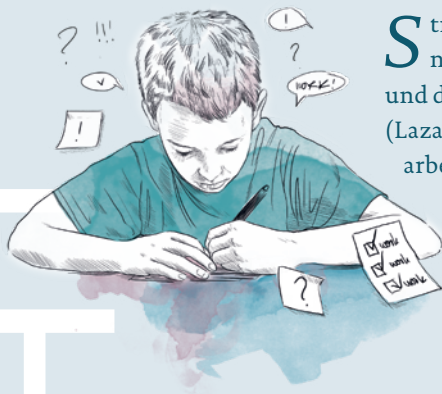


Stress in der Schule:

Tendenzen seit 2006

Carolina Catunda, Caroline Residori & Felipe G. Mendes



Stressgefühl spiegelt ein Ungleichgewicht wider zwischen der Wahrnehmung des Einzelnen hinsichtlich der Erwartungen seines Umfelds und den eigenen Ressourcen, mit denen man diesen Erwartungen begegnet (Lazarus & Folkman, 1984). Im schulischen Kontext ist der mit der Schularbeit verbundene Stress ein Indikator für dieses Ungleichgewicht, und auch die Anforderungen des schulischen Umfelds können eine Quelle für Stress im Jugendalter sein. Das Gefühl, unter Druck gesetzt zu werden, kann sich negativ auf die Haltung gegenüber der Schule, auf schulische Ergebnisse und auf die Gesundheit der Schülerinnen und Schüler auswirken (Cosma et al., 2020; Löffstedt et al., 2020).

Die HBSC-Studie (*Health Behaviour in School-aged Children*) ist eine internationale Forschungskooperation unter Schirmherrschaft der Weltgesundheitsorganisation (WHO). Alle vier Jahre werden (in Luxemburg seit 2006) im Rahmen der Studie Schülerinnen und Schüler mithilfe eines in den Schulklassen ausgeteilten Fragebogens befragt. Dieser enthält auch eine Frage zu schulbezogenem Stress. Der vorliegende Beitrag zeigt die Prävalenz von Schülerinnen und Schülern in Luxemburg auf, die „eher viel“ oder „viel“ Stress in Verbindung mit der Schularbeit verspürten. Unsere Analyse basiert auf einer Stichprobengröße von 35.117 Schülerinnen und Schülern im Alter von 12 bis 18 Jahren. Für umfassende Informationen über die Methode der HBSC-Studie in Luxemburg verweisen wir auf Catunda et al. (2023).

Die Analyse ergab unterschiedliche Ergebnisse nach Geschlecht (vgl. Abb. 1). Seit 2006 stieg der Anteil der Mädchen mit hohem Stressniveau. Er lag höher als der Anteil der Jungen, welcher über die Zeit stagnierte. Dies erklärt, warum sich der (signifikante) Abstand zwischen den Geschlechtern immer weiter erhöht hat. 2022 war der beobachtete Abstand am größten (58 % gegenüber 35 %).

Abb. 1: Anteil der Jugendlichen mit hohem schulischem Stress getrennt nach Geschlechtern (2006–2022, Prozentwerte mit 95 %-Konfidenzintervall)

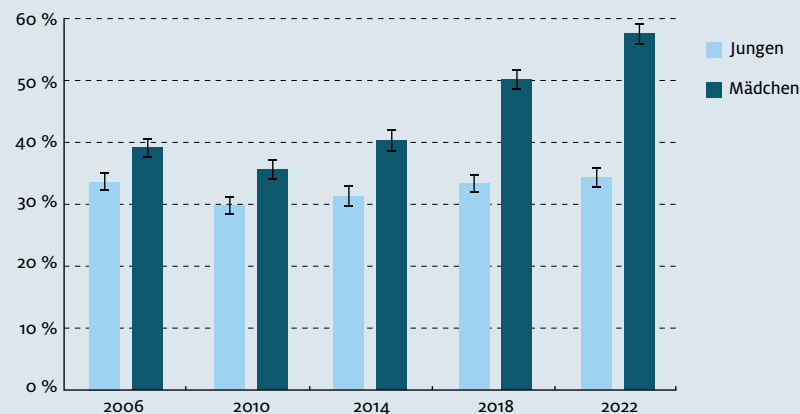




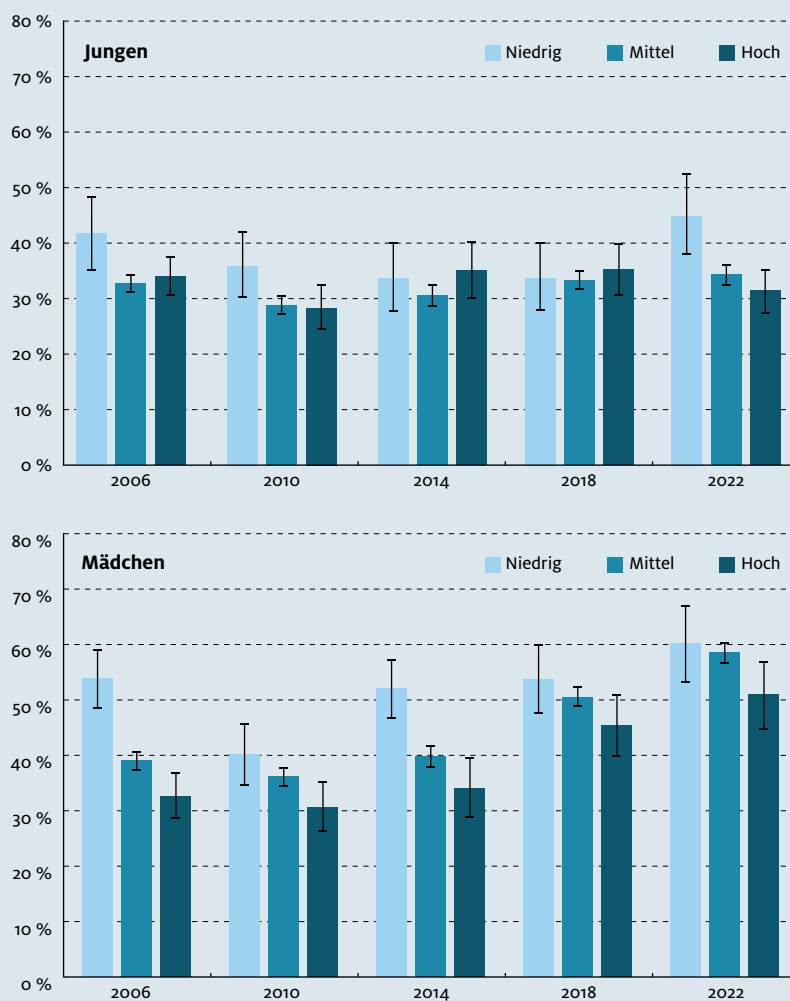
Abbildung 2 zeigt den Anteil der Jugendlichen, die hohen Stress empfinden in Bezug auf das Geschlecht und den wahrgenommenen Wohlstand (gemessen anhand des *Perceived Family Wealth*, einem subjektiven Maß für den sozioökonomischen Status). Zunächst ist festzuhalten, dass der Anteil der Schülerinnen und Schüler mit niedrigem familiärem Wohlstandsniveau, die ein hohes Stressniveau angeben, (signifikant) höher ist als der der Schülerinnen und Schüler mit mittlerem und hohem wahrgenommenem Wohlstandsniveau.

Darüber hinaus wurde in der HBSC-Studie für Luxemburg zwischen 2010 und 2022 ein Anstieg des schulischen Drucks, insbesondere bei Mädchen, beobachtet. Bis 2018 war dieser Anstieg bei Mädchen mit mittlerem und hohem wahrgenommenem Wohlstandsniveau noch ausgeprägter. In der Zeit von 2018 bis 2022 verlief der Anstieg bei Jugendlichen aller Kategorien eher linear.

Bei den Jungen verdeckt die oben beschriebene Stabilität Ergebnisse, die je nach sozioökonomischer Gruppe variieren. Bei den weniger Wohlhabenden blieb der Prozentsatz bis 2018 stabil, dann stieg er zwischen 2018 und 2022 an. Bei den Wohlhabenderen dagegen nahm der Prozentsatz zwischen 2018 und 2022 leicht ab.

Infolge der Corona-Pandemie veränderte sich das Schulwesen von 2018 bis 2022 weltweit erheblich. Ausgewählte Daten der YAC-Studie (*Young people And Covid-19*) zeig-

Abb. 2: Anteil der Jugendlichen mit hohem schulischem Stress getrennt nach wahrgenommenem Wohlstandsniveau und Geschlechtern (2006–2022, Prozentwerte mit 95 %-Konfidenzintervall)



ten für Jugendliche derselben Altersgruppe wie in der HBSC-Studie, dass sich im Jahr 2020, als die Schülerinnen und Schüler im Home-schooling waren, 23 % der Jungen und 29 % der Mädchen durch den Schulunterricht gestresst fühlten. 2021, als der Präsenzunterricht wieder aufgenommen wurde, konnte man jedoch eine erhöhte Stressprävalenz sowohl bei den Jungen (31 %, d. h. ein Anstieg um 35 %) als auch bei den Mädchen (46 %, d. h. ein Anstieg um 59 %) feststellen.

Möglicherweise ist der in der HBSC-Studie zwischen 2018 und 2022 beobachtete Anstieg nicht nur ein Zeichen für die Herausforderungen, mit denen die Schülerinnen und Schüler in der Corona-Zeit konfrontiert waren, sondern auch für die Herausforderungen bei der Rückkehr in ihr traditionelles Lernumfeld. Weitere Forschung ist daher erforderlich, um die jüngsten Entwicklungen des schulischen Drucks zu verstehen.

Referenzen

- Catunda, C., Mendes, F. G. & Lopes Ferreira, J. (2023). HBSC Study Luxembourg Methods: Report on the Luxembourg HBSC Survey 2022 – Health Behaviour in School-aged Children. World Health Organization collaborative cross-national study. University of Luxembourg.
- Cosma, A., Stevens, G., Martin, G., Duinhof, E. L., Walsh, S. D., Garcia-Moya, I., Költő, A., Gobina, I., Canale, N., Catunda, C., Inchley, J. & de Looze, M. (2020). Cross-National Time Trends in Adolescent Mental Well-Being From 2002 to 2018 and the Explanatory Role of Schoolwork Pressure. *Journal of Adolescent Health*, 66, 50–58.

- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer.
- Löfstedt, P., García-Moya, I., Corell, M., Paniagua, C., Samdal, O., Välimaa, R., Lyyra, N., Currie, D. & Rasmussen, M. (2020). School Satisfaction and School Pressure in the WHO European Region and North America: An Analysis of Time Trends (2002–2018) and Patterns of Co-occurrence in 32 Countries. *Journal of Adolescent Health*, 66, 59–69.