vom Beginn des Semesters zu den späteren Zeitpunkten immer weiter zunimmt. Das Ergebnis mag damit zusammenhängen, dass im September das neue Studienjahr beginnt, welches einer zwei-monatigen Studienpause folgt. Die relativ geringe Stressreaktion nimmt im Laufe des Semesters durch verschiedene Belastungen immer weiter zu.

3. CONCLUSIO

Eine mögliche Hilfestellung für berufstätige Studierende der Fakultät Sicherheit liegt im Anbieten von unterstützenden und unverbindlichen Tutorien von wissenschaftlichem Personal (siehe auch Collins et al. 2010). Innerhalb dieser sollten Studierende die Möglichkeit haben, Hilfsleistungen für das Absolvieren der Abschlussarbeit entgegenzunehmen und sich untereinander auszutauschen. Wünsche in

diese Richtung gehend wurden ebenfalls im offenen Antwortbereich des Fragebogens geäußert (bspw. „Beratung Methodik“, „Wie schreibt man wissenschaftliche Arbeiten?“). Relevant erscheint insbesondere der Punkt, dass Tutoren oder Tutorinnen aktiv auf Hilfsmöglichkeiten hinweisen sollten, um somit die Hemmschwelle der Studierenden, von alleine Hilfe aufzusuchen, zu umgehen. Es sollte jedoch beachtet werden, dass laut einer Schätzung von Collins u.a. (Collins et al. 2010) ca. ein Fünftel aller Studierenden es bevorzugen, alleine und unabhängig zu arbeiten und keine Hilfsmaßnahmen benötigen. Aus diesem Grund ist eine freiwillige Teilnahme an

Tutorien unabdingbar. Für tiefergehenden Stress ist eine Einführung in stressreduzierende Methoden, wie Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung oder Biofeedback, sinnvoll, welche durch psychologische Beratung vermittelt werden kann.

Weiterführende Studien mit einer langfristigen Beobachtung des Stresserlebens von Studierenden über ein ganzes Jahr hinweg erscheinen sinnvoll, um alle stresshaften Zeitpunkte eines Studienjahres (Wintersemester und Sommersemester) zu erfassen. Zeitabhängige Stresssituationen (beispielsweise Studienbeginn, Semesterferien oder Abschlussarbeiten) könnten somit besser untersucht werden.

¹ Coping-Strategien können als Bewältigungsstrategien verstanden werden.

² Bei Post-hoc-Tests handelt es sich um eine Gruppe mehrerer Verfahren, die einen Vergleich von Mittelwerten a posteriori ermöglichen. Der Scheffé-Test hat den Vorteil, dass er gegenüber Verletzungen von Voraussetzungen relativ robust ist und tendenziell eher zu Gunsten der Nullhypothese ausfällt.

Quellenangaben

Bühl, Achim (2014). Spss 22. Einführung in die moderne Datenanalyse, Hallbergmoos.

Büttner, Tobias R./Dlugosch, Gabriele E. (2013). Stress im Studium. Die Rolle der Selbstwirksamkeitserwartung und der Achtsamkeit im Stresserleben von Studierenden, Prävention und Gesundheitsförderung (8), 106–111.

Cavanaugh, Marcie A. et al. (2000). An Empirical Examination of Self-Reported Work Stress Among U.S. Managers, Journal of Applied Psychology (85), 65–75.

Collins, P. A./Gibbs, A. C. C. (2003). Stress in police officers: a study of the origins, prevalence and severity of stress-related symptoms within a county police force, Occupational Medicine (53), 256–264.

Collins, Stewart et al. (2010). Social Work Students: Stress, Support and Well-Being, British Journal of Social Work (40), 963–982.

Hallenberger, Frank (2006). Psychologische Krisenintervention für Einsatzkräfte. Hilfe nach traumatischem Stress, Frankfurt a.M.

Kaluza, Gert (2011). Stressbewältigung. Trainingsmanual zur psychologischen Gesundheitsförderung, Berlin.

Kaluza, Gert (2012). Gelassen und sicher im Stress. Das Stresskompetenz-Buch – Stress erkennen, verstehen, bewältigen, Berlin.

Krampl, Manfred (2007). Einsatzkräfte im Stress. Auswirkungen von traumatischen Belastungen im Dienst, Kröning.

Lazarus, Richard S./Folkman, Susan

(1984). Stress, appraisal, and coping, New York.

Lorei, Clemens (2014). Stressreaktionen, in: Lorei, Clemens/Hallenberger, Frank (Hg.) Grundwissen Stress, Frankfurt a.M., 31–46.

Lucas, Todd et al. (2012). Where does work stress come from? A generalizability analysis of stress in police officers, Psychology & Health (27), 1426–1447.

Mensching, Anja (2013). Hierarchie stresst – stresst Hierarchie? Von organisationskulturellen Hierarchiepraktiken in der Polizei, in: Lehmann, Lena (Hg.) Polizei unter Stress?, Frankfurt a.M., 55–70.

Miller, Laurence (2006). Police Families: Stresses, Syndromes, and Solutions, The American Journal of Family Therapy (35), 21–40.

Oerter, Rolf et al. (2011). Entwicklungspsychologische Grundlagen, in: Wittchen, Hans-Ulrich/Hoyer, Jürgen (Hg.) Klinische Psychologie & Psychotherapie, Berlin, 301–215.

- Ratanasiripong, Paul et al. (2012). *Biofeedback and Counseling for Stress and Anxiety Among College Students*, *Journal of College Student Development* (53), 742–749.
- Selye, Hans (1950). *Stress and the General Adaptation Syndrome*, *British Medical Journal* (1), 1383–1392.
- Sonnetag, Sabine/Fritz, Charlotte (2015). *Recovery from job stress: The stressor-detachment model as an integrative framework*, *Journal of Organizational Behavior*, 36 (1), 72–103, Online: <http://dx.doi.org/10.1002/job.1924>.
- Steinbauer, Martina et al. (2002). *Stress im Polizeiberuf. Verarbeitung belastender Ereignisse im Dienst*, Frankfurt a.M.
- Ungerer, D. (2003). *Der militärische Einsatz. Bedrohung-Führung-Ausbildung*, Potsdam.
- Wendtland, Matthias (2008). *Polizisten und berufliche Belastungen. Eine empirische Untersuchung zu Interaktionspräferenzen nach besonders belastenden Ereignissen im Polizeidienst*, Frankfurt a.M.
- Wilks, Scott E./Spivey, Christina A. (2009). *Resilience in Undergraduate Social Work Students: Social Support and Adjustment to Academic Stress*, *Social Work Education* (29), 276–288.
- Wittchen, Hans-Ulrich/Hoyer, Jürgen (2011). *Was ist Klinische Psychologie? Definitionen, Konzepte und Modelle*, in: Wittchen, Hans-Ulrich/Hoyer, Jürgen (Hg.) *Klinische Psychologie & Psychotherapie*, Berlin/Heidelberg, 3–26.
- Weiterführende Literatur und Links**
- Fischbach, Andrea et al. (2014). *Stresstheorien – Zentrale und aktuelle Stresskonzeptionen für die polizeiliche Praxis*, in: Lorei, Clemens/Hallenberger, Frank (Hg.) *Grundwissen Stress*, Frankfurt a.M., 5–30.
- Hobfoll, Stevan E. (2001). *The Influence of Culture, Community, and the Nested-Self in the Stress Process: Advancing Conservation of Resources Theory*, *Applied Psychology* 50 (3), 337–421, Online: <http://dx.doi.org/10.1111/1464-0597.00062>.
- Karasek, Robert A. (1979). *Job Demands, Job Decision Latitude, and Mental Strain: Implications for Job Redesign*, *Administrative Science Quarterly* 24 (2), 285–308.
- Morash, Merry et al. (2008). *Stressors, coping resources and strategies, and police stress in South Korea*, *Journal of Criminal Justice*, 36 (3), 231–239, Online: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jcrimjus.2008.04.010>.
- Siegrist, Johannes (1996). *Adverse Health Effects of High-Effort/Low-Reward Conditions*, *Journal of Occupational Health Psychology* 1 (1), 27–41, Online: <http://dx.doi.org/10.1037/1076-8998.1.1.27>.