

UMGANG UND VERHALTEN IN STRESSSITUATIONEN UND ARBEITBEZOGENES VERHALTENSMUSTER VON HOCHSCHULLEHRERN

E Sushchenko^a, M Tymbot^a, I Zavgorodnii^a, V Kapustnyk^b,
M Lysak^a, B Thielmann^c, I Böckelmann^c

^aLehrstuhl für Hygiene und Ökologie № 2, Charkower Nationale Medizinische Universität, Kharkiv
^bLehrstuhl für Innere- und Berufskrankheiten, Charkower Nationale Medizinische Universität, Kharkiv
^cBereich Arbeitsmedizin, Otto-von-Guericke-Universität Magdeburg, Medizinische Fakultät, Magdeburg

Kurzfassung

Der richtige Umgang mit Stresssituationen und das individuelle Stresserleben spielen eine wichtige Rolle für das persönliche Wohlbefinden, Arbeitszufriedenheit und den beruflichen Erfolg. Das Ziel der Studie war es, den Umgang und das individuelle Verhalten in Stresssituationen von Hochschullehrern in der Ukraine zu ermitteln und diese in Geschlechtergruppen zu analysieren.

An der Studie nahmen 105 Hochschullehrer (21 Männer und 84 Frauen) im Durchschnittsalter von $44,7 \pm 12,73$ Jahren teil. Es wurde das Arbeitsbezogene Verhaltens- und Erlebensmuster (AVEM) und zur Untersuchung der Stressbewältigung das Differentielle Stress Inventar (DSI) verwendet. Es lassen sich anhand der elf AVEM-Kategorien zwei gesundheitsförderliche AVEM-Muster G und S sowie zwei AVEM-Risikomuster A und B unterscheiden. Des Weiteren gibt es fünf DSI-Typen: I Normaltyp, II Überbeansprucht, III Stressresistent, IV Niedrige Beanspruchung – Erfolgreiches Coping und V Hohe Beanspruchung – Erfolgreiches Coping.

Gesundheitsförderliche AVEM-Muster waren bei 28,6 % der Männer und 23,8 % der Frauen vom G-Muster und bei 4,8 % der Männer und 4,9 % der Frauen vom S-Muster nachweisbar. 33,3 % der Männer und 40,5 % der Frauen boten das Risikomuster A sowie 33,3 % der Männer und 23,8 % der Frauen das Risikomuster B. Es fand sich kein signifikanter Unterschied in der Verteilung der AVEM-Muster in den Geschlechtergruppen ($p_{\chi^2} = 0,618$). Ergebnisse des DSI-Fragebogens zeigten, dass 14,3 % der Männer und 20,2 % der Frauen vom Typ I waren, 14,3 % der Männer und 20,2 % der Frauen vom Typ II, 42,9 % der Männer und 38,1 % der Frauen vom Typ III, 23,8 % der Männer und 11,9 % der Frauen vom Typ IV, 4,8 % der Männer und 9,5 % der Frauen vom Typ V. Die Verteilung der DSI-Typen war in beiden Geschlechtergruppen vergleichbar ($p_{\chi^2} = 0,586$).

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass mehr als 60 % der Hochschullehrer beider Geschlechter negative arbeitsbezogene Verhaltens- und Erlebensmuster aufweisen. Das kann sich auf die psychische Gesundheit negativ auswirken, wenn organisationale und persönliche Ressourcen nicht ausreichend vorhanden sind. Die meisten Hochschullehrer erlebten zwar vermehrt psychischen Stress, konnten diesen aber noch gut kompensieren. Für diese Berufsgruppe besteht die Notwendigkeit von betrieblichen gesundheitsförderlichen und präventiven Maßnahmen.

Schlüsselwörter:

Arbeitsbezogenes Verhaltens- und Erlebensmuster (AVEM); Dozenten; Differentielles Stress Inventar (DSI); Geschlecht

Einleitung

Die Arbeitsbedingungen an den Universitäten sind viel diskutiert. Daten über ukrainische Hochschullehrer liegen nur unzureichend vor.

Einerseits bestehen physische Stressfaktoren wie z.B. Lärm oder stimmlicher Stress, die auf Hochschullehrer einwirken [1]. Andererseits finden sich auch verschiedene hohe psychische Belastungsfaktoren wie z. B. Kommunikation zwischen Studierenden, anderen Dozenten oder Vorgesetzten, Konflikte mit Kollegen, administrative Probleme und mangelnde Anerkennung der eigenen Arbeit durch Kollegen, Vorgesetzte oder Studenten [2].

Arbeitsbedingter psychischer Stress u. a. in den Situationen der hohen Arbeitsbelastung bei gleichzeitig geringer Belohnung und Anerkennung kann zu Erkrankungen führen, zum Beispiel Herz-Kreislauf-Erkrankungen [3], Angststörungen [4] oder Depressionen [5].

Bei fehlender oder unzureichender Kompensation hoher Arbeitsbelastungen können Menschen ungesunde Verhaltensmuster und Erfahrungen entwickeln und auch Burnout-Symptome zeigen [6].

Daher war es Ziel der Studie, zunächst einen Status Quo beim Umgang mit Stress ukrainischer Hochschullehrer geschlechterabhängig zu erheben.

Methoden

An der Studie nahmen 105 Hochschullehrer (21 Männer und 84 Frauen) im Durchschnittsalter von $44,7 \pm 12,73$ Jahren teil.

Im Rahmen dieser Befragung wurden die standardisierten arbeitspsychologischen Fragebogen

- Differentielles Stress Inventar (DSI) nach Lefèvre & Kubinger 2004 für die Erfassung der Stressbewältigung [7] und das
- Arbeitsbezogenes Verhaltens- und Erlebensmuster (AVEM) nach Schaarschmidt und Fischer 2008 zur

Ermittlung des Verhaltens während beruflicher Anforderungen [6]

angewandt. Die Auswertung erfolgt mit Hilfe des computergestützten Psychodiagnostiksystem Wiener Testsystem (Fa. Schuhfried, Mödling, Österreich).

Differentielles Stress Inventar (DSI)

Zur Beurteilung des individuellen Umganges mit Stress kann der DSI mit 122 Items genutzt werden [7]. Es werden vier stressrelevante Bereiche faktoranalytisch gewonnen: Stressauslösung, Stressmanifestation, Coping und Stressstabilisierung (hier nicht abgebildet). Die Ausprägung der einzelnen Bereiche bzw. Items werden für die Zuordnung zu einem DSI-Typen genutzt. Die Merkmale der einzelnen DSI-Typen werden nachfolgend dargestellt:

- DSI-Typ I Normaltyp
 - alle Variablen im Normbereich
 - Stress alltäglich mit erfolgreichem Coping
- DSI-Typ II Überbeansprucht
 - überdurchschnittliche Belastung durch Alltag und Existenzängste
 - Probleme durch Interaktionen mit anderen Menschen
 - hohe Ausprägung der Stressauslöser
 - instrumentelles und problembezogenes Coping vorhanden
 - ausgeprägte externale Verstärker, Chronifizierung möglich
- DSI-Typ III Stressresistent
 - weniger Belastung durch Stressauslöser wie Alltag, Existenz- und Zukunftssorgen sowie durch Interaktion mit anderen Menschen
 - kaum Anerkennung von palliativem Coping
- DSI-TYP IV Niedrige Beanspruchung – Erfolgreiches Coping
 - unterdurchschnittliche Ausprägung von Stressauslösern
 - kaum körperliche oder emotional-kognitive Missempfindungen
 - überdurchschnittliches palliatives Coping
- DSI-Typ V Hohe Beanspruchung – Erfolgreiches Coping
 - überdurchschnittliche Belastung durch Beruf und private Interaktion
 - überdurchschnittliches palliatives Coping

Arbeitsbezogenes Verhaltens- und Erlebensmuster (AVEM)

Mithilfe von 66 Fragen ist es möglich, Aussagen über gesundheitsförderliche bzw. -gefährdende Verhaltens- und Erlebensweisen bei der Bewältigung von Berufsanforderungen zu ermitteln [6]. Aus 11 faktoranalytisch gewonnen Dimensionen bzw. deren Ausprägung aus den Bereichen Arbeitsengagement, Widerstandskraft und Emotionen können jeweils zwei gesundheitsförderliche AVEM-Muster G und S und gesundheitsgefährdende Risikomuster A und B ermittelt

werden. Die Studie hier verwendet keine Mischtypen. Folgende Merkmale weisen die einzelnen AVEM-Muster auf:

- AVEM-Muster G
 - beruflicher Ehrgeiz gut ausgeprägt,
 - vorhandene Distanzierungsfähigkeit,
 - hohe Widerstandskraft,
 - geringe Neigung zur Resignation,
 - proaktive Problemlösung,
 - positive Lebenseinstellung;
- AVEM-Muster S
 - auf Schonung orientiert
 - geringer arbeitsbezogener Ehrgeiz,
 - geringe Bereitschaft bis zur Erschöpfung zu arbeiten,
 - hohe Distanzierungsfähigkeit,
 - hohes Maß an innerer Ruhe und Ausgeglichenheit,
 - positive Einstellung zum Leben (außerhalb der Arbeit);
- AVEM-Risikomuster A
 - höchste subjektive Bedeutung der Arbeit im persönlichen Leben,
 - erweitertes Arbeitsengagement,
 - Streben nach Perfektion,
 - Bereitschaft, bis zur Erschöpfung an der ersten Linie zu arbeiten,
 - geringes Maß an innerer Ruhe und Ausgeglichenheit,
 - geringe Stressresistenz,
 - insgesamt negatives Lebensgefühl;
- AVEM-Risikomuster B
 - geringes Engagement bei der Arbeit,
 - begrenzte Distanzierungsfähigkeit,
 - höchste Resignationstendenz bei Misserfolg,
 - geringe Lebenszufriedenheit und Erfahrung mit sozialer Unterstützung.
 - Erschöpfungsgefühle, verbunden mit Gefühlen von Hoffnungslosigkeit und depressiven Gefühlen.

Ergebnisse

Es fanden sich keine Geschlechterunterschiede in der Verteilung der DSI-Typen ($p_{\chi^2} = 0,586$), was in der Abb. 1 dargestellt ist. Sowohl bei den Frauen (38,1 %) als auch bei den Männern (42,9 %) war der DSI-Typ III Stressresistent am meisten nachzuweisen. Bei den Frauen waren danach der DSI-Typ I Normaltyp und der DSI-Typ II Überbeansprucht mit jeweils 20,2 % festzustellen. Bei den Männern waren an zweiter Stelle mit 23,8 % der DSI-Typ IV Niedrige Beanspruchung – Erfolgreiches Coping und an dritter Stelle die DSI-Typen I

Normaltyp und II Überbeansprucht mit jeweils 13,4 % vorzufinden.

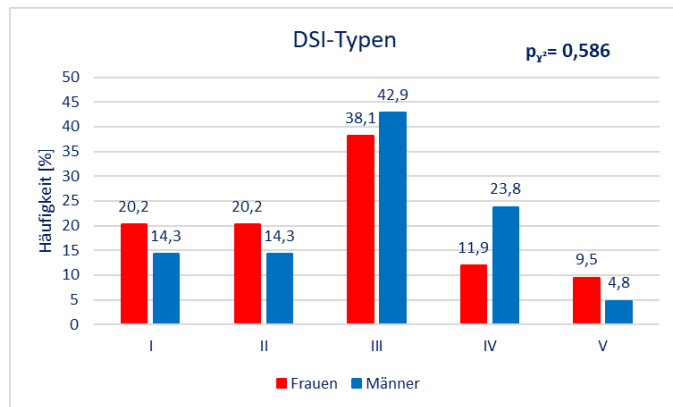


Abbildung 1: Verteilung der DSI-Typen bei weiblichen und männlichen Hochschullehrern aus der Ukraine. DSI-Typen: I Normaltyp, II Überbeansprucht, III Stressresistent, IV Niedrige Beanspruchung – Erfolgreiches Coping und V Hohe Beanspruchung – Erfolgreiches Coping

Es fanden sich ebenfalls keine Geschlechterunterschiede in der Verteilung der AVEM-Muster ($p_{\chi^2} = 0,618$). 73,8 % der Frauen und 66,6 % der Männer boten gesundheitsgefährdende AVEM-Risikomuster, was in der Abb. 2 grafisch dargestellt ist.

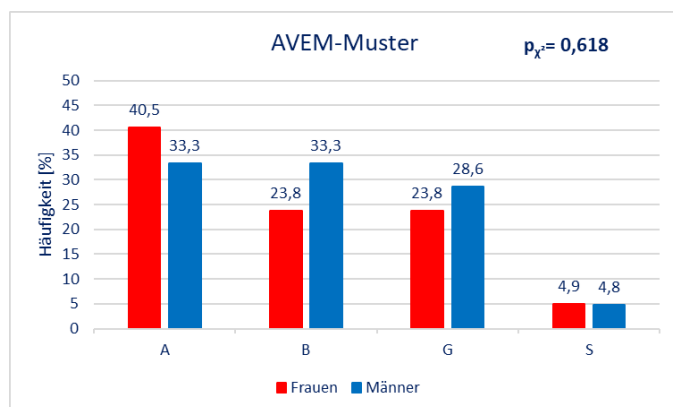


Abbildung 2: Verteilung der AVEM-Muster bei weiblichen und männlichen Hochschullehrern. AVEM-Risikomuster A und B bzw. gesundheitsfördernde Muster G und S.

Diskussion

Mehr als 66 % der Hochschullehrer beider Geschlechter weisen negative arbeitsbezogene Verhaltens- und Erlebensmuster auf. Beide AVEM-Risikomuster zeigen insgesamt ein eingeschränktes Lebensgefühl. Das ist kritisch anzusehen, insbesondere wenn diese auch „Überbeansprucht“ laut DSI-Typ II sind. Negative Folgen auf die psychische Gesundheit sind bei fehlender Kompensation möglich. Diejenigen mit AVEM-Risikomustern benötigen Interventionsmaßnahmen, z. B. ein Coaching zum Selbstmanagement, was gut ins Arbeitsleben integriert werden kann. Allerdings sind weitere Forschungsansätze in dieser Berufsgruppe und eine größere Stichprobe notwendig.

Schlussfolgerung

Für die Berufsgruppe der ukrainischen Hochschullehrer besteht die Notwendigkeit von betrieblichen gesundheitsförderlichen und präventiven Maßnahmen. Vermutlich werden sich die

psychischen Beanspruchungen durch die gegenwärtige SARS-CoV2-Pandemie und die aktuelle politische Situation noch verschärfen.

Literatur

1. Mikulski W, Jakubowska I (2013) Vocal intensity in lecturers: results of measurements conducted during lecture sessions. *Med Pr* 64(6):797–804. doi:10.13075/mp.5893.2013.0063
2. Tymbota M, Zavgorodnii I, Zavgorodnia N, Kapustnik W, Darius S, Boeckelmann I (2017) Socio-psychological aspects of forming emotional burnout among high school teachers. *The New Armenian Medical Journal* 11(2):63–71
3. Siegrist J (2010) Effort-reward imbalance at work and cardiovascular diseases. *Int J Occup Med Environ Health* 23(3):279–285. doi:10.2478/v10001-010-0013-8
4. Stansfeld SA, Clark C, Caldwell T, Rodgers B, Power C (2008) Psychosocial work characteristics and anxiety and depressive disorders in midlife: the effects of prior psychological distress. *Occup Environ Med* 65(9):634–642. doi:10.1136/oem.2007.036640
5. Rugulies R, Aust B, Madsen IEH, Burr H, Siegrist J, Bültmann U (2013) Adverse psychosocial working conditions and risk of severe depressive symptoms. Do effects differ by occupational grade? *Eur J Public Health* 23(3):415–420. doi:10.1093/eurpub/cks071
6. Schaarschmidt U, Fischer Andreas W. (2008) Arbeitsbezogenes Verhaltens- und Erlebensmuster (AVEM), 3. Aufl. Frankfurt am Main, Pearson Assessment & Information GmbH
7. Lefèvre S, Kubinger KD (2004) Differential Stress Inventory. Manual. Hogrefe, Göttingen

Korrespondenz Adresse

Kontaktadresse des Erstautors

Elina Sushchenko

Kharkiv national medical university, Nauky ave. 4,
61022 Kharkiv, Ukraine
elinameds@gmail.com

Weitere Kontaktadresse

Dr. med. Beatrice Thielmann

Otto-von-Guericke-Universität Magdeburg

Medizinische Fakultät

Bereich Arbeitsmedizin

Leiziger Str. 44

39120 Magdeburg

beatrice.thielmann@med.ovgu.de

Alle AutorInnen bestätigen, dass keinerlei Interessenskonflikt vorliegt.