

## Allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung

### Einleitung

Die allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung ist eine wichtige personale Ressource für den Umgang mit den Anforderungen des Alltags. Sie beschreibt die subjektive Überzeugung, schwierige Anforderungssituationen aus eigener Kraft erfolgreich bewältigen zu können (Hinz et al., 2006; Jerusalem & Schwarzer, o. J.; Schwarzer & Jerusalem, 1999). Ihr liegt die Annahme zugrunde, dass Menschen ihre Erfolgs- und Misserfolgserfahrungen bilanzieren und aus der Summe aller Erfahrungen eine globale Einschätzung bilden, wie erfolgreich sie neue Herausforderungen meistern können. Konkret bedeutet dies, dass sie die an sie gestellten Anforderungen mit den eigenen wahrgenommenen Kompetenzen abwägen. Menschen mit einer hohen allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung sind demnach davon überzeugt, schwierige Anforderungen aufgrund eigener Kompetenzen bewältigen zu können.

Unter anderem in der Gesundheits-, der Arbeits- und Organisations- sowie der Bildungspsychologie nehmen das Konzept und die Erforschung der allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung einen hohen Stellenwert ein. Sie ist eine essenzielle personale Ressource in vielen Theorien und Modellen des Gesundheitsverhaltens, z. B. im *Health Action Process Approach* (HAPA; Schwarzer, 2007), und korreliert positiv mit gesundheitsbezogenem Verhalten, etwa körperlicher Bewegung (Sheeran et al., 2016). Zudem gilt sie als veränderbar und kann auch im hochschulischen Kontext durch gezielte Interventionen und Feedback zum Fortschritt von Lernenden gefördert werden (Bresó et al., 2011; Duijnhouwer et al., 2010).

Die Motivation und Leistung von Studierenden werden von der allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung beeinflusst. Sie hat sich als Prädiktor für Bemühung, Ausdauer, emotionale Reaktion und Handlungsentscheidungen bei Lernenden erwiesen (Zimmerman, 2000) und hat einen Effekt auf die Fähigkeiten und Leistungen von Studierenden, z. B. bei Klausuren, Hausarbeiten und Berichten (Dinther et al., 2011; Pajares, 1996). Außerdem gilt die allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung als protektiv in Bezug auf psychische Erkrankungen (Schönfeld et al., 2019) und korreliert mit funktionalen Strategien zur Stressbewältigung (z. B. aktive Bewältigung, positive Umdeutung sowie Akzeptanz).

### Methode

Die Erfassung der allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung erfolgte mithilfe eines etablierten Selbstbeurteilungsinstruments (Schwarzer & Jerusalem, 1999). Darin werden die Studierenden unter anderem gefragt, inwiefern sie der Meinung sind, mit überraschenden Ereignissen gut zurechtzukommen, oder inwieweit sie Schwierigkeiten gelassen entgegenblicken, weil sie auf ihre eigenen Fähigkeiten vertrauen. Das Antwortformat ist vierstufig: „trifft nicht zu“ (1), „trifft kaum zu“ (2), „trifft eher zu“ (3), „trifft genau zu“ (4). Die hier eingesetzte Kurzform besteht aus vier Items. Der Skalenwert entspricht der Summe aller Antwortwerte dieser Items (Range: 4–16), wobei höhere Werte eine höhere Selbstwirksamkeitserwartung widerspiegeln. Berichtet werden die Mittelwerte dieser Summenwerte.

Zitiervorschlag: Dastan, B., Granse, M., Gusy, B., Jochmann, A., Krause, S., Lesener, T., Opper, F., & Wolter, C. (2023). Wie gesund sind Studierende der Freien Universität Berlin? Ergebnisse der Befragung 01/23 (Schriftenreihe des AB Public Health: Prävention und psychosoziale Gesundheitsforschung: Nr. 01/P23). Berlin: Freie Universität Berlin.

## Kernaussagen

- Die befragten Studierenden der FU Berlin schätzen ihre Selbstwirksamkeitserwartung als eher hoch ein ( $M=11,0$ ).
- Männliche Studierende geben eine signifikant höhere Selbstwirksamkeitserwartung an als weibliche ( $\text{♀: } M=10,8$  vs.  $\text{♂: } M=11,5$ ).
- Im Vergleich zur 2021 durchgeführten Befragung ist die Selbstwirksamkeitserwartung insgesamt im Mittel signifikant geringer ( $M=11,0$  vs.  $M=11,2$ ).
- Im Vergleich zur bundesweiten Befragung Studierender in Deutschland 2017 berichten die 2023 an der FU Berlin befragten Studierenden von einer signifikant geringeren Selbstwirksamkeitserwartung ( $M=11,0$  vs.  $M=11,9$ ).

## Ergebnisse

Die 2023 befragten Studierenden der FU Berlin berichten durchschnittlich eine eher hohe Selbstwirksamkeitserwartung von  $M=11,0$  (Skala: 4–16). Diese ist bei weiblichen Studierenden signifikant niedriger ausgeprägt als bei männlichen Studierenden ( $\text{♀: } M=10,8$  vs.  $\text{♂: } M=11,5$ ; vgl. Abbildung 1).

Die Befragten verschiedener Fachbereiche unterscheiden sich nur gering in ihrer Selbstwirksamkeitserwartung. Studierende des Fachbereichs Geschichts- und Kulturwissenschaften weisen mit einem Mittelwert von  $M=10,6$  den geringsten Wert auf. Studierende der Fachbereiche Geowissenschaften, Politik- und Sozialwissenschaften, Erziehungswissenschaft und Psychologie sowie Wirtschaftswissenschaft haben mit Mittelwerten von  $M=11,2$  das größte Ausmaß an Selbstwirksamkeitserwartung (vgl. Abbildung 2).

## Einordnung

Im Vergleich zur 2021 durchgeführten Befragung ist die Selbstwirksamkeitserwartung insgesamt im Mittel signifikant geringer ( $M=11,0$  vs.  $M=11,2$ ). Dies geht ausschließlich auf die weiblichen Studierenden zurück ( $M=10,8$  vs.  $M=11,1$ ), bei den männlichen Studierenden zeigt sich hingegen kein Unterschied ( $M=11,5$  vs.  $M=11,5$ ; vgl. Abbildung 1).

In den meisten Fachbereichen sind nur geringfügige Unterschiede zur 2021 durchgeführten Befragung zu beobachten (vgl. Abbildung 2). In den Fachbereichen Geschichts- und Kulturwissenschaften sowie Biologie, Chemie, Pharmazie ist die Selbstwirksamkeitserwartung 2023 tendenziell niedriger ausgeprägt als 2021 (-0,5 Punkte).

Die zeitliche Entwicklung der Ausprägung der Selbstwirksamkeitserwartung von 2014 bis 2023 kann in Tabelle 1 abgelesen werden.

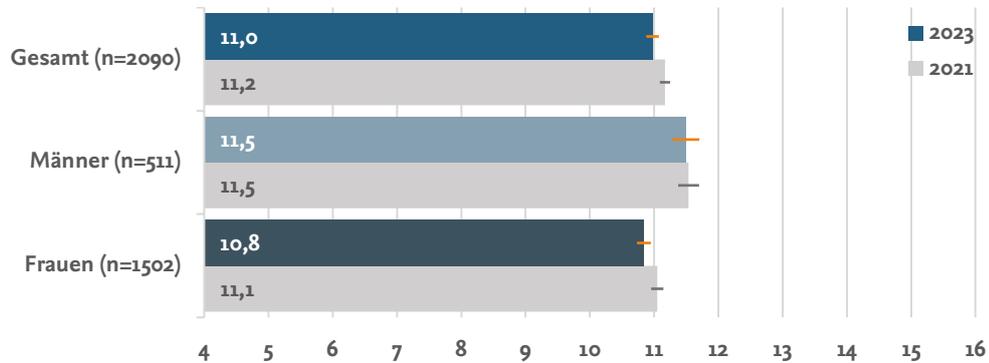
Im Vergleich zur bundesweiten Befragung Studierender in Deutschland 2017 schätzen die 2023 befragten Studierenden der FU Berlin ihre Selbstwirksamkeitserwartung im Durchschnitt als signifikant niedriger ein ( $M=11,0$  vs.  $M=11,9$ ). Das gilt sowohl für die weiblichen ( $M=10,8$  vs.  $M=11,7$ ) als auch für die männlichen Studierenden ( $M=11,5$  vs.  $M=12,3$ ; vgl. Tabelle 2).

## Literatur

- Bresó, E., Schaufeli, W. B. & Salanova, M. (2011). Can a self-efficacy-based intervention decrease burnout, increase engagement, and enhance performance? A quasi-experimental study. *Higher Education*, 61(4), 339–355. <https://doi.org/10.1007/s10734-010-9334-6>
- Dinther, M. van, Dochy, F. & Segers, M. (2011). Factors affecting students' self-efficacy in higher education. *Educational Research Review*, 6(2), 95–108. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2010.10.003>
- Duijnhouwer, H., Prins, F. J. & Stokking, K. M. (2010). Progress feedback effects on students' writing mastery goal, self-efficacy beliefs, and performance. *Educational Research and Evaluation*, 16(1), 53–74. <https://doi.org/10.1080/13803611003711393>
- Jerusalem, M. & Schwarzer, R. (o. J.). *Allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung (SWE): Beschreibung der psychometrischen Skala*. <http://userpage.fu-berlin.de/~health/germscal.htm>
- Pajares, F. (1996). Self-efficacy beliefs in academic settings. *Review of Educational Research*, 66(4), 543–578.
- Schönfeld, P., Brailovskaia, J., Zhang, X. C. & Margraf, J. (2019). Self-Efficacy as a Mechanism Linking Daily Stress to Mental Health in Students: A Three-Wave Cross-Lagged Study. *Psychological Reports*, 122(6), 2074–2095. <https://doi.org/10.1177/0033294118787496>
- Schwarzer, R. (2007). *The Health Action Process Approach (HAPA) Assessment Tools*. [http://userpage.fu-berlin.de/~health/hapa\\_assessment.pdf](http://userpage.fu-berlin.de/~health/hapa_assessment.pdf)
- Schwarzer, R. & Jerusalem, M. (1999). *Skalen zur Erfassung von Lehrer- und Schülermerkmalen: Dokumentation der psychometrischen Verfahren im Rahmen der wissenschaftlichen Begleitung des Modellversuchs Selbstwirksame Schulen*. Freie Universität, Institut für Arbeits-, Organisations- und Gesundheitspsychologie.
- Sheeran, P., Maki, A., Montanaro, E., Avishai-Yitshak, A., Bryan, A., Klein, W. M. P., Miles, E. & Rothman, A. J. (2016). The impact of changing attitudes, norms, and self-efficacy on health-related intentions and behavior: A meta-analysis. *Health Psychology*, 35(11), 1178–1188. <https://doi.org/10.1037/hea0000387>
- Zimmerman, B. J. (2000). Self-Efficacy: An Essential Motive to Learn. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 82–91. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1016>

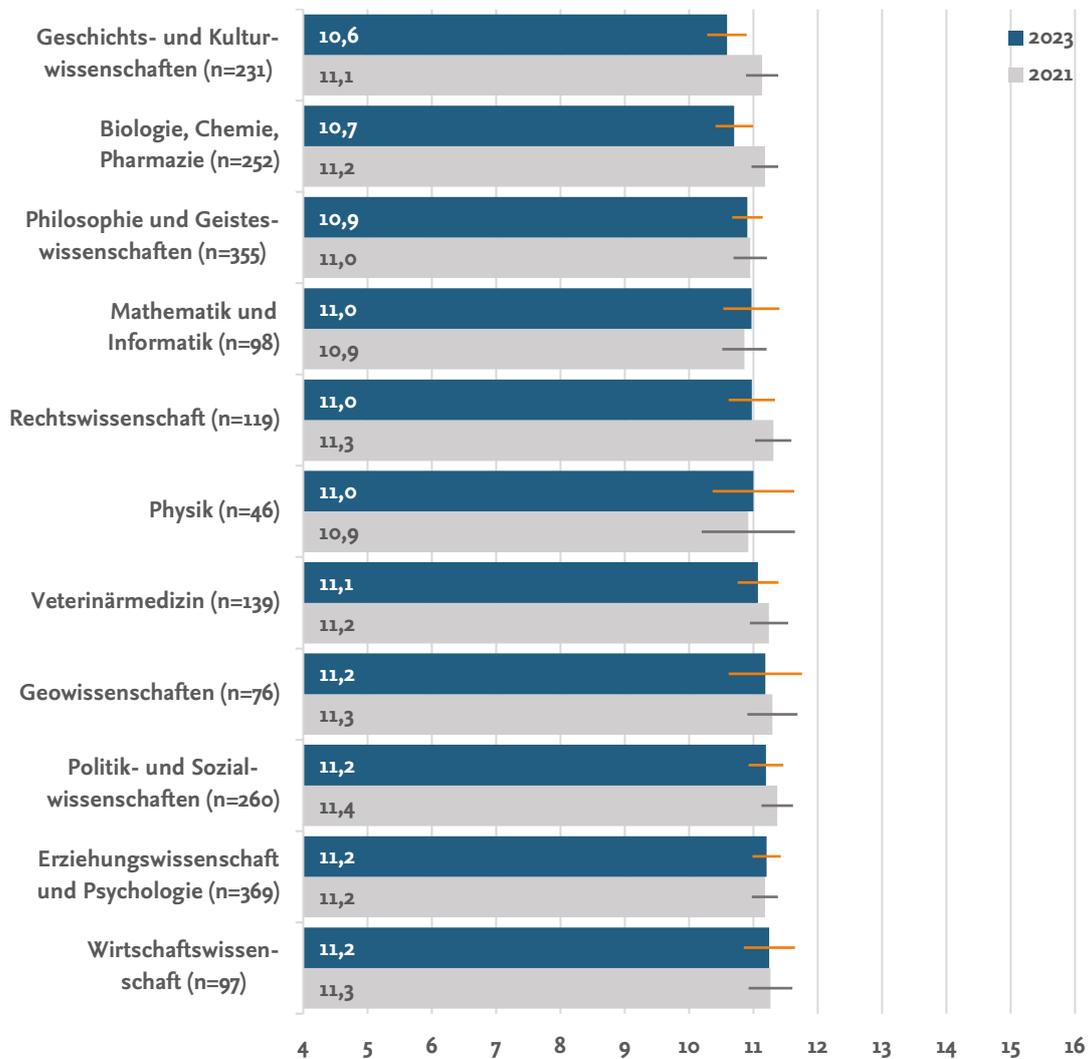
Grafische Ergebnisdarstellung

Abbildung 1: Allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung, differenziert nach Geschlecht



Anmerkung: Mittelwerte auf einer Skala von 4 bis 16 mit 95 %-Konfidenzintervall

Abbildung 2: Allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung, differenziert nach Fachbereichen



Anmerkung: Mittelwerte auf einer Skala von 4 bis 16 mit 95 %-Konfidenzintervall

Tabelle 1: Allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung bei Studierenden der FU Berlin im Zeitverlauf der Befragungen

	UHR FU 2023 M (95 %-KI)	UHR FU 2021 M (95 %-KI)	UHR FU 2019 M (95 %-KI)	UHR FU 2016 M (95 %-KI)	UHR FU 2014 M (95 %-KI)
Gesamt	n=2090 11,0 (10,9–11,1)	n=2794 11,2 (11,1–11,3)	n=3275 11,2 (11,1–11,3)	n=2607 11,4 (11,3–11,5)	n=2376 11,4 (11,3–11,5)
Männer	n=511 11,5 (11,3–11,7)	n=740 11,5 (11,4–11,7)	n=876 11,8 (11,7–12,0)	n=756 11,8 (11,6–12,0)	n=741 11,8 (11,6–11,9)
Frauen	n=1502 10,8 (10,7–10,9)	n=2007 11,1 (11,0–11,1)	n=2353 11,0 (10,9–11,0)	n=1817 11,2 (11,1–11,3)	n=1635 11,2 (11,1–11,3)

Anmerkung: Mittelwerte auf einer Skala von 4 bis 16 mit 95 %-Konfidenzintervall

Tabelle 2: Allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung, Vergleich der Studierenden der FU Berlin mit Studierenden der bundesweiten Befragung Studierender in Deutschland 2017

	UHR FU 2023 M (95 %-KI)	BWB 2017 M (95 %-KI)
Gesamt	n=2090 11,0 (10,9–11,1)	n=6087 11,9 (11,9–12,0)
Männer	n=511 11,5 (11,3–11,7)	n=2280 12,3 (12,2–12,4)
Frauen	n=1502 10,8 (10,7–10,9)	n=3807 11,7 (11,6–11,7)

Anmerkung: Mittelwerte auf einer Skala von 4 bis 16 mit 95 %-Konfidenzintervall