



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Santé



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de l'Éducation nationale,
de l'Enfance et de la Jeunesse



UNIVERSITY OF LUXEMBOURG
Integrative Research Unit on Social
and Individual Development (INSIDE)

Claire van Duin, Andreas Heinz, Matthias Robert Kern, Caroline Residori, Carolina Catunda, Helmut Willems

Schulischer Stress

Zusammenfassung: In der HBSC-Studie wurde den Schülern die Frage gestellt: „Fühlst du dich durch die Schularbeit gestresst?“ Insgesamt antworteten 21 % „überhaupt nicht“, 44 % „ein bisschen“, 19 % „einigermaßen“ und 17 % „sehr“. Je älter die Schüler sind, desto häufiger geben sie an, unter Schulstress zu leiden. Unter den älteren Schülern sind Mädchen eher von Schulstress betroffen als Jungen. Am häufigsten fühlen sich Schüler des Enseignement secondaire von der Schularbeit gestresst, am seltensten Schüler des Fundamentals, Schüler des Secondaire technique liegen dazwischen. Schüler, die davon ausgehen, dass ihre Lehrer sie für überdurchschnittlich leistungsfähig halten, geben seltener Schulstress an als Schüler, die annehmen, dass ihre Lehrer sie für durchschnittlich oder unterdurchschnittlich leistungsfähig halten. Schüler, die einen stärkeren Schulstress angeben, geben auch an, unter mehr Gesundheitsbeschwerden zu leiden (Kopf-, Bauch- und Rückenschmerzen, Traurigkeit, Gereiztheit, Nervosität, Einschlafschwierigkeiten und Schwindel).

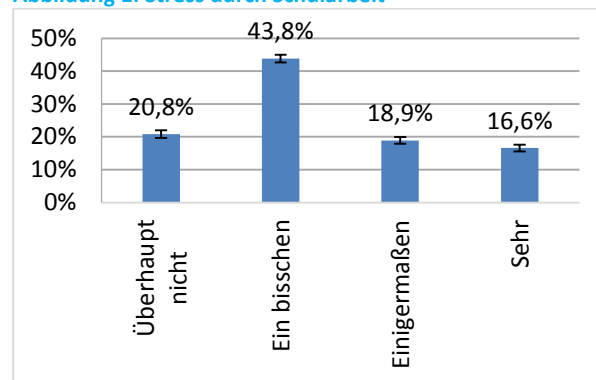
Häufigkeit von Stress durch Schularbeit bei Schülern in Luxemburg

Kinder und Jugendliche verbringen viel Zeit in der Schule und in dieser Zeit werden hohe Anforderungen an sie gestellt. Wenn sie das Gefühl haben, diesen Leistungen nicht zu

genügen, kann dies als psychischer Stress empfunden werden. Schüler, die Schulstress empfinden und wenig Unterstützung von Lehrern oder Mitschülern erhalten, leiden häufiger unter Gesundheitsbeschwerden (Torsheim & Wold, 2001).

In der HBSC-Studie 2014 wurde den Schülern die Frage gestellt: „Fühlst du dich durch die Schularbeit gestresst?“ Nur etwas mehr als jeder fünfte Schüler gibt an, „überhaupt nicht“ von der Schularbeit gestresst zu sein. Mehr als 4 von 10 Schülern sind „ein bisschen“ gestresst, fast jeder Fünfte ist „einigermaßen“ gestresst und jeder Sechste ist „sehr“ gestresst (Abbildung 1).

Abbildung 1: Stress durch Schularbeit



Quelle: HBSC-LU 2014, 95 %-Konfidenzintervall

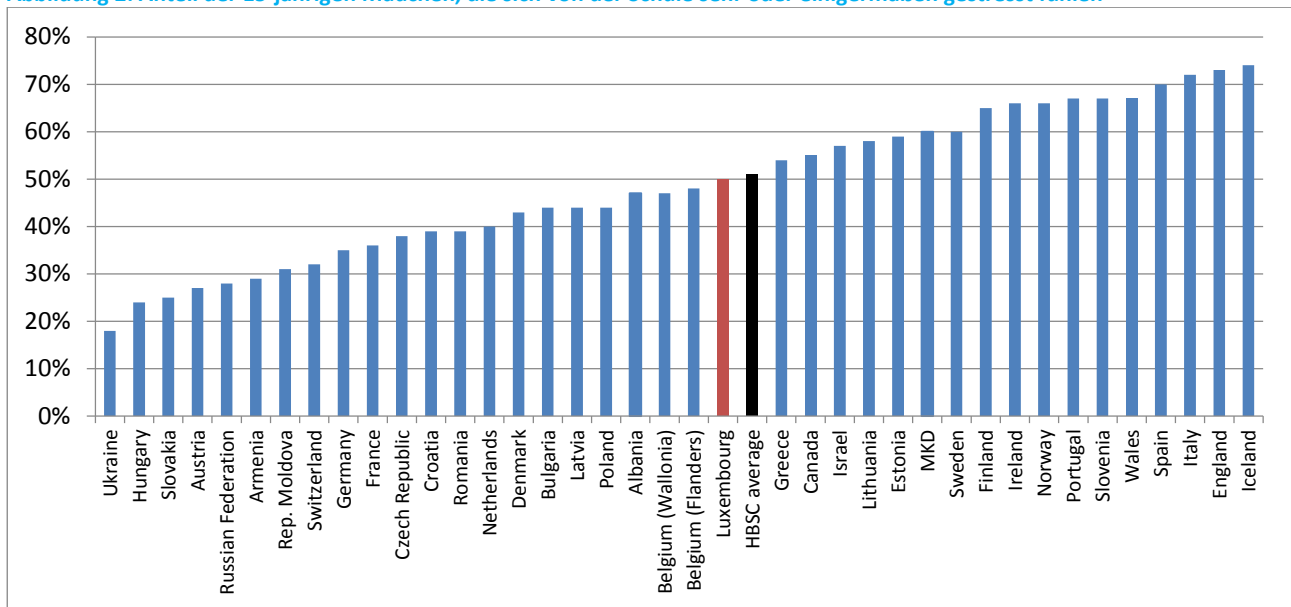
Für die folgenden Abbildungen wurden diejenigen Schüler als gestresst bezeichnet, die sich von der Schularbeit „sehr“ oder „einigermaßen“ gestresst fühlen.

Stress durch Schularbeit in Luxemburg und international

Abbildung 2 zeigt den Anteil der 15-jährigen Mädchen, die sich durch die Schularbeit sehr oder einigermaßen gestresst fühlen. Der Mittelwert aller Länder liegt bei 51 % und die luxemburgischen Mädchen liegen mit 50 % knapp darunter. Der niedrigste Wert wird in der Ukraine erreicht (18 %), der höchste Anteil wird in Island erreicht (74 %). Der Durchschnittswert der 15-jährigen Jungen liegt bei

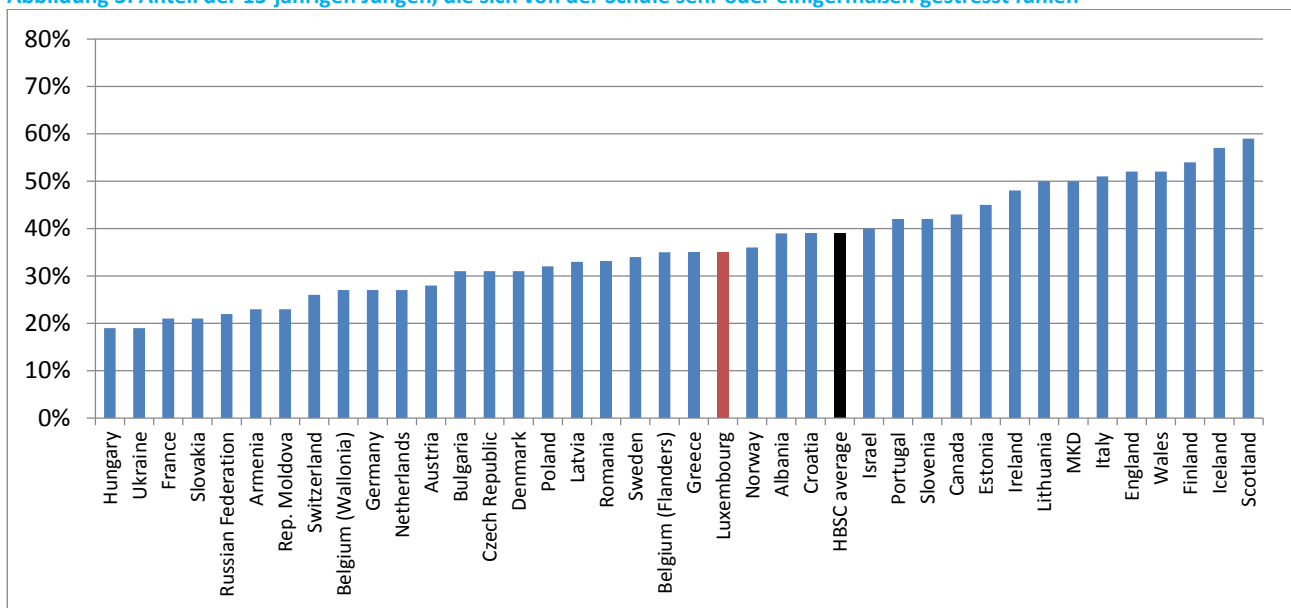
39 % über alle HBSC-Länder hinweg (Abbildung 3). Die Reihenfolge der Länder ist bei den Jungen weitgehend identisch mit der Reihenfolge bei den Mädchen, wobei in fast allen Ländern weniger Jungen angeben, Schulstress zu empfinden. Das ist auch in Luxemburg der Fall: Nur 35 % der 15-jährigen Jungen geben dies an, wobei auch dieser Wert leicht unter dem Durchschnitt aller Länder liegt.

Abbildung 2: Anteil der 15-jährigen Mädchen, die sich von der Schule sehr oder einigermaßen gestresst fühlen



Quelle: Nach Daten von Inchley et al. (2016, S. 61)

Abbildung 3: Anteil der 15-jährigen Jungen, die sich von der Schule sehr oder einigermaßen gestresst fühlen

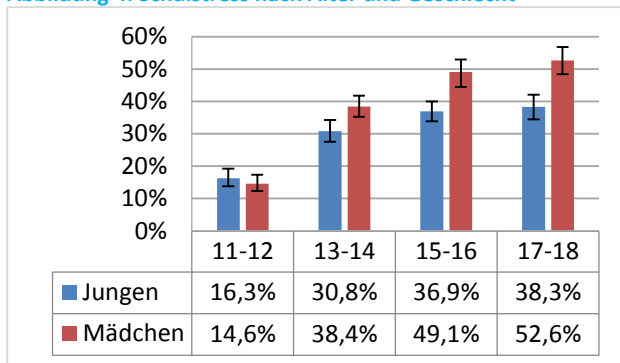


Quelle: Nach Daten von Inchley et al. (2016, S. 61).

Schulstress nach sozio-demografischen Hintergrundvariablen – Geschlecht und Alter, Schultyp sowie Wohlstand

Abbildung 4 zeigt zwei Trends: Erstens steigt mit dem Alter die Zahl der Schüler, die Schulstress empfinden. Zweitens steigt dieser Anteil bei den Mädchen stärker als bei den Jungen. Im Alter von 11-12 unterscheiden sich Mädchen und Jungen noch nicht signifikant, aber im Alter von 13-14 geben 30,8 % der Jungen und 38,4 % der Mädchen an, von der Schule einigermaßen oder sehr gestresst zu sein. Im Alter von 17-18 beträgt der Unterschied bereits 38,3 % zu 52,6 %.

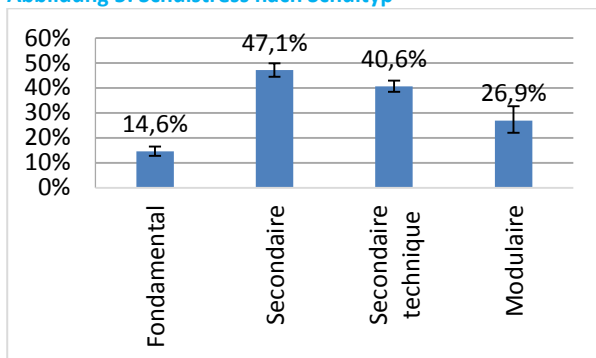
Abbildung 4: Schulstress nach Alter und Geschlecht



Quelle: HBSC-LU 2014, 95 %-Konfidenzintervall

Die Altersunterschiede spiegeln sich auch in den Unterschieden je nach dem besuchten Schultyp, wie Abbildung 6 zeigt.

Abbildung 5: Schulstress nach Schultyp



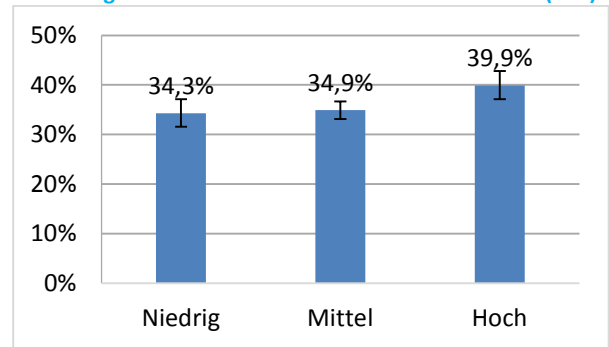
Quelle: HBSC-LU 2014, 95 %-Konfidenzintervall

Im Fondamental geben 14,6 % der Schüler Schulstress an (Abbildung 6). Schüler des Enseignement secondaire geben mit 47,1 % am häufigsten an, von der Schularbeit gestresst zu sein. Niedriger sind die Werte im Secondaire technique (40,6 %) und im Modulaire

laire-Zweig des Secondaire technique (26,9 %).

Schüler, die aus Familien mit niedrigen oder mittleren Wohlstand stammen, geben etwas seltener Schulstress an als Schüler, die aus Familien mit hohem Wohlstand stammen (Abbildung 5).

Abbildung 6: Schulstress nach Wohlstand der Familie (FAS)



Quelle: HBSC-LU 2014, 95 %-Konfidenzintervall

Stress und wahrgenommene Einschätzung der Leistungsfähigkeit durch die Lehrer

Es gibt einen Zusammenhang zwischen dem Schulstress und der wahrgenommenen Einschätzung der eigenen Leistungsfähigkeit (Tabelle 1). Schüler, die davon ausgehen, dass die Lehrer ihre Schulleistungen als unterdurchschnittlich einschätzen, fühlen sich häufiger von der Schularbeit gestresst als Schüler, die annehmen, dass ihre Lehrer sie für sehr leistungsfähig halten.

Tabelle 1: Schulstress nach wahrgenommener Einschätzung der eigenen Leistungsfähigkeit durch Lehrer

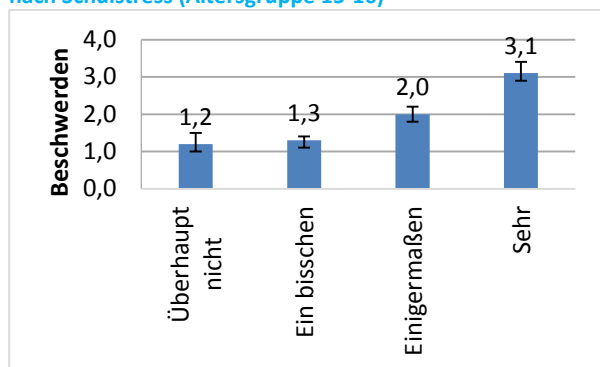
Stress durch Schularbeit	Lehrer halten meine Schulleistung für			
	Sehr gut	Gut	Mittelmäßig	Unterdurchschnittlich
Überhaupt nicht	33,4%	21,6%	14,0%	13,1%
Ein bisschen	43,2%	48,4%	41,4%	25,3%
Einigermaßen	12,5%	18,3%	22,8%	21,7%
Sehr	11,0%	11,8%	21,8%	39,9%

Quelle: HBSC-LU 2014, p <.001

In der HBSC-Umfrage wurden die Schüler gefragt, wie häufig sie in den vergangenen 6 Monaten unter folgenden acht Gesundheits-

beschwerden gelitten haben: Kopf-, Bauch- und Rückenschmerzen, Traurigkeit, Gereiztheit, Nervosität, Einschlafschwierigkeiten und Schwindel. In Abbildung 7 zeigt sich: Je weniger sich die Schüler gestresst fühlen, desto weniger Gesundheitsbeschwerden geben sie an. Um eine Verzerrung durch das Alter der Schüler zu vermeiden, sind hier nur die 15-16-Jährigen dargestellt. Der gleiche Zusammenhang zeigt sich auch bei den anderen Altersgruppen. Offen ist allerdings die Wirkungsrichtung des Zusammenhangs. Es ist denkbar, dass Gesundheitsbeschwerden die Leistungsfähigkeit senken und zu Schulstress führen. Möglich ist auch, dass Schulstress zu Gesundheitsbeschwerden führt.

Abbildung 7: Anzahl genannter Gesundheitsbeschwerden nach Schulstress (Altersgruppe 15-16)



Quelle: HBSC-LU 2014, 95 % Konfidenzintervall

Literatur:

Inchley, J., Currie, D., Young, T., Samdal, O., Torsheim, T., Augustson, L., . . . Barnekow, V. (Eds.). (2016). *Growing up unequal: gender and socioeconomic differences in young people's health and well-being. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: international report from the 2013/2014 survey* (Health Policy for Children and Adolescents, No. 7). Copenhagen, Denmark: WHO Regional Office for Europe.

Torsheim, T., & Wold, B. (2001). School-related stress, support, and subjective health complaints among early adolescents: a multi-level approach. *Journal of adolescence*, 24(6), 701-713. DOI: doi.org/10.1006/jado.2001.0440

Methoden

Daten: Für die vorliegende Auswertung wurden 7 233 Jugendliche im Alter von 11 bis 18 Jahren im Frühjahr/Sommer 2014 zu ihrer Gesundheit befragt. Die Befragung fand in zufällig ausgewählten Schulen statt, die nach dem luxemburgischen Curriculum unterrichten. Weitere Angaben zur HBSC-Befragung in Luxemburg werden im Factsheet Nr. 1 erläutert <http://orbilu.uni.lu/handle/10993/32864>

Konfidenzintervalle: Da die HBSC-Daten aus einer Zufallsstichprobe stammen, müssen die ausgewiesenen Unterschiede zwischen Gruppen nicht immer auf Unterschiede in der Grundgesamtheit der Schüler in Luxemburg hinweisen. Stattdessen können diese Unterschiede auch auf zufällige Schwankungen der gezogenen Stichprobe zurückzuführen sein. Aus diesem Grund weisen wir neben den Anteilswerten i.d.R. auch die zugehörigen 95 %-Konfidenzintervalle aus, die die Präzision der Anteilswerte anzeigen: Je kürzer die schwarzen Striche sind, die über die Balken in den Diagrammen hinausragen, desto genauer ist die Angabe. Wenn sich die Konfidenzintervalle zweier Gruppen überlappen, dann ist davon auszugehen, dass die Unterschiede auf Zufall beruhen und es keine Unterschiede in der Grundgesamtheit gibt. Wenn sich die Konfidenzintervalle jedoch nicht überlappen, so ist mit einer hohen Wahrscheinlichkeit von systematischen Unterschieden auszugehen, die auch in der Grundgesamtheit zu finden sind und nicht mit zufälligen Schwankungen erklärt werden können.

Der Wohlstand der Familie wurde mit der „Family Affluence Scale (FAS III)“ gemessen. Dazu wird erhoben, wie viele Wohlstandsgüter eine Familie besitzt. Zur genauen Konstruktion siehe Inchley et al. (2016).

Links

HBSC-Studie international: www.hbsc.org

HBSC-Luxembourg: www.hbsc.lu