

Dännhardt, Andy

Research Report

Kohärenzgefühl berufsbegleitend Studierender am Einzelfallbeispiel des FOM Hochschulzentrums München

ifgs Schriftenreihe der FOM, No. 13

Provided in Cooperation with:

FOM Hochschule für Oekonomie & Management, ifgs Institut für Gesundheit & Soziales

Suggested Citation: Dännhardt, Andy (2018) : Kohärenzgefühl berufsbegleitend Studierender am Einzelfallbeispiel des FOM Hochschulzentrums München, ifgs Schriftenreihe der FOM, No. 13, MA Akademie Verlags- und Druck-Gesellschaft mbH, Essen

This Version is available at:

<https://hdl.handle.net/10419/230700>

Standard-Nutzungsbedingungen:

Die Dokumente auf EconStor dürfen zu eigenen wissenschaftlichen Zwecken und zum Privatgebrauch gespeichert und kopiert werden.

Sie dürfen die Dokumente nicht für öffentliche oder kommerzielle Zwecke vervielfältigen, öffentlich ausstellen, öffentlich zugänglich machen, vertreiben oder anderweitig nutzen.

Sofern die Verfasser die Dokumente unter Open-Content-Lizenzen (insbesondere CC-Lizenzen) zur Verfügung gestellt haben sollten, gelten abweichend von diesen Nutzungsbedingungen die in der dort genannten Lizenz gewährten Nutzungsrechte.

Terms of use:

Documents in EconStor may be saved and copied for your personal and scholarly purposes.

You are not to copy documents for public or commercial purposes, to exhibit the documents publicly, to make them publicly available on the internet, or to distribute or otherwise use the documents in public.

If the documents have been made available under an Open Content Licence (especially Creative Commons Licences), you may exercise further usage rights as specified in the indicated licence.

*Band
13*

David Matusiewicz / Manfred Cassens (Hrsg.)

*Kohärenzgefühl berufsbegleitend Studierender
am Einzelfallbeispiel
des FOM Hochschulzentrums München*

~
Andy Dännhardt

ifgs Schriftenreihe



Institut für Gesundheit & Soziales
der FOM Hochschule
für Oekonomie & Management

Andy Dännhardt

*Kohärenzgefühl berufsbegleitend Studierender am Einzelfallbeispiel
des FOM Hochschulzentrums München*

ifgs Schriftenreihe der FOM, Band 13

Essen 2018

ISSN (Print) 2367-3176 ISSN (eBook) 2569-5274

Dieses Werk wird herausgegeben vom ifgs Institut für Gesundheit & Soziales
der FOM Hochschule für Oekonomie & Management gGmbH

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliographie;
detaillierte bibliographische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

© 2018 by



**Akademie
Verlags- und Druck-
Gesellschaft mbH**

MA Akademie Verlags-
und Druck-Gesellschaft mbH
Leimkugelstraße 6, 45141 Essen
info@mav-verlag.de

Das Werk einschließlich seiner
Teile ist urheberrechtlich geschützt.
Jede Verwertung außerhalb der
engen Grenzen des Urhebergesetzes
ist ohne Zustimmung der MA
Akademie Verlags- und Druck-
Gesellschaft mbH unzulässig und
strafbar. Das gilt insbesondere für
Vervielfältigungen, Übersetzungen,
Mikroverfilmungen und die Ein-
speicherung und Verarbeitung in
elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen,
Handelsnamen, Warenbezeichnungen
usw. in diesem Werk berechtigt
auch ohne besondere Kennzeichnung
nicht zu der Annahme, dass solche
Namen im Sinne der Warenzeichen-
und Markenschutz-Gesetzgebung
als frei zu betrachten wären und
daher von jedermann benutzt werden
dürfen. Oft handelt es sich um
gesetzlich geschützte eingetragene
Warenzeichen, auch wenn sie nicht
als solche gekennzeichnet sind.

***Kohärenzgefühl berufsbegleitend
Studierender am Einzelfallbeispiel
des FOM Hochschulzentrums
München***

Andy Dännhardt

Andy Dännhardt

E-Mail: andy.daennhardt@gmx.de

Bachelor-Thesis an der FOM Hochschule für Oekonomie & Management,
eingereicht im März 2018

Vorwort

Das Konstrukt des Kohärenzgefühls, entwickelt vom israelisch-us-amerikanischen Medizinsoziologen Antonovsky ist aufgrund des Kontinuummodells der Salutogenese viel beachtet. Auch wenn die subskalierten Konstrukte offensichtlich keine ausreichende Disjunktion aufweisen, sie also nicht in der erwünschten Unterscheidungsfähigkeit gemessen werden können, so sind diese jedoch nicht minder bedeutsam für die Forschungswelt. Bei dem grundlegenden Subkonstrukt Handhabbarkeit handelt es sich um eine Teildimension, die im Praxisfeld danach fragt, ob eine gesundheitsrelevante Maßnahme überhaupt praktiziert, ausgeführt werden kann. Dies ist sinnvoll, da es oft an räumlichen Möglichkeiten im Setting fehlt. Man denke hierbei an urbane Umgebungen, denen es an der „Walkability“ fehlt, den grünen Oasen oder Bewegungslinien zum Beispiel. Erst, wenn die Handhabbarkeit positiv geklärt ist, schließt sich die Frage nach der Verstehbarkeit an: Versteht ein Patient oder Gecoacher überhaupt, was er machen soll? Denn wenn er es nicht inhaltlich versteht, führt er die Übungen möglicherweise falsch aus oder praktiziert die Intervention aufgrund fehlender Compliance überhaupt nicht. Die dritte und letzte Dimension befasst sich mit der Bedeutsamkeit. Nur, wenn eine Intervention im Sinne gesundheitsrelevanten Verhaltens eine höhere Bedeutung besitzt, werden Motivation und Zielverhalten dauerhaft umgesetzt.

Dieses Modell in den Kontext dual Studierender zu elaborieren, ist eine Herausforderung, der sich die vorgelegte sozialwissenschaftlich quantitativ angelegte Arbeit widmet. Die vorgelegten Ergebnisse sind von besonderer Bedeutung, da die Tendenz junger Menschen deutlich in Richtung dualer Studiengänge geht. Es stellt im Anschluss sich die Frage, ob und wie die Ergebnisse bei der didaktischen Konzeptionierung von Lehrveranstaltungen eingebunden werden können.

Prof. Dr. habil. Manfred Cassens
Wissenschaftlicher Direktor ifgs

Zusammenfassung

Die Anzahl berufsbegleitend Studierender ist in den letzten Jahren deutlich angestiegen und die Gesundheitsberichterstattung dieser mehrfachbelasteten Gruppe scheint defizitär (Matusiewicz, Krol, Stender & Lux, 2017). In dieser Forschungsarbeit wird untersucht, ob die verschiedenen Studienzeitmodelle der FOM Hochschule für Oekonomie & Management einen Einfluss auf das Kohärenzgefühl der berufsbegleitenden Studierenden haben. Das Kohärenzgefühl ist als Weltsicht einer Person zu verstehen, welche es ihr erlaubt ihre Umwelt aufgrund eigener Ressourcen als verstehbar, bedeutsam und handhabbar zu erleben und somit adäquat mit Stress umgehen zu können (Antonovsky, 1987/1997). Operationalisiert wird das settingspezifische Kohärenzgefühl mittels des U-SOC-K nach Gräser (2003), beziehungsweise mit dem adaptierten S-SOC nach Brunner, Maier, Gritsch & Jenull (2009). Die durchgeführte einfaktorielle Varianzanalyse der Daten der Teilnehmer (N = 156) ergibt einen statistisch signifikanten Unterschied in den S-SOC Werten für die drei verschiedenen Zeitmodelle, $F(2, 153) = 6.79, p < .05$. Es werden Unterschiede zwischen den Gruppen Tag und Abend sowie Wochenende und Abend quantifiziert. Unter Einbeziehung der Theorie der Salutogenese, des Modells der Work-Learn-Life-Balance und jener der Gesundheitsfördernden Hochschule, werden praxisorientierte Handlungsempfehlungen präsentiert. Einerseits können verhältnisorientierte Maßnahmen angestrebt werden. Diese können zum Ziel haben, den Fokus der Hochschule auf gesundheitsfördernde Themen zu richten und eine verstärkte Kooperation mit Arbeitgebern und Krankenkassen anzustreben. Andererseits stellen verhaltensorientierte Maßnahmen, wie beispielsweise ein verstärktes Beratungsangebot oder die Förderung der Partizipation an Gesundheitsprojekten, probate Mittel dar, um die Gesundheit berufsbegleitend Studierender zu fördern.

Inhalt

Vorwort	III
Zusammenfassung	IV
Inhalt	V
Abkürzungsverzeichnis	VII
Abbildungsverzeichnis	VII
Tabellenverzeichnis	VII
1 Einleitung	1
1.1 Hintergrund und Ausgangssituation	1
1.1.1 Historische Hintergründe der Salutogenese	1
1.1.2 Berufsbegleitendes Studium	2
1.1.3 Stand der Literatur	2
1.2 Ziel der Arbeit	3
1.2.1 Identifizierte Problemstellung	3
1.2.2 Mögliche Lösungsansätze	3
1.3 Beschreibung des Forschungsdesigns	4
1.3.1 Plausibilisierung des Forschungsdesigns	4
1.3.2 Erhebungs-, Aufbereitungs- und Auswertungstechnik	5
2 Hauptteil	6
2.1 Detailbeschreibung des Forschungsgegenstandes	6
2.1.1 Wissenschaftstheoretische Einbettung	6
2.1.1.1 Kohärenzgefühl	6
2.1.1.2 Messung des Kohärenzgefühls	8
2.1.1.3 Work-Learn-Life-Balance	9
2.1.1.4 Gesundheitsfördernde Hochschule	10
2.1.1.5 Setting: FOM Hochschule für Oekonomie & Management.....	11
2.1.2 Operationalisierung.....	13

2.2	Darstellung der Forschungs- und Untersuchungsplanung.....	14
2.2.1	Phasen des empirischen Projektes	14
2.2.2	Messverfahren, Indexbildung und Skalenniveau	17
2.2.3	Gewährleistung der Gütekriterien Objektivität, Reliabilität und Validität.....	18
2.2.4	Auswahlverfahren	20
2.3	Beschreibung des Erhebungsablaufs	21
2.3.1	Vorbereitung	21
2.3.2	Erhebungsphasen	22
2.3.3	Aufbereitungsphase	23
2.4.	Erhebungsergebnisse	23
2.4.1.	Aufbereitung der Daten	23
2.4.2	Deskriptive und inferenzstatistische Auswertung.....	24
2.4.3	Analyse, Interpretation und Reflexion der erhaltenen Ergebnisse.....	36
2.5	Diskussion der erhobenen Ergebnisse	51
3	Schluss	55
3.1	Fazit für die Praxis.....	55
3.1.1	Konkrete Handlungsoptionen	55
3.1.2	Weitere Anschlussmöglichkeiten im größeren Kontext	57
3.2	Perspektiven.....	59
3.2.1	Einordnung der Ergebnisse in den wissenschaftlichen Kontext.....	59
3.2.2	Möglichkeiten weiterer anwendungswissenschaftlicher Optionen	60
	Literaturverzeichnis.....	62
	Internetquellen	66
	Anhang.....	69
	Fragebogen	69

Abkürzungsverzeichnis

FOM	FOM Hochschule für Oekonomie & Management
SOC	Sense of Coherence
S-SOC	Students Sense of Coherence
U-SOC	University Sense of Coherence
U-SOC-K	University Sense of Coherence Kurzform
WHO	World Health Organization

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: S-SOC der Studienzeitmodelle	27
Abbildung 2: Histogramm Normalverteilung S-SOC	29
Abbildung 3: Q-Q-Diagramm S-SOC	30
Abbildung 4: Boxplot S-SOC	31

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Reliabilitätsstatistiken S-SOC und Subskalen.....	19
Tabelle 2: Häufigkeiten Geschlecht.....	25
Tabelle 3: Deskriptive Statistik Alter	25
Tabelle 4: Häufigkeiten Studienzeitmodell	25
Tabelle 5: Deskriptive Statistik S-SOC und Studienzeitmodell	26
Tabelle 6: Shapiro-Wilk-Test auf Normalverteilung S-SOC	28
Tabelle 7: Levene-Test Varianzhomogenität S-SOC	30
Tabelle 8: Tests der Zwischensubjekteffekte S-SOC.....	32
Tabelle 9: Einfaktorielle Varianzanalyse S-SOC und Subskalen	34
Tabelle 10: Tukey-Kramer Post-hoc Test S-SOC Studienzeitmodelle	35
Tabelle 11: Deskriptive Statistik S-SOC Geschlecht.....	36
Tabelle 12: T-Test S-SOC Geschlecht.....	36
Tabelle 13: Tukey-Kramer Post-hoc Test Verstehbarkeitsitem „Die FOM München hat für mich klare und durchsichtige Strukturen“ Studienzeitmodell.....	38

Tabelle 14: Deskriptive Statistik Verstehbarkeitsitem „Die FOM München hat für mich klare und durchsichtige Strukturen“ Studienzeitmodell....	38
Tabelle 15: Deskriptive Statistik Verstehbarkeitsitem „Das Leben an der Hochschule ist ein einziges Chaos: ständig ereignen sich Dinge und Situationen, die nicht vorhersagbar sind“ Studienzeitmodell ..	39
Tabelle 16: Deskriptive Statistik Bewältigbarkeitsitem „Wenn ich an der Hochschule mit einem schwierigen Problem konfrontiert bin, finden sich dort Menschen, die mir helfen, das Problem zu lösen“ Studienzeitmodell.....	40
Tabelle 17: Tukey-Kramer Post-hoc Test Bewältigbarkeitsitem „Wenn ich an der Hochschule mit einem schwierigen Problem konfrontiert bin, finden sich dort Menschen, die mir helfen, das Problem zu lösen“ Studienzeitmodell	41
Tabelle 18: Kreuztabelle Studienzeitmodell Arbeitszeitmodell.....	42
Tabelle 19: Deskriptive Statistik Sinnhaftigkeitsitem „An der Hochschule zweifle ich oft am Sinn meines Tuns“ Studienzeitmodell	43
Tabelle 20: Tukey-Kramer Post-hoc Test Sinnhaftigkeitsitem „An der Hochschule zweifle ich oft am Sinn meines Tuns“ Studienzeitmodell ...	44
Tabelle 21: Deskriptive Statistik Sinnhaftigkeitsitem „Ich habe das Gefühl, dass die Hochschule eine Bereicherung für mein Leben ist“ Studienzeitmodell.....	45
Tabelle 22: Deskriptive Statistik Bewältigbarkeitsitem „Ich glaube, dass ich auf den Verlauf der Dinge an der Hochschule Einfluss nehmen kann“ Studienzeitmodell.....	46
Tabelle 23: Deskriptive Statistik Sinnhaftigkeitsitem „Das Studieren an der FOM München ist für mich voller Routine“ Studienzeitmodell	47
Tabelle 24: Deskriptive Statistik Sinnhaftigkeitsitem „Das Studieren an der FOM München ist für mich voller Routine“ Semester	47
Tabelle 25: Chi-Quadrat-Test Studienzeitmodell Arbeitszeitmodell.....	49
Tabelle 26: Cramer-V Studienzeitmodell Arbeitszeitmodell	49
Tabelle 27: Deskriptive Statistik S-SOC Studienzeitmodell Arbeitszeitmodell..	50

1 Einleitung

1.1 Hintergrund und Ausgangssituation

"Ein guter Gesundheitszustand ist eine wesentliche Bedingung für soziale, ökonomische und persönliche Entwicklung und entscheidender Bestandteil der Lebensqualität" (WHO, 1986, S. 2). Das Wohlbefinden wird dabei durch politische, wirtschaftliche und gesellschaftliche Faktoren gelenkt. Durch gesundheitsfördernde Maßnahmen können diese Faktoren positiv beeinflusst werden, um das persönliche Wohl zu steigern (WHO, 1986). Sowohl auf der politischen als auch der individuellen Ebene wird bereits aktiv Gesundheit gefördert. Seit dem Jahr 1992 steigen die jährlichen Gesundheitsausgaben der öffentlichen und privaten Haushalte in Deutschland an. Im Jahr 2015 betragen diese jeweils etwa 15,23 beziehungsweise 46,1 Milliarden Euro. Diese Zahlen belegen die hohe Relevanz des Themas Gesundheit nicht nur für den politischen Staat, sondern auch für seine Individuen (Statistisches Bundesamt, 2017).

1.1.1 Historische Hintergründe der Salutogenese

Seit den 1970er Jahren gibt es mit dem Begriff der *Salutogenese*, also der Entstehung von Gesundheit, einen Gegenbegriff zur Pathogenese, der Entstehung von Krankheit (Franke, 2012). Das sogenannte *Gesundheits-Krankheits-Kontinuum* oder auch *Health-Ease / Dis-Ease - Kontinuum* (HE-DE-Kontinuum) nach Antonovsky (1979) stellt einen zentralen Aspekt für das salutogenetische Verständnis dar. Er folgert aus verschiedenen epidemiologischen Studien, dass kein Mensch völlig krank oder gesund ist. Menschen lassen sich zwischen den beiden Polen *Krankheit* und *Gesundheit* verorten, sodass sich eine gewisse Tendenz daraus schließen lässt. Die Multidimensionalität impliziert, dass sich Menschen gleichzeitig krank und gesund fühlen können (Antonovsky, 1979).

Zum Schutz der Gesundheit gehört der konstruktive Umgang mit Stressoren. Hierbei spielen bestehende Ressourcen des Menschen eine entscheidende Rolle zur Bewältigung von Stress (Franke, 2012). Stress nimmt Bezug auf die Beziehung eines Individuums zur Umwelt, welche im Hinblick auf das eigene Wohlbefinden als bedeutsam beurteilt wird. Gleichzeitig stellt die Umwelt Anforderungen an jeden Einzelnen, die dessen Bewältigungsressourcen strapazieren oder überfordern können (Lazarus & Folkman, 1984). Daraus resultiert, dass jede Situation, welche die damit konfrontierte Person als herausfordernd wahrnimmt, einen Stressor darstellen kann.

Einen möglichen Indikator zur Klärung der unterschiedlichen Wahrnehmung stellt das sogenannte Kohärenzgefühl dar, welches auf dem Konzept der Salutogenese nach Aaron Antonovsky basiert und mittels der *Sense of Coherence Scale* ermittelt werden kann. Das Kohärenzgefühl beschreibt die innere Haltung eines Menschen, seine Umwelt und die Dinge, welche ihm passieren, als verstehbar, handhabbar und bedeutsam – und somit als kohärent – zu erleben. Diese Weltansicht befähigt eine Person, mit entsprechenden Ressourcen in Stresssituationen, besser umgehen zu können (Antonovsky, 1987/1997).

1.1.2 Berufsbegleitendes Studium

In Deutschland bieten sich Studierenden vielfältige akademische Weiterbildungsmöglichkeiten, unter anderem in Form von Universitäten und Fachhochschulen (Statistisches Bundesamt, 2018). Erweitert wird das Angebot durch die Zunahme an Hochschulen in privater Trägerschaft und mit ihnen die Möglichkeit, eine wissenschaftliche Weiterbildung in Teilzeit berufsbegleitend, beziehungsweise dual, zu absolvieren (Borgwardt, 2016). Mit der Wahl für ein solches Studium, erfolgt mitunter der Erwerb einer akademischen Qualifikation. Jedoch zieht dieser Bildungsweg auch weitreichende Restriktionen bezüglich der Ressource Zeit nach sich. Die Entscheidung seine Zeit in eine nebenberufliche Weiterbildung zu investieren, geschieht auf Kosten von Freizeit und somit auch auf Kosten von Erholungsphasen. Aufgrund mangelnder Regenerationszeiten besteht die Möglichkeit, dass, je nach persönlichen Ressourcen, Stress entsteht (Giacobbi, Tuccitto & Frye, 2007). Einerseits können die zusätzlichen Anforderungen als belastend und andererseits als motivierend empfunden werden (Brunner & Kada, 2011). Negativ empfundenem Stress kann im Bereich der Hochschule durch das settingspezifische Kohärenzgefühl Rechnung getragen werden.

1.1.3 Stand der Literatur

Im Bereich des allgemeinen Kohärenzgefühls wurden bereits umfangreiche Untersuchungen auf Grundlage der Salutogenese durchgeführt (Singer & Brähler, 2007). Die Betrachtung bestimmter Settings, wie beispielsweise das der gesundheitsfördernden Hochschule, rücken erst seit den letzten Jahren in den Fokus (Brunner et al., 2009; Gräser, 2003). Aufgrund der zunehmenden Veränderungen in der Arbeitswelt, von Rollenmodellen und Lebensentwürfen, beschäftigt sich die wissenschaftliche Literatur ferner mit der Herausforderung Erwerbsarbeit, Lernen und Leben zu vereinbaren (Antoni, Friedrich, Haunschild, Josten & Meyer, 2013).

1.2 Ziel der Arbeit

Brunner et al. (2009) ermitteln, dass Unterschiede hinsichtlich der S-SOC-Werte in Abhängigkeit von Studienrichtung oder Geschlecht existieren. Da ihre Analyse sich lediglich auf das universitäre Setting bezieht, stellt sich daran anknüpfend die Frage nach weiteren möglichen Einflussfaktoren auf das Kohärenzgefühl Studierender, speziell im Setting der berufsbegleitenden Hochschule, welche im Folgenden identifiziert werden.

1.2.1 Identifizierte Problemstellung

Ein Studium neben dem Beruf kann sich auf den gesundheitlichen Zustand sowie auf das Wohlbefinden von Studierenden auswirken. Durch das nebenberufliche Studium besteht die Gefahr, dass Studierende einer erhöhten körperlichen und psychischen Belastung ausgesetzt sind. Um präventive Maßnahmen dahingehend zu entwickeln und umzusetzen, ist der Forschung im Bereich der Gesundheit eine große Bedeutung zuzuordnen. Ebenfalls zeigt die Durchsicht der bestehenden Literatur, dass das Gesundheitsverhalten speziell berufsbegleitend Studierender bislang wenig empirisch untersucht wurde, obwohl die Zahl dieser Zielgruppe, welche einer Doppelbelastung aus Arbeit und Studium ausgesetzt ist, stetig ansteigt (Matusiewicz et al., 2017).

Um die Belastungssituation berufsbegleitend Studierender zu untersuchen, kann beispielsweise das Hochschulzentrum München der FOM Hochschule für Ökonomie & Management untersucht werden. Es werden Vorlesungen in den Modellen Tag, Abend und Wochenende angeboten (FOM, 2017c). Diese können sich sowohl hinsichtlich der Vorlesungszeiten, der damit einhergehenden Erholungsphasen als auch der Lebensumstände der Studierenden unterscheiden. Somit hat die Wahl eines bestimmten Zeitmodells starken Einfluss auf das Ausmaß an Erholungsphasen und folglich auf die Entwicklung von Stress. In der vorliegenden Arbeit wird daher der mögliche Einfluss der verschiedenen Studienzeitmodelle auf die Ausprägung des settingspezifischen Kohärenzgefühls untersucht.

1.2.2 Mögliche Lösungsansätze

Die bestehende Literatur zeigt, dass Zeitmangel und defizitäre Unterstützung Studierende verunsichern, sich im System Hochschule zu orientieren (Schumann, 2007). Da die verschiedenen Zeitmodelle die Erholungsphasen unter-

schiedlich beeinflussen, ist zu vermuten, dass das settingspezifische Kohärenzgefühl divergiert. Es ist davon auszugehen, dass Studierende der Zeitmodelle Abend und Wochenende zumeist einer Vollzeitbeschäftigung nachgehen. Im Gegensatz dazu führen Studierende des Tagesstudiums tendenziell eher eine Teilzeittätigkeit aus. Des Weiteren haben Studierende der Zeitmodelle Abend und Wochenende aufgrund einer anderen Vorlesungsplanung, auf das Jahr gerechnet sechs Wochen weniger Semesterferien als Studierende des Tagesstudiums (FOM, 2017c). Somit kann vermutet werden, dass Personen des Studienzeitmodells Tag durch die größere Verfügbarkeit der Ressource Zeit, welche für Erholungsphasen genutzt werden kann, höhere S-SOC-Werte aufweisen.

Eine mögliche Basis für die Ausarbeitung von Lösungsansätzen stellen die Arbeiten von Brunner et al. (2009) und von Kirsch, Laemmert und Tittlbach (2017) dar. Laut Brunner et al. (2009) sind die Förderung der Partizipation von Studierenden, das Aufbauen zuverlässiger universitärer Strukturen so-wie deren Kommunikation zentrale Strategien zur Stärkung des S-SOC. Nach Kirsch et al. (2017) müssen Lösungsansätze, welche zu einem eigenverantwortlichen und gesundheitsförderlichen Verhalten führen, mit den Studierenden zusammen entwickelt werden.

1.3 Beschreibung des Forschungsdesigns

In dieser Forschungsarbeit wird auf Basis der bestehenden, quantitativen Fragebögen das fachhochschulspezifische Kohärenzgefühl anhand des S-SOC untersucht (Brunner et al., 2009; Gräser, 2003). Dabei wird der S-SOC auf das Setting der FOM München angepasst.

1.3.1 Plausibilisierung des Forschungsdesigns

Der Erkenntnisgewinn im Bereich der Sozial- und Humanwissenschaften basiert auf der Erhebung, Aufbereitung und Analyse empirischer Daten sowie auf Theorien, durch die sich die Daten erst interpretieren lassen. Umgekehrt können erfahrungswissenschaftliche Theorien nur anhand von Daten geprüft und weiterentwickelt werden. Unterstützt wird diese wissenschaftstheoretische Metareflexion und Forschungspraxis durch den Kritischen Rationalismus. Dieser Ansatz betrachtet Theorien als Ausgangspunkt für den wissenschaftlichen Erkenntnisgewinn. Theorien sind Vermutungen, die sich niemals zweifelsfrei bestätigen lassen und sich auf Ursache-Wirkungs-Beziehungen in der Wirklichkeit beziehen

(Popper, 1935). Der Kritische Rationalismus fokussiert dabei den Begründungszusammenhang, also ob Theorien falsifiziert oder vorläufig bestätigt werden können. Erkenntnis wird folglich erst durch Aussortieren nichtbestätigter Theorien, Falsifikation oder Behalten nicht-falsifizierter Theorien gewonnen (Döring & Bortz, 2016).

Die bestehende Literatur zeigt ein großes Forschungsinteresse am Kohärenzgefühl und an der Identifikation der Einflussfaktoren (Brunner et al., 2009; Gräser, 2003). Der Fokus der vorliegenden Arbeit liegt auf den unterschiedlichen Zeitmodellen der FOM und dem daraus resultierenden settingspezifischen Kohärenzgefühl. Es ergibt sich daher die folgende Forschungsfrage:

F1: Haben die verschiedenen Studienzeitmodelle einen Einfluss auf das Kohärenzgefühl der Studierenden an der FOM?

Aufgrund des Einflusses der Ressource Zeit auf das Stressempfinden wird das Hypothesenpaar H0 und H1 abgeleitet (Giacobbi et al., 2007):

H0: Die durchschnittlichen Mittelwerte des Kohärenzgefühls für die jeweiligen Studienzeitmodelle unterscheiden sich nicht.

H1: Die durchschnittlichen Mittelwerte des Kohärenzgefühls für die jeweiligen Studienzeitmodelle unterscheiden sich.

Ziel ist gemäß dem Kritischen Rationalismus, die H0 Hypothese zu falsifizieren, um einen Erkenntnisfortschritt zu gewährleisten. Die Hypothese lässt sich durch die Konfrontation mit empirischen Daten überprüfen.

1.3.2 Erhebungs-, Aufbereitungs- und Auswertungstechnik

Sowohl die Erhebungs-, die Aufbereitungs- als auch die Auswertungstechnik sind an die Ausführungen von Döring und Bortz (2016) angelehnt. Hinsichtlich der Erhebungstechnik wird die wissenschaftliche Fragebogenmethode gewählt. Zur Aufbereitung werden die Daten in eine Excel-Tabelle übertragen und so die Rohdaten digitalisiert, formatiert und strukturiert. Die Auswertung des Datensatzes erfolgt durch eine einfaktorische Varianzanalyse, die mithilfe des Statistik-Programms SPSS durchgeführt wird. Dabei wird der Einfluss der unabhängigen Variable Zeitmodell auf die abhängige Variable Kohärenzgefühl untersucht.

2 Hauptteil

Aufbauend auf der Zielsetzung dieser Forschungsarbeit, werden im Folgenden essentielle Begriffe und Theorien erklärt. Des Weiteren wird in diesem Abschnitt die verwendete Methodik dargelegt. Ferner werden die Ergebnisse präsentiert, interpretiert sowie diskutiert.

2.1 Detailbeschreibung des Forschungsgegenstandes

2.1.1 Wissenschaftstheoretische Einbettung

Die Fundierung dieser Forschungsarbeit bildet die Theorie der Salutogenese nach Antonovsky (1987/1997). Diese Grundlage wird mit einer settingspezifischen Sichtweise auf Gesundheitsförderung an Hochschulen kombiniert und im Folgenden näher beschrieben.

2.1.1.1 Kohärenzgefühl

Bei Durchsicht der deutschen Literatur kann keine einheitliche Übersetzung des Begriffs *Sense of Coherence* ausfindig gemacht werden. Genannt werden unterschiedliche Begriffe, wie zum Beispiel Kohärenzerleben, Kohärenzgefühl, Kohärenzsinn oder Kohärenzempfinden (Singer & Brähler, 2007). In Anlehnung an Brunner et al. (2009), Gräser (2003) und Franke (2012) wird im Folgenden der Begriff „Kohärenzgefühl“ verwendet.

Der Sense of Coherence wird wie folgt definiert (Antonovsky, 1987/1997):

Eine globale Orientierung, die ausdrückt, in welchem Ausmaß man ein durchdringendes, andauerndes und dennoch dynamisches Gefühl des Vertrauens hat, dass

1. die Stimuli, die sich im Verlauf des Lebens aus der inneren und äußeren Umgebung ergeben, strukturiert, vorhersagbar und erklärbar sind;
2. einem die Ressourcen zur Verfügung stehen, um den Anforderungen, die diese Stimuli stellen, zu begegnen;
3. diese Anforderungen Herausforderungen sind, die Anstrengung und Engagement lohnen. (S. 36)

Ein hohes Kohärenzgefühl befähigt in der Folge die jeweilige Person Ressourcen zu nutzen, um den Herausforderungen des Lebens entgegen zu treten (Antonovsky, 1979). Eine hohe Ausprägung des SOC schützt daher vor der Entstehung von Stress (Hakanen, Feldt & Leskinen, 2007). Zudem reduziert ein hohes Kohärenzgefühl den Grad an Depression und Ängstlichkeit (Bengel, Strittmatter & Willmann, 1998; Eriksson & Lindström, 2005). Ein geringes Kohärenzgefühl hingegen kann als gelernte Hilflosigkeit interpretiert werden (Antonovsky, 1979). Nach Antonovsky (1979) stellt der Entwicklungsstand des SOC im Erwachsenenalter eine beständige dispositionelle Orientierung dar, welche aufgrund von Lebenserfahrungen temporär veränderlich ist. Von hoher Bedeutung hinsichtlich des Kohärenzgefühls sind Stressoren und der Umgang mit diesen. Stressoren werden als Anforderungen definiert, auf welche der Mensch nicht automatisch adaptiv oder direkt reagieren kann. Diese sind angesichts stetiger Auseinandersetzung des Menschen mit Chaos und Ungleichgewicht omnipräsent. Aus salutogenetischer Sicht bewirken Stressoren aber nicht automatisch eine Bewegung in Richtung des negativen Pols auf dem HEDE-Kontinuum. Je nach Bewältigungsart und Charakter des Stressors kann Stress auch zu positiven gesundheitlichen Konsequenzen führen (Franke, 2012). Stressoren erzeugen einen Zustand von Spannung. Der Umgang mit der entstandenen Spannung entscheidet darüber, ob der Zustand als pathogener Stress wahrgenommen wird. Antonovsky geht davon aus, dass psychosoziale Stressoren durch den SOC und generalisierte Widerstandsressourcen gelenkt werden (Antonovsky, 1979). Generalisierte Widerstandsressourcen bedingen Bewegungen auf dem HEDE-Kontinuum, die sich anhand eines konstruktiven Umgangs mit oder durch Vermeidung von stetig aufkommenden Stressoren äußern. Generalisierte Widerstandsressourcen können sich sowohl im Individuum selbst als auch in seinem Umfeld und der Gesellschaft zeigen. Je stärker sich eine Person ihrer generalisierten Widerstandsressourcen bewusst ist, desto mehr wird sie davon überzeugt sein, dass sie konstruktiv mit Stressoren umgehen kann. Das Kohärenzgefühl beschreibt das Ausmaß dieser Überzeugung (Franke, 2012).

Die Ausübung von sportlicher Aktivität trägt neben der Steigerung von psychosozialen und physischen Ressourcen auch zur Erhöhung des Kohärenzgefühls bei. Es kann nachgewiesen werden, dass Personen, die regelmäßig sportlich aktiv sind, ein höheres Kohärenzgefühl aufweisen als sportlich inaktive Personen. Mit einem höheren SOC geht eine geringere Wahrnehmung von Stress einher (Möllenbeck, 2011).

Das Konstrukt des Kohärenzgefühls steht neben der Bewältigung von Stress auch mit der Thematik der Achtsamkeit in Verbindung (Chang-Gusko, 2012). Achtsamkeit beschreibt eine spezielle Form der Aufmerksamkeitslenkung, bei der aktuellen Erlebnisinhalten bewusst in jenem Augenblick und auf eine nicht wertende Weise Aufmerksamkeit geschenkt wird (Heidenreich & Michalak, 2003). Verschiedene Studien können einen Zusammenhang zwischen Kohärenzgefühl, Stressbewältigung und Achtsamkeit nachweisen. Zudem kann der Anstieg des Kohärenzgefühls während achtsamkeitsbasierten Programmen beobachtet werden (Weissbecker et al., 2002; Ando, Natsume, Kukihara, Shibata & Ito, 2011).

2.1.1.2 Messung des Kohärenzgefühls

Die Basis für die Messung des SOC bildet der Fragebogen zur Lebensorientierung (SOC) von Antonovsky (1987/1997). Basierend auf Interviews wurden die drei Dimensionen des SOC-Fragebogens, Verstehbarkeit, Handhabbarkeit und Bedeutsamkeit abgeleitet. Die Dimensionen in der Originalfassung umfassen 29 Items und in der Kurzfassung 13 Items. Dabei kann eine Einstufung der Personen in Gruppen mit stark und schwach ausgeprägtem Kohärenzgefühl vorgenommen werden (Antonovsky, 1987/1997).

Die *University Sense of Coherence Skala* nach Gräser (2003) basiert unter anderem auf dem SOC von Antonovsky und untersucht das Kohärenzgefühl von Mitarbeitern im Setting Universität. Der University Sense of Coherence kann als umfassendes Verständnis von Vertrauen definiert werden und lässt sich gemäß der drei Kriterien *Verstehbarkeit*, *Bewältigbarkeit* und *Sinnhaftigkeit* auf die Stimuli an einer Hochschule übertragen. Verstehbarkeit im Kontext der Hochschulen beschreibt, dass Einflüsse an der Hochschule als strukturiert, erklär- und vorhersagbar verstanden werden. Bewältigbarkeit umfasst die Ressourcen, welche den Studierenden an der Hochschule zur Verfügung stehen, um stressbezogenen Anforderungen zu begegnen. Sinnhaftigkeit ist das Verständnis, dass jene Anforderungen an der Hochschule Herausforderungen sind, für welche sich das Engagement und die Anstrengungen lohnen (Gräser, 2003). Der U-SOC beschreibt, in wieweit Abläufe an der Universität als verstehbar, Anforderungen als bewältigbar und Aufgabenbereiche als sinnvoll empfunden werden (Brunner et al., 2009).

Die *Students Sense of Coherence Skala* nach Brunner et al. (2009) ist eine Adaption der Kurzversion von Gräser, welche auf Studierende angepasst und aufgrund einer besseren Anpassungsgüte um das Item 4, welches die potentielle Einflussnahme auf die universitären Abläufe abfragt, verkürzt ist. Dabei zeigt sich, dass die adaptierte Version des U-SOC-K ein adäquates Erhebungsinstrument darstellt und dass Unterschiede in den S-SOC-Werten in Abhängigkeit von der Studienrichtung und dem Geschlecht existieren (Brunner et al., 2009).

2.1.1.3 Work-Learn-Life-Balance

Aufgrund veränderter Rollenmodelle und Lebensentwürfe, sowie weitreichender Modifizierungen in der Arbeitswelt, hat die Relevanz des Themas Work-Learn-Life-Balance, also die Vereinbarkeit der Bereiche Arbeit, Lernen und Leben, stark zugenommen. Diese Tendenzen können auf Imbalancen zwischen defizitären Ressourcen und erhöhten Belastungen zurückgeführt und in der Folge als Stress deklariert werden. Gleichzeitig ist die mediale Berichterstattung hinsichtlich negativer psychischer und physischer Folgen aufgrund dieses Ungleichgewichts angestiegen (Josten, 2013). Die Vereinbarung von Erwerbsarbeit, Lernen und Leben betrifft daher insbesondere auch Studierende weiterbildender Studiengänge (Schirmer, 2017).

Berufsbegleitende Studiengänge erstrecken sich über einen langen Zeitraum und der Faktor Zeit ist neben den Ziel- und Rollenvorstellungen von hoher Relevanz. Der intensive Zeitaufwand unterstreicht die Notwendigkeit für berufsbegleitend Studierende, die Bereiche Arbeit, Lernen und Leben miteinander zu vereinbaren. Das Konstrukt der Work-Learn-Life-Balance ergänzt die Work-Life-Balance um den Bereich des selbst organisierten und lebenslangen Lernens. Ziel ist es, unter Beachtung steigender Anforderungen in der Wissensarbeit, eine Balance zwischen Stabilität und Flexibilität zu erreichen (Josten, 2013). Dabei gilt es, ausreichend Zeit und Freiräume für die Lernenden zu schaffen (North, 2013). Aufbauend untersucht Schirmer (2017) temporale Strategien berufsbegleitend Studierender, um die Bereiche Erwerbsarbeit, Lernen und Leben zu vereinbaren. Dabei lässt sich zwischen Strategien durch die Person selbst und Strategien im Kontakt mit anderen Personen, unterscheiden. Erstere umfassen eine klare zeitliche Trennung der Bereiche, der bewusste Verzicht beziehungsweise das Umschreiben von Zeiten, das Nutzen beruflicher Flexibilität und die Ökonomisierung der

Zeitgestaltung. Andere Personen können zudem durch die Zusicherung von sozialer Unterstützung, Delegation, Geben und Nehmen sowie Absprachen die Vereinbarkeit verbessern (Schirmer, 2017).

2.1.1.4 Gesundheitsfördernde Hochschule

Um die Vereinbarkeit von Erwerbstätigkeit, Lernen und Leben zu gewährleisten, greifen einige Hochschulen zu gesundheitsfördernden Maßnahmen. Nach Gräser (2003) gilt es grundlegend zwischen *Gesundheitsförderung in der Hochschule* und *Gesundheitsfördernden Hochschulen* zu unterscheiden. Das Gesamtkonzept der Gesundheitsfördernden Hochschule umfasst ein deutlich größeres Aufgabenspektrum. Dieses lässt sich von der Gesundheitsförderung durch entsprechende Maßnahmen und der jeweiligen Zielsetzung abgrenzen. Während Gesundheitsförderung in der Hochschule spezifische, verhaltensorientierte Maßnahmen aufgrund sektorischer Probleme entwickelt und zum Beispiel Nicht-Raucher-Kurse anbietet, fokussiert sich die Gesundheitsfördernde Hochschule auf verhältnisorientierte Maßnahmen. Verhältnisorientierte Angebote richten sich an alle Gruppen einer Hochschule und sind somit hoch komplex und unspezifisch. Sie sind dennoch individuell angelegt. Jedoch wird hierbei eine nachhaltige Verhaltensmodifikation durch eine Änderung der strukturellen Komponente angestrebt. Die Basis für die Gesundheitsfördernde Hochschule stellt die Theorie der Salutogenese dar, die eine ressourcenorientierte Perspektive impliziert. Eine klare Strukturierung, Regeln, das Vorleben eines Leitbildes, das Kommunizieren einer Gesundheitskultur und der Abschluss von Dienstvereinbarungen können den Rahmen für die Gesundheitsfördernde Hochschulen bilden. Die Intention des Konzeptes der Gesundheitsfördernden Hochschule ist die prozesshafte Ausrichtung der Hochschule als Institution, Gesundheitsthemen mehr zu fokussieren und die Partizipation ihrer Mitglieder daran zu forcieren. Gesundheitsfördernde Hochschulen zeichnen sich durch ihre Vernetzungsstrukturen aus. Diese zeigen sich sowohl innerhalb, als auch außerhalb von Hochschulen. Innerhalb können Runde Tische oder Arbeitskreise organisiert werden. Außerhalb kann auf eine regionale, nationale und internationale Kooperation abgezielt werden. Gesundheitsförderung in Hochschulen und Gesundheitsfördernde Hochschulen schließen sich jedoch nicht aus. Gesundheitsförderung in der Hochschule stellt eine vorgelagerte Stufe dar und kann durchaus zu einer Gesundheitsfördernden Hochschule weiterentwickelt werden (Gräser, 2003).

Die Kriterien einer Gesundheitsfördernden Hochschule beinhalten, dass nach dem Setting-Ansatz gearbeitet und sich an dem Konzept der Salutogenese orientiert wird (TK, 2014). Ein Setting ist ein dauerhafter, alltäglicher und seinen Mitgliedern subjektiv bewusster sozialer Zusammenhang, welcher Einfluss auf die Gesundheit der involvierten Menschen hat. Dieses System zeichnet sich durch die formale Organisation, die gleiche Lebenslage, gemeinsame Präferenzen und Werte sowie die regionale Situation seiner Mitglieder aus. Im Fokus stehen daher die Lebenswelt und deren Rahmenbedingungen, die sich aus Arbeit, Konsum, Lernen und Leben zusammensetzen (Hartung & Rosenbrock, 2015).

Ferner werden gesundheitliche Ressourcen und Bedingungen fokussiert. Die Integration des Konzeptes in die Hochschulpolitik erfolgt anhand von Leitbildern, Zielvereinbarungen, Dienstvereinbarungen oder Führungsleitlinien. Das Verständnis, Gesundheitsförderung als Querschnittsaufgabe bei internen Entscheidungen und Prozessen in Forschung und Lehre zu begreifen, ist ebenfalls ein Charakteristikum der Gesundheitsfördernden Hochschule. Darüber hinaus sollte eine Steuerungsgruppe, die alle relevanten Bereiche der Hochschule vertritt, für gesundheitsbezogene Prozesse und Strukturen verantwortlich sein. Kennzeichnend für eine Gesundheitsfördernde Hochschule ist ferner ein transparentes Informationsmanagement, sowie eindeutige Ziele und Maßnahmen. Letztere basieren auf einer regelmäßigen Gesundheitsberichterstattung. Die Maßnahmen sollen mitwirkend ausgerichtet werden und können sowohl verhaltens- als auch verhältnisorientiert sein. Die Gesundheitsfördernde Hochschule berücksichtigt den Aspekt Nachhaltigkeit und deren soziale, ökonomische, kulturelle, ökologische und globale Facetten. Zudem gehört es zu den Aufgaben einer Gesundheitsfördernden Hochschule, die Gleichstellung von Mann und Frau sowie die Gleichbehandlung von chronisch erkrankten und behinderten Menschen zu fördern. Zudem soll die Vernetzung mit anderen Hochschulen, sowie der Kommune und der Region angestrebt werden. (TK, 2014).

2.1.1.5 Setting: FOM Hochschule für Oekonomie & Management

Im Jahr 1991 wurde die FOM Hochschule für Oekonomie & Management gegründet und 1993 folgte die staatliche Anerkennung (Wissenschaftsrat, 2016). Mittlerweile studieren über 42.500 Menschen an den 29 Hochschulstudienzentren der FOM (Matusiewicz et al., 2017). Die FOM ist deutschlandweit die größte private Fachhochschule und vom Bundesland Nordrhein-Westfalen, befristet für

den Zeitraum 1993 bis 2020, staatlich anerkannt (Wissenschaftsrat, 2016). Ferner erhielt die Hochschule für Oekonomie & Management Akkreditierungen durch die Institutionen Wissenschaftsrat und FIBAA (Wissenschaftsrat, 2016; FIBAA, 2012). Dies unterstreicht den hohen Qualitätsanspruch der Hochschule für Oekonomie & Management, welcher auch im Leitbild der FOM verankert ist. Leitgedanke der Gründung im Jahr 1991 war es, qualifizierten Nachwuchs zu sichern. Dies umfasst zwei Aspekte. Erstens soll Berufstätigen der Anschluss an eine zunehmend akademisierte Arbeitswelt ermöglicht werden, ohne dabei ihre Karriere unterbrechen zu müssen. Zweitens soll durch duale Angebote mittelständischen Unternehmen zu mehr Attraktivität auf dem Arbeitsmarkt verholfen werden. Ferner trägt die Hochschule Mitverantwortung für die Studien- und Lebenssituation ihrer berufsbegleitend Studierenden und bietet daher umfangreiche Beratungs- und Serviceangebote an. Die Grundwerte der Hochschule sind in der FOM Charta zusammengefasst und richten sich an alle Gruppen der Hochschule. Studierende, Lehrende und Mitarbeiter der Lehrkoordination sind dazu angehalten, ihr Verhalten an den Prinzipien Wertschätzung, Mitgestaltung, Integrität, Selbstdisziplin und Verantwortlichkeit zu orientieren (FOM, 2015).

Das Studienangebot der FOM umfasst acht Fachgebiete in 18 Bachelorstudiengängen und 19 Masterstudiengängen. Die Studiengänge sind berufs-, praxis- oder ausbildungsbegleitend konzipiert und können in verschiedenen Zeitmodellen absolviert werden. Bundesweit besuchen 86 Prozent der Studierenden die Abend- und Wochenend-Studienzeitmodelle, 12 Prozent das Tagesmodell, 1,5 Prozent studieren im Blockmodell und 0,3 Prozent in Vollzeit (Wissenschaftsrat, 2016). Je nach Studienort und -beginn bietet die FOM verschiedene Vorlesungszeiten an. Die Vorlesungen des Tagesstudiums finden entweder an zwei Werktagen oder an einem Werktag und samstags von 8:30 Uhr bis 15:45 Uhr statt. Die Vorlesungen des Abendstudiums werden werktags an drei Abenden von 18:00 Uhr bis 21:15 Uhr gehalten. Das Wochenendstudium kann in zwei verschiedenen Modellen besucht werden. Entweder an einem bis drei Abenden werktags pro Woche von 18:00 Uhr bis 21:15 Uhr und an zwei bis drei Samstagen im Monat von 8:30 Uhr bis 15:45 Uhr oder Freitag abends und samstags zu äquivalenten Zeiten. Durchschnittlich beträgt die wöchentliche Vorlesungszeit im Abend- und Abend- und Samstagsstudium in etwa neun Stunden und im Tagesstudium zwölf Stunden. Mit den längeren Vorlesungszeiten im Tagesstudium gehen längere Semesterferien einher (FOM, 2017c).

Die FOM Hochschule weist aufgrund verschiedener Angebote einige Charakteristika von Gesundheitsförderung in der Hochschule auf. Studierende haben die Möglichkeit, an einer regelmäßigen Evaluation in Form einer Studierendenbefragung teilzunehmen, um Bewertungen zu ausgewählten Bereichen, wie beispielsweise Lehre und Prüfung, Modul, Organisation und Beratung und Studienrahmenbedingungen, abzugeben. Die Ergebnisse werden in einem jährlichen Qualitätsbericht der FOM Hochschule veröffentlicht (FOM, 2017d). Darüber hinaus beschäftigt die FOM eine Reihe von Studienberatern, welche sowohl den Studierenden, als auch den Mitarbeitern der Hochschule zur Verfügung stehen (FOM, 2017d).

Des Weiteren beteiligt sich die FOM Hochschule seit dem Jahr 2017 an dem von der Universität Ulm und der Friedrich-Alexander-Universität Nürnberg-Erlangen konzipierten, sowie von der Barmer GEK geförderten Projekt StudiCare (FOM forscht - Wissenschaftsblog der FOM Hochschule, 2017). Das Projekt ist Teil eines globalen Kooperations- und Forschungsvorhabens zur Förderung der psychischen Gesundheit Studierender (Lehrstuhl für Klinische Psychologie und Psychotherapie [KliPs], 2017a). Den Studierenden wird dabei die Möglichkeit geboten, ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden mithilfe von zehn kostenlosen Online-Trainings zu verbessern (FOM forscht - Wissenschaftsblog der FOM Hochschule, 2017). Das Angebot umfasst derzeit 16 unterschiedliche Trainings, die beispielsweise Themen wie Achtsamkeit, Widerstandsfähigkeit, Prüfungsangst und Stress umfassen (KliPs, 2017b). Ferner bietet die FOM München ihren Studierenden am Hochschulzentrum München an, am Zentralen Hochschulsport (ZHS) teilzunehmen (FOM, 2017b). Das Angebot umfasst Sportarten aus verschiedenen Bereichen und bietet derzeit etwa 600 Veranstaltungen pro Semester an (ZHS, n. d.).

2.1.2 Operationalisierung

An die Darstellung der theoretischen Konzeption des Kohärenzgefühls und der FOM als Hochschule mit Eigenschaften von Gesundheitsförderung in der Hochschule, schließt sich nun die Operationalisierung an. Diese gibt durch die Auswahl von Merkmalen und Datenerhebungsinstrumenten vor, wie das Konstrukt Kohärenzgefühl zu messen ist. Ziel ist es dabei, Objekte mit unterschiedlicher Variablenausprägung durch quantitative Messwerte darzustellen. Die Basis einer quantitativen Studie bildet die Ausarbeitung von Zusammenhängen in Form der

theoretisch abgeleiteten Hypothese (Döring & Bortz, 2016). In dieser Arbeit lautet die theoretisch-inhaltliche Hypothese:

*Es gibt Unterschiede in Bezug auf das Kohärenzgefühl in
Abhängigkeit der verschiedenen Zeitmodelle der FOM.*

Die Operationalisierung selbst ist die Auswahl bereits entwickelter oder noch zu entwickelnden standardisierten Messinstrumenten, sodass theoretische Konzepte in messbare Variablen überführt werden können (Döring & Bortz, 2016). Die Messung des settingspezifischen Kohärenzgefühls erfolgt in dieser Forschungsarbeit anhand des S-SOC von Brunner et al. (2009) auf einer siebenstufigen, intervallskalierten Likert-Skala. Die S-SOC Skala ordnet den Ausprägungen der drei Dimensionen Verstehbarkeit, Sinnhaftigkeit und Bewältigbarkeit numerische Werte zu. Die drei Faktoren werden in einem Scoring als ein Gesamtmesswert aufsummiert. Dieser Score bildet das theoretische Konzept des settingspezifischen Kohärenzgefühls quantitativ ab. In empirischer Hinsicht werden die Messwerte für alle Objekte der Stichprobe erhoben und die Beziehungen der Variablen statistisch ausgewertet. In der Folge kann als Ergebnis die Gültigkeit der Hypothesen quantifiziert werden (Döring & Bortz, 2016). Im Rahmen dieser Arbeit entscheidet das Scoring der aufsummierten Mittelwerte der Subskalen je Studienzeitmodelle über die Annahme oder Ablehnung der Hypothese.

2.2 Darstellung der Forschungs- und Untersuchungsplanung

2.2.1 Phasen des empirischen Projektes

Der Prozess eines empirischen, quantitativen Projektes unterteilt sich in neun Phasen, die nacheinander abgearbeitet werden. Zunächst wird ein Forschungsthema ausgewählt. Daraus leitet sich das Forschungsproblem ab. Der aktuelle Forschungsstand, sowie die Theorie bilden die Basis für die Formulierung von Forschungsfragen und -hypothesen (Döring & Bortz, 2016). Thematisch ordnet sich diese Arbeit allgemein in den Bereich der Gesundheitsförderung ein und beschäftigt sich konkret mit dem Kohärenzgefühl berufsbegleitend Studierender der FOM am Hochschulzentrum München. Auf Grundlage bestehender Forschungsergebnisse zum settingspezifischen Kohärenzgefühl nach Gräser (2003) und Brunner et al. (2009) wird der Zusammenhang zwischen den unterschiedlichen Zeitmodellen an der FOM und dem settingspezifischen Kohärenzgefühl untersucht.

Die Basis einer jeden quantitativ-empirischen Studie zur Untersuchung eines Forschungsproblems bildet das Anknüpfen an den aktuellen Forschungsstand und die Vorgabe eines theoretischen Rahmens. Hierfür ist eine umfassende Literaturrecherche essentiell. Das heißt, relevante theoretische Ansätze werden ausgewählt, angepasst und zu einem Theoriemodell formiert. (Döring & Bortz, 2016). Die grundlegende Theorie dieser Arbeit bildet die in Kapitel 2.1 dargestellte wissenschaftliche Einbettung in die Salutogenese. Im Rahmen der Detailbeschreibung des Forschungsgegenstands lassen sich aus den Forschungsergebnissen zum Kohärenzgefühl, dessen Messung, der Work-Learn-Life-Balance und dem Konzept der gesundheitsfördernden Hochschule, hier konkret dem Setting des FOM Hochschulzentrums München, Forschungshypothesen ableiten.

Die Entwicklung des Forschungsdesigns orientiert sich an den neun Klassifikationskriterien für Untersuchungsdesigns (Döring & Bortz, 2016). Hinsichtlich des wissenschaftstheoretischen Ansatzes der Studie wird aufgrund umfangreicher Literatur zu den Themen Salutogenese und Kohärenzgefühl ein quantitatives Design gewählt. Bei der Festlegung auf ein Erkenntnisziel fällt die Wahl auf eine unabhängige anwendungswissenschaftliche Studie, um die Verbesserung von gesundheitsfördernden Maßnahmen im Kontext Hochschule anzustreben. Gegenstand ist eine empirische, systematische Replikationsstudie, da bereits vorhandene quantitative Fragebögen genutzt und an das Setting der FOM angepasst werden. Die Datengrundlage der Studie bildet eine Primäranalyse. Hierbei handelt es sich um einen selbst erhobenen Datensatz, dessen Beschaffenheit genau auf das gewählte Forschungsproblem zugeschnitten ist. Das Erkenntnisinteresse dieser Studie ist explanativer und somit hypothesen- sowie theorieprüfender Natur. Des Weiteren wird hinsichtlich der Bildung und Behandlung der Untersuchungsgruppen eine nicht-experimentelle Studie gewählt. Diese bietet sich vor allem bei Vergleichen von vorgefundenen Gruppen an, welche, wie in dieser Arbeit, nicht aktiv experimentell manipuliert werden. Die Untersuchung wird als Feldstudie in den Räumlichkeiten der FOM Hochschulzentrums in München durchgeführt. Die Untersuchung ist als Querschnittsstudie angelegt, da eine einmalige Messung von genau einer Stichprobe zu einem bestimmten Zeitpunkt stattfindet, bei der Personen hinsichtlich unterschiedlicher Eigenschaften untersucht werden. Das Untersuchungsobjekt bildet eine Gruppenstudie, genauer eine Stichprobenstudie (Döring & Bortz, 2016). Die gewählte Stichprobe umfasst berufsbegleitende Bachelorstudierende der FOM München, welche ihr Studium in einem der drei verschiedenen Zeitmodelle absolvieren.

Die Operationalisierung umfasst die eindeutige Definition der relevanten Merkmale und die Identifikation wichtiger Dimensionen. Daraus leitet sich die Messung der Ausprägungen ab, sodass diese in quantitative Daten überführt werden können. Im Zuge dessen wird das Skalenniveau der Variablen gewählt, welches die statistischen Auswertungsmöglichkeiten der Daten sowie deren Informationsgehalt inkludiert (Döring & Bortz, 2016). Für die Aussagekraft von Studien ist deren Stichprobenziehung entscheidend. Hierbei stehen mit einer Vollerhebung, welche eine gesamte Population untersucht, und einer Stichprobenerhebung, welche einen Ausschnitt der gesamten Population untersucht, zwei Möglichkeiten zur Auswahl. Teilerhebungen sind hinsichtlich ihrer schnelleren Durchführung und Auswertung forschungsökonomisch rentabler als Vollerhebungen (Döring & Bortz, 2016). Unter Berücksichtigung des forschungsökonomischen Aspekts wird für diese Forschungsarbeit eine Stichprobenerhebung gewählt. Die Stichprobenart umfasst das Auswahlverfahren der aus der Population rekrutierten Befragten (Döring & Bortz, 2016). Für diese Arbeit werden die Testpersonen nach einem Quotenstichprobenplan ausgewählt. Der Stichprobenumfang setzt sich aus insgesamt 180 Personen zusammen.

In Abhängigkeit der Operationalisierung erfolgt die Datenerhebung. Die Basis einer quantitativen Datenerhebung bilden standardisierte Erhebungsinstrumente (Döring & Bortz, 2016). Aufgrund der ausgewählten S-SOC Skala werden die Daten anhand einer strukturierten, schriftlichen Befragung erhoben.

Um vollständige, korrekte und kommentierte Datensätze zu erhalten, muss das erhobene Rohdatenmaterial vor der Datenanalyse sorgfältig sortiert, bereinigt und anonymisiert werden (Döring & Bortz, 2016). Dafür werden die Fragebögen geordnet und nummeriert. Die Datenbereinigung dieser Studie erfolgt durch händische Durchsicht. Die Anonymisierung wird aufgrund der Standardisierung des S-SOC, welcher keine Rückschlüsse auf äußerliche Merkmale zulässt, sichergestellt.

Anschließend werden die Daten in Microsoft Excel übertragen und dann in das Statistik Programm SPSS importiert. Da diese Arbeit eine hypothesenprüfende, explanative Studie ist, erfolgt die Analyse anhand eines klassischen Signifikanztests. Um Unterschiede in drei Gruppen zu untersuchen, wird eine einfaktorielle Varianzanalyse (ANOVA) angewandt.

Der empirische Prozess endet mit der Ergebnispräsentation (Döring & Bortz, 2016). Der Ergebnisteil dieser Abschlussarbeit legt den Erkenntnisgewinn offen. Abschließend werden die Ergebnisse kritisch reflektiert.

2.2.2 Messverfahren, Indexbildung und Skalenniveau

Die Auswahl des adäquaten Messverfahrens erfolgt im Rahmen der Operationalisierung. In Bezug auf die Messbarkeit und den theoretischen Gehalt lässt sich zwischen manifesten und latenten Variablen unterscheiden. Erstere sind in ihrer Ausprägung direkt beobachtbar und ihre Bedeutung ist in der Regel bekannt und klar definiert. Bei einer latenten Variablen, beziehungsweise theoretischen Konstrukten hingegen lassen sich die Ausprägungen nicht direkt beobachten und für die theoretische Bedeutung bedarf es zusätzlicher Erklärungen (Döring & Bortz, 2016). Das Zeitmodell, das in seinen drei Ausprägungen Tag, Abend und Wochenende eindeutig ist, kann somit als manifeste Variable betrachtet werden. Das hier untersuchte Kohärenzgefühl entspricht einem theoretischen Konstrukt, das sich aus den Dimensionen Verstehbarkeit, Sinnhaftigkeit und Bewältigbarkeit zusammensetzt, dessen Ausprägungen ohne weitere Erklärungen nicht eindeutig sind.

Beim Verhältnis zwischen theoretischem Konstrukt und Indikator lässt sich zwischen reflektiven und formativen Indikatoren unterscheiden. Beim reflektiven Messmodell bildet das zu messende Konstrukt die Ursache für die Variablenausprägungen. Das formative Messmodell betrachtet das zu messende Konstrukt als die Wirkung oder Folge der Merkmalsausprägungen der Indikatoren. Hierbei wird ein Index formiert, welcher sich aus heterogenen Kennwerten zusammensetzt (Döring & Bortz, 2016). Dieser Arbeit liegt ein formatives Messmodell zugrunde, da die drei Indikatoren in ihrer Summe ursächlich das Kohärenzgefühl bilden.

Um soziale und psychologische Merkmale von Personen, zum Beispiel Einstellungen zu quantifizieren, wird im Rahmen der empirischen Sozialforschung das Intervallskalenniveau verwendet. Im Vergleich zu einer Ordinalskala sind Ausprägungen der Variablen dabei präziser differenzierbar als nur über einen Größer-Kleiner-Zusammenhang. Intervallskalierte psychologische und soziale Merkmale werden häufig anhand einer Ratingskala gemessen. Dabei geben die Untersuchungsteilnehmer Selbstauskünfte über ihren Ausprägungsgrad der jeweils interessierenden Verhaltens- und Erlebensweise (Döring & Bortz, 2016). In der vorliegenden Arbeit erfolgt die quantitative Zuordnung anhand einer solchen Ratingskala. Es handelt sich dabei um eine siebenstufige intervallskalierte Likert-Skala. Die Likert-Skala ist definiert als eine psychometrische Skala, die sich aus mehreren Aussagen zusammensetzt, welche dasselbe Merkmal messen. Der Skalenwert der Likert-Skala ergibt sich schließlich aus der Addition oder den Durchschnittswerten einzelner Ratings (Döring & Bortz, 2016). Hierfür werden

die Ratings der Items der Subskalen Verstehbarkeit, Bewältigbarkeit und Sinnhaftigkeit zu einem Score aufsummiert. Die addierten Werte bilden den S-SOC, anhand dessen die Hypothese geprüft wird.

Die Messung erfolgt über eine unipolare Ratingskala. Das heißt, die Ausprägung der Merkmale wird durch rein positiv gerichtete Ratingskalen gradweise abgestuft dargestellt. Der Aspekt der Skalenstufenanzahl stellt einen strittigen Punkt dar. Eine ungerade Stufenanzahl umfasst eine neutrale Mittelkategorie, welche die Bearbeitung unentschlossener Untersuchungspersonen erleichtert, während sich anhand gerader Stufenanzahlen eine Tendenz ablesen lässt. In der Praxis hat sich gezeigt, dass Stufenanzahlen zwischen fünf und neun, unter dem Aspekt der Psychometrie, die beste Reliabilität und Validität aufweisen (Döring & Bortz, 2016). In dieser Arbeit wird eine ungerade Stufenanzahl mit den Werten 1 - 7 verwendet, wobei 1 für die Aussage trifft überhaupt nicht zu und 7 für die Aussage trifft genau zu steht. Das Ankreuzen des Wertes 4 stellt die indifferente Mitte dar.

Um der Entwicklung von Antworttendenzen entgegenzuwirken, wechseln sich negativ und positiv gepolte Items unregelmäßig ab. Um das Kohärenzgefühl als ein salutogenes und ressourcenorientiertes Konzept zu charakterisieren, werden die meisten Items positiv gepolt. Ferner werden die Items in Hinblick auf die jeweilige Dimension durchmischt (Gräser, 2003). Die Skala wird abschließend in Bezug auf die psychometrischen Gütekriterien überprüft (Döring & Bortz, 2016).

2.2.3 Gewährleistung der Gütekriterien Objektivität, Reliabilität und Validität

Psychometrische Skalen müssen die Gütekriterien der Reliabilität, Validität und Objektivität erfüllen. Die Anwendung etablierter Skalen und Items kann von Vorteil sein, da die Gütemerkmale bereits getestet wurden und die Ergebnisse mit vorherigen Studien verglichen werden können (Döring & Bortz, 2016). Daher können im Folgenden die Gütemerkmale unter Einbezug der Studien von Gräser (2003) und Brunner et al. (2009) bestätigt werden.

Das Gütekriterium Objektivität ist von der Unabhängigkeit der Testergebnisse durch den Testanwender gekennzeichnet. Durch den Einsatz vollstandardisierter Tests ist eine nahezu formvollendete Objektivität erreichbar, da exakte Vorschriften in einem Testmanual beschrieben sind (Döring & Bortz, 2016). Die Arbeiten von Gräser (2003) und Brunner et al. (2009) bilden die Grundlage dieser Forschungsarbeit. Der S-SOC wird als vollstandardisierte Testmethode verstanden.

Daher kann davon abgesehen werden, den Test einer statistischen Prüfung auf Objektivität zu unterziehen.

Die Reliabilität eines Tests wird durch mindestens einen von vier Reliabilitätskoeffizienten bei der Testanwendung oder -entwicklung inhaltlich interpretiert und statistisch geschätzt. Die Reliabilitätskoeffizienten können anhand folgender Methoden ermittelt werden: Testwiederholungs-, Paralleltest- und Testhalbierungs-Reliabilität und interne Konsistenz (Döring & Bortz, 2016). Brunner et al. (2009) betrachten die interne Konsistenz von $\alpha = .813$ bei Gräser (2003) als hinreichend für ihre Analyse. Um die interne Konsistenz zu überprüfen, wird in dieser Arbeit Cronbachs Alpha für den S-SOC anhand aller 13 Items berechnet. Durch einen Cronbachs Alpha Wert von .812 kann angenommen werden, dass die Items reliabel sind (siehe Tabelle 1). Brunner et al. (2009) schließen aufgrund einer höheren Anpassungsgüte Item 4 von weiteren Analysen aus. In dieser Arbeit kann die interne Konsistenz nicht durch Ausschluss einzelner Items erhöht werden. Daher bleiben alle 13 Items bestehen. Gräser (2003) berichtet, dass der U-SOC als Gesamtkonstrukt das Kohärenzgefühl besser erfasst als die Sub-skalen Verstehbarkeit, Sinnhaftigkeit und Bewältigbarkeit. Diese Aussagen werden durch SPSS überprüft und bestätigen ebenfalls eine geringe Reliabilität der Subskalen. Verstehbarkeit weist ein Cronbachs Alpha in Höhe von .630 auf, Sinnhaftigkeit von .639 und Bewältigbarkeit von .589 (siehe Tabelle 1). Aufgrund der unbefriedigenden Zuverlässigkeit der Subskalen sind deren Ergebnisse nur bedingt interpretierbar. Daher liegt der Fokus hinsichtlich der Interpretation und Diskussion der erhaltenen Ergebnisse dieser Arbeit auf dem S-SOC als Gesamtkonstrukt und der einzelnen Items.

Tabelle 1: Reliabilitätsstatistiken S-SOC und Subskalen

	Cronbachs Alpha	Cronbachs Alpha für standardi- sierte Items	Anzahl der Items
S-SOC	,812	,819	13
Verstehbarkeit	,630	,649	4
Sinnhaftigkeit	,639	,652	5
Bewältigbarkeit	,589	,599	4

Quelle: Eigene Darstellung.

Die Validität gibt Auskunft, ob der Testwert tatsächlich das Merkmal misst, das es zu messen beansprucht. Eine hohe Validität setzt eine hohe Reliabilität voraus, da Messfehler beim Testwert eine korrekte Erfassung des Zielkonstrukts unmöglich machen. Innerhalb der Validität lässt sich zwischen vier Typen unterscheiden: Konstruktvalidität, interne Validität, externe Validität und statistische Validität (Döring & Bortz, 2016). Um die Konstruktvalidität zu bestimmen, wird die Korrelationsmethode verwendet. Ziel ist es dabei, die Items hinsichtlich ihrer Beziehungen untereinander und in Relation zum theoretischen Konstrukt zu überprüfen (Döring & Bortz, 2016). Gräser (2003) stellt dabei fest, dass es sich aufgrund der korrelationsstatistischen Ergebnisse bei dem universitären Kohärenzgefühl um ein autonomes Konstrukt handelt. Zudem kann die Konstruktvalidität über die Analyse interindividueller Unterschiede, das heißt Unterschiede in den untersuchten Gruppen, interpretiert werden. Dabei zeigt sich, dass der U-SOC für die Differenzierung geeignet ist, um Unterschiede im Gesamtscore und den einzelnen Komponenten aufzuzeigen (Belschner et al., 2002). Brunner et al. (2009) führen eine Faktorenanalyse durch, welche die Mehrdimensionalität der S-SOC-Skala belegt. Hierbei werden für die Subskalen Verstehbarkeit, Sinnhaftigkeit und Bewältigbarkeit, die hinsichtlich ihrer Items ähnliche Faktorladungen aufweisen, weitere Berechnungen durchgeführt. Lediglich Item 5, das Ausmaß an Routine, führt bei Studierenden im Vergleich zu universitären Mitarbeitern zu Sinnhaftigkeit (Brunner et al., 2009). Aufgrund dieser Ergebnisse wird die Validität des Tests als gegeben angenommen. Wegen der besseren Passung der zu untersuchenden Personengruppen wird Item 5 ebenfalls positiv gepolt.

2.2.4 Auswahlverfahren

Hinsichtlich der Stichprobenkonstruktion sind zudem Aussagen über die Art und den Umfang der Stichprobe zu treffen. Die Stichprobenart beschreibt das Auswahlverfahren der aus der Population rekrutierten Personen. Die Zielpopulation beschreibt die Gesamtmenge aller Personen, über die innerhalb der quantitativen Studie wissenschaftliche Erkenntnisse gewonnen werden sollen. Stichproben können entweder probabilistisch oder nicht-probabilistisch ausgerichtet sein. Nicht-probabilistische Auswahlverfahren unterteilen sich in eine absichtsvolle oder willkürliche Auswahl. Im Rahmen der bewussten Auswahl werden bestimmte Elemente der Grundgesamtheit extrahiert, beispielsweise durch eine Quotenstichprobe. Dabei wird eine bestimmte Anzahl von Personen der Population befragt, die bestimmte Merkmale aus dem Quotenplan aufweisen sollen. Meist werden dafür soziodemographische Merkmale als Quotierungskriterien festgelegt.

Ziel ist es, dass die Stichprobenergebnisse in Bezug auf das Forschungsthema besser zu den Populationsverhältnissen passen als bei einer Gelegenheitsstichprobe (Döring & Bortz, 2016). Unter Stichprobenumfang sind alle Personen einer Stichprobe zu verstehen. Mit steigendem Umfang der Stichprobe nimmt auch die Aussagekraft der Studie zu. Damit keine mehrdeutigen statistischen Ergebnisse resultieren, muss die Untersuchungsplanung den optimalen Stichprobenumfang berücksichtigen. Der optimale Stichprobenumfang gibt an, welchen Mindestumfang eine Stichprobe haben muss, damit ein Effekt von über 80 Prozent Teststärke ermittelt werden kann. Die Ermittlung erfolgt vor der tatsächlichen Datenerhebung. Von der untersuchten Gruppenanzahl wird der Wert 1 abgezogen woraus der Zählerfreiheitsgrad df resultiert (Döring & Bortz, 2016). Bei der vorliegenden Untersuchung handelt es sich um einen zweiseitigen Test einer einfaktoriellen Varianzanalyse mit zwei Zählerfreiheitsgraden. Um eine mittlere Effektstärke in Höhe von $\eta^2 = .06$ bis $.14$ nachzuweisen, liegt der optimale Stichprobenumfang bei 52 Testpersonen pro Gruppe (Cohen, 1988; 1992).

Untersuchungsgegenstand dieser Arbeit ist das settingspezifische Kohärenzgefühl. Dafür erfolgt die Stichprobenziehung anhand eines nicht-zufälligen, absichtsvollen Quotenplans. Der Quotenplan beinhaltet die gezielte Befragung von je 52 Studierenden pro Zeitmodell. Für die Gruppen werden spezifische Charakteristika festgelegt. Die Befragten studieren am FOM Hochschulzentrum München und sind mindestens im dritten Fachsemester des Bachelorstudiengangs Betriebswirtschaft & Wirtschaftspsychologie. Der Studiengang wird aufgrund einer ausreichend hohen Teilnehmeranzahl gewählt. Das Kriterium des fortgeschrittenen Semesters befähigt ferner zu einer angemessenen Beurteilung des hochschulspezifischen Kohärenzgefühls.

2.3 Beschreibung des Erhebungsablaufs

2.3.1 Vorbereitung

Im Rahmen nicht-probabilistischer Stichproben wird überwiegend mithilfe vollstandardisierter Fragebögen gearbeitet. Die vollstrukturierte schriftliche Befragung im quantitativen Forschungsansatz umfasst hauptsächlich geschlossene Fragen oder Aussagen mit Antwortvorgaben. Ein standardisiertes Fragebogeninstrument wird in zwei Schritten konstruiert. Da es sich um die Adaption eines bestehenden Fragebogens handelt, entfallen die beiden Schritte der Entwicklung eines Grob- und Feinkonzepts. Kann ein standardisierter Fragebogen nicht direkt aus der Literatur übernommen werden, so müssen umfangreiche Pre-Tests auf

allen Stufen der Befragung stattfinden. Mittels der Pre-Tests lassen sich mögliche Probleme bei der Beantwortung des Fragebogens identifizieren und das Instrument kann dahingehend verbessert werden (Döring & Bortz, 2016). Da mit dem S-SOC ein bestehender und bereits getesteter Fragebogen adaptiert wird, werden die vorhandenen Erkenntnisse durchgeführter Pre-Tests als hinreichend angenommen. Die Rekrutierung der ausgewählten Personengruppen erfolgt über E-Mail-Anfragen an sechs verschiedene ProfessorInnen und DozentInnen des Studiengangs Betriebswirtschaft & Wirtschaftspsychologie der FOM. Bei der Auswahl der Veranstaltungen wird darauf geachtet, dass keine teilnehmende Person den Fragebogen zweimal ausfüllt.

2.3.2 Erhebungsphasen

Quantitative Fragebögen können sich in ihrer Art und Verbreitung unterscheiden. In Gruppensituationen findet die Erhebung meist mittels eines Paper-Pencil-Fragebogens statt. Das heißt, der Fragebogen ist ausgedruckt vorhanden und wird händisch ausgefüllt. Anschließend folgt die elektronische Erfassung der Daten (Döring & Bortz, 2016). Bei der S-SOC-Skala handelt es sich aufgrund der Bewertung von abgeschlossenen Aussagen auf einer siebenstufigen Likert-Skala um einen vollstandardisierten Fragebogen. Der Verbreitungsweg des Fragebogens erfolgt nach dem Paper-Pencil-System, da sich Hochschulveranstaltungen, wie zum Beispiel Vorlesungen, den Face-to-Face Gruppensituationen zuordnen lassen. Das bedeutet, dass der Versuchsleiter neben dem Verteilen und Einsammeln der Fragebögen, den Studierenden das interessierende Thema vor Bearbeitungsbeginn erläutert und während der Bearbeitungszeit zur Verfügung steht, um aufkommende Fragen zu beantworten. Ferner werden die Studierenden darauf aufmerksam gemacht, dass keine doppelte Teilnahme an der Erhebung möglich ist.

Bei der Erhebung per Paper-Pencil-Fragebogen in einer Gruppensituation ergeben sich einige Vorteile. Die Anwesenheit der anderen Testpersonen erleichtert es den Befragten, sich auf diese Tätigkeit zu konzentrieren. Das Einsammeln der ausgefüllten Bögen vor Ort ermöglicht eine Rücklaufquote von nahezu einhundert Prozent. Um Effekte der sozialen Erwünschtheit zu vermeiden und den Datenschutz zu gewährleisten, werden die Befragten gebeten, die Fragebögen eigenständig auszufüllen (Döring & Bortz, 2016).

Insgesamt werden sieben Vorlesungen für die Erhebung ausgewählt. Die Erhebung erfolgte im Zeitraum vom 03.11.2017 bis 14.11.2017. Wichtig ist hierbei,

dass der Zeitraum nur wenige Tage beträgt, damit ähnliche Rahmenbedingungen hinsichtlich des Zeitpunkts im laufenden Semester gegeben sind.

2.3.3 Aufbereitungsphase

Auf Basis der aus der Erhebungsdurchführung gewonnenen Daten erfolgt die Aufbereitung dieser. Diese hat zum Ziel, die Datenqualität zu erhöhen, die Aussagekraft der Daten zu steigern, eine bessere Wieder- und Verwendbarkeit gewährleisten zu können sowie die inhaltliche Datenanalyse vorzubereiten. Um strukturierte Datensätze zu erhalten, werden die Rohdaten zu Beginn sortiert, zugeordnet, digitalisiert und formatiert. Im Anschluss werden die Datensätze um Metainformationen, wie beispielsweise das Erhebungsdatum, ergänzt und die Variablen mit numerischen Werten gekennzeichnet. Nachfolgend werden die Datensätze anonymisiert. Schließlich werden die Daten bereinigt. Dieser Schritt umfasst das Identifizieren und Korrigieren von zweifel- beziehungsweise fehlerhaften numerischen Werten, die beispielsweise außerhalb eines bestimmten Wertebereichs liegen. Des Weiteren inkludiert dieser Schritt das Eliminieren von doppelten Daten und einen adäquaten Umgang mit Lücken innerhalb der Datensätze. Dies kann zum Beispiel durch Nacherhebungen, Kennzeichnung oder Austausch von fehlenden Werten mittels statistischer Verfahren ermittelter Schätzwerte erfolgen. Abschließend werden die quantitativen Variablen im Zuge der Datentransformation umgepolt und zusammengefasst (Döring & Bortz, 2016).

2.4. Erhebungsergebnisse

2.4.1. Aufbereitung der Daten

Nach Ende der Erhebungsphase werden die Fragebögen nach gewähltem Zeitmodell sortiert und nummeriert, um einen Überblick über die Anzahl der bearbeiteten Fragebögen je Untersuchungsgruppe zu erhalten. Im Anschluss werden die Fragebogendaten in eine Datenmatrix in Microsoft Excel übertragen. Den Daten werden numerische Messwerte zugeordnet, um die unterschiedlichen Ausprägungen der Variable des settingspezifischen Kohärenzgefühls darzustellen. Die Spalten der Tabelle untergliedern sich in Daten des Untersuchungsdesigns (Fragebogennummer, Untersuchungsgruppe-Dozent, Untersuchungsort, Untersuchungszeit), getestete Items (Frage eins bis 13, Alter, Geschlecht, Studienzeitmodell, Semester, Arbeitszeitmodell, Studiengang), Zwischenwerte (Score der Dimensionen des S-SOC: Verstehbarkeit; Sinnhaftigkeit; Bewältigbarkeit) und

den Gesamtscore. Jede Zeile repräsentiert eine Untersuchungseinheit und bildet numerisch die jeweiligen Ausprägungen der Variablen ab. Anschließend werden die Daten von Microsoft Excel in das Statistik Programm SPSS importiert. Die Anonymität der Teilnehmer kann durch die Standardisierung des S-SOC Fragebogen gewährleistet werden. Zusätzlich wird mittels Durchsicht der Vorlesungslisten der jeweiligen Module über den Online Campus sichergestellt, dass die Teilnehmer der datenerhebenden Person unbekannt sind. Im Zuge der Datenbereinigung werden 24 Fragebögen der insgesamt 180 Teilnehmer aufgrund fehlerhafter oder unvollständiger Bearbeitung von der weiteren Analyse ausgeschlossen. Der Schritt der Datentransformation liegt in dieser Erhebung in der Umpolung von den vier negativen Items und wird während der Dateneingabe in Microsoft Excel durchgeführt.

2.4.2 Deskriptive und inferenzstatistische Auswertung

Die quantitative Analyse wertet numerische Daten im Hinblick auf das Forschungsproblem statistisch aus. Dabei lässt sich zwischen deskriptiven und inferenzstatistischen Verfahren unterscheiden. Die Deskriptivstatistik trägt Stichprobendaten zusammen und kann durch Tabellen und Grafiken visualisiert werden. Mittels der Inferenzstatistik lassen sich Rückschlüsse von einer Stichprobe auf die Population schließen. Die Wahl für ein statistisches Verfahren hängt vom Erkenntnisinteresse der Studie ab. (Döring & Bortz, 2016). Da eine Unterschiedshypothese überprüft wird, führt das Erkenntnisinteresse der vorliegenden Arbeit zu einem inferenzstatistischen Verfahren. Der finale Datensatz zählt insgesamt 156 auswertbare Fragebögen. Diese werden von 122 (78 Prozent) weiblichen und 34 (22 Prozent) männlichen Teilnehmern bearbeitet (siehe Tabelle 2). Das Durchschnittsalter der Studierenden beträgt 26.66 Jahre ($SD = 5.45$). Die jüngste Versuchsperson ist 19 Jahre alt und die älteste 49 Jahre alt (siehe Tabelle 3). 52 (33 Prozent) Teilnehmer studieren im Tagesmodell. Im Abendmodell studieren 51 (33 Prozent) Teilnehmer. Das Zeitmodell Wochenende wird von 53 (34 Prozent) Teilnehmern besucht (siehe Tabelle 4).

Tabelle 2: Häufigkeiten Geschlecht

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozente	Kumulierte Prozente
Gültig	männlich	34	21,8	21,8	21,8
	weiblich	122	78,2	78,2	100,0
	Gesamt	156	100,0	100,0	

Quelle: Eigene Darstellung.

Tabelle 3: Deskriptive Statistik Alter

		N	Minimum	Maximum	Mittelwert	Standardabweichung
Alter		156	19	49	26,66	5,452
Gültige Werte	(Listenweise)	156				

Quelle: Eigene Darstellung.

Tabelle 4: Häufigkeiten Studienzeitmodell

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozente	Kumulierte Prozente
Gültig	Tag	52	33,3	33,3	33,3
	Abend	51	32,7	32,7	66,0
	Wochenende	53	34,0	34,0	100,0
	Gesamt	156	100,0	100,0	

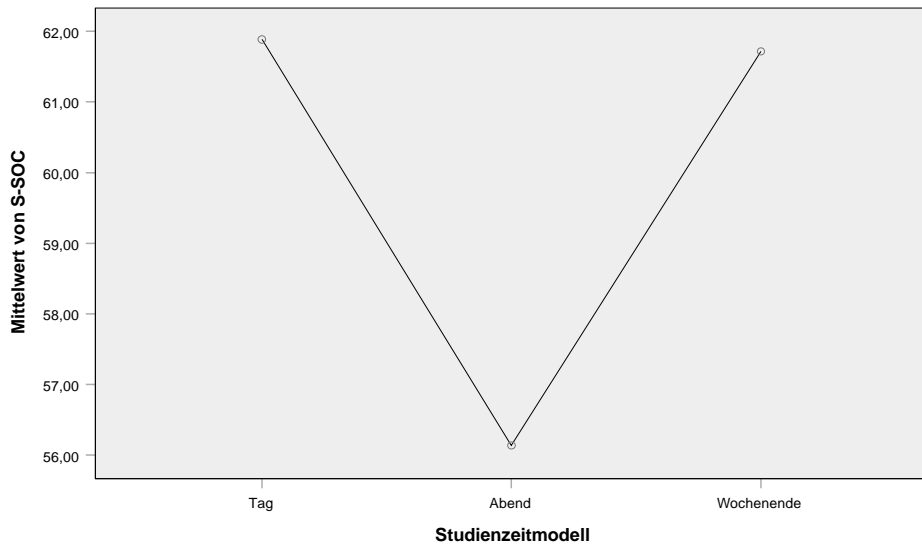
Quelle: Eigene Darstellung.

Der Mittelwert des S-SOC aller 156 Teilnehmer über alle Studienzeitmodelle hinweg beträgt 59.95 (SD = 9.33). Der durchschnittliche S-SOC Wert der Teilnehmer des Studienzeitmodells Tag beträgt 61.89 (SD = 9.42), der des Studienzeitmodells Abend 56.14 (SD = 8.84) und jener des Zeitmodells Wochenende 61.72 (SD = 8.74) (siehe Tabelle 5 & Abbildung 1). Es lässt sich bereits eine Tendenz dahingehend erkennen, dass der durchschnittliche S-SOC-Wert der Studierenden des Zeitmodells Abend unter dem S-SOC-Gesamt Mittelwert und den Werten der Modelle Tag und Wochenende liegt.

Tabelle 5: Deskriptive Statistik S-SOC und Studienzeitmodell

Studienzeitmodell	Mittelwert	Standardabweichung	N
Tag	61,8846	9,42390	52
Abend	56,1373	8,83860	51
Wochenende	61,7170	8,73626	53
Gesamt	59,9487	9,33450	156

Quelle: Eigene Darstellung.

Abbildung 1: S-SOC der Studienzeitmodelle

Quelle: Eigene Darstellung.

Um die Differenz zwischen den Stichprobenmittelwerten zu untersuchen, wird ein klassischer Signifikanztest durchgeführt. Dem klassischen Signifikanztest liegt ein Hypothesenpaar, bestehend aus Forschungs- und Nullhypothese, zugrunde. Die Forschungshypothese H1 gibt den erwarteten Effekt an. Die entsprechende Nullhypothese H0 negiert diesen Effekt und behauptet, dass kein Effekt auftritt (Döring & Bortz, 2016). In dieser Arbeit unterstellt die Forschungshypothese einen Unterschied in den Gesamtscores für das Kohärenzgefühl in Abhängigkeit der jeweiligen Zeitmodelle. Sofern die Ergebnisse nicht signifikant sind, wird die Nullhypothese bestätigt. Ein Ergebnis gilt hingegen als statistisch signifikant, wenn die Annahme der Gültigkeit der H0 kleiner als das Signifikanzniveau Alpha $\alpha < .05$ ist. Folglich kann die Nullhypothese gemäß dem Kritischen Rationalismus verworfen und die Forschungshypothese vorläufig bestätigt werden. Die praktische Relevanz eines solchen Effekts wird anhand seiner Effektstärke diskutiert (Döring & Bortz, 2016).

Die nominale unabhängige Variable stellt das Studienzeitmodell ($N = 156$) mit seinen drei Ausprägungen Tag ($n = 52$), Abend ($n = 51$) und Wochenende ($n = 53$) dar (siehe Tabelle 5). Die abhängige Variable dieser Forschungsarbeit ist der

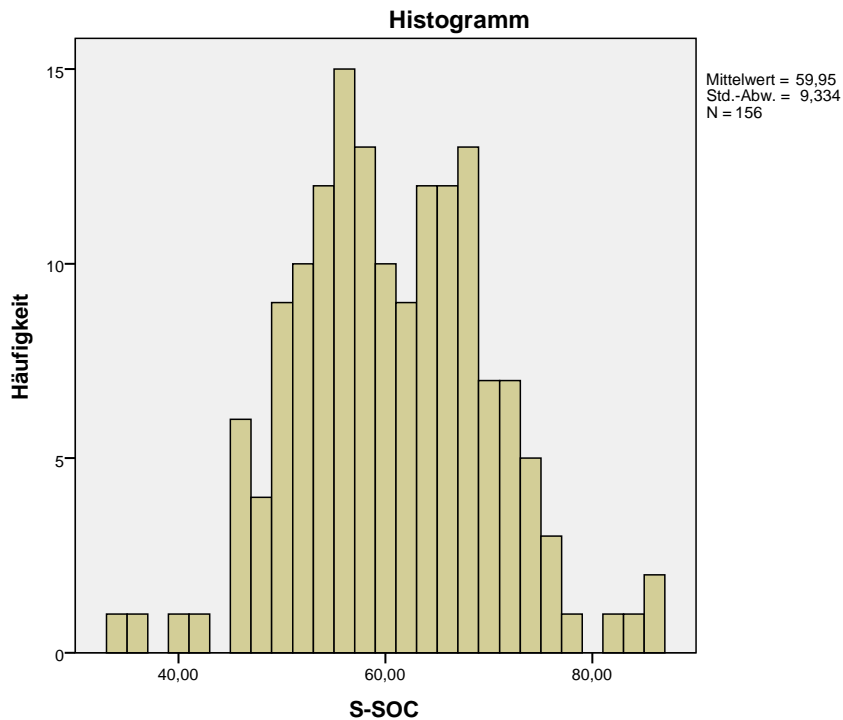
S-SOC-Score. Die Ausprägungen des S-SOC und seiner Subskalen sind metrisch und somit intervallskaliert. Die Überprüfung der aufgestellten Hypothese erfolgt aufgrund der Skalierung der Variablen anhand einer einfaktorischen Varianzanalyse. Diese testet, ob sich die Mittelwerte des settingspezifischen Kohärenzgefühls, abhängig vom gewählten Studienzeitmodell der berufsbegleitenden Studierenden, unterscheiden. Des Weiteren besteht die Möglichkeit, die Gruppenmittelwerte paarweise zu vergleichen. Schließlich lassen sich inferenzstatistische Vergleiche abbilden (Döring & Bortz, 2016).

Vor der Durchführung einer einfaktorischen Varianzanalyse müssen die Voraussetzungen bezüglich Normalverteilung, Varianzhomogenität und Unabhängigkeit zwischen den Messwerten geprüft werden (Rasch, Friese, Hofmann & Naumann, 2010). Ergänzend wird der Datensatz auf Ausreißer überprüft. Die Überprüfung auf Normalverteilung des S-SOC-Gesamt wird mittels des Shapiro-Wilk-Tests durchgeführt, da dieser eine deutlich höhere statistische Power als der Kolmogorov-Smirnov-Test aufweist (Razali & Wah, 2011; Steinskog, Tjøstheim & Kvamstø, 2007). Der Signifikanzwert des S-SOC, bezogen auf die gesamte Stichprobe, weist mit einem Wert von ,440 einen höheren Wert als das Signifikanzniveau von ,05 auf ($p > ,05$) (siehe Tabelle 6). Somit kann darauf geschlossen werden, dass eine Normalverteilung vorliegt und die Nullhypothese weiterhin angenommen werden kann. Dies wird auch bei Betrachtung des Histogramms ersichtlich (siehe Abbildung 2).

Tabelle 6: Shapiro-Wilk-Test auf Normalverteilung S-SOC

	Shapiro-Wilk		
	Statistik	df	Signifikanz
S-SOC	,991	156	,440

Quelle: Eigene Darstellung.

Abbildung 2: Histogramm Normalverteilung S-SOC

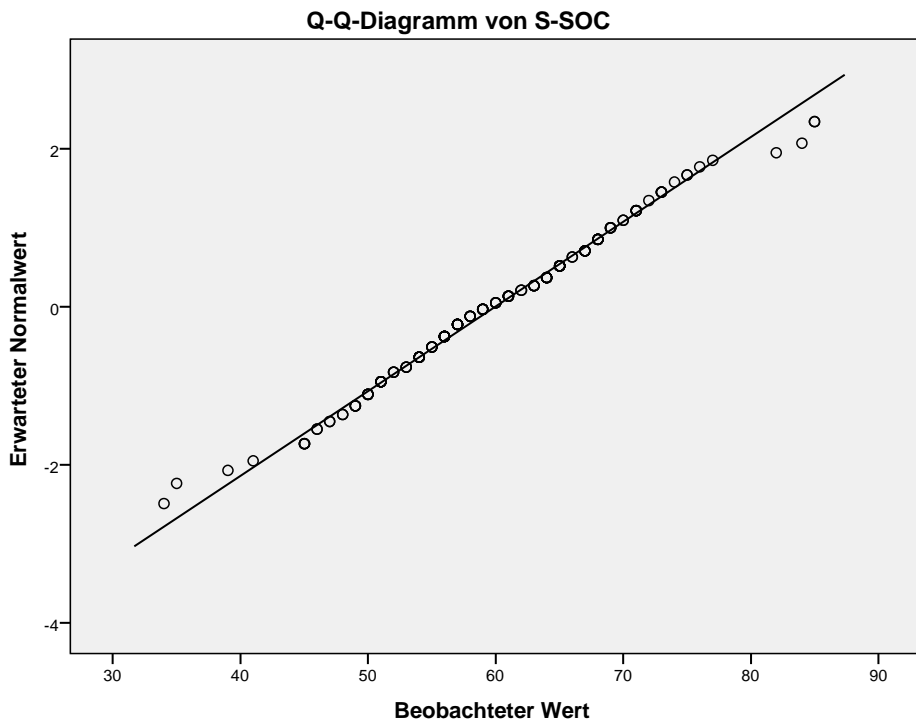
Quelle: Eigene Darstellung.

Die Varianzhomogenität beziehungsweise die Homoskedastizität wird mittels des Levene-Tests überprüft. Der ermittelte Wert des S-SOC beträgt $p = .421$, der der Subskalen Verstehbarkeit bei $p = .667$, Sinnhaftigkeit $p = .182$ und Bewältigbarkeit $p = .223$ (siehe Tabelle 7). Alle Werte liegen über dem Signifikanzniveau von $.05$ (Levene-Test, $p > .05$). Daraus folgt, dass sich die Varianzen nicht unterscheiden und somit Varianzhomogenität angenommen werden kann. Die Bestätigung der Varianzhomogenität kann zusätzlich aus dem Q-Q-Diagramm abgelesen werden (siehe Abbildung 3).

Tabelle 7: Levene-Test Varianzhomogenität S-SOC

	Levene-Statistik	df1	df2	Signifikanz
S-SOC	,870	2	153	,421
Verstehbarkeit	,406	2	153	,667
Sinnhaftigkeit	1,724	2	153	,182
Bewältigbarkeit	1,517	2	153	,223

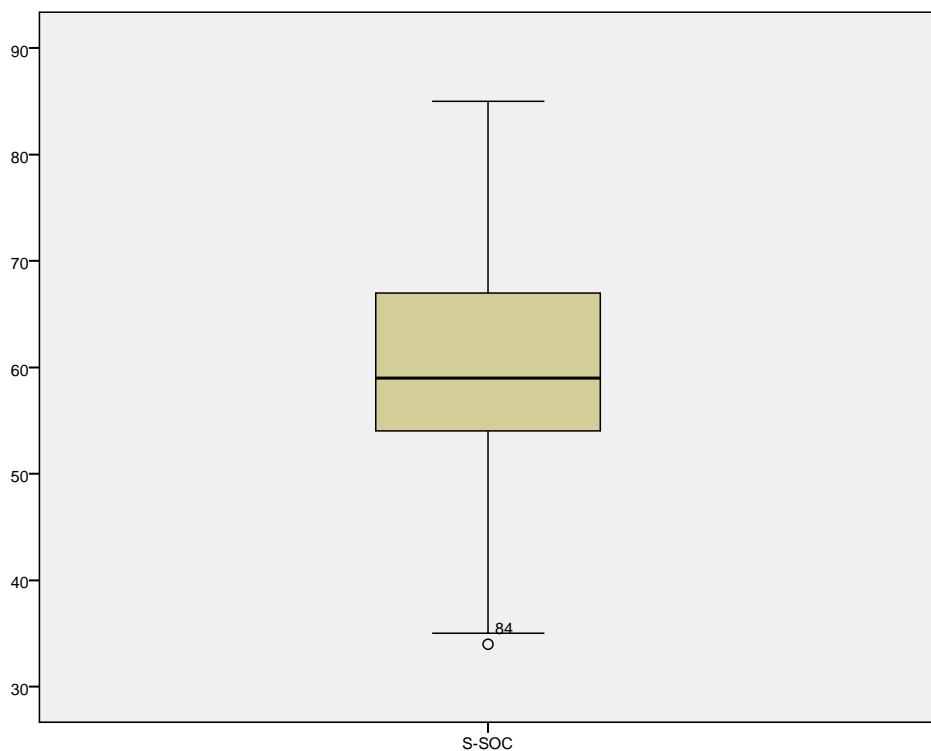
Quelle: Eigene Darstellung.

Abbildung 3: Q-Q-Diagramm S-SOC

Quelle: Eigene Darstellung.

Die Unabhängigkeit zwischen den Messwerten wird durch Ausschluss von doppelten Teilnahmen an der Erhebung sichergestellt. Der Datensatz wird anhand der Prüfung eines Boxplots auf Ausreißer getestet. Bei Betrachtung des Boxplots des S-SOC-Gesamt kann ein Ausreißer identifiziert werden (siehe Abbildung 4). Aufgrund der geringen Anzahl und der Schwäche des Ausreißers wird dieser von der weiteren Analyse nicht ausgeschlossen. Somit sind alle Voraussetzungen für eine einfaktorische Varianzanalyse erfüllt.

Abbildung 4: Boxplot S-SOC



Quelle: Eigene Darstellung.

Des Weiteren werden die Determinanten der Varianzanalyse betrachtet. Diese umfassen das Signifikanzniveau α , die Teststärke $1-\beta$ beziehungsweise die β -Fehlerwahrscheinlichkeit, den Stichprobenumfang N und die Effektgröße η^2 . Die von SPSS berechnete Effektgröße des partiellen-Eta-Quadrats beschreibt den Anteil der durch einen Faktor erklärten Varianz in einer Stichprobe (Rasch et al.,

2010). Die Effektgröße η^2 der S-SOC-Gesamtskala beträgt $\eta^2 = .082$ (siehe Tabelle 8). Dies bedeutet, es kann ein mittelgroßer Effekt identifiziert werden.

Tabelle 8: Tests der Zwischensubjekteffekte S-SOC

Quelle	Quadratsumme vom Typ III	Df	Mittel der Quadrate	F	Sig.	Partielles Eta-Quadrat	Dezent. Parameter	Beobachtete Schärfe ^b
Korrigiertes Modell	1101,488 ^a	2	550,744	6,793	,001	,082	13,586	,915
Konstanter Term	559833,538	1	559833,538	6905,339	,000	,978	6905,339	1,000
Studienzeitmodell	1101,488	2	550,744	6,793	,001	,082	13,586	,915
Fehler	12404,102	153	81,073					
Gesamt	574146,000	156						
Korrigierte Gesamtvarianz	13505,590	155						
<i>Anmerkungen.</i> a. R-Quadrat = ,082 (korrigiertes R-Quadrat = ,070)								
b. Unter Verwendung von Alpha = ,05 berechnet								

Quelle: Eigene Darstellung.

Die Teststärke $1-\beta$ ist die Wahrscheinlichkeit, anhand eines statistisch signifikanten Ergebnisses eines Signifikanztests, einen in der Population tatsächlich vorhandenen Effekt bestimmter Größe aufzudecken (Rasch et al., 2010). Nach Cohen (1988) wird eine Teststärke von 80 Prozent oder mehr vorausgesetzt. Umgekehrt bedeutet dies, dass eine Fehlerwahrscheinlichkeit, die Nullhypothese fälschlicherweise anzunehmen beziehungsweise die Forschungshypothese fälschlicherweise abzulehnen in Höhe von 20 Prozent akzeptiert wird (Döring & Bortz, 2016). Die Teststärke für den S-SOC-Gesamt Wert beträgt ,915 (siehe Tabelle 8).

Die Ergebnisse der einfaktoriellen Varianzanalyse sind durchweg signifikant. Der S-SOC Score weist einen Gesamtwert in Höhe von $p = .001$ auf. Das Niveau der Subskalen liegt bei Verstehbarkeit bei $p = .001$, bei Sinnhaftigkeit bei $p = .013$ und bei Bewältigbarkeit bei $p = .043$ (siehe Tabelle 9). Damit liegen alle unter dem Signifikanzniveau von $.05$ ($p < .05$). Der Wert des S-SOC-Gesamt unterscheidet sich statistisch signifikant für die drei verschiedenen Zeitmodelle, $F(2, 153) = 6.79$, $p < .05$ (siehe Tabelle 9). Somit kann die Nullhypothese abgelehnt und die in H1 getätigte Annahme angenommen werden. Das heißt, die drei Gruppen der Grundgesamtheit unterscheiden sich im durchschnittlichen Mittelwert ihres Kohärenzgefühls signifikant. Ferner können die signifikanten Unterschiede über die Subskalen hinweg bestätigt werden. Zusammenfassend kann festgestellt werden, dass die Wahrscheinlichkeit, einen Effekt dieser Größe von $\eta^2 = .082$ mit $N = 156$ ($M = 59.95$, $SD = 9.33$) Personen, aufgeteilt in die drei Gruppen Tag $n = 51$ ($M = 61.89$, $SD = 9.42$), Abend $n = 52$ ($M = 56.14$, $SD = 8.84$) und Wochenende $n = 53$ ($M = 61.72$, $SD = 8.74$) Teilnehmern auf einem Signifikanzniveau von 5 Prozent zu identifizieren, mindestens 91.5 Prozent beträgt, $F(2, 153) = 6.79$, $p < .05$, $\eta^2 = .082$ (siehe Tabellen 5 & 8).

Tabelle 9: Einfaktorielle Varianzanalyse S-SOC und Subskalen

		Quadrat- summe	df	Mittel der Quadrate	F	Signifi- kanz
S-SOC	Zwischen den Gruppen	1101,488	2	550,744	6,793	,001
	Innerhalb der Gruppen	12404,102	153	81,073		
	Gesamt	13505,590	155			
Verstehbarkeit	Zwischen den Gruppen	178,857	2	89,429	7,628	,001
	Innerhalb der Gruppen	1793,733	153	11,724		
	Gesamt	1972,590	155			
Sinnhaftigkeit	Zwischen den Gruppen	143,525	2	71,762	4,450	,013
	Innerhalb der Gruppen	2467,315	153	16,126		
	Gesamt	2610,840	155			
Bewältigbarkeit	Zwischen den Gruppen	77,163	2	38,582	3,206	,043
	Innerhalb der Gruppen	1841,010	153	12,033		
	Gesamt	1918,173	155			

Quelle: Eigene Darstellung.

Um Aussagen darüber treffen zu können, zwischen welchen Gruppen ein Unterschied besteht, wird der Tukey-Kramer Post-hoc Test verwendet. Dieser wird aufgrund der vorliegenden Varianzhomogenität und der unterschiedlichen Fallzahlen gewählt. Der Tukey-Kramer Post-hoc Test zeigt signifikante Unterschiede in den S-SOC Werten zwischen den Gruppen Tag und Abend $p = .004$ ($p < .05$), (-5.75, 95 Prozent-*CI* [-9.95, -1.55]) und zwischen den Gruppen Wochenende und Abend $p = .005$ ($p < .05$), (-5.58, 95 Prozent-*CI* [-9.76, -1.40]) auf. Insofern wird die Vermutung nur teilweise bestätigt, da die Gruppen Tag und Wochenende sich nicht signifikant unterscheiden $p = .995$ (siehe Tabelle 10).

Tabelle 10: Tukey-Kramer Post-hoc Test S-SOC Studienzeitmodelle

(I)Studienzeitmodell	(J)Studienzeitmodell	Mittlere Differenz (I-J)	Standardfehler	Sig.	95 Prozent-Konfidenzintervall	
					Untergrenze	Obergrenze
Tag	Abend	5,7474*	1,77447	,004	1,5476	9,9471
	Wochenende	,1676	1,75749	,995	-3,9919	4,3272
Abend	Tag	-5,7474*	1,77447	,004	-9,9471	-1,5476
	Wochenende	-5,5797*	1,76616	,005	-9,7598	-1,3997
Wochenende	Tag	-,1676	1,75749	,995	-4,3272	3,9919
	Abend	5,5797*	1,76616	,005	1,3997	9,7598

Anmerkungen. Grundlage: beobachtete Mittelwerte. Der Fehlerterm ist Mittel der Quadrate(Fehler) = 81,073. * Die mittlere Differenz ist auf dem ,05-Niveau signifikant.

Quelle: Eigene Darstellung.

Aus der Literatur zeichnet sich eine Tendenz dahingehend ab, dass Männer durchschnittlich einen höheren SOC-Wert aufweisen als Frauen (Singer & Brähler, 2007). Dies bestätigte sich auch in den Studien von Gräser (2003) und von Brunner et al. (2009). Um zu überprüfen, ob diese Tendenz auch auf die vorliegende Stichprobe zutrifft, wird der S-SOC-Gesamt in Abhängigkeit vom Geschlecht untersucht. Männliche Teilnehmer weisen einen S-SOC Mittelwert in Höhe von 61.68 ($SD = 10.33$) auf. Der Durchschnittswert der Frauen liegt bei 59.47 ($SD = 9.02$) (siehe Tabelle 11). Die Durchführung eines t-Tests mit SPSS ergibt, entgegen der bestehenden Literatur, dass kein statistisch signifikanter Unterschied zwischen den S-SOC-Werten von Männern und Frauen vorliegt, $t(154) = 1.22$, $p = .223$ (siehe Tabelle 12).

Tabelle 11: Deskriptive Statistik S-SOC Geschlecht

S-SOC	Geschlecht	N	Mittelwert	Standardabweichung	Standardfehler des Mittelwertes
	männlich	34	61,6765	10,33300	1,77210
	weiblich	122	59,4672	9,02355	,81695

Quelle: Eigene Darstellung.

Tabelle 12: T-Test S-SOC Geschlecht

		Levene-Test der Varianzgleichheit		T-Test für die Mittelwertgleichheit						
		F	Signifikanz	T	df	Sig. (2-seitig)	Mittlere Differenz	Standardfehler der Differenz	95 Prozent Konfidenzintervall der Differenz	
									Untere	Obere
S-SOC	Varianzen sind gleich	,232	,631	1,222	154	,223	2,20926	1,80735	-1,36114	5,77966
	Varianzen sind nicht gleich			1,132	47,927	,263	2,20926	1,95134	-1,71433	6,13285

Quelle: Eigene Darstellung.

2.4.3 Analyse, Interpretation und Reflexion der erhaltenen Ergebnisse

Wie im Ergebnisteil dargestellt, kann die Nullhypothese abgelehnt und die Forschungshypothese H1 angenommen werden. Das bedeutet, es kann aufgrund der Signifikanz der Ergebnisse festgestellt werden, dass nicht alle drei Gruppen in der Grundgesamtheit einen gleich hohen durchschnittlichen S-SOC-Mittelwert aufweisen. Im Rahmen dieser Arbeit werden in Anlehnung an den Kritischen Rationalismus Erkenntnisse gewonnen, indem die Nullhypothese falsifiziert wird.

Um die Güte des Modells zu bestimmen, wird der Erklärungsanteil der unabhängigen Variable auf die abhängige Variable mithilfe des korrigierten R-Quadrat R^2_{korr} berechnet. Das korrigierte R-Quadrat wirkt der Überschätzung des Modells entgegen (Döring & Bortz, 2016). Auf Stichprobenebene erklärt der Faktor Studienzeitmodell zu $R^2_{korr} = 7.0$ Prozent die Varianz des Kohärenzgefühls (siehe Tabelle 8). Das heißt wiederum, dass 93 Prozent der Varianz des Kohärenzgefühls nicht durch die Studienzeitmodelle erklärt werden können. Daraus lässt sich ableiten, dass die Güte des Modells durch Zunahme weiterer Faktoren wesentlich verbessert werden würde.

Die Ergebnisse des Tukey-Kramer Post-hoc-Tests zeigen signifikante Unterschiede in den S-SOC-Werten zwischen den Gruppen Tag und Abend und zwischen den Gruppen Wochenende und Abend. Den höchsten durchschnittlichen S-SOC-Wert erreicht die Gruppe des Tageszeitmodells mit einem Wert in Höhe von 61.89 ($SD = 9.42$). Dahinter liegt die Gruppe des Studienzeitmodells Wochenende mit einem Mittelwert von 61.72 ($SD = 8.74$). Den niedrigsten S-SOC-Mittelwert mit 56.14 ($SD = 8.84$) erreichen die Studierenden des Studienzeitmodells Abend (siehe Tabelle 5).

Aufgrund der in Punkt 2.2.3 beschriebenen unbefriedigenden internen Konsistenz der Subskalen fokussiert die Interpretation der Ergebnisse die einzelnen Items und den S-SOC als Gesamtkonstrukt. Bei Betrachtung der einzelnen Items, aus denen sich die Subskalen und der S-SOC selbst zusammensetzen, fällt auf, dass sich der niedrige Score des Abendmodells nicht auf Ausreißer zurückführen lässt. Als Erklärungsansatz für den niedrigen S-SOC-Mittelwert des Abendmodells kann angeführt werden, dass die Mittelwerte bei 11 von 13 Items im Vergleich zu den anderen Studienzeitmodellen am niedrigsten abschneiden.

Der größte Unterschied zwischen dem Tages- und dem Abendzeitmodell liegt in Item 1. Die Aussage der Verstehbarkeitssubskala „Die FOM München hat für mich klare und durchsichtige Strukturen“ weist einen signifikanten Mittelwertsunterschied auf $p = .002$ auf (siehe Tabelle 13). Es wird im Tagesmodell im Schnitt mit 5.06 ($SD = 1.02$) und im Abendmodell mit 4.25 ($SD = 1.23$) bewertet (siehe Tabelle 14). Dies ergibt einen Mittelwertsunterschied in Höhe von 0.81. In Anlehnung an Gräser (2003) kann dieser Unterschied dahingehend interpretiert werden, dass Studierende des Abendmodells ihr Studium an der Hochschule als deutlich komplexer empfinden als ihre Kommilitonen aus dem Studienzeitmodell Tag. Es kann beispielsweise vermutet werden, dass die Taktung des Tagesablaufs eines Abendstudierenden mit der regelmäßigen Arbeitszeit und den Vorlesungen in den Abendstunden wesentlich enger ist. Dies geschieht auf Kosten

von Zeit, die genutzt werden könnte, um die Hochschulstrukturen in ihrer Komplexität zu reduzieren. Wahrgenommene Komplexität kann sich in der Folge negativ auf das Kohärenzgefühl auswirken (Gräser, 2003).

Tabelle 13: Tukey-Kramer Post-hoc Test Verstehbarkeitsitem „Die FOM München hat für mich klare und durchsichtige Strukturen“ Studienzeitmodell

(I) Studienzeitmodell	(J) Studienzeitmodell	Mittlere Differenz (I-J)	Standardfehler	Signifikanz	95 Prozent-Konfidenzintervall	
					Untergrenze	Obergrenze
Tag	Abend	,803*	,229	,002	,26	1,35
	Wochenende	,341	,227	,294	-,20	,88
Abend	Tag	-,803*	,229	,002	-1,35	-,26
	Wochenende	-,462	,228	,110	-1,00	,08
Wochenende	Tag	-,341	,227	,294	-,88	,20
	Abend	,462	,228	,110	-,08	1,00

Anmerkung. *. Die Differenz der Mittelwerte ist auf dem Niveau 0.05 signifikant.

Quelle: Eigene Darstellung.

Tabelle 14: Deskriptive Statistik Verstehbarkeitsitem „Die FOM München hat für mich klare und durchsichtige Strukturen“ Studienzeitmodell

	N	Mittelwert	Standardabweichung
Tag	52	5,06	1,018
Abend	51	4,25	1,230
Wochenende	53	4,72	1,231
Gesamt	156	4,68	1,202

Quelle: Eigene Darstellung.

Auch das Item „Das Leben an der FOM ist ein einziges Chaos: ständig ereignen sich Dinge und Situationen die nicht vorhersagbar sind“ der Verstehbarkeitskala weist einen Mittelwertsunterschied in Höhe von 0.65 zwischen den Modellen Tag ($M = 5.77$, $SD = 1.37$) und Abend ($M = 5.12$, $SD = 1.61$) auf (siehe Tabelle 15). Insgesamt liegen beide Items deutlich über den Mittelwerten der von Gräser (2003) untersuchten wissenschaftlichen Mitarbeiter. Trotz der signifikanten Unterschiede zwischen den Studienzeitmodellen weisen alle Gruppen eine insgesamt sehr hohe Ausprägung in den beiden bisher betrachteten Items auf. Die positiven Bewertungen deuten in Anlehnung an Gräser (2003) darauf hin, dass die Studierenden die FOM als transparent und organisiert wahrnehmen. Die insgesamt hohen Werte der berufsbegleitend Studierenden decken sich mit den positiven Ergebnissen zur Organisation, Betreuung und den Studienrahmenbedingungen an der Hochschule der Online Evaluation (FOM, 2017d).

Tabelle 15: Deskriptive Statistik Verstehbarkeitsitem „Das Leben an der Hochschule ist ein einziges Chaos: ständig ereignen sich Dinge und Situationen, die nicht vorhersagbar sind“ Studienzeitmodell

	N	Mittelwert	Standardabweichung
Tag	52	5,77	1,366
Abend	51	5,12	1,608
Wochenende	53	5,68	1,341
Gesamt	156	5,53	1,461

Quelle: Eigene Darstellung.

Der größte Mittelwertsunterschied zwischen den Zeitmodellen Wochenende und Abend wird im Item der Bewältigbarkeitskala „Wenn ich an der FOM mit einem schwierigen Problem konfrontiert bin, finden sich dort Menschen, die mir helfen, das Problem zu lösen“ beobachtet. Es wird von Studierenden des Zeitmodells Wochenende mit durchschnittlich 5.08 ($SD = 1.37$) und von Studierenden des Abendmodells mit 4.33 ($SD = 1.29$) angegeben (siehe Tabelle 16). Der Mittelwertsunterschied in Höhe von 0.75 ist signifikant $p = .013$ (siehe Tabellen 16 & 17). Der von Gräser (2003) ermittelte Mittelwert in Höhe von 4.47 ($SD = 1.7$) ist annähernd vergleichbar mit dem erreichten Wert der Studierenden des Abendzeitmodells. Angelehnt an die Ausführungen von Gräser (2003) kann in dieser Arbeit auf ein kooperatives Verhältnis zwischen den Studierenden untereinander

und anderen Akteuren der Hochschule geschlossen werden. Die vorangegangenen Ausführungen geben jedoch Anstoß zur Diskussion einer möglichen Verbesserung dieses Items für die Studierenden des Abendzeitmodells. In Bezug auf die Kommunikation zwischen den Studierenden dürfte die zeitliche Ressource eine entscheidende Rolle spielen. Knapp 82 Prozent der Studierenden des Abendmodells arbeiten in Vollzeit (siehe Tabelle 18). Nach Schumann (2007) führt der Strukturwandel an österreichischen und deutschen Hochschulen, ein Mangel an Zeit sowie fehlende Unterstützung zu Verunsicherung von Studierenden. Aufgrund des großen Anteils an Vollzeitarbeitnehmern ist die Möglichkeit, sich regelmäßig außerhalb der Vorlesungszeiten mit Kommilitonen über die in der Hochschule behandelten Inhalte auszutauschen, beschränkt. Anders als bei den Studienzeitmodellen Tag und Wochenende gibt es bei diesem Zeitmodell keine längeren Pausen, wie eine Mittagspause, die gemeinsam mit Kommilitonen verbracht wird. Gerade zum Aufbau von sozialen Kontakten und zur Klärung von Hochschulthemen bietet sich diese Zeit an. Im Abendmodell gibt es in der Regel eine viertelstündige Pause von 19:30 bis 19:45 Uhr zwischen zwei Veranstaltungsblöcken. Diese Zeitspanne ist zur Klärung von fachbezogenen Themen und Problemen sowie der Pflege von sozialen Kontakten kaum ausreichend. Zur Klärung von organisatorischen Angelegenheiten ist zudem die Studienberatung vor Ort sowie die zentrale Lehrenden- und Studierendenberatung der FOM Hochschule für Abendstudierende nur bis 19:00 Uhr erreichbar (FOM, 2017b).

Tabelle 16: Deskriptive Statistik Bewältigbarkeitssitem „Wenn ich an der Hochschule mit einem schwierigen Problem konfrontiert bin, finden sich dort Menschen, die mir helfen, das Problem zu lösen“ Studienzeitmodell

	N	Mittelwert	Standardabweichung
Tag	52	4,92	1,296
Abend	51	4,33	1,291
Wochenende	53	5,08	1,371
Gesamt	156	4,78	1,350

Quelle: Eigene Darstellung.

Tabelle 17: Tukey-Kramer Post-hoc Test Bewältigbarkeitsitem „Wenn ich an der Hochschule mit einem schwierigen Problem konfrontiert bin, finden sich dort Menschen, die mir helfen, das Problem zu lösen“ Studienzeitmodell

(I) Studienzeitmodell	(J) Studienzeitmodell	Mittlere Studienzeit-Differenz (I-J)	Standardfehler	Signifikanz	95 Prozent-Konfidenzintervall	
					Untergrenze	Obergrenze
Tag	Abend	,590	,260	,064	-,03	1,21
	Weekenende	-,152	,258	,825	-,76	,46
Abend	Tag	-,590	,260	,064	-1,21	,03
	Weekenende	-,742*	,259	,013	-1,36	-,13
Weekenende	Tag	,152	,258	,825	-,46	,76
	Abend	,742*	,259	,013	,13	1,36

Anmerkung. *. Die Differenz der Mittelwerte ist auf dem Niveau 0.05 signifikant.

Quelle: Eigene Darstellung.

Tabelle 18: Kreuztabelle Studienzeitmodell Arbeitszeitmodell

		Arbeitszeitmodell				
		Teilzeit, maximal 24 Stun- den / Wo- che	Teilzeit, über 24 Stunden / Woche	Vollzeit	Gesamt	
Studienzeit modell	Tag	Anzahl	39	12	1	52
		Erwartete Anzahl	15,0	9,7	27,3	52,0
		Prozent innerhalb von Studienzeitmodell	75,0	23,1	1,9	100,0
		Prozent innerhalb von Arbeitszeitmodell	86,7	41,4	1,2	33,3
		Prozent der Gesamt- zahl	25,0	7,7	0,6	33,3
	Abend	Anzahl	1	8	42	51
		Erwartete Anzahl	14,7	9,5	26,8	51,0
		Prozent innerhalb von Studienzeitmodell	2,0	15,7	82,4	100,0
		Prozent innerhalb von Arbeitszeitmodell	2,2	27,6	51,2	32,7
		Prozent der Gesamt- zahl	0,6	5,1	26,9	32,7
	Wochen- ende	Anzahl	5	9	39	53
		Erwartete Anzahl	15,3	9,9	27,9	53,0
		Prozent innerhalb von Studienzeitmodell	9,4	17,0	73,6	100,0
		Prozent innerhalb von Arbeitszeitmodell	11,1	31,0	47,6	34,0
		Prozent der Gesamt- zahl	3,2	5,8	25,0	34,0
Gesamt	Anzahl	45	29	82	156	
	Erwartete Anzahl	45,0	29,0	82,0	156,0	
	Prozent innerhalb von Studienzeitmodell	28,8	18,6	52,6	100,0	
	Prozent innerhalb von Arbeitszeitmodell	100,0	100,0	100,0	100,0	
	Prozent der Gesamt- zahl	28,8	18,6	52,6	100,0	

Quelle: Eigene Darstellung.

Auffällig ist ebenfalls der signifikante Unterschied in Höhe von 0.74 bezüglich des Items der Sinnhaftigkeitsskala „An der Hochschule zweifle ich oft am Sinn meines Tuns“ zwischen den Gruppen Wochenende ($M = 5.70$, $SD = 1.40$) und Abend ($M = 4.96$, $SD = 1.47$) (siehe Tabellen 19 & 20). Die Differenz ist signifikant $p = .013$

(siehe Tabelle 20). Das Item spiegelt in Anlehnung an Gräser (2003) die Empfindung der Studierenden von Sinnhaftigkeit an der Hochschule wider. Das heißt, dass Studierende des Abendzeitmodells wesentlich höhere Unsicherheiten bezüglich ihres Handelns aufweisen als Studierende des Wochenendmodells. Die angesprochenen Unsicherheiten können sich negativ auf das Kohärenzgefühl auswirken (Gräser, 2003). Ein möglicher Erklärungsansatz für eine erhöhte Unsicherheit stellt das Konstrukt des intellektuellen Selbstkonzepts dar. Hierbei werden die eigenen geistigen Fähigkeiten mit denen anderer verglichen (Kirsch et al., 2017). Kirsch et al. (2017) stellen fest, dass Studierende ihr intellektuelles Selbstkonzept als niedrig einschätzen. Die Untersuchung eines möglichen Zusammenhangs zwischen dem Aspekt der Sinnhaftigkeit des S-SOC und dem des intellektuellen Selbstkonzepts kann die Basis für eine weiterführende Forschungsarbeit darstellen.

Tabelle 19: Deskriptive Statistik Sinnhaftigkeitsitem „An der Hochschule zweifle ich oft am Sinn meines Tuns“ Studienzeitemmodell

	N	Mittelwert	Standardabweichung
Tag	52	5,08	1,545
Abend	51	4,96	1,469
Wochenende	53	5,70	1,395
Gesamt	156	5,25	1,497

Quelle: Eigene Darstellung.

Tabelle 20: Tukey-Kramer Post-hoc Test Sinnhaftigkeitsitem „An der Hochschule zweifle ich oft am Sinn meines Tuns“ Studienzeitmodell

(I) Studienzeitmodell	(J) Studienzeitmodell	Mittlere Studienzeit-Differenz (I-J)	Standardfehler	Signifikanz	95 Prozent-Konfidenzintervall	
					Untergrenze	Obergrenze
Tag	Abend	,116	,290	,915	-,57	,80
	Wochenende	-,621	,287	,081	-1,30	,06
Abend	Tag	-,116	,290	,915	-,80	,57
	Wochenende	-,737*	,288	,031	-1,42	-,05
Wochenende	Tag	,621	,287	,081	-,06	1,30
	Abend	,737*	,288	,031	,05	1,42

Anmerkung. *. Die Differenz der Mittelwerte ist auf dem Niveau 0.05 signifikant.

Quelle: Eigene Darstellung.

Hingegen stellt das Item „Ich habe das Gefühl, dass die Hochschule eine Bereicherung für mein Leben ist“ der Sinnhaftigkeitsskala, mit einem Mittelwert von 5.31 ($SD = 1.22$) das zweithöchste aller Items dar. Der Mittelwertsunterschied des Items zwischen den Modellen Wochenende ($M = 5.57$, $SD = 1.15$) und Abend ($M = 5.10$, $SD = 1.17$) beträgt 0.47 (siehe Tabelle 21). Das Item beschreibt in Anlehnung an Gräser (2003) das Empfinden von Studierenden, das Studium als einen wichtigen und selbstwertbedeutsamen Teil in deren Leben zu verstehen. Wenn die Auffassung vertreten wird, dass eine Tätigkeit ein Zugewinn für das eigene Leben ist, kann dies die Basis für die Entwicklung einer ressourcenorientierten Wahrnehmung von möglichen Lösungswegen für auftretende Probleme darstellen. Die hohen Ausprägungen der Sinnhaftigkeitsitems lassen sich dahingehend interpretieren, dass die untersuchten berufsbegleitend Studierenden ihr Studium an der FOM als zielführend betrachten (Gräser, 2003). Des Weiteren gilt es zu beachten, dass Sinnhaftigkeit die emotionale Komponente des S-SOC darstellt, welche die Motivation von Personen repräsentiert (Antonovsky, 1987/1997). Bei Studierenden privater Hochschulen wird von einer höheren

intrinsischen Motivation, Lebenserfahrung und Leistungsbereitschaft im Vergleich zu öffentlich Studierenden ausgegangen (Engelke, Müller & Röwert, 2017). Auch hier lässt sich jedoch die Vermutung anstellen, dass sich die Unterschiede zwischen den Zeitmodellen auf den Faktor Zeit und somit auf die Schwierigkeit der Vereinbarkeit der drei Lebensbereiche Arbeit, Leben und Lernen zurückführen lässt. Knapp drei von vier Studierenden des Wochenendmodells (74 Prozent) und vier von fünf Studierende des Abendzeitmodells (82 Prozent) arbeiten in Vollzeit (siehe Tabelle 18). In Kombination mit den individuellen Lebensumständen und dem berufsbegleitenden Studium wird eine kollektivistische Herangehensweise zur Steigerung des Kohärenzgefühls angestrebt.

Tabelle 21: Deskriptive Statistik Sinnhaftigkeitsitem „Ich habe das Gefühl, dass die Hochschule eine Bereicherung für mein Leben ist“ Studienzeitmodell

	N	Mittelwert	Standardabweichung
Tag	52	5,27	1,315
Abend	51	5,10	1,171
Wochenende	53	5,57	1,152
Gesamt	156	5,31	1,222

Quelle: Eigene Darstellung.

Das Item der Subskala Bewältigbarkeit „Ich glaube, dass ich auf den Verlauf der Dinge an der FOM Einfluss nehmen kann“ weist in jedem Zeitmodell [Tag ($M = 2.88$, $SD = 1.26$), Abend ($M = 2.67$, $SD = 1.16$), Wochenende ($M = 2.36$, $SD = 1.16$)] die niedrigste Ausprägung auf (siehe Tabelle 22). Das Item nimmt Bezug auf die Wahrnehmung von Möglichkeiten, sich an der Hochschule einzubringen (Gräser, 2003). Ähnlich wie die von Gräser (2003) befragten Angestellten der Universität haben die berufsbegleitend Studierenden das Gefühl, die Entwicklung der Hochschule wenig beeinflussen zu können. Diese Wahrnehmung besteht, obwohl die Interessen der Studierenden der FOM durch gewählte Semestersprecher und das Studienparlament vertreten werden (FOM, 2017a). Des Weiteren haben die Studierenden die Möglichkeit an einer regelmäßigen Evaluation in Form einer Studierendenbefragung teilzunehmen, um Bewertungen zu ausgewählten Bereichen, wie beispielsweise Lehre und Prüfung, Modul, Organisation und Beratung, sowie Studienrahmenbedingungen, abzugeben (FOM, 2017d). Die erhaltenen Ergebnisse legen ebenfalls nahe, dass die Befragten nicht das

Gefühl haben, mit den vorhandenen Möglichkeiten ausreichend Einfluss auf die Entwicklungen an der FOM nehmen zu können.

Tabelle 22: Deskriptive Statistik Bewältigbarkeitsitem „Ich glaube, dass ich auf den Verlauf der Dinge an der Hochschule Einfluss nehmen kann“ Studienzeitmodell

	N	Mittelwert	Standardabweichung
Tag	52	2,88	1,263
Abend	51	2,67	1,160
Wochenende	53	2,36	1,162
Gesamt	156	2,63	1,208

Quelle: Eigene Darstellung.

Der geringste Unterschied tritt im Item „Das Studieren an der FOM München ist für mich voller Routine“ der Subskala Sinnhaftigkeit auf. Der höchste Mittelwert [Tag ($M = 4.62$, $SD = 1.26$)] und der niedrigste [Wochenende ($M = 4.32$, $SD = 1.54$)] unterscheiden sich dabei um 0.30 (siehe Tabelle 23). Anders als bei den Mitarbeitern der Universität führt ein erhöhtes Maß an Routine bei den Studierenden zum Empfinden von Sinnhaftigkeit (Brunner et al., 2009). Die umfangreiche Methodik wissenschaftlichen Denkens und Arbeitens wird von den Studierenden erst mit fortschreitender Studienzeit vertieft. Ein Vergleich der Mittelwerte der Studierenden, gegliedert nach aktuellem Semester, zeigt, dass die wahrgenommene Routine mit fortschreitendem Studium steigt. Studierende des dritten ($M = 4.30$, $SD = 1.44$) und vierten ($M = 4.26$, $SD = 1.19$) Semesters weisen durchschnittlich niedrigere Werte auf als ihre Kommilitonen aus den fortgeschrittenen fünften ($M = 4.71$, $SD = 1.38$), sechsten ($M = 4.62$, $SD = 1.19$) und siebten ($M = 4.78$, $SD = 1.20$) Semestern (siehe Tabelle 24). Daher kann angenommen werden, dass die Ausprägung dieses Items auch vom Fortschritt des Studiums und nicht nur vom Studienzeitmodell abhängig ist. Dies erklärt zum einen den geringen Mittelwertunterschied zwischen den Zeitmodellen. Zum anderen kann daraus geschlossen werden, dass durch den kontinuierlichen Erwerb von wissenschaftlichen Fähigkeiten und Fertigkeiten das Maß an wahrgenommener Routine und Sicherheit im Umgang mit Hochschulthematiken steigt. Jedoch sollte berücksichtigt werden, dass in der vorliegenden Untersuchung die Anzahl der Teilnehmer mit zunehmendem Semester abnimmt (siehe Tabelle 24).

Tabelle 23: Deskriptive Statistik Sinnhaftigkeitsitem „Das Studieren an der FOM München ist für mich voller Routine“ Studienzeitmodell

	N	Mittelwert	Standardabweichung
Tag	52	4,62	1,255
Abend	51	4,37	1,183
Wochenende	53	4,32	1,541
Gesamt	156	4,44	1,335

Quelle: Eigene Darstellung.

Tabelle 24: Deskriptive Statistik Sinnhaftigkeitsitem „Das Studieren an der FOM München ist für mich voller Routine“ Semester

	N	Mittelwert	Standardabweichung
3	60	4,30	1,442
4	39	4,26	1,186
5	35	4,71	1,384
6	13	4,62	1,193
7	9	4,78	1,202
Gesamt	156	4,44	1,335

Quelle: Eigene Darstellung.

Erst durch die Betrachtung der einzelnen Items können Rückschlüsse auf die Ausprägung der Subskalen und des S-SOC als Gesamtkonstrukt gezogen werden. Die Analyse der dargestellten Items bestätigt, dass die Ausprägungen der Abendstudierenden signifikant niedriger sind als jene der anderen Zeitmodelle. Aufgrund der hohen Relevanz des Faktors Zeit deutet die Analyse auf einen Zusammenhang zwischen Studien- und Arbeitszeitmodell der Studierenden hin, da beide Variablen nicht unabhängig voneinander gewählt werden können. Beispielsweise ist die Erwerbstätigkeit in Vollzeit bei einem Tagesstudienzeitmodell kaum möglich. Um den Zusammenhang zwischen den Variablen Studienzeitmodell und Arbeitszeitmodell zu überprüfen, wird ein zweidimensionaler Chi-Quadrat-Test durchgeführt. Dabei müssen die Variablen die Voraussetzungen zur

Durchführung eines Chi-Quadrat-Tests erfüllen. Es muss Unabhängigkeit zwischen den Messungen bestehen. Alle Teilnehmer müssen eindeutig einer Kategorie zugeordnet werden können und die erwarteten Häufigkeiten dürfen in maximal 20 Prozent der Zellen des Versuchsplans kleiner als fünf sein (Rasch et al., 2010). Durch Ausschluss von doppelten Teilnahmen an der Erhebung wird die Unabhängigkeit zwischen den Messwerten sichergestellt. Die Personen können eindeutig den beiden Kategorien, Studien- und Arbeitszeitmodell, zugeordnet werden. Die Überprüfung der erwarteten Häufigkeit wird durch SPSS überprüft. Das Minimum wird mit einer erwarteten Häufigkeit von 9.48 nicht unterschritten (siehe Tabelle 25). Ferner setzt der Chi-Quadrat-Test nominalskalierte Variablen voraus (Rasch et al., 2010). Die Variable Studienzeitmodell mit den Ausprägungen Tag, Abend und Wochenende und die Variable Arbeitszeitmodell mit den Ausprägungen Teilzeit maximal 24 Stunden pro Woche, Teilzeit über 24 Stunden pro Woche und Vollzeit sind jeweils nominalskaliert. Somit sind alle Voraussetzungen für die Durchführung des Chi-Quadrat-Tests erfüllt. Schließlich kann ein statistisch signifikanter Zusammenhang zwischen dem Arbeitszeitmodell und dem Studienzeitmodell festgestellt werden, $\chi^2(4) = 97.41$, $p < 001$ (siehe Tabelle 25). Die Effektstärke in Form von Cramers $V = .559$ stellt einen großen Effekt dar (Cohen, 1988) (siehe Tabelle 26). Aufgrund dessen sollte die Variable Arbeitszeitmodell bei der weiteren Analyse der Ergebnisse berücksichtigt werden.

Tabelle 25: Chi-Quadrat-Test Studienzeitmodell Arbeitszeitmodell

	Wert	df	Asymptotische Signifikanz (zweiseitig)
Chi-Quadrat nach Pearson	97,406a	4	,000
Likelihood-Quotient	116,157	4	,000
Zusammenhang linear-mit-li- near	64,307	1	,000
Anzahl der gültigen Fälle	156		

Anmerkung. a. 0 Zellen (,0Prozent) haben eine erwartete Häufigkeit kleiner 5. Die minimale erwartete Häufigkeit ist 9,48.

Quelle: Eigene Darstellung.

Tabelle 26: Cramer-V Studienzeitmodell Arbeitszeitmodell

		Wert	Näherungsweise Signifikanz
Nominal- bzgl. Nominalmaß	Phi	,790	,000
	Cramer-V	,559	,000
Anzahl der gültigen Fälle		156	

Quelle: Eigene Darstellung.

Sowohl im Tages- als auch im Wochenendmodell weisen die Vollzeitarbeitenden einen deutlich geringeren S-SOC als die Teilzeitarbeitenden auf. Im Tagesmodell liegt der Mittelwert der Vollzeitarbeitenden bei einem S-SOC von 55.00 ($SD =$) und im Wochenendmodell bei 61.08 ($SD = 8.78$). Den höchsten S-SOC haben hingegen Studierende in Teilzeit mit mehr als 24 Stunden. Dieser beträgt im Tageszeit- 65.00 ($SD = 8.63$) und im Wochenendmodell 64.22 ($SD = 7.08$) (siehe Tabelle 27). Da nur ein Studienteilnehmer des Studienzeitmodells Tag in Vollzeit arbeitet, kann hier ebenfalls keine eindeutige Aussage getroffen werden. Im Abendzeitmodell sind die Unterschiede nicht eindeutig. Insgesamt fällt im Abendmodell auf, dass der S-SOC für die Vollzeitarbeitenden mit einem Wert von 56.83 ($SD = 9.38$) am höchsten ist (siehe Tabelle 27). Da nur ein Studienteilnehmer in

Teilzeit bis 24 Stunden wöchentlich arbeitet, kann hier keine eindeutige Aussage getroffen werden. Es lässt sich jedoch eine Tendenz erkennen, dass berufsbegleitend Studierende mit einer wöchentlichen Teilzeitarbeitszeit von über 24 Stunden im Schnitt den höchsten durchschnittlichen S-SOC aufweisen (siehe Tabelle 27). Eine mögliche Imbalance zwischen Unter- und Überforderung aufgrund zu hoher oder zu geringer zeitlicher Ressourcen bei Teilzeitarbeitenden unter 24 Stunden beziehungsweise Vollzeitarbeitnehmern kann hier vermutet werden. Um repräsentative Ergebnisse zu erhalten, kann eine weiterführende Untersuchung mit einer größeren Stichprobe Aufschluss geben.

Tabelle 27: Deskriptive Statistik S-SOC Studienzeitmodell Arbeitszeitmodell

Studienzeitmodell	Arbeitszeitmodell	Mittelwert	N	Standardabweichung
Tag	Teilzeit, maximal 24 Stunden / Woche	61,1026	39	9,62670
	Teilzeit, über 24 Stunden / Woche	65,0000	12	8,63397
	Vollzeit	55,0000	1	.
	Insgesamt	61,8846	52	9,42390
Abend	Teilzeit, maximal 24 Stunden / Woche	48,0000	1	.
	Teilzeit, über 24 Stunden / Woche	53,5000	8	4,72077
	Vollzeit	56,8333	42	9,38061
	Insgesamt	56,1373	51	8,83860
Wochenende	Teilzeit, maximal 24 Stunden / Woche	62,2000	5	11,88276
	Teilzeit, über 24 Stunden / Woche	64,2222	9	7,08480
	Vollzeit	61,0769	39	8,77912
	Insgesamt	61,7170	53	8,73626
Insgesamt	Teilzeit, maximal 24 Stunden / Woche	60,9333	45	9,84286
	Teilzeit, über 24 Stunden / Woche	61,5862	29	8,66651
	Vollzeit	58,8293	82	9,24002
	Insgesamt	59,9487	156	9,33450

Quelle: Eigene Darstellung.

Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass der S-SOC des Abendmodells signifikant kleiner ist als die ermittelten S-SOC Werte der anderen beiden Zeitmodelle. Daher kann in Anlehnung an Gräser (2003) die Annahme getroffen werden, dass Studierende des Abendmodells die Einflussfaktoren an der Hochschule als weniger strukturiert, erklär- und vorhersagbar wahrnehmen als ihre Kommilitonen der komplementären Studienzeitmodelle. Dies umfasst ein geringeres Verständnis für den Zugriff auf Informationen und die Nachvollziehbarkeit von Planungen, Entwicklungen und Entscheidungen an der Hochschule. Des Weiteren kann aufgrund des geringeren Kohärenzgefühls auf weniger Ressourcen für den Umgang mit den an der Hochschule aufkommenden Anforderungen geschlossen werden. Zudem kann in Anlehnung an Gräser (2003) für Abendstudierende angenommen werden, dass Anforderungen an der Hochschule weniger als Herausforderungen empfunden werden, für die sich das Engagement und die Anstrengungen lohnen.

2.5 Diskussion der erhobenen Ergebnisse

Ziel dieser Forschungsarbeit ist es, die Abhängigkeit des settingspezifischen Kohärenzgefühls von Studienzeitmodellen zu untersuchen. Grundlage dieser Frage ist der Forschungsstand, dass Zeitmangel Stressoren begünstigen kann (Giacobbi et al., 2007). Mit den verschiedenen Studienzeitmodellen geht eine unterschiedliche Verfügbarkeit der Ressource Zeit einher. Dies lässt sich auf unterschiedliche Vorlesungspläne, Ferienzeiten und Arbeitszeitmodelle innerhalb der Studienzeitmodelle zurückführen (FOM, 2017c). Am konkreten Fallbeispiel des FOM Hochschulzentrums München lässt sich zwischen den Studienzeitmodellen Tag, Abend und Wochenende unterscheiden. Da die Studierenden der Modelle Abend und Wochenende kürzere Semesterferien haben und tendenziell häufiger in Vollzeit arbeiten, kann vermutet werden, dass diese Studierenden einen größeren Zeitdruck und weniger Erholungsphasen haben. Um Stressoren entgegenzuwirken, kann auf verschiedene Ressourcen zurückgegriffen werden. Das Kohärenzgefühl gibt hierbei Auskunft über das Bewusstsein einer Person, mittels dieser eigenen Ressourcen, konstruktiv mit Stressoren umgehen zu können (Franke, 2012). Das bedeutet, je höher die Ausprägung des Kohärenzgefühls ist, desto weniger anfällig ist eine Person für Stress (Hakanen et al., 2007). Die Messung des settingspezifischen Kohärenzgefühls erfolgt nicht unmittelbar, sondern anhand der Items der drei Subskalen Verstehbarkeit, Sinnhaftigkeit und Bewältigbarkeit, die in der Summe den S-SOC bilden. Als problematisch stellt sich heraus, dass die Subskalen wenig reliabel und somit nur bedingt interpretierbar sind. Insofern stellt sich die Frage, ob die Dimensionen des Kohärenzgefühls zukünftig nicht modifiziert werden sollten, um eine höhere Reliabilität gewährleisten zu können.

Zudem ist die Standardisierung des S-SOC schwierig, da die Items, je nach Setting, unterschiedlich interpretiert werden können. So führt ein hoher Wert bei Item 5 „Das Studieren an der FOM München ist für mich voller Routine“ bei Studierenden, anders als bei wissenschaftlichen Mitarbeitern, zu einem Anstieg von Sinnhaftigkeit (Brunner et al., 2009). Insofern können die Items nicht direkt adaptiert werden, sondern müssen hinsichtlich des jeweiligen Untersuchungsgegenstands überprüft und beispielsweise mittels einer Umpolung angepasst werden.

Die Vergleichbarkeit des settingspezifischen Kohärenzgefühls gestaltet sich aufgrund unterschiedlicher untersuchter Stichproben und damit einhergehender Modifikationen als schwierig. Gräser (2003) untersucht wissenschaftliche Mitarbeiter, Brunner et al. (2009) Studierende und diese Forschungsarbeit befasst sich mit berufsbegleitend Studierenden. Berufsbegleitend Studierende sind sowohl im Setting der Hochschule als auch in dem der Arbeitsstätte zu verorten. Diese Arbeit betrachtet nur das Setting Hochschule und ignoriert einen möglichen Einfluss durch das Setting Arbeit auf das Kohärenzgefühl. Die Frage ist jedoch, wie der S-SOC auf der Arbeit gemessen werden kann. Wird der U-SOC-K nach Gräser (2003) verwendet, ist beispielsweise die Interpretation des Items 5 problematisch, da sich Routine unterschiedlich auf Arbeitnehmer und Studierende auswirkt. Durch die Vernachlässigung des Settings Arbeit und dessen Beziehung zum Setting Hochschule sind die Ergebnisse nur im Kontext der Hochschule interpretierbar. Es besteht daher eine Limitation bezüglich einer umfassenden Analyse der speziellen Situation berufsbegleitend Studierender.

Bezogen auf das Setting der FOM Hochschule divergieren die Werte des settingspezifischen Kohärenzgefühls für die verschiedenen Studienzeitmodelle. Entgegen der Annahme, dass sich die Ausprägungen der Studienzeitmodelle Tag zu Abend und Wochenende unterscheiden, liegt ein signifikanter Unterschied zwischen dem Modell Abend zu Tag und Wochenende vor. Auffällig ist, dass 11 von 13 Items des Fragebogens von den Studierenden des Abendmodells am schlechtesten bewertet werden. Somit lässt sich die insgesamt geringere Ausprägung des Kohärenzgefühls der Abendstudierenden nicht auf einzelne Items zurückführen. Dies erschwert die Ableitung von konkreten Handlungsimplikationen, welche insbesondere die Situation berufsbegleitend Studierender des Abendmodells verbessern. Auffälligere Unterschiede in den einzelnen Items können Anhaltspunkte für mögliche Probleme und Lösungen darstellen. Jedoch können die Ursachen für die niedrigere Ausprägung eines Items zwischen den Studienzeitmodellen nicht mittels des S-SOC identifiziert werden. Beispielsweise nehmen Abendstudierende die Strukturen der Hochschule als deutlich komplexer

wahr als ihre Kommilitonen (siehe Tabelle 14). Obwohl die Werte aller Zeitmodelle auf einem hohen Niveau sind, zeigt sich hier ein signifikanter Unterschied. Es kann lediglich vermutet werden, dass der Tagesablauf von Abendstudierenden bereits so eng getaktet ist, dass keine Zeit mehr bleibt, um sich intensiv mit den Hochschulstrukturen auseinander zu setzen. Auch das Item „Wenn ich an der FOM mit einem schwierigen Problem konfrontiert bin, finden sich dort Menschen, die mir helfen, das Problem zu lösen“ weist einen relativ hohen Signifikanzunterschied auf (siehe Tabelle 17). Als mögliche Ursache für die niedrigere Ausprägung im Abendzeitmodell lässt sich auch hier der Faktor Zeit anführen. Zum einen haben die Studierenden des Abendmodells weniger Zeit mit ihren Kommilitonen in Interaktion zu treten und zum anderen sind Beratungsangebote seitens der Hochschule aufgrund ihrer zeitlichen Erreichbarkeit begrenzt.

Der hohe Stellenwert des Faktors Zeit deckt sich mit der bestehenden Literatur (Giacobbi et al., 2007). Auch die Work-Learn-Life-Balance stellt den Faktor Zeit in den Mittelpunkt. Das Modell hat zum Ziel, einen Ausgleich zwischen Phasen der Beanspruchung und Erholung zu schaffen (North, 2013). Die Ergebnisse dieser Forschungsarbeit lassen keine eindeutigen Rückschlüsse von der Wirkung des berufsbegleitenden Studiums auf die Vereinbarkeit der Lebensbereiche zu. Dennoch geht hervor, dass grundsätzlich ein hohes Kohärenzgefühl der Studierenden über alle Zeitmodelle hinweg vorhanden ist. Aufgrund des signifikant niedrigeren Wertes des Abendzeitmodells steht jedoch die gesundheitliche Förderung dieser Gruppe im Fokus. Es kann vermutet werden, dass das signifikant niedrigere Ergebnis auf eine mögliche Imbalance der Abendstudierenden zwischen Anforderungen und Ressourcen hindeutet. Dieses Ungleichgewicht kann die Entstehung von Stress begünstigen (Josten, 2013).

Die Ansätze der Gesundheitsförderung in Hochschulen und jener der Gesundheitsfördernden Hochschule stellen Möglichkeiten dar, um praxisorientierte Maßnahmen zu entwickeln. Die FOM bietet ihren Studierenden bereits die Möglichkeit, an gesundheitsbezogenen Projekten und an Sportveranstaltungen teilzunehmen (FOM forscht - Wissenschaftsblog der FOM Hochschule, 2017; ZHS, n. d.). Diese Angebote lassen sich in die Thematik der Gesundheitsförderung in der Hochschule einordnen. Die Entwicklung hin zu einer Gesundheitsfördernden Hochschule ist unter anderem aufgrund der Tatsache, dass die Studierenden wesentlich mehr Zeit in der Arbeit als in der Hochschule verbringen, schwer umzusetzen. Daher sollte das Konzept der Gesundheitsfördernden Hochschule um den Akteur Arbeitgeber ergänzt werden.

Ferner sind Limitationen hinsichtlich der Forschungserhebung und -ergebnisse zu berücksichtigen. Aufgrund einer defizitären Datenlage zum FOM Hochschulzentrum München werden Daten der FOM Hochschule vermehrt auf bundesweiter Ebene angeführt. Beispielsweise bezieht sich der Qualitätsbericht auf die FOM als bundesweite Institution. Auch die Einladung zur Teilnahme am Studicare Projekt ist an alle Studierenden der FOM gerichtet (FOM, 2017d; FOM forscht - Wissenschaftsblog der FOM Hochschule, 2017). Die allgemeinen Daten werden um relevante Informationen betreffend des FOM Hochschulzentrums München ergänzt. Beispielsweise stellt die Möglichkeit am Zentralen Hochschulsport zu partizipieren ein regionales Angebot dar (FOM, 2017b).

Da die Teilnehmer der Erhebung durchweg Studierende des FOM Hochschulzentrums München sind und ausschließlich den Bachelorstudiengang Betriebswirtschaft & Wirtschaftspsychologie absolvieren, ist eine Generalisierung der Forschungsergebnisse und somit die Möglichkeit, Rückschlüsse auf die Gesamtpopulation der an der FOM Studierenden zu ziehen, beschränkt. Des Weiteren ist das Treffen geschlechterbezogener Aussagen aufgrund der ungleichmäßigen Verteilung der teilnehmenden Studierenden als problematisch anzusehen.

Insgesamt ist der Erklärungsanteil des Studienzeitmodells am Kohärenzgefühl mit einem korrigierten R-Quadrat in Höhe von $R^2_{korr} = 7$ Prozent sehr gering (siehe Tabelle 8). Das heißt, dass andere Faktoren einen wesentlich stärkeren Einfluss auf das Kohärenzgefühl haben als das Studienzeitmodell. Weitere empirische Studien mit größeren Stichproben können Aufschluss darüber geben, welche zusätzlichen Faktoren das settingspezifische Kohärenzgefühl der Studierenden an der FOM beeinflussen. Zu berücksichtigen sind vor allem der Vergleich der Studienzeit- und Arbeitszeitmodelle, der unterschiedlichen Studiengänge, der Geschlechter, der regionalen Verortung innerhalb oder das Hochschulzentrum übergreifend, sowie der bisherige Fortschritt des Studiums. Hierfür stellt die transparente Kommunikation seitens der FOM bezüglich des Datenzugangs eine wesentliche Grundlage dar.

3 Schluss

3.1 Fazit für die Praxis

Da die Anzahl berufsbegleitend Studierender stetig zunimmt und signifikante Unterschiede im Kohärenzgefühl abhängig vom Studienzeitmodell bestehen, müssen Lösungswege aufgezeigt werden, um diesen Ungleichheiten entgegenzuwirken. Wichtig ist es dabei, die verschiedenen Akteure miteinzubeziehen, um integrative Lösungen zu finden.

3.1.1 Konkrete Handlungsoptionen

Matusiewicz et al. (2017) postulieren, dass unter anderem familiärer Rückhalt, soziale Kontakte und eine ausgeglichene Work-Life-Balance essentiell für die Gesundheit berufsbegleitend Studierender sind. Aufgrund der Unterschiede im Kohärenzgefühl zwischen den Studienzeitmodellen, insbesondere zwischen Tag- beziehungsweise Wochenend- und Abendmodell, ist es sinnvoll, Maßnahmen mit studienzeitspezifischer Modifikation zu ergreifen. Da die Werte für das Abendzeitmodell über alle Items hinweg sehr gering sind, sollten Maßnahmen jedoch breit angelegt werden. Ziel ist es daher nicht, Lösungswege ausschließlich für die Abendzeitstudienzeit, sondern für alle Studierenden zu erarbeiten und dabei speziell auf die Bedürfnisse von Abendstudierenden einzugehen.

Die FOM Hochschule bietet den Studierenden bereits eine weitreichende Betreuung und Beratung, die von Studierenden auch positiv wahrgenommen wird (FOM, 2017d). Allerdings wären flexible Beratungszeiten gerade in den Abendstunden eine Möglichkeit, Abendstudierende zu unterstützen. Sowohl die Erreichbarkeit der Studienberatung vor Ort als auch die der Zentralen Studienberatung endet während des Semesters um 19:00 Uhr (FOM, 2017b). Bei akuten Anliegen besteht also keine Möglichkeit, einen Ansprechpartner beispielsweise nach dem Ende der Vorlesungen, welche normalerweise um 21:15 Uhr enden, oder in der Pause zwischen zwei Veranstaltungsblöcken, welche in der Regel zwischen 19:30 Uhr und 19:45 Uhr stattfindet, zu erreichen. Es sollte daher untersucht werden, ob durch flexiblere Beratungszeiten der auffällige Unterschied im Item „Die FOM München hat für mich klare und durchsichtige Strukturen“ zwischen den Zeitmodellen Tag und Abend verkleinert und das Kohärenzgefühl der Abendstudierenden gesteigert werden kann.

Ferner ist die Spezialisierung von Studienberatern im gesundheitspsychologischen Bereich eine weitere Möglichkeit, die Betreuung der Studierenden zu verbessern. Jene Personen fungieren als Ansprechpartner für Studierende bei konkreten Fragen und organisieren Infoveranstaltungen und Seminare. Da sie den Studierenden für Beratungsleistungen zur Verfügung stehen, sind sie als soziale Ressource zu verstehen (Kirsch et al., 2017). Für sensible Themen, wie beispielsweise psychosoziale Probleme, bietet sich die Möglichkeit, ausgewählte Studienberater weiter auszubilden oder zusätzliche Fachkräfte einzustellen, um den Studierenden eine adäquate Beratung bieten zu können.

Bei Teilnehmern von achtsamkeitsbasierten Programmen kann bereits ein Anstieg des Kohärenzgefühls festgestellt werden (Weissbecker et al., 2002; Ando et al., 2011). Dies kann ein möglicher Ansatz sein, um das settingspezifische Kohärenzgefühl über alle Zeitmodelle hinweg, und speziell das der Studierenden des Abendzeitmodells, zu fördern. Da die FOM Hochschule ein Kooperationspartner des gesundheitsfördernden Programms StudiCare ist, welches unter anderem ein Trainingsprogramm zur Steigerung von Achtsamkeit anbietet, liegt der Schluss nahe, dass dieser Ansatz nachzuverfolgen ist (FOM forscht - Wissenschaftsblog der FOM Hochschule, 2017). Um die Studierenden von der selbstinitiierten Beteiligung an dem Programm zu überzeugen, stellen zusätzliche Informationsveranstaltungen und die Einflechtung in den Vorlesungsplan mögliche Ansatzpunkte dar. Im Jahr 2012 startete am FOM Hochschulzentrum Hamburg ein Pilotprojekt zur Steigerung der Achtsamkeit von berufsbegleitend Studierenden (Chang-Gusko, 2012). Das Programm umfasst eine theoretische und praktische Einführung sowie die Integration einer dreiminütigen Achtsamkeitsübung in die Hochschulveranstaltungen. Ergänzt wird das Programm durch tägliches, eigenverantwortliches Üben und bereitgestellte Audiofiles zum Beispiel zum Thema atemfokussierte Meditation. Obwohl die Stichprobe mit zwölf Teilnehmern relativ klein und somit statistisch anfällig ist, kann eine signifikante Achtsamkeitssteigerung nachgewiesen werden (Chang-Gusko & Schulte-Meßtorff, 2015). Das StudiCare Projekt und das Pilotprojekt in Hamburg stellen mögliche Ansatzpunkte seitens der Hochschule dar, um Achtsamkeit und somit auch das Kohärenzgefühl zu steigern.

3.1.2 Weitere Anschlussmöglichkeiten im größeren Kontext

Ein hohes Kohärenzgefühl geht mit verfügbaren Ressourcen einher, welche eine Person dazu befähigen, diese zu nutzen, um aufkommenden Herausforderungen zu begegnen und Stress zu mindern (Antonovsky, 1979). Aufgrund der Mehrfachbelastung von berufsbegleitend Studierenden ist es wichtig, Lösungswege aufzuzeigen, die das Kohärenzgefühl steigern, um Probleme in der Arbeit, in der Hochschule und im Privaten lösen zu können. Ziel des Work-Learn-Life-Balance Ansatzes ist es, ein Gleichgewicht zwischen Stabilität und Flexibilität zu finden (Josten, 2013). Daher muss ein Umfeld für die berufsbegleitend Studierenden geschaffen werden, in dem die Studierenden Sicherheit durch klare Strukturen erfahren und gleichzeitig die individuelle Lebenssituation berücksichtigt wird.

Ferner bieten sich Vereinbarkeitsstrategien, die sowohl den Studierenden selbst als auch den Kontakt zu anderen betreffen, an (Schirmer, 2017). Eine wichtige Rolle dabei spielt die Hochschule selbst. Die FOM offeriert ihren Studierenden bereits Maßnahmen zur Gesundheitsförderung. Gesundheitsförderung in Hochschulen kann als eine vorgelagerte Stufe zur Gesundheitsfördernden Hochschule verstanden werden (Gräser, 2003). Ziel ist es dabei, die Hochschule dahingehend weiterzuentwickeln, dass Gesundheitsthemen mehr in den Fokus gerückt werden und die Partizipation aller an der Hochschule vertretenen Akteure daran gefördert wird. Das bestehende Leitbild der FOM Hochschule um die Komponente Gesundheit zu ergänzen, kann den Rahmen bilden. Die Basis dafür stellt eine hochschulinterne Vernetzung dar. Mit den Mitarbeitern des Instituts für Gesundheit und Soziales stehen der FOM Hochschule bereits eine Reihe von Gesundheitsexperten zur Verfügung (FOM, 2016). Diese könnten eine interne Vernetzung beispielsweise durch einen Arbeitskreis Gesundheit oder einen Gesundheitsstammtisch initiieren. Für eine externe Vernetzung steht mit dem Arbeitskreis Gesundheitsfördernde Hochschulen schon ein bestehendes Netzwerk zur Verfügung, welchem sich die FOM anschließen kann, um die Work-Learn-Life-Balance zu steigern.

Jedoch sollte im Kontext berufsbegleitend Studierender berücksichtigt werden, dass diese sich in einem weitaus größeren Umfeld bewegen als nur der Hochschule. Daher wird das Kohärenzgefühl nicht nur durch die Hochschule beeinflusst. Da verhältnisorientierte Maßnahmen von Gesundheitsfördernden Hochschulen angestrebt werden, aus welchen eine nachhaltige Verhaltensmodifikation resultieren soll, ist die Kooperation mit weiteren Akteuren, wie beispielsweise Arbeitgebern und Krankenkassen, essentiell, um integrative Lösungen zu entwickeln. Die Techniker Krankenkasse ist ein etablierter Partner von Hochschulen

in Deutschland für das Thema Gesundheitsförderung. Die Qualifikation der Techniker Krankenkasse resultiert aus über 40 durchgeführten gesundheitsfördernden Projekten an verschiedenen Hochschulen in Deutschland und der Partizipation am Arbeitskreis Gesundheitsfördernde Hochschulen. Neben der finanziellen Förderung zielgerichteter Gesundheitsprojekte umfasst das Leistungsspektrum der Techniker Krankenkasse ein Beratungsangebot. Die Beratung beinhaltet die Themen Gestaltung von Prozessen, Unterstützung bedarfsgerechter Planungen, Umsetzung von Maßnahmen und Erfolgsbewertung von Prozessen, sowie daraus abgeleitete Maßnahmen (TK, 2017b). Eine Kooperation kann beispielsweise eine von der Krankenkasse initiierte Schulung der Studienberater der FOM für gesundheitspsychologische Themen oder ein von der Krankenkasse gestellter Ansprechpartner darstellen. Ein weiterer Ansatzpunkt sind durch die Krankenkasse durchgeführte Trainings für Studierende, wie beispielsweise dem TK-MentalStrategien-Projekt. Im Fokus steht dabei, den Studierenden die Thematik Stress zu erläutern und mögliche Bewältigungsstrategien aufzuzeigen (TK, 2017a). Eine Befragung der Studierenden, unter welchen Voraussetzungen und in welchem Umfang Interesse an Informationsveranstaltungen oder Vorlesungsreihen, zum Beispiel zu achtsamkeitsbasierten Programmen oder anderen gesundheitsbezogenen Themen, besteht, kann Aufschluss über vorhandene Bedürfnisse geben. Zusammen mit den Fachkräften des Instituts für Gesundheit und Soziales der FOM Hochschule kann der Herausforderung Rechnung getragen werden, den Fokus berufsbegleitend Studierender auf das Thema Gesundheit zu richten.

Krankenkassen haben ein sehr hohes Interesse an gesunden Arbeitnehmern, um ihre Kosten zu minimieren. Firmen haben ebenfalls ein Interesse an gesunden Arbeitnehmern. Jedoch ist ein einheitliches Konzept aufgrund der Vielzahl an Arbeitgebern und unterschiedlichen Arbeitszeitmodellen kaum zu realisieren. Einen möglichen Ansatzpunkt kann eine Zuordnung von Studierenden nach Firmenzugehörigkeit darstellen. So können erste auf gesundheitsbezogene Kooperationen zwischen Hochschule und Firmen, welche mehrere Studierende beschäftigen, entwickelt werden. Dies kann zum Ziel haben, dass beispielsweise anhand eines Pilotprojekts ein bestehendes einheitliches gesundheitsförderndes Konzept zwischen Hochschule und Studierenden um den Akteur Arbeitgeber erweitert wird. Ferner müssen Arbeitgeber generell dafür sensibilisiert werden, dass ihre studierenden Arbeitnehmer einer hohen Belastung durch die Vereinbarkeit von Erwerbstätigkeit, Lernen und Leben ausgesetzt sind. Auch Arbeitgeber stehen daher in der Verantwortung, Maßnahmen zu initiieren, die die Studierenden entlasten. Beispielsweise können innerhalb eines Unternehmens Stammtische für alle

Berufstätigen, die sich gleichzeitig weiterbilden, gegründet werden, damit eine Möglichkeit zum Austausch besteht. Zusätzlich könnten die Arbeitgeber die Flexibilität erhöhen, sodass beispielsweise in Prüfungsphasen weniger gearbeitet wird und die verlorene Arbeitszeit im Anschluss nachgeholt wird.

Um nachhaltige Lösungskonzepte zu entwickeln, ist daher die Interaktion verschiedener Akteure unerlässlich. Dazu gehört auch die Unterstützung seitens der Politik. Die Unterschiede im Kohärenzgefühl aufgrund des Studienzeitmodells zeigen, dass flexible Maßnahmen konzipiert werden müssen, die an die individuellen Bedürfnisse der Studierenden angepasst werden können. Die Kosten, die Arbeitgebern, Krankenkassen und Hochschulen durch diese Kooperation entstehen, sollten durch das gesteigerte Kohärenzgefühl und das höhere Wohlbefinden der berufsbegleitend Studierenden kompensiert werden.

3.2 Perspektiven

Diese Arbeit beleuchtet zwei gesellschaftliche Entwicklungen. Zum einen gewinnt Gesundheit als wesentlicher Bestandteil von Lebensqualität zunehmend an Relevanz (WHO, 1986). Zum anderen nimmt die Anzahl von berufsbegleitend Studierenden stetig zu (Matusiewicz et al., 2017). Ziel dieser Arbeit ist es, die beiden Tendenzen auf Basis des bestehenden Forschungsstandes zusammenzuführen.

3.2.1 Einordnung der Ergebnisse in den wissenschaftlichen Kontext

Die Forschungsfrage, ob ein signifikanter Unterschied im Kohärenzgefühl zwischen den verschiedenen Studienzeitmodellen besteht, lässt sich zum einen in die Theorie der Salutogenese und zum anderen in die Thematik der Work-Learn-Life-Balance einordnen. Unter anderem stellen knappe zeitliche Ressourcen für die Orientierung im Hochschulsystem und die Herausforderung die Lebensbereiche Studium, Familie und Arbeit zu vereinbaren, stressbegünstigende Faktoren für berufsbegleitend Studierende dar (Evans, Brown, Timmins & Nicholl, 2007; Giacobbi et al., 2007). Die Auswirkungen von Stressoren sind in der Wissenschaft umstritten. In Abhängig der Bewältigungsart und den Eigenschaften eines Stressors, können diese auch positive Effekte auf die Gesundheit haben (Franke, 2012). Tegtmeier und Hellert (2015) beschreiben ein berufsbegleitendes Studium beispielsweise als aktive Freizeitgestaltung und sprechen dem Studium eine moderierende Funktion zwischen Beschäftigungsfähigkeit und Erholung zu. Brunner & Kada (2011) hingegen betrachten ein berufsbegleitendes Studium als

persönliche und berufliche Weiterentwicklungsmöglichkeit, mit der zugleich ein erhöhtes Maß an Belastungen einhergeht. Die Überzeugung, eigene Ressourcen im Umgang mit aufkommenden Stressoren konstruktiv nutzen zu können, wird durch das Kohärenzgefühl beschrieben (Franke, 2012). Je höher das Kohärenzgefühl ausgeprägt ist, umso mehr ist sich eine Person darüber bewusst, Herausforderungen mit eigenen Ressourcen begegnen zu können (Antonovsky, 1979). Bezogen auf die ressourcenorientierte Theorie der Salutogenese kann festgestellt werden, dass Abendstudierenden zumeist weniger zeitliche Bewältigungsressourcen zur Verfügung stehen als ihren Kommilitonen der Studienzeitmodelle Tag und Wochenende. Die geringere Ausprägung gibt den Hinweis, dass ein gesundheitsfördernder Handlungsbedarf zur Unterstützung dieser Gruppe von Studierenden vorliegt. Ein Grund für die niedrige Ausprägung des S-SOC der Abendstudierenden kann auf eine unausgeglichene Work-Learn-Life-Balance zurückgeführt werden.

3.2.2 Möglichkeiten weiterer anwendungswissenschaftlicher Optionen

Die Forschungsergebnisse dieser Arbeit stellen die Basis für weiterführende wissenschaftliche Arbeiten dar. Die externe Validität der Ergebnisse kann durch eine weitere Erhebung mit einer höheren Stichprobe überprüft werden. Ein Vergleich von Stichproben aus unterschiedlichen FOM Standorten und Studiengängen ist eine Möglichkeit, die Thematik des Kohärenzgefühls von berufsbegleitend Studierenden näher zu untersuchen. Es stellt sich beispielsweise die Frage, ob das Kohärenzgefühl bei Studierenden des Bachelorstudiengangs Gesundheitspsychologie & Medizinpädagogik aufgrund des eingeschlagenen Berufs- und Bildungsweges sowie einem daraus resultierenden Interesse an gesundheitsbezogenen Themen höher ausgeprägt ist als bei Studierenden anderer Studiengänge.

Zusätzlich könnten Interaktionseffekte mit den Studienzeitmodellen betrachtet werden. Eine Untersuchung zwischen Bachelor- und Masterstudierenden könnte Aufschluss darüber geben, ob sich angeeignete Kenntnisse im wissenschaftlichen Arbeiten positiv auf die Bewältigungsressourcen und somit auf das Kohärenzgefühl auswirken. Erste Anzeichen dafür zeigen sich im Item „Das Studieren an der FOM München ist für mich voller Routine“. Mit fortschreitendem Semester steigt die durchschnittliche Bewertung der berufsbegleitend Bachelorstudierenden. Um statistische Aussagen treffen zu können, müssen jedoch die unterschiedlichen Größen der Gruppen berücksichtigt werden. Ob sich die Steigerung

des Kohärenzgefühls über den Übergang in das Masterstudium erstreckt und bestätigen lässt, kann daher Forschungsgegenstand zukünftiger Untersuchungen mit ähnlich großen Stichprobenumfängen sein.

Einen weiteren Erkenntnisgewinn dieser Arbeit stellt das Analyseergebnis dar, dass das gewählte Studienzeitsmodell mit der wöchentlichen Arbeitszeit der berufsbegleitend Studierenden korreliert. Der ursprüngliche U-SOC-K nach Gräser (2003) richtet sich an Angestellte wissenschaftlicher Einrichtungen und der adaptierte S-SOC nach Brunner et al. (2009) an Studierende. Berufsbegleitend Studierende sind gleichzeitig Arbeitnehmer und Studierende. Hierbei sind sie in ein Netzwerk von unterschiedlichen Institutionen eingebunden. Eine weiterführende Arbeit könnte sich mit der Thematik beschäftigen, das Kohärenzgefühl berufsbegleitend Studierender sowohl im Setting der Arbeitsstätte als auch im Setting der Hochschule zu untersuchen.

Für weiteren Erkenntniszuwachs hinsichtlich der Analyse des gesundheitlichen Zustands berufsbegleitend Studierender kann der Zusammenhang des Kohärenzgefühls mit weiteren gesundheitsbezogenen Konstrukten untersucht werden. Das Kohärenzgefühl weist beispielsweise eine positive Korrelation mit Merkmalen des Wohlbefindens auf (Singer & Brähler, 2007). Zur Operationalisierung der subjektiven Lebensqualität bietet sich der Fragebogen WHOQOL-BREF an (Brunner et al., 2009). Dieser umfasst die Subskalen psychisches Wohlbefinden, physisches Wohlbefinden, Umwelt, soziale Beziehungen und globale Einschätzung der subjektiven Lebensqualität (Angermeyer, Kilian & Matschinger, 2000). Dieser Ansatz könnte die Messung des Kohärenzgefühls ergänzen.

Es gilt abschließend, die Gesundheit berufsbegleitend Studierender weiter zu untersuchen, um adäquate Maßnahmen für deren Gesundheitsförderung zu entwickeln. Die steigenden Studierendenzahlen untermauern die Notwendigkeit (Matusiewicz et al., 2017). Studierende benötigen bei der Herausforderung, Arbeit, Lernen und Leben zu vereinbaren, Unterstützung durch ihr Umfeld. Eine wesentliche Rolle in dieser sozialen Umgebung spielt die Hochschule neben weiteren Akteuren. Ziel der Lösungsansätze sollte es sein, den berufsbegleitend Studierenden zu vermitteln, Krankheit nicht nur zu meiden, sondern die eigene Gesundheit aktiv zu fördern.

Literaturverzeichnis

- Ando, M., Natsume, T., Kukihara, H., Shibata, H. & Ito, S. (2011). Efficacy of mindfulness-based meditation therapy on the sense of coherence and mental health of nurses. *Health*, 03 (02), 118–122. <https://doi.org/10.4236/health.2011.32022>
- Angermeyer, M. C., Kilian, R. & Matschinger, H. (2000). WHOQOL - 100 und WHOQOL - BREF. Handbuch für die deutschsprachige Version der WHO-Instrumente zur Erfassung von Lebensqualität. Göttingen: Hogrefe.
- Antoni, C. H., Friedrich, P., Haunschild, A., Josten, M. & Meyer, R. (Hrsg.). (2013). *Work-Learn-Life-Balance in der Wissensarbeit. Herausforderungen, Erfolgsfaktoren und Gestaltungshilfen für die betriebliche Praxis*. Wiesbaden: Springer Fachmedien Wiesbaden. <https://doi.org/10.1007/978-3-658-04079-6>
- Antonovsky, A. (1979). *Health, stress, and coping: New perspectives on mental and physical well-being*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Antonovsky, A. (1997). Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit (Forum für Verhaltenstherapie und psychosoziale Praxis, Bd. 36). (A. Franke, erw. Übers.). Tübingen: dgvt Verlag. (Original erschienen 1987: *Unraveling the mystery of health. How people manage stress and stay well*)
- Belschner, W., Gräser, S., Hellmann, A., Meis, M., Scheibler-Meissner, P. M. & Schmitt, A. (2002). *Arbeitsplatz Universität. Die Oldenburger Studie zum Gesundheitsmanagement (Studien zur Gesundheitsförderung, Bd. 4)*. Oldenburg: Bibliotheks- und Informationssystem der Universität Oldenburg.
- Bengel, J., Strittmatter, R. & Willmann, H. (1998). Was erhält Menschen gesund? Antonovskys Modell der Salutogenese - Diskussionsstand und Stellenwert (Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung, Bd. 6). Köln: BZgA.
- Borgwardt, A. (2016). *Akademische Weiterbildung. Eine Zukunftsaufgabe für Hochschulen (Schriftenreihe Hochschulpolitik, Bd. 13)*. Berlin: Friedrich-Ebert-Stiftung.

- Brunner, E., Maier, M., Gritsch, A. & Jenull, B. (2009). Die Universität – ein kohärentes Setting? Prävention und Gesundheitsförderung, 4 (1), 66–70. <https://doi.org/10.1007/s11553-008-0149-6>
- Brunner, E. & Kada, O. (2011). Berufsbegleitend studieren - ein Gesundheitsrisiko? Konzeption und Umsetzung einer Lehrveranstaltung zum Thema "Gesundheitsförderung". Pflegewissenschaft, 3, 156–161.
- Chang-Gusko, Y.-S. & Schulte-Meßtorff, C. (2015). Niederschwellige Achtsamkeitsinterventionen bei Schülern. Psychologie-Unterricht, 9, 26–27.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2. Aufl.). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Cohen, J. (1992). A power primer. *Psychological Bulletin*, 112 (1), 155–159. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.112.1.155>
- Döring, N. & Bortz, J. (2016). *Forschungsmethoden und Evaluation in den Sozial- und Humanwissenschaften*. Berlin, Heidelberg: Springer Berlin Heidelberg. <https://doi.org/10.1007/978-3-642-41089-5>
- Eriksson, M. & Lindström, B. (2005). Validity of Antonovsky's sense of coherence scale. A systematic review. *Journal of epidemiology and community health*, 59 (6), 460–466. <https://doi.org/10.1136/jech.2003.018085>
- Evans, W., Brown, G., Timmins, F. & Nicholl, H. (2007). An exploratory study identifying the programme related stressors amongst qualified nurses completing part-time degree courses. *Nurse education today*, 27 (7), 731–738. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2006.10.015>
- Franke, A. (2012). *Modelle von Gesundheit und Krankheit (Programmbereich Gesundheit, 3., überarb. Aufl.)*. Bern: Huber.
- Giacobbi, P. R., Tuccitto, D. E. & Frye, N. (2007). Exercise, affect, and university students' appraisals of academic events prior to the final examination period. *Psychology of Sport and Exercise*, 8 (2), 261–274. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2006.04.001>
- Gräser, S. (2003). *Hochschule und Gesundheit. Salutogenese am Arbeitsplatz Universität*. Lengerich: Pabst.

- Hakanen, J. J., Feldt, T. & Leskinen, E. (2007). Change and stability of sense of coherence in adulthood. Longitudinal evidence from the Healthy Child study. *Journal of Research in Personality*, 41 (3), 602–617. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2006.07.001>
- Heidenreich, T. & Michalak, J. (2003). Achtsamkeit («Mindfulness») als Therapieprinzip in Verhaltenstherapie und Verhaltensmedizin. *Verhaltenstherapie*, 13 (4), 264–274. <https://doi.org/10.1159/000075842>
- Josten, M. (2013). Im magischen Dreieck von Arbeiten - Lernen - Leben. In C. H. Antoni, P. Friedrich, A. Haunschild, M. Josten & R. Meyer (Hrsg.), *Work-Learn-Life-Balance in der Wissensarbeit. Herausforderungen, Erfolgsfaktoren und Gestaltungshilfen für die betriebliche Praxis* (S. 11–16). Wiesbaden: Springer Fachmedien Wiesbaden.
- Kirsch, A.-S., Laemmert, P. & Tittlbach, S. (2017). Gesundheitliche Anforderungen und Ressourcen von Studierenden. *Prävention und Gesundheitsförderung*, 12 (3), 181–188. <https://doi.org/10.1007/s11553-017-0584-3>
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Matusiewicz, D., Krol, B., Stender, T. & Lux, G. (2017). Gesundheitsreport berufstätig Studierender. Analyse zur Gesundheitsförderung in Studium und Beruf, Zahlungsbereitschaft und Nutzung digitaler Medien. *Gesundheitsökonomie & Qualitätsmanagement*, 22, 1–8. <https://doi.org/10.1055/s-0043-117201>
- Möllenbeck, D. (2011). *Gesundheitsförderung im Setting Universität. Verbreitung und Effekte sportlicher Aktivität bei Studierenden – eine salutogenetische Untersuchung* (Reihe Junge Sportwissenschaft, Bd. 14). Schorndorf: Hofmann.
- North, P. (2013). Wissensarbeit - Wertschöpfung im Wandel. In C. H. Antoni, P. Friedrich, A. Haunschild, M. Josten & R. Meyer (Hrsg.), *Work-Learn-Life-Balance in der Wissensarbeit. Herausforderungen, Erfolgsfaktoren und Gestaltungshilfen für die betriebliche Praxis* (S. 21–38). Wiesbaden: Springer Fachmedien Wiesbaden.
- Popper, K. (1935). *Logik der Forschung. Zur Erkenntnistheorie der Modernen Naturwissenschaft* (Schriften zur Wissenschaftlichen Weltauffassung). Vienna: Springer Vienna. <https://doi.org/10.1007/978-3-7091-4177-9>

- Rasch, B., Friese, M., Hofmann, W. & Naumann, E. (2010). *Quantitative Methoden 2. Einführung in die Statistik für Psychologen und Sozialwissenschaftler* (3. Aufl.). Berlin: Springer.
- Razali, N. M. & Wah, Y. B. (2011). Power comparisons of Shapiro-Wilk, Kolmogorov-Smirnov, Lilliefors and Anderson-Darling tests. *Journal of Statistical Modeling and Analytics*, 2 (1), 21–33.
- Schirmer, K. (2017). Work-Learn-Life-Balance. Temporale Vereinbarkeitsstrategien von berufsbegleitenden Studierenden in der wissenschaftlichen Weiterbildung. In W. Seitter (Hrsg.), *Zeit in der wissenschaftlichen Weiterbildung* (S. 21–46). Wiesbaden: Springer Fachmedien Wiesbaden. https://doi.org/10.1007/978-3-658-17999-1_2
- Schumann, W. (2007). Strukturwandel an den Hochschulen–Konsequenzen für die psychosoziale Situation von Studierenden. *Verhaltenstherapie und psychosoziale Praxis*, 4, 817–827.
- Singer, S. & Brähler, E. (2007). Die »Sense of Coherence Scale«. *Testhandbuch zur deutschen Version* (1. Aufl.). Göttingen: Vandenhoeck Ruprecht.
- Steinskog, D. J., Tjøstheim, D. B. & Kvamstø, N. G. (2007). A Cautionary Note on the Use of the Kolmogorov–Smirnov Test for Normality. *Monthly Weather Review*, 135 (3), 1151–1157. <https://doi.org/10.1175/MWR3326.1>
- Tegtmeier, P. & Hellert, U. (2015). Wie gelingt die Erholung bei einem Studium neben dem Beruf? *Zeitschrift für Arbeitswissenschaft*, 69 (1), 13–21. <https://doi.org/10.1007/BF03373932>
- Weissbecker, I., Salmon, P., Studts, J. L., Floyd, A. R., Dedert, E. A. & Sephton, S. E. (2002). Mindfulness-Based Stress Reduction and Sense of Coherence Among Women with Fibromyalgia. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, 9 (4), 297–307. <https://doi.org/10.1023/A:1020786917988>

Internetquellen

- Chang-Gusko, Y.-S. (2012). Wie alltagstauglich ist die Achtsamkeit? – Pilotstudiendesign zur Implementierung einer Methode zur Stressbewältigung in den Vorlesungsplan der Studenten der FOM, Hamburg, unter: http://www.gesundheitsfoerdernde-hochschulen.de/Inhalte/A_Arbeitskreis/A5_Was_machen_wir/A5a_Schwarzes_Brett/2013_09_13_Pilotstudiendesign_Chang_Gusko.pdf (Zugriff am 01.03.2018)
- Engelke, J., Müller, U. & Röwert, R. (2017). Erfolgsgeheimnisse privater Hochschulen. Wie Hochschulen atypische Studierende gewinnen und neue Zielgruppen erschließen können, CHE gemeinnütziges Centrum für Hochschulentwicklung, unter: https://www.che.de/downloads/Im_Blickpunkt_Erfolgsgeheimnisse_privater_Hochschulen.pdf (Zugriff am 01.03.2018.)
- FIBAA (2012). FIBAA-Systemakkreditierung Hochschule für Oekonomie & Management (FOM), Essen. Gutachten, unter: http://www.fibaa.org/fileadmin/uploads/content_uploads/120112_Gutachten_SysAkk_FOM_End.pdf (Zugriff am 01.03.2018)
- FOM (2015). Leitbild, FOM Hochschule für Oekonomie & Management, unter: https://www.fom.de/fileadmin/fom/downloads/diefom/FOM1200_Leitbild_2015_15_03_26.pdf (Zugriff am 01.03.2018)
- FOM (2016). Offizieller Startschuss für das ifgs Institut für Gesundheit und Soziales, FOM Hochschule für Oekonomie & Management, unter: <https://www.fom.de/2016/februar/offizieller-startschuss-fuer-das-ifgs-institut-fuer-gesundheit-und-soziales.html> (Zugriff am 01.03.2018)
- FOM (2017a). Grundordnung, FOM Hochschule für Oekonomie & Management, unter: https://campus.bildungszentrum.de/nfcampus/dc/31/Grundordnung_der_FOM.pdf (Zugriff am 01.03.2018)
- FOM (2017b). Handbuch für Münchner Studierende, FOM Hochschule für Oekonomie & Management, unter: <https://campus.bildungszentrum.de/nfcampus/dc/2545/HandbuchProzent20fProzentC3ProzentBCrProzent20MProzentC3ProzentBCnchenerProzent20Studierende.pdf> (Zugriff am 01.03.2018)

- FOM (2017c). Hochschulbereich Wirtschaft & Psychologie. Bachelor of Science (B.Sc.) Betriebswirtschaft & Wirtschaftspsychologie, FOM Hochschule für Oekonomie & Management, unter: https://www.fom.de/get/handout_bachelor-of-science-b-sc-in-betriebswirtschaft-und-wirtschaftspsychologie_827.pdf (Zugriff am 01.03.2018.)
- FOM (2017d). Qualitätsbericht 2017, FOM Hochschule für Oekonomie & Management, unter: https://www.fom.de/fileadmin/fom/downloads/diefom/FOM_QBericht2017_final.pdf (Zugriff am 01.03.2018)
- FOM forscht - Wissenschaftsblog der FOM Hochschule. (2017). Von Achtsamkeit bis Prüfungsangst: Kostenlose Online-Trainings zur Gesundheitsförderung, FOM Hochschule für Oekonomie & Management, unter: <http://www.fom-blog.de/2017/11/von-achtsamkeit-bis-pruefungsangst-kostenlose-online-trainings-zur-gesundheitsfoerderung/> (Zugriff am 01.03.2018)
- Hartung, S. & Rosenbrock, R. (2015). Settingansatz / Lebensweltansatz. Leitbegriffe der Gesundheitsförderung, Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, unter: <https://www.leitbegriffe.bzga.de/systematisches-verzeichnis/kernkonzepte-und-entwicklungen-der-gesundheitsfoerderung/settingansatz-lebensweltansatz/> (Zugriff am 01.03.2018)
- Lehrstuhl für Klinische Psychologie und Psychotherapie (2017a). StudiCare. Das Team, Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg, unter: <http://www.studicare.com/about> (Zugriff am 01.03.2018)
- Lehrstuhl für Klinische Psychologie und Psychotherapie (2017b). StudiCare. Onlinetrainings für Studierende, Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg, unter: <http://www.studicare.com/trainings> (Zugriff am 01.03.2018)
- Statistisches Bundesamt (2017). Gesundheitsausgaben nach Ausgabenträgern in Deutschland im Zeitraum der Jahre von 1992 bis 2015 (in Millionen Euro), Statista - Das Statistik-Portal, unter: <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/206198/umfrage/gesundheitsausgaben-nach-ausgabentraegern-in-deutschland/>. (Zugriff am 01.03.2018)
- Statistisches Bundesamt (2018). Anzahl der Studierenden in Deutschland im Wintersemester 2017/2018* nach Hochschulart, Statista - Das Statistik-Portal, unter: <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/1264/umfrage/anzahl-der-studenten-nach-hochschulart/> (Zugriff am 01.03.2018)

- TK (2014). Gesundheitsförderung an Hochschulen, Techniker Krankenkasse.. Verfügbar unter: <https://www.tk.de/resource/blob/2026636/f55b213879b922ba0e3755bd9b380429/gesundheitsfoerderung-an-hochschulen-data.pdf> (Zugriff am 01.03.2018)
- TK (2017a). Anti-Stress-Programm an Uni Kassel, Techniker Krankenkasse Landesverwaltung Hessen, unter: <https://www.tk.de/tk/regional/hessen/pressemitteilungen/943476> (Zugriff am 01.03.2018)
- TK (2017b). Hochschule in Hochform - gezieltes Engagement an und mit Hochschulen, Techniker Krankenkasse, unter: <https://www.tk.de/techniker/gesund-leben/life-balance/stress-im-studium/hochschule-in-hochform-2010266> (Zugriff am 01.03.2018)
- WHO (1986). Ottawa-Charta zur Gesundheitsförderung, World Health Organization, unter: http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0006/129534/Ottawa_Charter_G.pdf (Zugriff am 01.03.2018)
- Wissenschaftsrat (2016). Stellungnahme zur Reakkreditierung der FOM Hochschule für Oekonomie & Management, Essen, unter: <https://www.wissenschaftsrat.de/download/archiv/5419-16.pdf> (Zugriff am 01.03.2018)
- ZHS (n.d.). Das Angebot des ZHS München, Zentraler Hochschulsport, unter: <https://www.zhs-https://www.jurion.de/gesetze/wrv/153/> (Zugriff am 01.03.2018)

Anhang

Fragebogen

Students Sense of Coherence (S-SOC)

Hier geht es um Ihre Sicht von der Hochschule als Ganzes. Wenn Außenstehende von der FOM München sprechen, sehen sie nicht einzelne Studien- oder Jahrgänge, sondern für sie ist es ein großes Ganzes, eben DIE Hochschule. In den folgenden Aussagen geht es um Ihren globalen Eindruck, um das zusammenfassende Bild, um dieses Gefühl, das Sie für sich zur FOM München entwickelt haben. Bitte Antworten Sie, indem Sie bei jeder Aussage die für Sie zutreffende Zahl ankreuzen; also z.B. die 1 für „trifft überhaupt nicht zu“, wenn Sie die Aussage für sich vollkommen ablehnen oder die 7 für „trifft genau zu“, wenn die Aussage für Sie ganz genau stimmt.

Die FOM München hat für mich klare und durchsichtige Strukturen.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Ich habe das Gefühl, dass die Hochschule eine Bereicherung für mein Leben ist.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Ich kann oft nicht verstehen, dass sich Dinge an der Hochschule so entwickeln und nicht anders.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Ich glaube, dass ich auf den Verlauf der Dinge an der Hochschule Einfluss nehmen kann.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Das Studieren an der FOM München ist für mich voller Routine.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Wenn ich an der Hochschule mit einem schwierigen Problem konfrontiert bin, finden sich dort Menschen, die mir helfen, das Problem zu lösen.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Schwierigkeiten an der FOM sind Herausforderungen, um trotz allem weiter zu machen.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Ich habe oft das Gefühl, den Hochschulstrukturen völlig ausgeliefert zu sein.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Entscheidungen an der FOM München kann ich gut nachvollziehen.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

An der Hochschule zweifle ich oft am Sinn meines Tuns.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Wenn ein Problem in einem wichtigen Teil meines Studiums an der Hochschule auftaucht, ist es in jedem Fall möglich, eine Lösung zu finden.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Das Leben an der Hochschule ist ein einziges Chaos: ständig ereignen sich Dinge und Situationen, die nicht vorhersagbar sind.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Insgesamt habe ich den Eindruck, dass sich die Geschehnisse an der FOM München in meinem Interesse entwickeln.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

2. Angaben zur Person

Alter _____

Geschlecht

 männlich weiblich

Zeitmodell des Studiums

 Tag Abend Wochenende

Aktuelles Semester

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Arbeitszeitmodell

 Teilzeit unter oder genau 24 Stunden pro Woche Teilzeit über 24 Stunden pro Woche VollzeitStudiengang

Folgende Bände sind bisher in dieser Reihe erschienen:

Band 1 (2016)

Bihlmayer, Christian / Peric, Christina Maria
Beiträge zu Gesundheitswissenschaften und -management
ISSN 2367-3176 (Print) – ISSN 2569-5274 (eBook)

Band 2 (2016)

Hoppenstedt, Inga
Der Nutzen eines betrieblichen Gesundheitsmanagements am Beispiel von
Suchtprävention am Arbeitsplatz
ISSN 2367-3176 (Print) – ISSN 2569-5274 (eBook)

Band 3 (2016)

Schaff, Arnd
Betriebliches Gesundheitsmanagement als Investition – Projektmanagement und
Wirtschaftlichkeit
ISSN 2367-3176 (Print) – ISSN 2569-5274 (eBook)

Band 4 (2016)

Hildebrandt, Stephanie
Chancen und Risiken einer qualitätsorientierten Finanzierung für die Kranken-
häuser in Deutschland
ISSN 2367-3176 (Print) – ISSN 2569-5274 (eBook)

Band 5 (2016)

Lapczynna, Carmen / Siodlaczek, Claudia
Nosokomiale Infektionen und multiresistente Erreger – Hygienische versus wirt-
schaftliche Faktoren
ISSN 2367-3176 (Print) – ISSN 2569-5274 (eBook)

Band 6 (2017)

Huppertz, Holger
Durchdringung der G-BA QM-Richtlinie in einem Universitätsklinikum
ISSN 2367-3176 (Print) – ISSN 2569-5274 (eBook)

Band 7 (2017)

Matusiewicz, David

Verbesserung der Therapietreue in Apotheken.

Eine verhaltensökonomische Studie

ISSN 2367-3176 (Print) – ISSN 2569-5274 (eBook)

Band 8 (2017)

Kusch, Christina

Corporate Governance in Universitäts- und Privatkliniken

ISSN 2367-3176 (Print) – ISSN 2569-5274 (eBook)

Band 9 (2017)

Geißler, Jens

Die Digitalisierung von Geschäftsprozessen in der gesetzlichen Kranken- und Unfallversicherung als Herausforderung für das Management

ISSN 2367-3176 (Print) – ISSN 2569-5274 (eBook)

Band 10 (2018)

Mehmet Ali, Takis

Demokratische Planwirtschaft im Gesundheitswesen.

Eine verfassungsrechtliche, ordnungs- und gesellschaftspolitische Analyse

ISSN 2367-3176 (Print) – ISSN 2569-5274 (eBook)

Band 11 (2018)

Boroch, Wilfried

Dimensionen allgemeiner Gesundheitspolitik.

Eine modifizierte Anordnung nach Kriterien der engen, weiten und praxisbezogenen Anwendung

ISSN 2367-3176 (Print) – ISSN 2569-5274 (eBook)

Band 12 (2018)

Furtmayr, Angelika

Die Entwicklung in Gesundheitsförderung und Prävention im Setting Schule seit Einführung des Präventionsgesetzes

ISSN 2367-3176 (Print) – ISSN 2569-5274 (eBook)

ISSN (Print) 2367-3176

ISSN (eBook) 2569-5274



Institut für **Gesundheit & Soziales**
der FOM Hochschule
für Oekonomie & Management

FOM Hochschule

ifgs

FOM. Die Hochschule. Für Berufstätige.

Die mit bundesweit über 50.000 Studierenden größte private Hochschule Deutschlands führt seit 1993 Studiengänge für Berufstätige durch, die einen staatlich und international anerkannten Hochschulabschluss (Bachelor/Master) erlangen wollen.

Die FOM ist der anwendungsorientierten Forschung verpflichtet und verfolgt das Ziel, adaptionsfähige Lösungen für betriebliche bzw. wirtschaftsnahe oder gesellschaftliche Problemstellungen zu generieren. Dabei spielt die Verzahnung von Forschung und Lehre eine große Rolle: Kongruent zu den Masterprogrammen sind Institute und KompetenzCentren gegründet worden. Sie geben der Hochschule ein fachliches Profil und eröffnen sowohl Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern als auch engagierten Studierenden die Gelegenheit, sich aktiv in den Forschungsdiskurs einzubringen.

Weitere Informationen finden Sie unter fom.de

Das ifgs der FOM wurde 2015 durch Prof. Dr. habil. Manfred Cassens und Prof. Dr. David Matusiewicz gegründet. Es nimmt Aufgaben der Forschung und Entwicklung sowie des Wissenstransfers und der Innovationsförderung im Bereich des Gesundheits- & Sozialmanagements an der Schnittstelle zwischen Wissenschaft und Praxis wahr.

Schwerpunkte liegen dabei auf den Bereichen:

- Gesundheits- & Sozialmanagement
- Public Health/Gesundheitswissenschaften
- Gesundheitsökonomie
- Gesundheitspolitik
- Digitale Gesundheit
- Routinedaten im Gesundheitswesen
- Evidence based Public Health (EbPH)
- Versorgungsforschung

Weitere Informationen finden Sie unter fom.de/ifgs



Unter dem Titel »FOM forscht« gewähren Hochschullehrende der FOM Einblick in ihre Projekte. Besuchen Sie den Blog unter fom-blog.de