

# Evaluation zur aktuellen Situation der psychischen Befindlichkeit von Lehramtsstudierenden an der Deutschen Sporthochschule Köln

Carolin Bastemeyer<sup>1</sup>, Anke Raabe-Oetker<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Deutsche Sporthochschule Köln

**Themenschwerpunkt:** Psychische *Gesundheit von Sportlehrkräften*

## Einleitung

Die psychische Befindlichkeit der Studierenden in Deutschland stand in den vergangenen Jahren häufig im Blick der wissenschaftlichen Forschung (Middendorff et al. 2013, Grobe & Steinmann, 2015). Chronischer Stress ist ein bedeutender Risikofaktor für die Entstehung von psychischen Erkrankungen, das Ausmaß des Stresserlebens bei Studierenden unterscheidet sich unter anderem im Geschlecht und verschiedener Studienfächer. Weibliche Studierende erleben mehr Stress als männliche Studierende, Sportstudierende hingegen erleben im Vergleich weniger Stress als bspw. Jura- oder Medizinstudierende (Herbst et al. 2016). Ziele der vorliegenden Studie sind daher, (1) einen Status- Quo zur aktuellen psychischen Befindlichkeit der Sportlehramtsstudierenden abzubilden und (2) herauszustellen, inwiefern somatische Symptome erlebt werden und (3) welchen psychosozialen Belastungsfaktoren die Studierenden im Alltag ausgesetzt sind. Außerdem sollen (4) Zusammenhänge zwischen somatischen Symptomen, psychosozialen Faktoren und Beeinträchtigungen der psychischen Gesundheit dargestellt werden.

## Methodik

Insgesamt konnten 287 (40.4 % weiblich; Alter:  $M = 22.1$  J.,  $SD = 2.7$ ; Semester:  $M = 3.8$ ,  $SD = 2.6$ ) Lehramtsstudierende im Rahmen von Lehrveranstaltungen an der Deutschen Sporthochschule Köln für die Fragebogenerhebung gewonnen werden. Zur Untersuchung der Zielstellung wurde ein Screeninginstrument von psychischen Erkrankungen eingesetzt, der Patient Health Questionnaire (PHQ-D, Löwe et al. 2002).

## Ergebnisse

Die kategoriale Auswertung des PHQs deutet darauf hin, dass ca. ein Fünftel (21,6 %) der untersuchten Studierenden, die diagnostischen Kriterien für eine bestehende depressive Episode aufweisen. Als bedeutendste alltägliche psychosoziale Faktoren werden Stress (am Arbeitsplatz bzw. an der Universität) bzw. finanzielle Probleme genannt. Es bestehen mittlere bis hohe positive Korrelationen zwischen „Depressivität“ und „somatischen Symptomen“ ( $r(272) = .61, p < .001$ ) und zwischen „Depressivität“ und „psychosozialen Belastungsfaktoren“ ( $r(269) = .47, p < .001$ ).

## Diskussion

Als Erklärung für die psychischen Beeinträchtigungen der Lehramtsstudierenden könnten die psychosozialen Belastungen dienen, insbesondere Stress am Arbeitsplatz bzw. an der Universität (Grobe & Steinmann, 2015; Middendorff et al. 2013). Im Sportlehramtsstudium wird nicht ausschließlich theoretisches Wissen geprüft, sondern zusätzlich individuelle sportpraktische Leistungen. Diese körperlichen Aspekte könnten einen Einfluss auf die Befindlichkeit und das Stresserleben der Zielgruppe haben. Um weitere Aussagen über die Ursachenspezifität der psychischen Befindlichkeit machen zu können, sollten zielgruppenspezifische Längsschnittstudien durchgeführt, die die Höhe der körperlichen Belastungen und deren Einfluss auf die psychische Gesundheit untersucht werden.

**Schlüsselwörter: Psychische Gesundheit, Stress, Studierende, Sportlehramt, Studium**

**Literatur:**

- Grobe, T. & Steinmann, S. (2015, 06.2015). *Gesundheitsreport 2015. Gesundheit von Studierenden*. Techniker Krankenkasse. Zugriff am 04.07.2018 unter <https://www.tk.de/centaurus/servlet/contentblob/718612/Datei/169152/Gesundheitsreport-2015.pdf>
- Herbst, U., Voeth, M., Eidhoff, A. T., Müller, M., & Stief, S. (2016). *Studierendenstress in Deutschland: Eine empirische Untersuchung*. Berlin.
- Löwe, B.; Spitzer, R. L.; Zipfel, S.; Herzog, W. (2002). *Manual. Komplettversion und Kurzform*. Autorisierte deutsche Version des „Prime MD Patient Health Questionnaire (PHQ)“. 2. Auflage. Karlsruhe: Pfizer.
- Middendorff, E., Apolinarski, B., Poskowsky, J., Kandulla, M., Netz, N. (2013, 06.2013). *Die wirtschaftliche und soziale Lage der Studierenden in Deutschland 2012. 20. Sozialerhebung des Deutschen Studentenwerks durchgeführt durch das HIS- Institut für Hochschulforschung*. Bundesministerium für Bildung und Forschung. Zugriff am 04.07.2018 unter <https://www.bmbf.de/de/die-sozialerhebung-des-deutschen-studentenwerks-1035.html>