



## **Kohärenzgefühl berufsbegleitend Studierender von Masterlehrgängen**

- Sense of Coherence (SOC) nach Aaron Antonovsky - bei Studierenden des Interuniversitären Kollegs für Gesundheit und Entwicklung Graz / Schloss Seggau.

***Karin Pirolt***

*Elke Mesenholl, Harald Lothaller*

## **1 ZUSAMMENFASSUNG**

### **1.1 Einleitung**

#### ***1.1.1 Hintergrund und Stand des Wissens***

Die Ausübung eines medizinischen, sozialen oder pädagogischen Berufes stellt sowohl in physischer als auch in psychischer Hinsicht sehr hohe Ansprüche an die Berufstätigen. Trotz dieser außergewöhnlichen Belastungssituationen konnten Antonovsky 1997, Walter 2002, sowie Udris und Rimann 2002 im Rahmen von Untersuchungen feststellen, dass das Kohärenzgefühl von Personen, die im Gesundheitsbereich tätig sind, höher ist, als jenes der übrigen Gesamtpopulation, für welche im Jahr 2000 von Schumacher et al. ein Mittelwert festgelegt wurde. Die am Interuniversitären Kolleg durchgeführten Studien von Chibidziura (2007), Binder A. (2005), Binder H.P. (2006) und Siber (2009), die ebenfalls das Kohärenzgefühl (sense of coherence, SOC) von Personen untersuchten, die in Gesundheitsberufen beschäftigt sind, liefern denselben Befund.

Aaron Antonovsky beschäftigte sich im Rahmen seiner Forschungen intensiv mit jenen Faktoren, die dafür verantwortlich sind, dass Personen, die besonders großen Anforderungen ausgesetzt sind, dennoch gesund bleiben oder gesund werden. Schließlich entwickelte er das Konzept der Salutogenese, in welchem er von einem Gesundheits-Krankheits-Kontinuum spricht, auf dem sich jedes Individuum bewegt. Als Hauptdeterminante seines Salutogenese-Modells sieht Antonovsky das Kohärenzgefühl. Er bezeichnet es als globale Orientierung, die das Ausmaß festlegt, in welchem eine Person ein durchdringendes, andauerndes und dennoch dynamisches Gefühl von Vertrauen hat. Es beschreibt, dass Anforderungen, die sich im Verlauf des Lebens aus der inneren und äußeren Umgebung ergeben, sowohl handhabbar, als auch vorhersehbar und bedeutsam erlebt werden. Weiters stehen den Betroffenen Ressourcen zur Verfügung, um diese Ereignisse bewältigen zu können. Zudem bezeichnet Antonovsky Anforderungen als Herausforderungen, für die sich Engagement lohnt. Somit beschreibt das Kohärenzgefühl eine allgemeine Grundhaltung einer Person, in welcher Weise sie die Welt und das eigene Leben sieht (Antonovsky 1997).

Mehrere Studien befassten sich bereits mit dem von Antonovsky geprägten Kohärenzgefühl von Personen im Gesundheits- und Sozialbereich (Antonovsky 1997, Niederdorfer 2005, Falkenberg 2005, Binder H.P. 2006, Ferder 2008, Siber 2009). Es wurden bereits auch einige Untersuchungen

über den SOC von Studierenden (Frenz et al. 1993 zitiert nach Franke 1997, Antonovsky 1997, Bowman 1996, Steixner 2005, Schmitz 2007) durchgeführt. Es gibt jedoch noch keine publizierte Arbeit, die sich mit Personen beschäftigt, die im Gesundheits- und Sozialbereich berufstätig sind, gleichzeitig ein Studium absolvieren und somit den Status von Studierenden einnehmen.

### **1.1.2 Forschungsfragen**

Die zentrale Forschungsfrage dieser Studie lautet:

Wie ausgeprägt ist das Kohärenzgefühl (nach Aaron Antonovsky) der Studierenden des Interuniversitären Kollegs für Gesundheit und Entwicklung Graz / Schloss Seggau?

Ausgehend von dieser Frage und in Anlehnung an die verwendete Literatur wurden fünf Hypothesen postuliert, die zunächst den Gesamt-SOC und in weiterer Folge den Zusammenhang zwischen dem Kohärenzgefühl der Probanden und dem Alter, dem Geschlecht, dem Herkunftsland und dem akademischen Grad der Studierenden betreffen.

Als zusätzliche Fragen sollten beantwortet werden, ob es einen Zusammenhang gibt zwischen dem Kohärenzgefühl der Studierenden und dem Familienstand, dem Vorhandensein von Kindern, dem Tätigkeitsbereich, der Beschäftigungsart, der wöchentlichen Arbeitszeit und der Zeit für die Ressourcenaktivierung (in Form von Freizeitaktivitäten, Erholung und Schlaf).

Als Besonderheit an diesem Masterlehrgang galt es zu untersuchen, ob ein Unterschied im Kohärenzgefühl erkennbar ist zwischen Studierenden des Masterstudienlehrgangs für Health Sciences - komplementäre, psychosoziale und integrative Gesundheitswissenschaften und Studierenden des Masterstudienlehrgangs für Child Development - integrative Entwicklungsförderung im Kindes- und Jugendlichenalter.

## **1.2 Methodik**

### **1.2.1 Studiendesign**

Bei der vorliegenden Untersuchung handelt es sich um eine quantitative Querschnittserhebung von Studierenden der Masterstudienlehrgänge des Interuniversitären Kollegs Graz / Schloss Seggau. Für diese Einmalmessung wurde Aaron Antonovskys standardisierter „Fragebogen zur Lebensorientierung“, bestehend aus 29 Items, und zusätzliche soziodemografische Fragen verwendet. Als unabhängige Variable wurden das Alter, das Geschlecht und berufsspezifische Parameter, wie die Art der Berufsausübung und die Arbeitszeit, aber auch die Zeit für Ressourcenaktivierung und der Studiengang am Kolleg festgelegt. Diese wurden dem Gesamt-SOC und seinen Teilkomponenten gegenübergestellt und auf Zusammenhänge hin überprüft.

### **1.2.2 TeilnehmerInnen**

Befragt wurden alle Studierenden des Interuniversitären Kollegs Graz / Schloss Seggau. Von den 173 Studierenden beteiligten sich 85 Personen (20 Männer und 65 Frauen) an dieser Studie. Alle TeilnehmerInnen absolvieren bei gleichzeitiger Berufsausübung ein Masterstudium.

### 1.2.3 Durchführung

Im November 2008 wurde an alle Studierenden des Interuniversitären Kollegs Graz / Schloss Seggau, das waren zum Erhebungszeitpunkt 173 Personen, ein Rundmail versandt. In dieser E-Mail konnte der vorgestellte Fragebogen über einen Link geöffnet, die Fragen beantwortet und anschließend die vorhandenen Daten elektronisch retourniert werden. Beim Zurücksenden des Fragebogens wurde ein automatisches Antwortmail mit standardisiertem Absender erstellt, wodurch den TeilnehmerInnen Anonymität gewährleistet werden konnte.

### 1.2.4 Statistische Analyse

Die Auswertung der Fragebögen erfolgte mittels Microsoft Excel und dem Datenauswertungsprogramm SPSS. Zusammenhänge im Hinblick auf den SOC der Studierenden wurden mit Hilfe des Pearson-Korrelations-Test geprüft. Für die Berechnung der Unterschiede wurden der t-Test für abhängige und unabhängige Stichproben, die einfaktorielle Varianzanalyse (ANOVA) und der Post-Hoc-Test (nach Scheffé und Tukey) verwendet. Das Signifikanzniveau wurde der Konvention entsprechend bei allen Berechnungen auf  $p < 0.05$  festgesetzt.

## 1.3 Ergebnisse

### 1.3.1 Überblick

Der Mittelwert des Gesamt-SOC der Studierenden des Interuniversitären Kollegs Graz / Schloss Seggau liegt bei 155.58. Der Range reicht von 110.73 bis 189.12 ( $SD = 18.2$ ). Das vorliegende Ergebnis wurde sowohl mit Studien verglichen, die sich mit dem Kohärenzgefühl von Studierenden unterschiedlicher Studienrichtungen befassen, als auch mit Untersuchungen über Beschäftigte in Gesundheitsberufen. Im Vergleich mit anderen Studierenden zeigte sich, dass die Studierenden des Interuniversitären Kollegs Graz / Schloss Seggau den höchsten ermittelten Gesamt-SOC aufwiesen. Verglichen mit Berufsausübenden im Gesundheitswesen war erkennbar, dass der Gesamt-SOC der Kollegstudierenden im Mittelfeld jener lag. Zusammenfassend kann mit dieser Studie die Aussage Antonovskys bekräftigt werden, dass der Gesamt-SOC von Beschäftigten im Gesundheitsbereich über jenem der Allgemeinbevölkerung liegt.

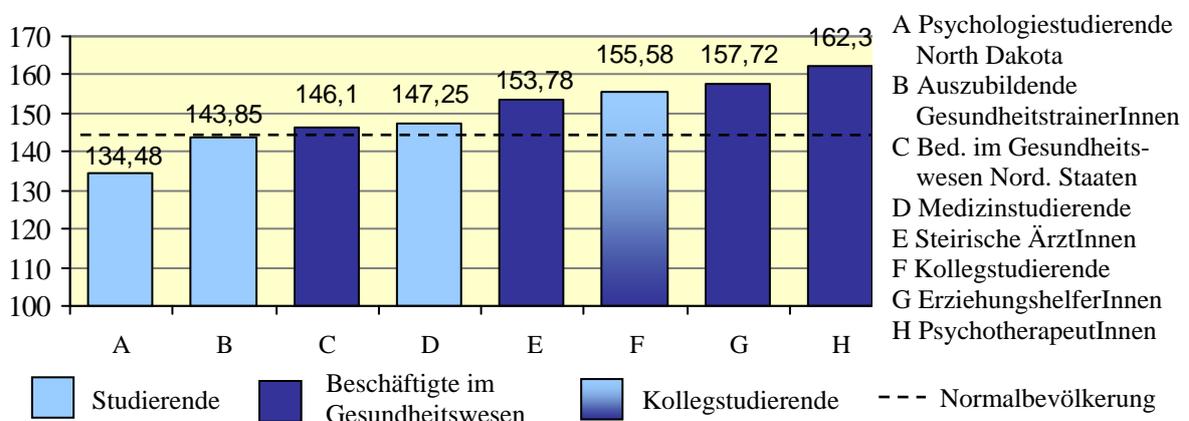


Abbildung A: Gesamt-SOC der Kollegstudierenden im Vergleich mit Studierenden verschiedener Studienrichtungen und Beschäftigten im Gesundheitswesen.

Bei Betrachtung der drei Teilkomponenten Verstehbarkeit (SOC\_V), Handhabbarkeit (SOC\_H) und Bedeutsamkeit (SOC\_B) konnte festgestellt werden, dass die Komponente der Bedeutsamkeit am stärksten ausgeprägt ist, gefolgt von den Komponenten der Handhabbarkeit und der Verstehbarkeit. Außerdem konnte zwischen SOC\_V – SOC\_B ( $r = .463$ ,  $p < .001$ ) eine starke ( $> 0.3$ ), zwischen SOC\_V – SOC\_H ( $r = .641$ ,  $p < .001$ ) und SOC\_H – SOC\_B ( $r = .668$ ,  $p < .001$ ) eine sehr starke ( $> 0.5$ ) Korrelation festgestellt werden. Ebenso wurden hoch signifikante Unterschiede zwischen den einzelnen Teilkomponenten ermittelt. SOC\_V unterscheidet sich signifikant von SOC\_H ( $t_{84} = -12.327$ ;  $p < .001$ ), ebenso wie sich SOC\_V signifikant von SOC\_B ( $t_{84} = -18.449$ ;  $p < .001$ ) und SOC\_H sich signifikant von SOC\_B ( $t_{84} = -10.834$ ;  $p < .001$ ) unterscheidet.

Zwischen dem SOC und den untersuchten Parametern ergaben sich folgende Korrelationen. Der Gesamt-SOC korreliert signifikant mit der Arbeitszeit ( $p = .046$ ) und der Zeit für die Ressourcenaktivierung, in Form von Freizeitaktivitäten, Erholung und Schlaf ( $p = .013$ ). Das Kohärenzgefühl ist umso höher, je geringer die Arbeitszeit ist, die jemand pro Woche leistet und je mehr Zeit für die Ressourcenaktivierung zur Verfügung steht.

Es bestehen keine signifikanten Unterschiede in Abhängigkeit von Alter, Geschlecht, akademischem Grad, Familienstand, Vorhandensein von Kindern, Tätigkeitsbereich und Beschäftigungsart.

### **1.3.2 Besonderheiten**

Es gibt einen signifikanten Unterschied zwischen den Studierenden in der Teilkomponente der Handhabbarkeit in Abhängigkeit vom Studiengang. Die Studierenden des Studiengangs Child Development - integrative Entwicklungsförderung im Kindes- und Jugendlichenalter weisen einen SOC-H-Wert auf, welcher signifikant höher liegt als jener der Studierenden des Studiengangs Health Sciences - komplementäre, psychosoziale und integrative Gesundheitswissenschaften. Weiters liegen sowohl die Teilkomponente der Bedeutsamkeit, als auch der Gesamt-SOC-Wert der Studierenden des Studiengangs Child Development tendenziell höher als jener der Studierenden des Studiengangs Health Sciences.

Beim statistischen Vergleich konnten keine signifikanten Unterschiede in Abhängigkeit von der wöchentlich geleisteten Arbeitszeit festgestellt werden, sehr wohl aber von der Zeit, die für die Ressourcenaktivierung zur Verfügung steht.

## **1.4 Diskussion**

### **1.4.1 Interpretation des Ergebnisses**

Das Gesamtergebnis der vorliegenden Studie zeigt eindeutig, dass die Studierenden des Interuniversitären Kollegs Graz / Schloss Seggau ein sehr hohes Maß an Kohärenzgefühl besitzen. Sie sehen ihre Arbeit, aber auch das Studium als Herausforderung, sodass es sich lohnt, sich für beide Bereiche zu engagieren, weil diese für sie von Bedeutung sind und Sinn machen.

Eine andere Erklärung für ein so hohes Kohärenzgefühl der vorliegenden Stichprobe könnte aber auch darin begründet sein, dass sich innerhalb der untersuchten Gruppe mehrere Personen befinden, die einen sogenannten rigiden SOC zeigen. Das würde bedeuten, dass idealisierte Antworten gegeben wurden, was zur Folge hätte, dass die Ergebnisse in Richtung hohe SOC-Werte verschoben und das Gesamtergebnis daher verfälscht werden würde.

#### ***1.4.2 Folgerung auf die untersuchte Problematik und den Stand des Wissens***

In der Literatur konnte keine vergleichbare Studie eruiert werden. Daher bietet die vorliegende Untersuchung das erste Datenmaterial zum Kohärenzgefühl von Berufstätigen, die gleichzeitig ein Studium absolvieren. Da sich die Gesellschaft zurzeit in einem wirtschaftlichen Umbruch befindet und Um- und Aufschulungen ein bedeutsames Thema sind, steigt auch die Zahl jener, die bei gleichzeitiger Berufsausübung eine längerfristige Fort- bzw. Weiterbildung absolvieren.

#### ***1.4.3 Eigenkritisches, Anregungen zu weiterführender Arbeit***

In dieser Studie wurde zwar der Studiengang, nicht aber das Semester, in welchem sich die Studierenden befinden, erfragt. In weiterführenden Studien könnte ergründet werden, ob beispielsweise die Wissensvermittlung im Modul „Salutogenetische Grundlagen“ den SOC-Wert der Studierenden beeinflusst und wenn ja, in welcher Form. Außerdem könnte untersucht werden, ob es durch die Teilnahme an einem Studiengang am Interuniversitären Kolleg eventuell zu einer Änderung im SOC-Wert im Verlauf des Studiums kommt.

Alleinerziehende Mütter und Väter wurden nicht gesondert untersucht. Auch hier besteht Potential für nachfolgende Arbeiten.

Ein methodischer Mangel war die Aussendung des Fragebogens via E-Mail und das elektronische Retournieren desselben. Für die Verfasserin scheint, dass es sinnvoller gewesen wäre, den Fragebogen bei einem Vor-Ort-Seminar persönlich zu verteilen und eine Box für das anonyme Einwerfen aufzustellen. Die TeilnehmerInnen hätten sich wahrscheinlich persönlich eher angesprochen gefühlt, was vielleicht die Bereitschaft zum Antworten erhöht hätte. Zudem hätten die technischen Schwierigkeiten, wie das Laden und Öffnen des Fragebogens, vermieden werden können.

### **1.5 Literatur**

**Antonovsky, A.** (1997): Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit. DGVT-Verlag, Tübingen (Original erschienen 1987: Unraveling the Mystery of Health – How People Manage Stress and Stay Well.).

**Bowman, B.** (1996): Cross-cultural validation of Antonovsky's Sense of Coherence Scale. Journal of clinical Psychology, 52, 547-549.

**Binder, A.**, Kohärenzempfinden - Sense of Coherence bei diplomierten PhysiotherapeutInnen in der Steiermark differenziert nach der Art der Berufsausübung und dem Arbeitspensum. In: edition inter-uni.net (Hg.): Forschung am Interuniversitären Kolleg, Graz 2005.

**Binder, H.P.**, Mesenholl-Strehler, E., Paß, P., Endler, P.C.: Sense of Coherence (SOC) among psychotherapists in Austria, differentiated according to number of individually completed training therapy sessions. In: The Scientific World Journal 2006;1: 232-235.

**Chibidziura-Priesching, J.**, Kohärenzempfinden - Sense of Coherence bei LogopädInnen in der Steiermark, In: edition inter-uni.net (Hg.): Forschung am Interuniversitären Kolleg, Graz 2007, ISBN 978-3-9502326-0-8.

**Falkenberg, B.**, Kohärenzempfinden - Sense of Coherence bei LehrerInnen aus Mitgliedsschulen des österreichischen Netzwerkes "Gesundheitsfördernde Schulen". In: edition inter-uni.net (Hg.): Forschung am Interuniversitären Kolleg, Graz 2005, ISBN 978-3-9502326-0-8.

**Niederdorfer, M.**, Kohärenzempfinden - Sense of Coherence bei Lehrpersonen schweizerischer Kindergärten und Schulen, In: edition inter-uni.net (Hg.): Forschung am Interuniversitären Kolleg, Graz 2005, ISBN 978-3-9502326-0-8.

**Schmitz, C.**, Salutogenese in der Hochschule. Eine Untersuchung zum Kohärenzgefühl von Studierenden im Bachelor-Studiengang Sonderpädagogik. In Heilpädagogik online 01/07, 3-24. Online unter: [http://www.heilpaedagogik-online.com/2007/heilpaedagogik\\_online\\_0107.pdf](http://www.heilpaedagogik-online.com/2007/heilpaedagogik_online_0107.pdf), Stand: 01.01.2007. (Abruf: 18.06.08, 13:30 MEZ).

**Schumacher, J.**, Gunzelmann, T. & Brähler, E. (2000a): Deutsche Normierung der Sense of Coherence Scale von Antonovsky. *Diagnostica*, 46, 208-213.

**Siber, G.** et al., Kohärenzempfinden – (Sense of Coherence) bei niedergelassenen Ärztinnen und Ärzten für Allgemeinmedizin. Wiener Medizinische Wochenschrift (2009) 159/7-8: 192-195, DOI 10.1007/s10354-009-0670-z, Springer-Verlag, Wien.

**Steixner, M.**, Kohärenzempfinden - Sense of Coherence bei österreichischen Gesundheits-trainerInnen. In: edition inter-uni.net (Hg.): Forschung am Interuniversitären Kolleg, Graz 2005, ISBN 978-3-9502326-0-8.

**Udris I. & Rimann M.** (2002): Das Kohärenzgefühl: Gesundheitsressource oder Gesundheit selbst? Strukturelle und funktionale Aspekte und ein Validierungsversuch. In: Wydler H., Kolip P., Abel Th., 2002: Salutogenese und Kohärenzgefühl. Grundlagen, Empirie und Praxis eines gesundheitswissenschaftlichen Konzepts. 2. Auflage, Juventa, Weinheim und München.

**Walter E.**, Abel Th. & Niemann St. (2002): Gesundheit als Kontinuum: Eine explorative Analyse zu den Determinanten von Minder-, Normal- und Hochgesundheit. In: Wydler H., Kolip P., Abel Th., 2002: Salutogenese und Kohärenzgefühl. Grundlagen, Empirie und Praxis eines gesundheitswissenschaftlichen Konzepts. 2. Auflage, Juventa, Weinheim und München.