

Untersuchungsergebnisse der wissenschaftlichen Begleitung von STARK 2017 – 2018 (Evaluationsstudie)

0. Einleitung

Evaluationsforschung, bzw. die konkrete Durchführung einer Evaluation „dient als Planungs- und Entscheidungshilfe und hat somit etwas mit der Bewertung von Handlungsalternativen zu tun [und] ist ziel- und zweckorientiert. Sie hat primär das Ziel, praktische Maßnahmen zu überprüfen, zu verbessern oder über sie zu entscheiden“ (Wottawa/Thierau 1998, S.14). Um die nachfolgenden Ergebnisse und die Herangehensweise der Evaluation besser zu verstehen, muss auf das Vorgängerprojekt von STARK, nämlich das Projekt „Der Berufseinstieg als gesundheitlich kritische Lebensphase: Kein Distress in der Ausbildung“ Bezug genommen werden¹. Hier wurden einer *theoriegeleiteten Programmatik* folgend, die Inhalte von STARK erarbeitet. Der Theoriebezug des Vorgängerprojekts bzw. des STARK-Programms wurde deshalb auch als wesentliche Orientierung bei der Gestaltung der Evaluationsinhalte herangezogen. „Erst eine solche Programmtheorie liefert eine genaue Anleitung für die Programmentwicklung und erklärt, wie es funktionieren soll. [...] Eine Programmtheorie erklärt also, warum das Programm das tut, was es tut und liefert somit eine Begründung für die Erwartung, warum gerade diese Vorgehensweise besonders geeignet ist, die angestrebten Ziele zu erreichen.“ (Bamberg/Gumbel/Schmidt 2000, S.35f). Erst diese theoretische Fundierung ermöglicht es also am Ende, Aussagen über die Wirkungsweise von STARK zu machen bzw. diese einzuordnen und zu werten.

Der Theoriebezug von STARK lag auf der **Transaktionalen Stresstheorie**, die Stress folgendermaßen definiert:

„Psychologischer Stress bezieht sich auf eine Beziehung mit der Umwelt, die vom Individuum im Hinblick auf sein Wohlergehen bewertet wird, aber zugleich Anforderungen an das Individuum stellt, die dessen Bewältigungsmöglichkeiten beanspruchen oder überfordern.“ (Lazarus/Folkman 1984).

¹ Zentrale Ergebnisse sind hier abrufbar:
https://www bbw.de/fileadmin/user_upload/VORTRAG_INIFES_Studie.pdf

Übertragen auf den Bereich der Ausbildung entsteht psychologischer Stress dann, wenn eine Auszubildende oder ein Auszubildender sich den Anforderungen der „Umwelt“ (Berufsschule, Ausbildungsbetrieb) nicht gewachsen fühlt und diese Anforderungen oder Konflikte als (Selbstwert-)bedrohlich bewertet. Wie die Herausforderungen letztendlich bewertet werden, hängt dabei stark von bisherigen Erfahrungen, gelernten Bewältigungsstrategien und anderen Ressourcen (z. B. Freunde, Familie) ab. Je häufiger Situationen als bedrohlich wahrgenommen werden, desto höher ist die Wahrscheinlichkeit gesundheitlich-negativer Folgen. STARK wurde darauf aufbauend so konzipiert, dass das Repertoire möglicher Handlungsalternativen unter den teilnehmenden Berufsschülerinnen und –Schülern erweitert wird und so Belastungen in der Ausbildung eher als zu bewältigen empfunden werden. Hierzu zählen auch die Stärkung des Selbstwertes und das Auseinandersetzen mit der eigenen Persönlichkeit. Eine gute psychische Widerstandsfähigkeit (Resilienz) ist für die jungen Menschen, die gerade ihre berufliche Biografie starten, von besonderer Bedeutung, da solche gesellschaftlich wichtigen Ereignisse oft mit Unsicherheiten verbunden sind.

Die Evaluation wurde deshalb so konzipiert, dass behaviorale (Handlungsmuster) und kognitive Aspekte in der Auseinandersetzung mit den Herausforderungen in der Ausbildung abgefragt wurden. Ergänzt wurden diese Daten über die subjektive Selbsteinschätzung der STARK-Teilnehmenden in Hinblick auf den eigenen Erkenntnisfortschritt und Anwendungsmöglichkeiten.

Der hier vorliegende Evaluationsbericht behandelt zwei zentrale Themenfelder:

- Der Zusammenhang zwischen betrieblichen Anforderungen und der Gesundheit der Auszubildenden und
- Der Einfluss von STARK auf die Selbstwirksamkeit, Stressbewältigungsstrategien, die Wahrnehmung der Ausbildung als Herausforderung oder Bedrohung sowie auf das Wissen über Stress.

Weitere Ergebnisse, die auf Basis des erhobenen Datenmaterials generiert wurden, können online hier abgerufen werden: [https://www.stark-](https://www.stark-bayern.de/fileadmin/user_upload/Stark/Symposium_2019/INIFES_STARK_oeff.pdf)

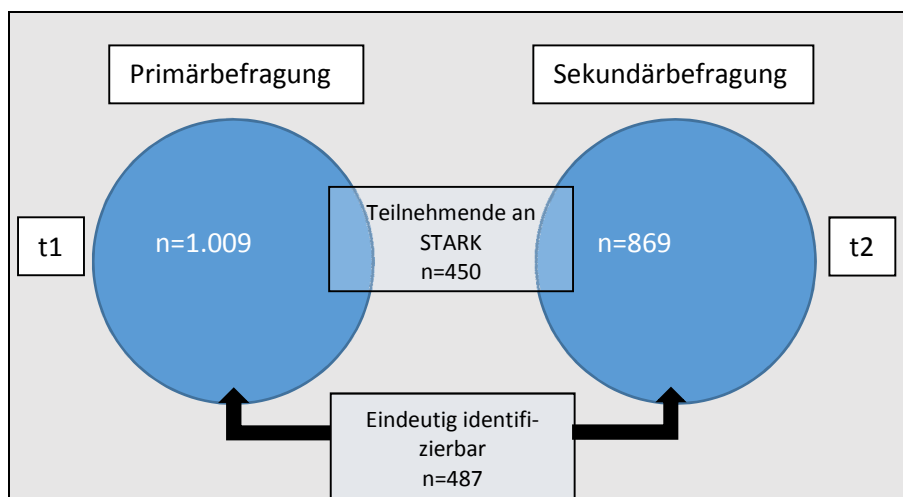
[bayern.de/fileadmin/user_upload/Stark/Symposium_2019/INIFES_STARK_oeff.pdf](https://www.stark-bayern.de/fileadmin/user_upload/Stark/Symposium_2019/INIFES_STARK_oeff.pdf)

1. Das Erhebungsdesign

Das primäre Ziel der Evaluation lag darin, die Wirksamkeit von STARK im Rahmen quantitativer Befragungen zu erfassen. Die Umsetzung unterlag dabei den Vorgaben des Bayerischen Staatsministeriums für Unterricht und Kultus sowie den Anforderungen der teilnehmenden Berufsschulen².

Die umgesetzte Versuchsanordnung kann als „one-group pretest-posttest design“ mit einer integrierten Kontrollgruppe beschrieben werden (vgl. Frey/Frenz 1982, S. 250; Kromrey 2002, S. 92-96). Da die theoretischen Annahmen des klassischen Experiments mit der Messung zu zwei Zeitpunkten und einer randomisierten Teilnehmenden- und Kontrollgruppe hier nicht umgesetzt werden konnten, handelt es sich genau genommen um ein *Quasi-Experiment* mit entsprechend eingeschränkter Aussagekraft hinsichtlich verallgemeinerbarer kausaler Effekte (Kromrey 2002, S. 98). Mit dem Ziel, messbare Unterschiede in Verhaltensdispositionen der an den STARK-Schulungen teilnehmenden Berufsschülerinnen und Berufsschüler zu erfassen, wurden Befragungen zu zwei Messzeitpunkten durchgeführt, wobei dabei vorausgesetzt wurde, dass die erste Erhebung (Primärerhebung zum Zeitpunkt t1) vor den Schulungseinheiten stattfinden musste und die zweite Befragung (Sekundärbefragung zum Zeitpunkt t2) nach den STARK-Seminaren durchgeführt wurde. Zu beiden Zeitpunkten wurden jeweils Berufsschülerinnen und Berufsschüler befragt, die nicht Teil von Stark waren (Kontrollgruppe). Schematisch ist das Vorgehen, inklusive der realisierten Fallzahlen, in **Abbildung 1** dargestellt.

Abbildung 1: Schematische Darstellung des Evaluationsdesigns



² Dies betraf unter anderem den maximalen Umfang der Fragebögen, die Erhebungsmethodik (es durften keine offenen Fragen in den Fragebögen gestellt werden) und datenschutzrechtliche Auflagen (Anschreiben an Lehrer, Eltern, Schüler, Einverständniserklärungen etc.). Am 14.06.2017 wurde unter dem Aktenzeichen X.7-BO9106/80/8 das Vorhaben unter Auflagen durch das Bayerische Staatsministerium für Unterricht und Kultus genehmigt.

Bei der Primärerhebung konnten 1.009 Schülerinnen und Schüler der sieben teilnehmenden Berufsschulen mittels standardisierten Fragebögen befragt werden, bei der Nacherhebung lag die Anzahl noch bei 869 Personen. An den STARK-Schulungen selbst haben insgesamt 450 Berufsschülerinnen und –Schüler teilgenommen. Zur Identifizierung der Befragten in den Daten der beiden Erhebungen wurden in den Befragungen Identifikationscodes erfasst, die anhand unveränderlicher Merkmale (z. B. Geburtsmonat der Mutter, Geschlecht, letzter Buchstabe der Augenfarbe) gebildet wurden. Dieses typische Vorgehen geht mit dem Problem einher, dass Abweichungen in der Eingabe (die aufgrund individueller Bedenken teilweise bewusst verfälscht werden) dazu führen, dass eine Person nicht mehr in den Erhebungen identifizierbar ist und entsprechend Veränderungen im Zeitverlauf nicht mehr zu erfassen sind. Für die Auswertung hat dies eine Reduktion auswertbarer Längsschnittfälle zufolge; insgesamt liegen 487 eindeutig nachvollziehbare Datensätze von Schülerinnen und Schülern für beide Messzeitpunkte vor, darunter 262 Personen, die an STARK teilgenommen haben³.

2. Soziodemografie der Befragten

Nachfolgend sind die soziodemografischen Merkmale der Teilnehmenden der einzelnen Erhebungswellen dargestellt. Neben der Gesamtzahl sind, je Erhebung, auch die eindeutig identifizierbaren Teilnehmenden (Gruppe Ident)⁴ nach der Erhebungswelle aufgelistet. Da die beschriebenen Abweichungen eher gering sind und nicht mit einer systematischen Verzerrung zu rechnen ist, wurden Analysen durchgeführt, die Rückschlüsse auf den Einfluss der STARK-Präventionsinitiative erlauben, insbesondere bei der Auswertung von Veränderungen zwischen der STARK-Gruppe (Teilnehmende an den Schulungseinheiten) im Vergleich zur Kontrollgruppe. Aufgrund der sehr geringen Fallzahl der identifizierbaren STARK-Teilnehmenden, wird nachfolgend auf Analysen im Zeitverlauf mit dieser Gruppe überwiegend verzichtet.

Die Struktur der Teilnehmenden lässt sich wie folgt beschreiben: zu allen Messzeitpunkten und in allen Samples liegt der Frauenanteil zwischen 58 und 66 Prozent, über 70 Prozent der Berufsschülerinnen und –Schüler sind jünger als 21 Jahre alt und ca. die Hälfte hat einen Realschulabschluss; mit Blick auf die Ausbildungsberufe sind Auszubildende im Bereich Gesundheit- und Körperpflege, in kaufmännischen Berufen sowie im Groß- und Einzelhandel am stärksten vertreten.

³ Dass Schülerinnen und Schüler nicht identifizierbar sind liegt zum Teil auch darin, dass diese zur Kontrollgruppe gehören und grundsätzlich nur einmal befragt worden sind.

⁴ Eindeutig identifizierbar bezieht sich nur auf die Möglichkeit der Verknüpfung gegebener Antworten der Primärbefragung mit den Antworten in der Sekundärbefragung, selbstverständlich nicht auf die Möglichkeit, Personen selbst zu identifizieren.

Abbildung 2 dargestellt, unterscheiden sich die Stichproben der Gesamtgruppe zwischen den Erhebungszeitpunkten kaum, dies gilt auch für die „Ident-Gruppe“ der eindeutig identifizierbaren Personen. Eine Ausnahme zeigt sich allerdings im Vergleich der Berufsgruppen; in den Primärbefragungen war der Anteil an Azubis im Bereich der kaufmännischen Bereiche jeweils höher als in den Sekundärbefragungen, dagegen war der Anteil im Bereich der Gesundheits- und Körperpflegeberufe höher. Der Anteil an Schülerinnen und Schülern mit der Muttersprache Deutsch ist in der Ident-Gruppe zu beiden Messzeitpunkten höher als im Gesamtsample. Dies trifft auch auf den Frauenanteil zu.

Da die beschriebenen Abweichungen eher gering sind und nicht mit einer systematischen Verzerrung zu rechnen ist, wurden Analysen durchgeführt, die Rückschlüsse auf den Einfluss der STARK-Präventionsinitiative erlauben, insbesondere bei der Auswertung von Veränderungen zwischen der STARK-Gruppe (Teilnehmende an den Schulungseinheiten) im Vergleich zur Kontrollgruppe. Aufgrund der sehr geringen Fallzahl der identifizierbaren STARK-Teilnehmenden, wird nachfolgend auf Analysen im Zeitverlauf mit dieser Gruppe überwiegend verzichtet.

Die Struktur der Teilnehmenden lässt sich wie folgt beschreiben: zu allen Messzeitpunkten und in allen Samples liegt der Frauenanteil zwischen 58 und 66 Prozent, über 70 Prozent der Berufsschülerinnen und –Schüler sind jünger als 21 Jahre alt und ca. die Hälfte hat einen Realschulabschluss; mit Blick auf die Ausbildungsberufe sind Auszubildende im Bereich Gesundheit- und Körperpflege, in kaufmännischen Berufen sowie im Groß- und Einzelhandel am stärksten vertreten.

Abbildung 2: Soziodemografische Merkmale der Teilnehmenden nach Erhebungswelle und Identifizierbarkeit, in Prozent

	Erhebungswelle (W)			
	Gesamt W1	Gesamt W2	Ident W1	Ident W2
Geschlecht				
Frau	57,7	60,6	65,8	66,4
Mann	42,3	39,4	34,2	33,6
Altersklassen (in Jahren)				
0-17	29,3	34,7	32,4	32,6
18-20	49,7	48,0	50,9	49,4
21-23	11,5	9,7	10,0	10,7
24-26	4,1	3,6	3,1	3,5
27+	5,4	3,9	3,5	3,7
höchster Schulabschluss:				
(noch) kein Schulabschluss	1,1	0,8	0,4	0,6
Abschluss einer Förderschule	0,2	0,6	0,2	0,2
Mittelschulabschluss	31,8	32,7	31,1	30,7
Realschulabschluss / mittlerer Bildungsabschluss	50,8	50,4	52,0	51,2
Hochschulreife/Abitur	13,1	12,7	14,6	14,8
Sonstiger Abschluss	3,0	2,8	1,6	2,5
Betriebsgröße (kat.)				
1-9 Personen	30,0	30,1	29,8	32,2
10-19 Personen	16,9	16,1	17,1	14,9
20-49 Personen	14,1	13,4	13,4	14,9
50-99 Personen	7,7	8,4	8,1	7,7
100 Personen+	31,3	32,1	31,6	30,3
Muttersprache				
Deutsch	70,2	68,5	77,0	74,2

Deutsch und eine andere	17,0	15,4	14,0	14,0
nicht Deutsch	12,8	16,1	9,0	11,9
Berufsgruppe				
Gesundheits- und Körperpflegeberufe	25,7	31,8	30,8	33,7
Kaufm. Berufe	37,5	30,8	34,1	30,0
Einzel-/Großhandel	21,8	20,8	24,4	24,4
Elektroniker(in)	4,4	7,8	1,4	1,8
Mechaniker(in)	5,3	4,8	5,7	5,1
IT	3,1	3,7	2,1	4,5
Sonstige/keine Angabe	2,2	0,2	1,4	0,4
Fallzahl n=	1.209	869	487	487

3. Allgemeine Ergebnisse

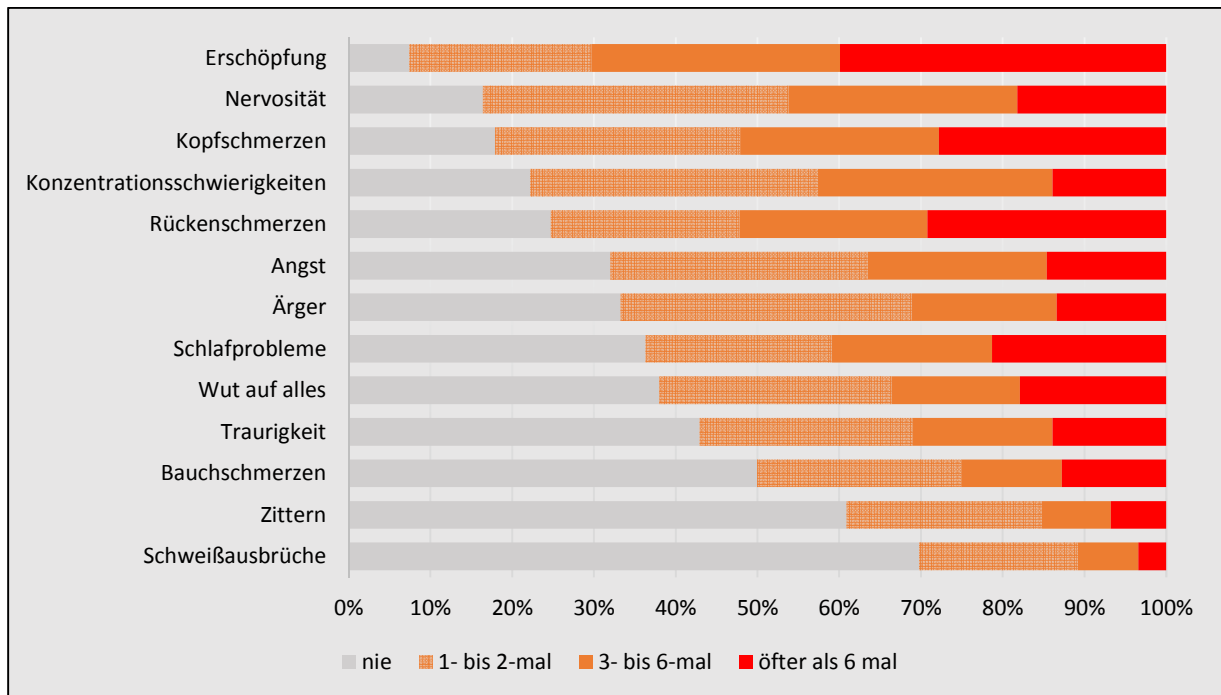
Nachfolgend werden die zentralen Ergebnisse der Evaluationsstudie vorgestellt. Dabei ist an dieser Stelle erneut hinzuweisen, dass sich die Ergebnisse ausschließlich auf die Gruppe der Auszubildenden beziehen, die an der Studie teilgenommen haben. Die teilnehmenden Schulen haben sich selbst (aktiv) um STARK beworben und die Auswahl der befragten Klassen erfolgte durch die Berufsschulen. Es handelt sich hier nicht um eine Zufallsauswahl und die Ergebnisse können folglich nicht auf „die Auszubildenden“ in Bayern oder Deutschland verallgemeinert werden. Letzteres war und ist auch nicht das Ziel der Evaluationsstudie.

3.1. Gesundheitliche Beschwerden im aktuellen Ausbildungsjahr

In den Klassenzimmerbefragungen wurden die teilnehmenden Schülerinnen und Schüler nach psychischen und physischen Beschwerden und deren Häufigkeit des Auftretens im aktuellen Ausbildungsjahr befragt (

Abbildung 3). Demnach äußert nur ein geringer Anteil (7 %), nie ein Gefühl des Erschöpftseins erfahren zu haben, 40 Prozent berichten dagegen über ein Auftreten von häufiger als sechs Mal. Am zweit- und dritthäufigsten werden Nervosität (nie: 16 %, mehr als 6 Mal: 18 %) und Kopfschmerzen (nie: 18 %, mehr als 6 Mal: 28 %) genannt. Weniger häufig äußern die befragten Berufsschülerinnen und -schüler Bauchschmerzen (nie: 50 %), Zittern (nie: 61 %) und Schweißausbrüche (nie: 70 %).

Abbildung 3: Beschwerden im aktuellen Ausbildungsjahr nach Häufigkeiten, in Prozent



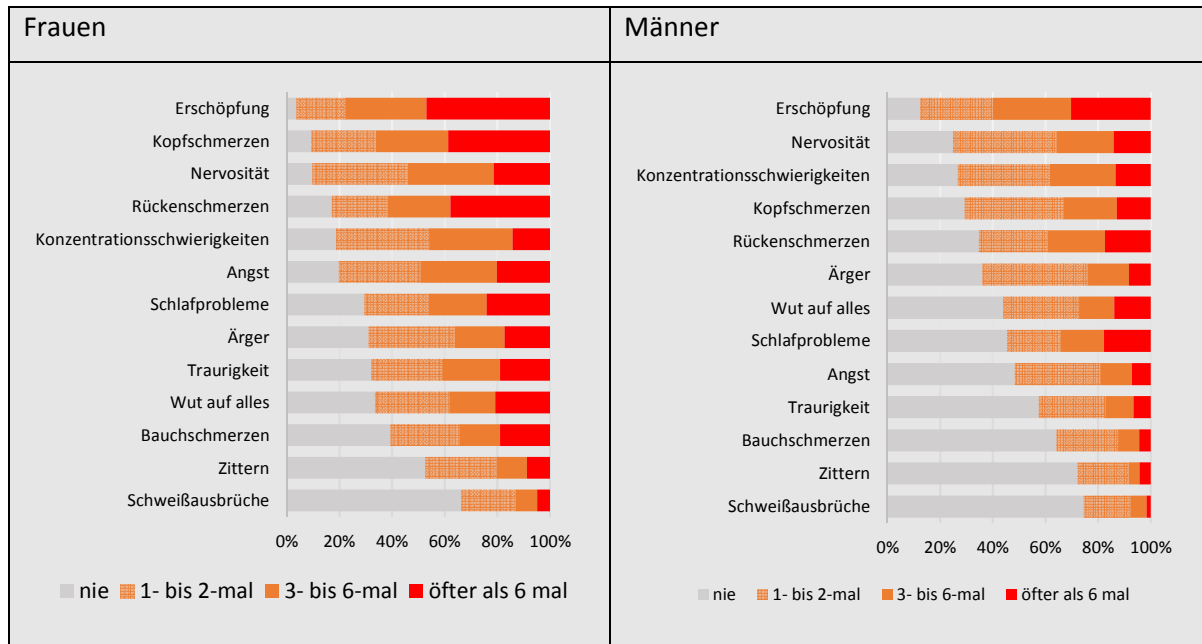
Daten: Primärbefragung, n=1.209.

Geschlechtsspezifisch zeigen sich hier teilweise recht deutliche Unterschiede (

Abbildung 4). Frauen äußern bei nahezu allen abgefragten Beschwerden höhere Häufigkeitswerte als Männer, was zwar teilweise auf ein geschlechtsspezifisches Antwortverhalten zurückzuführen ist⁵, die starken Diskrepanzen wohl aber nicht in Gänze erklärt. Besonders deutlich sind die Unterschiede in erlebter Erschöpfung, aufgetretenen Kopfschmerzen sowie bei den negativen Gefühlen von Wut und Traurigkeit.

⁵ So steht in einem Aufsatz des Robert-Koch-Instituts: „[...]Frauen geben bei Befragungen mehr Beschwerden an als Männer. Ob sich darunter »tatsächliche« Unterschiede im Sinne abgesicherter Diagnosen oder aber ein geschlechtsspezifisches Antwortverhalten verbergen, ist unklar. Besonders auffällig sind die höhere Prävalenz von psychischen und psychosomatischen Befindlichkeitsstörungen [...] und die stärkere Betroffenheit von psychiatrischen Erkrankungen“ (Lademann/Kolip 2005, S.19)

Abbildung 4: Beschwerden im aktuellen Ausbildungsjahr nach Häufigkeiten und Geschlecht, in Prozent



Daten: Primärbefragung, n=1.209.

Um die Informationen erlebter Belastungen zu verdichten, wurde eine neue Variable gebildet, die alle Belastungen repräsentiert, die häufiger als drei Mal im aktuellen Ausbildungsjahr aufgetreten sind. Die somit metrisch verteilte Variable erstreckt sich zwischen dem Wertebereich von 0 (keine Belastung häufiger als 3 Mal) und 13 (alle Belastungen sind häufiger als drei Mal aufgetreten). Für die gesamte Stichprobe der Primärbefragung ergibt sich so ein Durchschnittswert von 4,9 Belastungen je befragter Schülerin bzw. befragtem Schüler. Differenziert nach Geschlecht zeigt sich, dass Frauen mit durchschnittlich 5,8 berichteten Beschwerden deutlich über dem Wert der Männer (3,6 Beschwerden) liegen.

Im wissenschaftlichen Diskurs wird häufig diskutiert, inwiefern gesundheitliche Beschwerden oder auch diagnostizierte Krankheiten einer (einzigen) Ursache untergeordnet werden können. Gerade im Bereich von Gesundheit und Arbeit wird häufig betont, dass negative Beanspruchungen bei der Arbeit und deren Folgen für die Gesundheit auch vor dem Hintergrund sich verändernder Rollenbilder, Familienstrukturen und anderer soziale Veränderungsprozesse, die zu weiteren wechselseitigen Konflikten führen können, zu interpretieren sind (Work-Family-Konflikte, Work-Life-Balance, mangelnde Möglichkeiten der Erholung, Gesundheitsverhalten etc., vgl. Peter/Hasselhorn 2013).

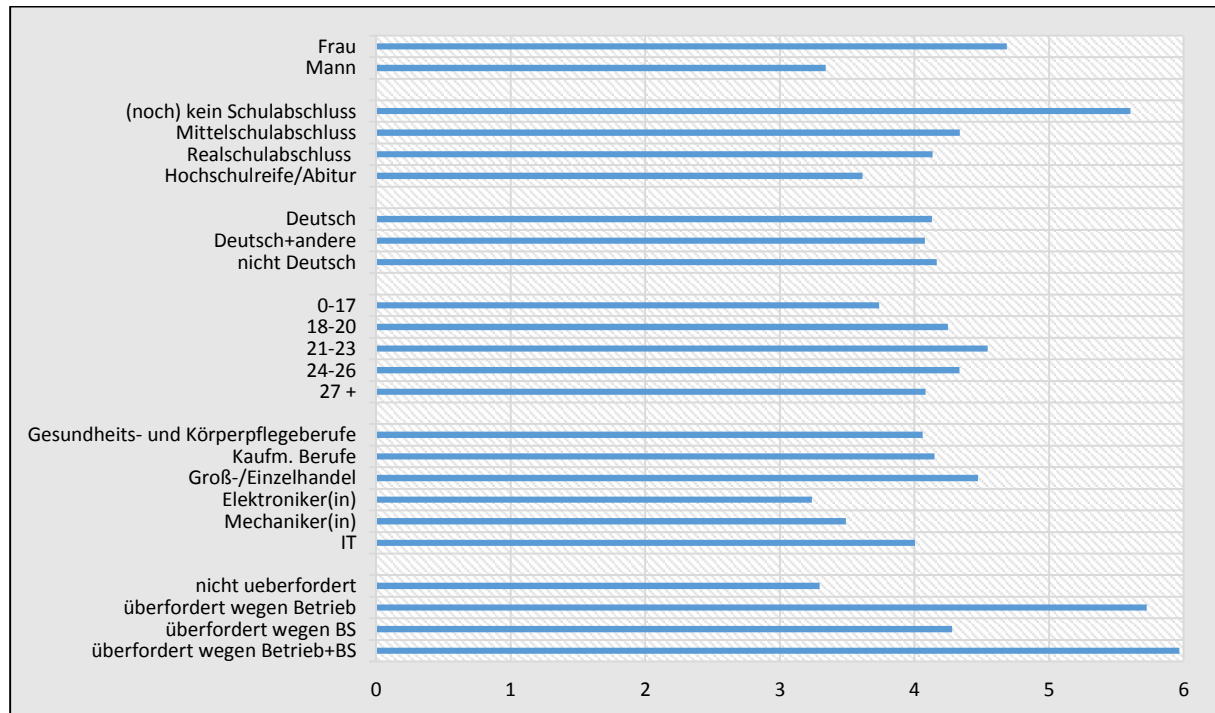
Gerade bei jungen Menschen stellt sich zudem die Frage, ob das Gefühl bei der Arbeit erschöpft zu sein, unter Kopfschmerzen oder Konzentrationsschwierigkeiten zu leiden, ausschließlich auf die Ausbildungsbedingungen zurückzuführen sind oder ob nicht auch der Lebensstil oder andere entwick

lungsspezifische Besonderheiten als zusätzliche Ursachen in Frage kommen. Um solchen Fragen, zumindest im Ansatz nachgehen zu können, ist es möglich, statistische Modelle zu berechnen, in denen einzelne Einflussgrößen voneinander getrennt werden. Im vorliegenden Fall eignet sich hierzu die Durchführung einer linearen Regressionsanalyse (vgl. Wolf/Best 2010, Kapitel 24). Die so berechneten Werte sind Schätzwerte der durchschnittlichen Anzahl berichteter Beschwerden (

Abbildung 5) unter Konstanthaltung (Kontrolle) aller übrigen Merkmale. Wird zum Beispiel das Geschlecht betrachtet, berichten Frauen durchschnittlich 4,7 und Männer 3,3 Beschwerden⁶. Da unter anderem auch das Merkmal Berufsgruppe kontrolliert wird, ist dieser Unterschied nicht auf eine geschlechtsspezifische Berufswahl (und den entsprechend unterschiedlichen Ausbildungsbedingungen in den Berufen) zurückzuführen. Beim Schulabschluss zeigt sich ein nahezu linearer Verlauf; je höher der Schulabschluss, desto geringer ist die Anzahl der berichteten Beschwerden (Bildungseffekt), was hauptsächlich darauf zurückzuführen ist, dass höher gebildete Schülerinnen und Schüler ein anderes Gesundheitsverhalten aufweisen als Schülerinnen und Schüler mit einem niedrigeren Schulabschluss. Wichtiger für den vorliegenden Bericht ist die Betrachtung der Berufsgruppen. Die durchschnittlich meisten Beschwerden äußern Auszubildende im Bereich Groß- und Einzelhandel, die wenigsten im Bereich Elektronik. Wie oben bereits beschrieben, ist diese Diskrepanz nicht auf die geschlechtsspezifische Zusammensetzung in diesen Berufen zurückzuführen. Das inhaltlich wichtigste Ergebnis zeigt sich bei Betrachtung des Grads der Überforderung. Dieser bezieht sich auf die Variable im Fragebogen, ob man sich häufig in der Ausbildung überfordert fühlt und auf welche Bereiche der Ausbildung die Befragten das beziehen (Berufsschule (BS), den Ausbildungsbetrieb oder beides). Die durchschnittliche Ausprägung berichteter Beschwerden ist in der Gruppe am niedrigsten, die sich weder in der Berufsschule, noch im Ausbildungsbetrieb überfordert fühlen (durchschnittlich 3,3 Beschwerden). Vergleicht man die Gruppen der Auszubildenden, die sich ausschließlich aufgrund der Berufsschule häufig überfordert fühlen, mit der Gruppe, die im Ausbildungsbetrieb überfordert sind, dann ist der Anteil berichteter Beschwerden bei letzteren deutlich höher (5,7 vs. 4,3 Beschwerden). Wer sich in beiden Bereichen überfordert fühlt, berichtet durchschnittlich sechs der 13 erfassten Beschwerden.

⁶ Diese Werte weichen leicht von den zuvor berichteten Anteilswerten von Männer und Frauen ab, da diese in der Regressionsanalyse unter Einbezug weiterer Merkmale berechnet werden.

Abbildung 5: Schätzwerte der durchschnittlichen Anzahl berichteter Beschwerden auf Basis einer Regressionsanalyse



Daten: Primärbefragung, n=1.209.

Der hier gewählte Indikator (Summe der Beschwerden, die mindestens dreimal im aktuellen Ausbildungsjahr aufgetreten sind), zeigt durchaus einen Zusammenhang zwischen erlebter Überforderung in der Ausbildung und der Häufigkeit des Auftretens von psychischen und körperlichen Beschwerden und somit zwischen subjektiver Gesundheit und den Ausbildungsbedingungen.

3.2. Arbeitsanforderungen im Ausbildungsbetrieb

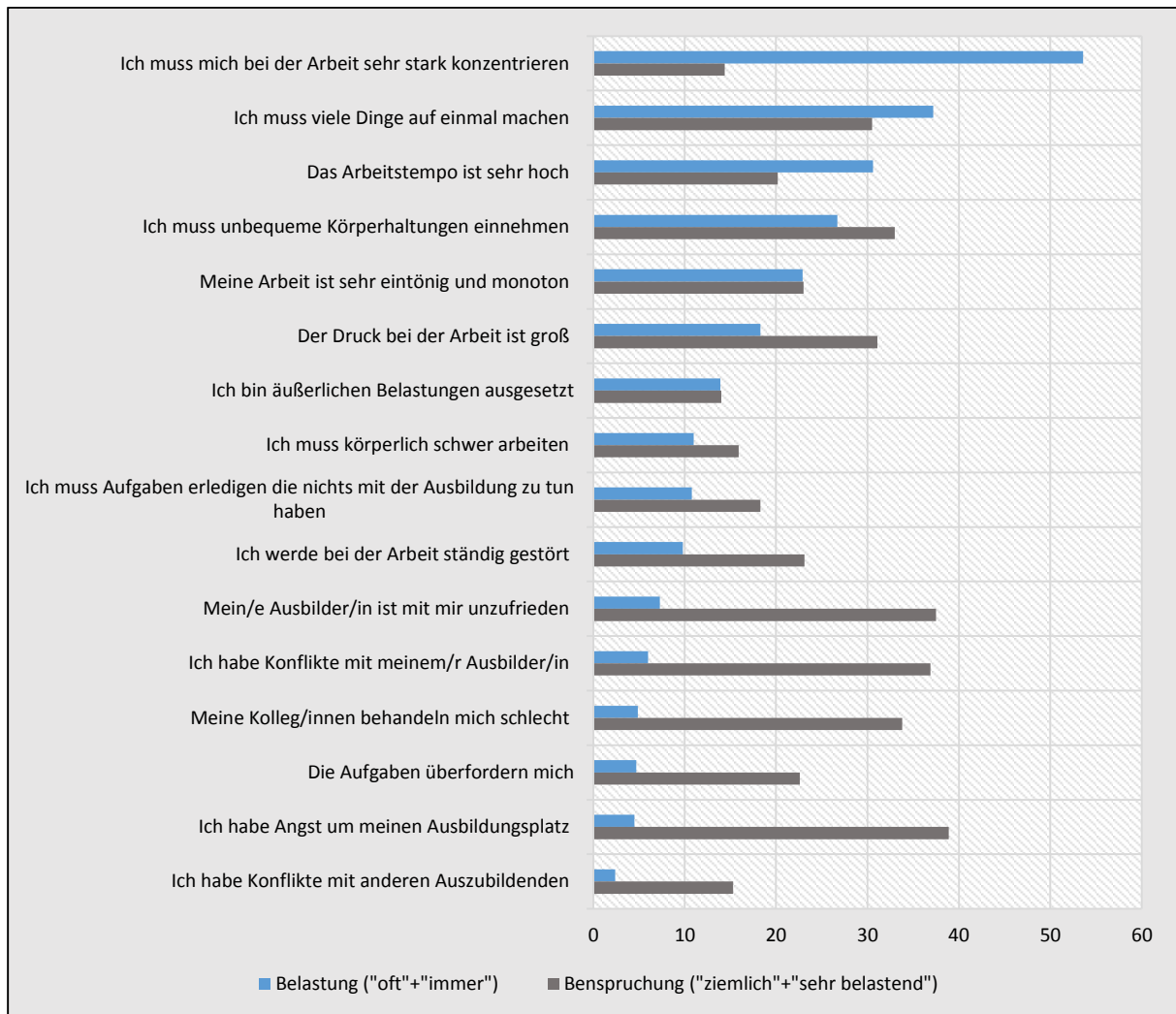
In Anlehnung an Repräsentativbefragungen von Erwerbstätigen und Auszubildenden (wie z. B. die BIBB/BAuA-Erwerbstätigenbefragung, vgl. Wittig/Nöllenheidt/Brenscheidt 2013) wurden typische Arbeitsbedingungen und Arbeitsbelastungen abgefragt, die häufig im Zusammenhang mit gesundheitlichen Beschwerden genannt werden (z. B. Morschhäuser/Ertel/Lenhardt 2010). Wichtig ist in diesem Zusammenhang, dass die Häufigkeit des Auftretens einer Arbeitsbedingung getrennt vom Belastungserleben abgefragt wird. Aufgrund von individuellen Unterschieden in der Wahrnehmung und in der Verarbeitung potenzieller stressfördernder Arbeitsanforderungen kann von der Häufigkeit nicht direkt auf gesundheitliche Risiken geschlossen werden. So kann ein hohes Arbeitstempo vereinzelt auch als Ansporn (positiver Stress) erlebt werden. In der Arbeitswissenschaft spricht man deswegen (neutral) von *Belastungen*, wenn man ausschließlich Situationen und deren Häufigkeit betrachtet und von negativer *Beanspruchung*, wenn diese Belastungen als negativ empfunden werden (z. B.

Hammermann/Stettes 2015). Besonders kritisch sind solche Anforderungen, die relativ häufig auftreten (starke Belastung) und gleichzeitig als sehr negativ erlebt werden (starke negative Beanspruchung).

In der hierzu vorgenommenen Auswertung wurden zur Vereinfachung nur die Anteile der Personen betrachtet, die eine Belastung als häufig oder immer auftretend bzw. eine Beanspruchung als ziemlich belastend oder sehr belastend beschreiben. Bringt man beide Informationen zusammen (

Abbildung 6) zeigt sich, dass die Notwendigkeit sich bei der Arbeit stark konzentrieren zu müssen von über der Hälfte als „typisches“ Merkmal der Arbeitsanforderungen genannt wird, allerdings werten nur 14 Prozent der Befragten dies als ziemlich oder sehr belastend. Relativ häufig genannt und als negativ beanspruchend empfunden sind Arbeitssituationen, in denen man viele Dinge auf einmal machen muss, ein sehr hohes Arbeitstempo vorherrscht oder man unbequeme Körperhaltungen einnehmen muss. Häufig monotone Aufgaben berichten 23 Prozent der Befragten und ebenso viele empfinden dies ziemlich bzw. sehr belastend. Umgekehrt werden Konflikte mit der Ausbilderin oder dem Ausbilder oder mit Kolleginnen und Kollegen eher selten berichtet, treten diese aber vermehrt auf, dann führen diese Sozialkonflikte sehr häufig zu einer stark negativen Beanspruchung.

Abbildung 6: Belastung und Beanspruchung ausgewählter Arbeitsanforderungen, Anteile in Prozent



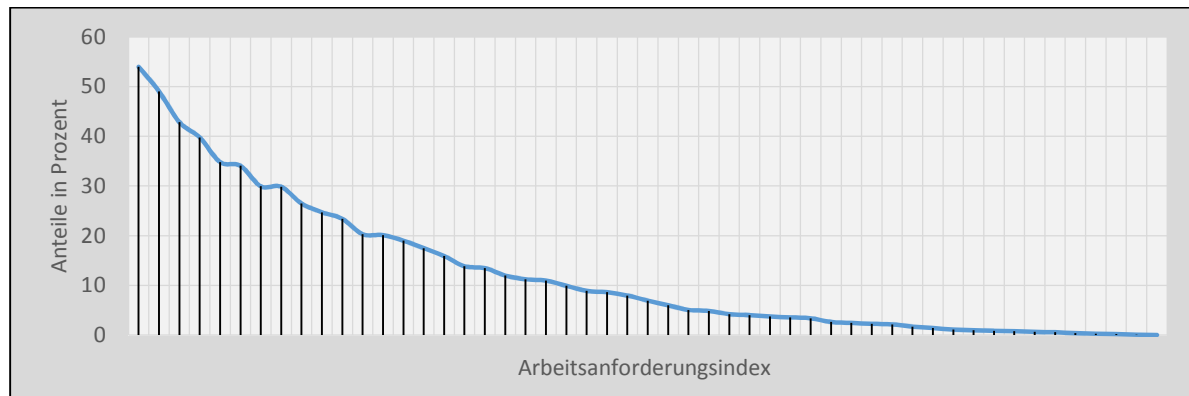
Daten: Primärbefragung, n=1.209.

Für weitere Analysen wurde ein Anforderungsindex gebildet. Dieser vereint die Angaben zu den Häufigkeiten und dem Belastungserleben der abgefragten Arbeitscharakteristika⁷. Personen mit niedrigen Werten äußern weniger Belastungen und eine geringere negative Beanspruchung und hohe Indexwerte repräsentieren Auszubildende mit häufigen und negativen Belastungen im Ausbildungsbetrieb. Die Verteilung der Indexwerte erfolgt monoton absteigend, d.h. der Anteil der Befragten mit eher geringen Anforderungsbelastungen im Betrieb ist relativ groß, der Anteil der Auszubildenden mit sehr häufigen und sehr stark negativen Arbeitsanforderungen ist relativ gering (**Abbildung 7**). Der

⁷ Hierzu wurden die Anzahl häufig auftretender Arbeitsanforderungen mit der Anzahl ziemlich und stark belastender Arbeitsbedingungen multipliziert. Der Wertebereich des so gebildeten Indexes liegt so zwischen 0 und 256.

Durchschnitt der Befragten liegt bei einem Indexwert von 9,25, der Wertebereich der gegebenen Antworten zwischen 0 und 196 Indexpunkten.

Abbildung 7: Verteilung der Index-Werte in der Stichprobe



Daten: Primärbefragung, n=1.209.

Zwischen den Berufsgruppen zeigen sich Unterschiede im Beanspruchungsindex (**Fehler! Ungültiger Eigenverweis auf Textmarke.**): höhere berufliche Belastungen finden sich in den Gesundheits- und Körperpflegeberufen und im Einzel- und Großhandel. Die wenigsten belastenden Arbeitsanforderungsbedingungen werden von Auszubildenden im Bereich IT geäußert. Auch das erlebte Gefühl der Überforderung steht in engem Zusammenhang mit den betrieblichen Arbeitsanforderungen; Auszubildende, die sich wegen dem Betrieb oder dem Betrieb und der Berufsschule häufig überfordert fühlen, weisen deutlich höhere Indexwerte auf als die übrigen Auszubildenden. Um Störgrößen zu kontrollieren, wurde zur Bestätigung der Anteilswerte erneut ein Schätzmodell mit Drittvariablenkontrolle berechnet. Die so ermittelten Schätzwerte (rechte Spalte) weichen kaum von den deskriptiven Ergebnissen (linke Spalte) ab und bestätigen so das Ergebnis.

Abbildung 8: Durchschnittlicher Arbeitsanforderungsindexwert nach Berufsgruppe und Überforderung in der Ausbildung

	Durchschnittlicher Indexwert	Schätzwerte des Index ⁸
Gesundheits- und Körperpflegeberufe	13,3	13,6
Kaufm. Berufe	6,0	5,6
Einzel-/Großhandel	10,6	10,6
Elektroniker(in)	6,1	7,7
Mechaniker(in)	8,0	9,9
IT	4,9	3,9
nicht überfordert	5,1	5,1
überfordert wegen Betrieb	22,5	22,9

⁸ Schätzverfahren auf Basis einer linearen Regressionsanalyse (Darstellung: marginale Effekte). Kontrolliert wurden die Einflüsse von Geschlecht, Alter, Muttersprache und Bildung.

überfordert wegen Berufsschule	5,2	4,5
überfordert wegen Betrieb und Berufsschule	17,9	18,4
Total	9,3	

Daten: Primärbefragung, n=1.209.

3.3. Zusammenhang zwischen Arbeitsanforderungen und gesundheitlichen Beschwerden in der Ausbildung

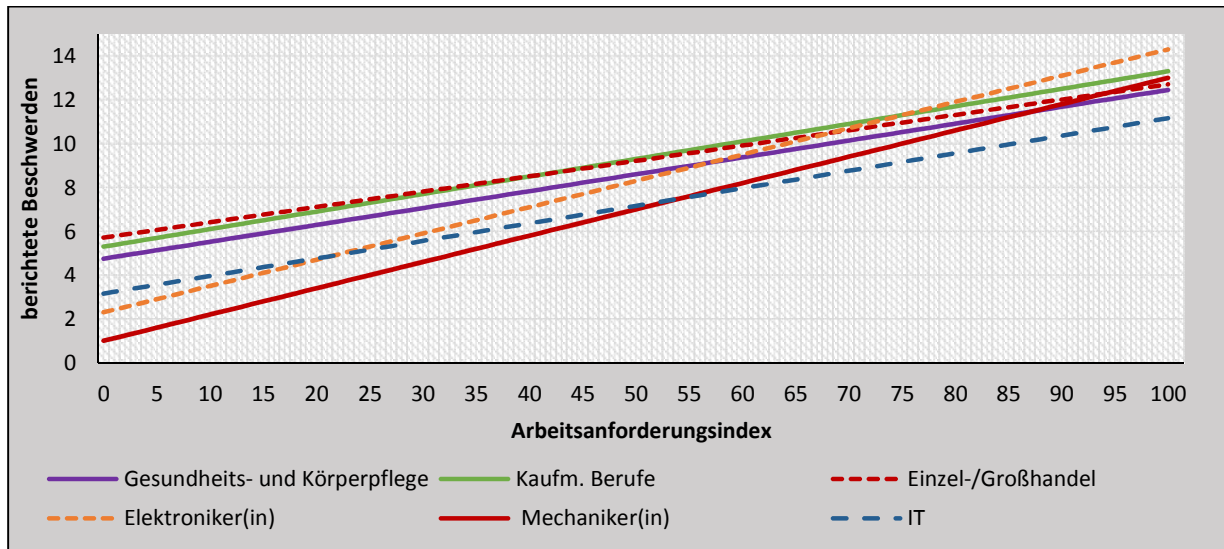
Wie einleitend bereits angesprochen, gibt es im wissenschaftlichen Diskurs keine einheitliche Meinung darüber, wie stark psychische und physische Belastungen von jungen Menschen eine Folge der Arbeitsplatzgestaltung oder allgemein der Ausbildungsbedingungen sind. Dass die Ausbildung bzw. die Arbeitsanforderungen im Ausbildungsbetrieb mit der Gesundheit der Auszubildenden im Zusammenhang stehen, lässt sich aber mit den Daten der Evaluationsstudie relativ gut zeigen. **Während der** beschriebene Zusammenhang in allen Berufsgruppen nachweisbar ist, unterscheidet sich die Stärke des Zusammenhangs zwischen den Berufsgruppen. Besonders stark ist der Zusammenhang bei Auszubildenden im Bereich der Mechanik sowie der Elektronik. Diese berichten zwar bei geringen negativen Indexwerten die wenigsten Beschwerden, jedoch steigen diese deutlicher als in den anderen Berufsgruppen an, wenn die Belastungen zunehmen.

Abbildung 9 zeigt visuell den Zusammenhang zwischen dem Anstieg negativer Arbeitsanforderungen (Arbeitsanforderungsindex) und dem Anstieg der Anzahl häufig auftretender psychischer und körperlicher Beschwerden. Je stärker also die wahrgenommenen negativen Belastungen sind, desto mehr Beschwerden werden berichtet. Dieser Zusammenhang zeigt sich in allen Berufsgruppen. Kontrolliert wurden bei diesen Berechnungen das Merkmal Geschlecht, sodass Unterschiede zwischen Berufsgruppen nicht darauf zurückzuführen sind, dass in manchen Berufen der Männer- oder der Frauenanteil überproportional hoch ist (Drittvariablenkontrolle).

Während der beschriebene Zusammenhang in allen Berufsgruppen nachweisbar ist, unterscheidet sich die Stärke des Zusammenhangs⁹ zwischen den Berufsgruppen. Besonders stark ist der Zusammenhang bei Auszubildenden im Bereich der Mechanik sowie der Elektronik. Diese berichten zwar bei geringen negativen Indexwerten die wenigsten Beschwerden, jedoch steigen diese deutlicher als in den anderen Berufsgruppen an, wenn die Belastungen zunehmen.

⁹ Die Stärke des Zusammenhangs ist optisch über die Steigung der Geraden nachvollziehbar.

Abbildung 9: Regressionsanalyse des Arbeitsanforderungsindexes auf die Anzahl berichteter Beschwerden



Daten: Primärbefragung, n=1.209.

4. Evaluationsergebnisse

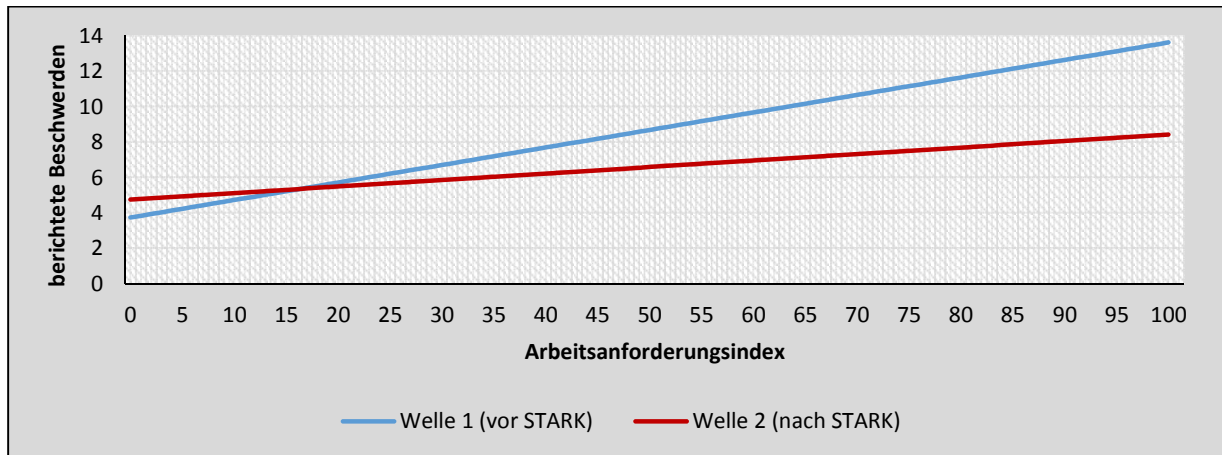
4.1. Arbeitsanforderungen und gesundheitliche Beschwerden

Wie unter Punkt 3 dargestellt, kann auf Basis der Daten aus der Primärbefragung ein Zusammenhang zwischen den Arbeitsanforderungen in der Ausbildung und dem subjektiven Gesundheitszustand festgestellt werden. Nachfolgend soll untersucht werden, ob eine Teilnahme an STARK dazu führt, dass sich dieser Zusammenhang verändert.

Hierfür wurden die Daten der Primär- und Sekundärbefragung verwendet um zu sehen, ob sich im Zeitverlauf die Stärke des beschriebenen Zusammenhangs verändert hat. Auf Basis der 262 eindeutig identifizierbaren STARK-Teilnehmerinnen (Ident-Gruppe, vgl. Kapitel 2) zeigt sich, dass vor den Stark-Schulungen (blaue Linie) der untersuchte Zusammenhang stärker ausgeprägt war als nach den Schulungen. Nach STARK haben also erhöhte negative Arbeitsanforderungen nicht in dem Maße zu gesundheitlichen Beschwerden geführt, als dies noch vor STARK der Fall war. (

Abbildung 10).

Abbildung 10: Regressionsanalyse der Arbeitsanforderungen auf die Anzahl berichteter Beschwerden vor und nach der Teilnahme am STARK-Projekt



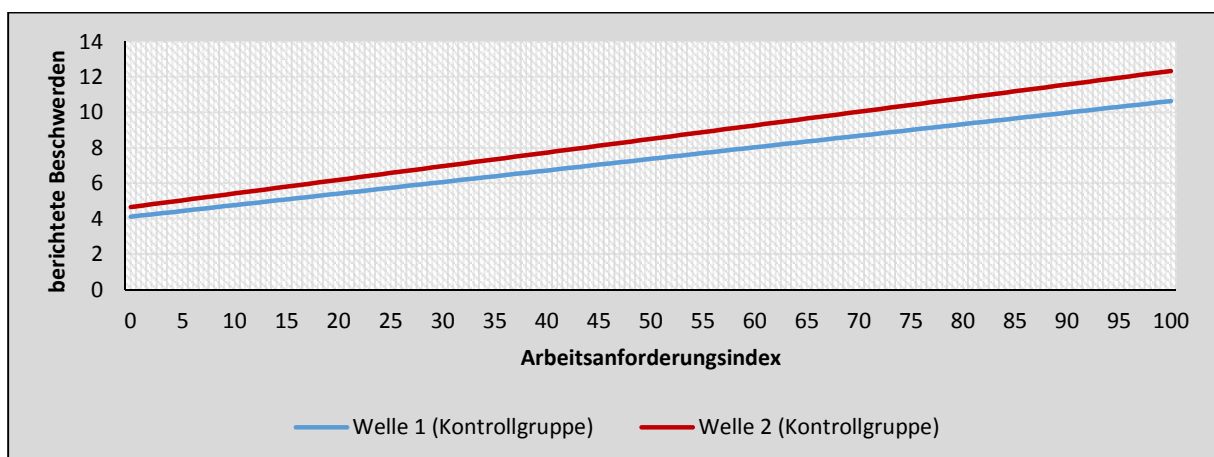
n (Stark Welle1 und Welle 2) = 262

Um zu kontrollieren, dass diese Veränderung nicht auf den Faktor Zeit zurückzuführen ist (z. B. werden die Azubis zwischen den Messzeitpunkten älter, kennen die Arbeitsanforderungen besser, gehen anders mit Herausforderungen um, etc.) wurden dieselben Analysen mit den Teilnehmenden in der Kontrollgruppe durchgeführt, also mit den Befragten von Personen, die zwar zweimal an der Befragung teilgenommen haben, dazwischen aber nicht an STARK-Schulungen beteiligt waren (

Abbildung 10). Hier zeigt sich zum einen, dass die Steigungen der Geraden (als Maß der Stärke des Zusammenhangs) sich nur marginal verändert haben und zum anderen, dass in der Kontrollgruppe zum zweiten Messzeitpunkt der Zusammenhang sogar etwas stärker geworden ist, als dieser noch zum Zeitpunkt der Primärbefragung war.

Der positive Effekt von STARK zeigt sich so sowohl im Längsschnitt als im Kontrollgruppenvergleich.

Abbildung 11: *Regressionsanalyse der Arbeitsanforderungen auf die Anzahl berichteter Beschwerden (Kontrollgruppe)*



n (Kontrollgruppe Welle1 und Welle 2) = 222

4.2. Evaluation mittels psychologischer Konstrukte

Bei der Fragebogengestaltung der Evaluationsbefragungen wurde großer Wert daraufgelegt, dass wissenschaftlich etablierte Erhebungsinstrumente verwendet werden, um zum einen möglichst fundierte und belastbare Ergebnisse zu produzieren und zum anderen die Möglichkeit gegeben ist, Ergebnisse auch wissenschaftlich zu publizieren. Insofern erfolgte die Auswahl der Fragen stets theoriebezogen (mit den Einschränkungen der durch die Schulen gesetzten Rahmenbedingungen), d.h. theoretisch erwartbare Wirkungsweisen von STARK wurden zielgerichtet erfasst und nicht erst im Nachhinein als mögliche Zusammenhänge interpretiert. Dies wird in vielen Befragungen nicht umgesetzt und es besteht die Gefahr, dass wahllos Zusammenhänge konstruiert werden (Esser 1996). Als theoretisches Modell wurde die klassische Stress-Verarbeitungstheorie von Lazarus (1966) zu Grunde gelegt. Stress ist dem Modell zufolge keine bei jedem Menschen identische Reaktion auf einen Reiz (Reiz-Reaktions-Muster), sondern zwischen Stressreiz und Reaktion liegt ein kognitiver Bewertungsprozess. So lässt sich zum Beispiel erklären, warum manche Personen bei derselben Beanspruchung klinische Stressreaktionen entwickeln und andere nicht. Der Theorie zufolge unterscheiden sich solche Personen im Vorhandensein von psychischen und sozialen Ressourcen, vorhandener (Lebens-)Erfahrungen und anderen persönlichen Eigenschaften. Diese werden beim Bewertungsprozess (teils unbewusst) berücksichtigt und entscheiden letztendlich ob ein Stressreiz als bedrohlich oder nicht bedrohlich und damit nicht schädigend wahrgenommen wird. Entsprechend des theoretischen Konzepts wurden in der Befragung nicht nur potentielle Stressauslöser (z. B. Arbeitsbelastungen) und typische Stressfolgen (z. B. gesundheitliche Beeinträchtigungen) sondern auch typische Stressverar-

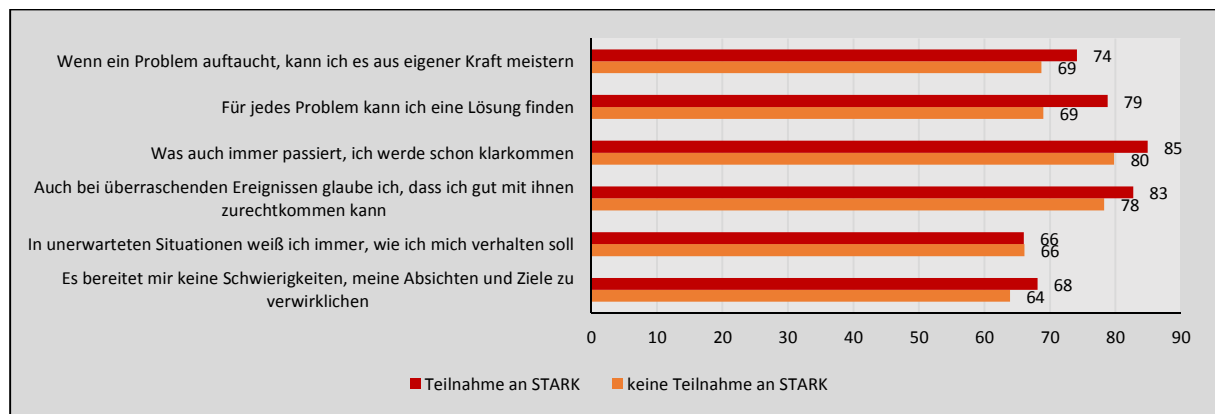
beitungsstrategien (Coping-Strategien) oder psychische Ressourcen (z. B. Wissen über Stressauslöser) abgefragt. Nachfolgend soll der Einfluss der STARK-Schulungen mittels psychologischer Konstrukte durch einen Vergleich der Treatmentgruppe (Teilnehmende Azubis an STARK) und der Kontrollgruppe dargestellt werden.

4.2.1. Selbstwirksamkeitserwartung

Zur Messung der allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung wurde die Skala „Allgemeine Selbstwirksamkeit (revidierte Fassung 1999)“ von Schwarzer und Jerusalem in einer gekürzten Variante eingesetzt (Schwarzer/Jerusalem 1999a). Selbstwirksamkeit umfasst die subjektive Problemlösekompetenz im Umgang mit Herausforderungen und kann in Anlehnung an klassische Theorien zur Entstehung von Stress als wichtige personelle Ressource betrachtet werden, die Einfluss darauf hat, ob eine Herausforderung als belastend und dadurch potentiell als stressinduzierend wahrgenommen wird oder nicht.

In **Abbildung 12** sind die Anteile der Personen dargestellt, die die Statements zur Erfassung der Selbstwirksamkeitserwartung mit „stimmt eher“ oder „stimmt genau“¹⁰ beantwortet haben. Nachdem alle Aussagen in dieselbe Richtung zeigen, d. h. eine höhere Zustimmung steht für eine höhere Selbstwirksamkeit, ist zu erkennen, dass die Teilnehmenden der STARK-Gruppe in der Sekundärbefragung eine höhere Selbstwirksamkeit berichten, als die Teilnehmenden in der Kontrollgruppe. Zwar sind die Unterschiede teilweise eher gering, zusammengenommen ist der Zusammenhang zwischen einer STARK-Teilnahme und der berichteten Selbstwirksamkeit aber evident.

Abbildung 12: Selbstwirksamkeitserwartung der STARK-Gruppe im Vergleich mit der Kontrollgruppe, Anteile in Prozent



Daten: Primärbefragung, n=869.

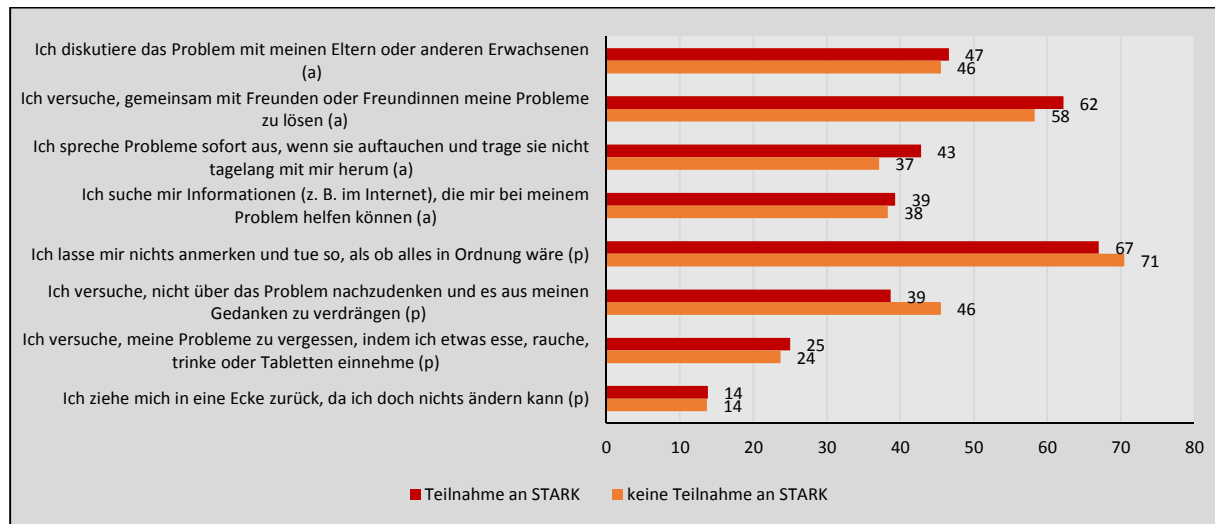
4.2.2. Copingstrategien

Zur Messung von Stressbewältigungsstrategien wurden zwei „typische“ Coping-Strategien erfasst, das aktive, problembezogene Coping (Jerusalem/Mittag 1999) und das (passive) emotionsbezogene Coping (Bäßler/Schwarzer 1999). Der Bezug in der Fragestellung lag auf dem allgemeinen Umgang mit Herausforderungen im Alltag. „Aktives Coping thematisiert kognitive und behaviorale Prozesse, die auf eine Problemlösung abzielen. Emotionsorientiertes Coping bezieht sich hingegen auf die Regulation der Affekte, die durch Stressereignisse hervorgerufen werden“ (Schwarzer/Jerusalem 1999b). Passives Coping ist dabei nicht mit einem schlecht angepassten Umgang mit Stressauslösern gleichzusetzen. In den STARK-Schulungen wurden aber verstärkt Techniken vermittelt, wie man gezielt nach Problemlösestrategien sucht, wenn Situationen oder Ereignisse als belastend wahrgenommen werden. Zur Messung aktiver Problemlösungsstrategien wurde ein weiteres Item („Ich suche mir Informationen (z. B. im Internet), die mir bei meinen Problemen helfen können“) aufgenommen, das nicht Bestandteil der Originalskala ist.

¹⁰ Bewertet werden konnten die Aussagen über eine vierstufige Skala; 1: stimmt nicht – 2: stimmt kaum – 3: stimmt eher – 4: stimmt genau.

Der Vergleich der Treatmentgruppe (Teilnahme an STARK) mit der Kontrollgruppe zeigt, dass die Zustimmungswerte¹¹ in Hinblick auf aktives Coping in der STARK-Gruppe höher sind, dagegen sind die Zustimmungswerte bei den Items zur Messung passiver Copingstrategien niedriger. Auch dies kann als positiver Einfluss der STARK-Inhalte gewertet werden.

Abbildung 13 Zustimmungswerte der STARK- und der Kontrollgruppe hinsichtlich des Einsatzes von aktiven und emotionsorientierten Bewältigungsstrategien, Anteile in Prozent



a: Statements zur Erfassung aktiver Problemlösestrategien

p: Statements zur Erfassung emotionsregulierender (passiver) Problemlösestrategien

Daten: Sekundärbefragung, n=869.

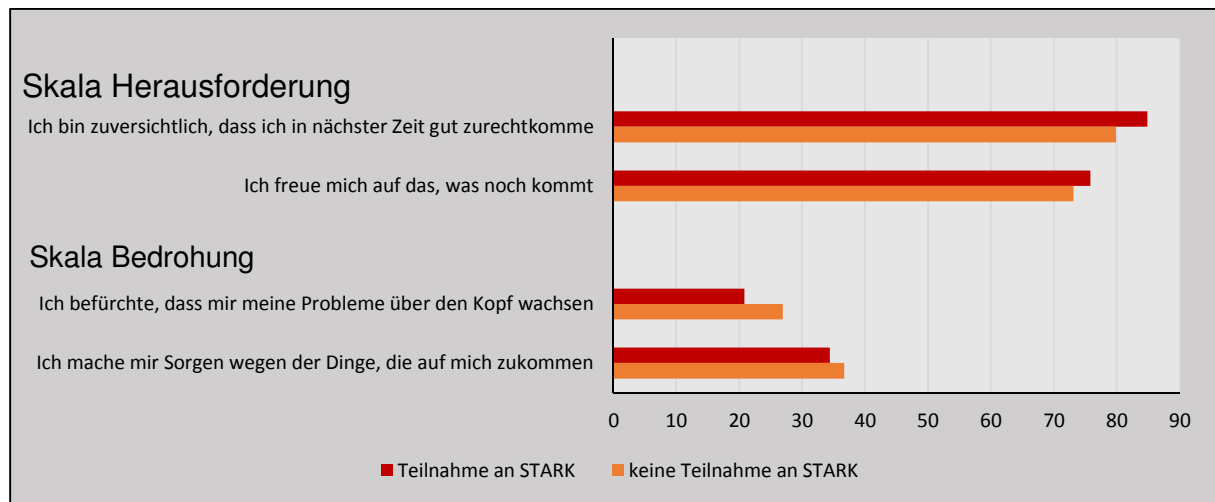
4.2.3. Herausforderung und Bedrohung

Klassische kognitive Stresstheorien (z. B. Lazarus 1966) postulieren, dass Situationen, die als (Selbstwert-)bedrohlich gewertet werden, Ängste und andere negative Gefühle auslösen können. Stehen bei der Bewertung einer Situation eher deren positive Folgen und der subjektive Nutzen im Vordergrund, führt das (zumindest zeitweise) zu einem positiven Empfinden. Diese Einschätzungen sind als Ausgangspunkt von Anforderungsbewältigungsprozessen zu sehen und bestimmen die Intensität von Belastungsreaktionen mit. Letztere sind insbesondere dann sehr stark, wenn für das Subjekt wichtige Lebensbereiche tangiert werden (vgl. Lantermann 2009). Die Ausbildung stellt für junge Auszubildende, was kaum zu bestreiten ist, einen solchen wichtigen Lebensbereich dar. Insofern wurde in der Evaluationsstudie erfasst, ob die Ausbildung eher als Herausforderung oder als Belastung wahrgenommen wird. Zur Messung wurde auf die Skalen von Jerusalem (1990) zurückgegriffen, die erfolgreich unter Schülerinnen und Schülern getestet wurde. Abgefragt wurden die Statements in der Erhebung mit Bezug auf die allgemeine Einschätzung der Ausbildung.

¹¹ Bewertet werden konnten die Aussagen über eine vierstufige Skala werden; 1: trifft nicht zu – 2: trifft kaum zu – 3: trifft eher zu – 4: trifft genau zu. Die Werte 3 und 4 wurden für die Darstellung zusammengefasst.

In Abbildung 14 sind die Statements der Fragen dargestellt, über die skaliert die Einschätzungen erhoben wurden¹². Die teilnehmenden Berufsschülerinnen und –Schüler, die Teil der STARK Präventionsinitiative waren, äußern demnach etwas stärker die Ausbildung als Herausforderung zu sehen und weniger häufig als Bedrohung.

Abbildung 14: *Erleben der Ausbildung als Herausforderung oder als Bedrohung*



Daten: Sekundärbefragung, n=869.

4.2.4. Wissen über Stressauslöser

Das Wissen über Stressreize oder Stressquellen spielt eine wichtige Rolle bei der Bewertung von Beanspruchungen und letztendlich beim Stresserleben. Menschen, die Situationen und deren mögliche Folgen besser einschätzen können, sind eher in der Lage positive Stressverarbeitungsmechanismen zu entwickeln. In der Evaluationsstudie wurde nicht direkt danach gefragt, wie die Auszubildenden Stress (körperlich und psychisch) erleben, sondern nach der Beantwortung der Beschwerdeliste (vgl. Kapitel 3.1) wurden die Befragten gebeten einzuschätzen, welche Ursachen hierfür ausschlaggebend sein könnten. Es ist anzunehmen, dass über diese Abfrage erfasst wird (Reflexionsprozess), welche Beschwerdeauslöser die Auszubildenden bei sich selbst auftretenden Symptomen zuschreiben. Die vorgelegten Antwortmöglichkeiten sind in **Abbildung 15** dargestellt, differenziert nach Erhebungswellen und der Teilnahme an den STARK-Schulungen.

Zu allen Messzeitpunkten wurde „zu viel Stress“ und „Überforderung wegen zu viel Arbeit“ am häufigsten genannt. Zwischen den Messzeitpunkten sind besonders deutlich die Anteile der Aussagen

¹² Dargestellt sind jeweils die Nennungen „trifft eher zu“ und „trifft genau zu“. Insgesamt hat die skalierte Abfrage vier Ausprägungen.

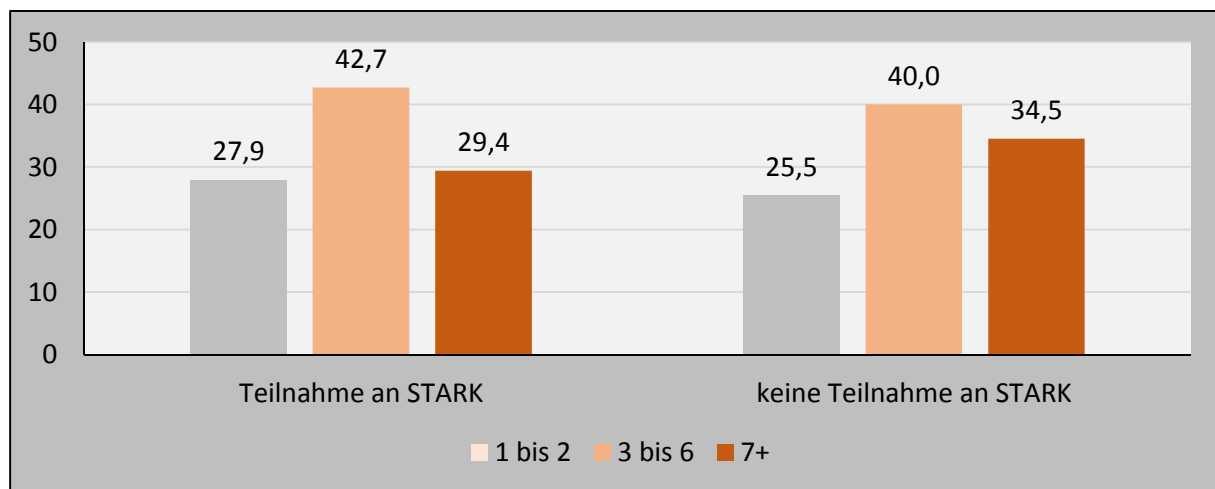
„falschen Beruf gewählt“, „Konflikte mit Kolleg(innen)“ und „Probleme in der Familie“ angestiegen, letztere im Wellenvergleich besonders bei den Azubis, die nicht an STARK teilgenommen haben (Anstieg von +14,4 Prozentpunkten). Den Einfluss von STARK sieht man im Gruppenvergleich, wenn man die Differenz der Veränderung zwischen den beiden Messzeitpunkten betrachtet. Dass eine „schlechte Psyche“ ausschlaggebend für Symptome ausschlaggebend sein kann, äußern bei der Zweitbefragung drei Prozent weniger, während der Anteil in der Kontrollgruppe hier um knapp acht Prozent gestiegen ist. Auch die Äußerungen „schlechte Durchsetzungsfähigkeit“ und „Geldprobleme“ sinken in Ihren Anteilen zwischen den Erhebungen bei der STARK-Gruppe. Wichtig ist bei dieser Betrachtung zu berücksichtigen, dass die Anteilswerte stark von der Anzahl genannter Gründe abhängen. Zum Zeitpunkt der Primärbefragung haben die späteren STARK-Teilnehmenden durchschnittlich fünf Gründe als ausschlaggebend genannt (Kontrollgruppe 4,8), nach STARK stieg dieser Wert nur moderat auf 5,3 Gründe an – bei der Kontrollgruppe war der Anstieg auf 5,8 Gründe dagegen deutlicher. Das gestiegene Wissen über Stressauslöser zeigt sich in der STARK-Gruppe insbesondere bei dem Anstieg der Nennungen im Bereich der Sozialkonflikte (Probleme mit Vorgesetzten, Kolleg(innen)en oder in der Familie). Andere, bewusst „künstlich“ konstruierte Gründe (schlechte Psyche, schlechte Durchsetzungsfähigkeit, zu geringe Qualifikation im Beruf) werden im Vergleich zur Kontrollgruppe in der Zweitbefragung wesentlich seltener genannt.

Abbildung 15: Gründe für die Herausbildung psychischer und körperlicher Beschwerden in der Ausbildung, Anteile in Prozent, Mehrfachnennungen

	Welle 1		Welle 2		Veränderung	
	STARK	Kontrolle	STARK	Kontrolle	STARK (W2-W1)	Kontrolle (W2-W1)
falsche Ernährung	29,8	22,5	35,5	36,0	+5,7	+13,5
zu wenig Bewegung	46,2	44,6	48,5	50,0	+2,3	+5,4
zu viel Stress	82,1	77,0	85,9	82,0	+3,8	+5,0
zu wenige Freunde	11,1	9,0	13,7	14,9	+2,6	+5,9
schlechte Psyche	38,9	32,9	35,9	40,5	-3,0	+7,6
schlechte Durchsetzungsfähigkeit	12,6	14,9	11,8	18,5	-0,8	+3,6
falschen Beruf gewählt	37,0	36,5	45,4	45,5	+8,4	+9,0
Probleme mit Vorgesetzten	37,8	40,5	41,2	44,6	+3,4	+4,1
Konflikte mit Kolleg(inn)en	43,9	49,5	50,8	52,7	+6,9	+3,2
Überforderung wegen zu viel Arbeit	56,5	58,1	59,2	69,8	+2,7	+11,7
Probleme in der Familie	35,1	32,4	40,8	46,8	+5,7	+14,4
Geldprobleme	29,4	29,3	28,6	41,0	-0,8	+11,7
keine Begabung für den Beruf	16,0	14,0	19,8	17,1	+3,8	+3,1
zu geringe Qualifikation im Beruf	11,1	11,7	12,2	15,3	+1,1	+3,6
Sonstiges	9,9	9,5	4,2	5,0	-5,7	-4,5
Durchschnittliche Anzahl Gründe	5,0	4,8	5,3	5,8	+0,3	+1,0

Die Veränderung der durchschnittlich geäußerten Stressauslöser ist in **Abbildung 16** dargestellt. Demnach ist in der STARK-Gruppe der Anteil der Befragten höher, die weniger Gründe (1 bis 2) oder eine Anzahl im Bereich des Durchschnitts (3 bis 6 Gründe) den selbstberichteten Beschwerden zugeordnet hat. In der Kontrollgruppe ist dagegen der Anteil im Bereich der Nennungen von mehr als sieben potentiellen Stressursachen in der Ausbildung um ca. fünf Prozentpunkte höher. Die Unterschiede weisen darauf hin, dass nach STARK die kognitive Zuschreibung von Stressauslösern und psychischen und körperlichen Reaktionen fokussierter wurde. Dies zeigt sich auch, wie oben beschrieben, in der gesunkenen Zuordnung nicht-plausibler Antwortmöglichkeiten.

Abbildung 16: Durchschnittliche Anzahl genannter Gründe zum Zeitpunkt der Sekundärbefragung

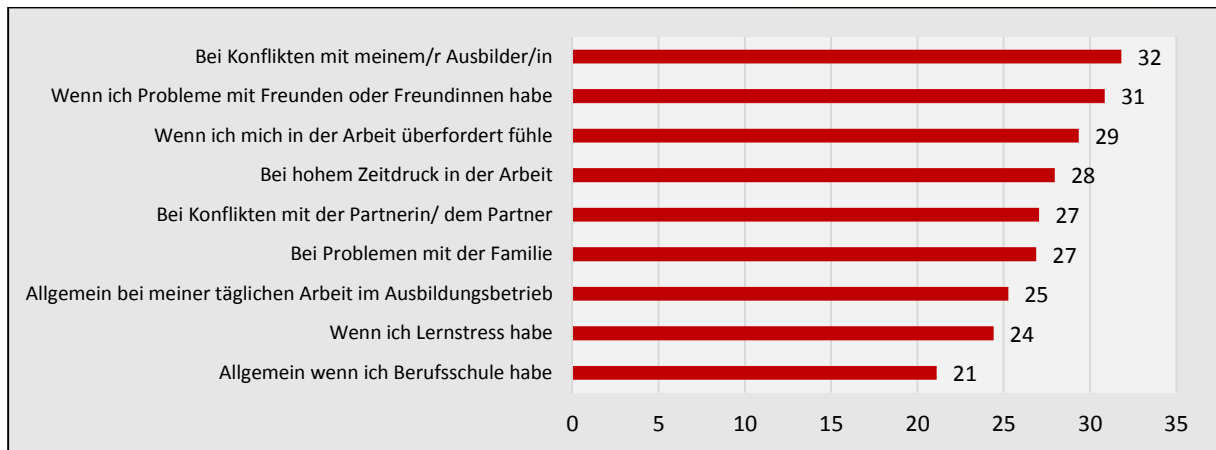


Daten: Sekundärbefragung, n=869.

4.3. Befragung der Teilnehmenden (STARK-Module)

Ein Teil der Berufsschülerinnen und –Schüler, die an den STARK-Schulungen teilgenommen haben, wurden nach deren subjektiver Einschätzung zur Umsetzung und der Wirkungsweise befragt. Auf die erste Frage, wie nützlich STARK in zukünftigen Situationen für die Auszubildenden sein könnte, äußern 32 Prozent bei Konflikten mit der Ausbilderin oder dem Ausbilder, 31 Prozent bei Problemen mit Freundinnen oder Freunden und 29 Prozent, wenn sie sich in der Arbeit überfordert fühlen (**Abbildung 17**). Auch in den übrigen abgefragten Situationen wurde das Gelernte von mindestens 20 Prozent als „nützlich“ oder „sehr nützlich“ bewertet.

Abbildung 17: Subjektive Einschätzung zur Nützlichkeit der gelernten STARK-Inhalte, Anteile der Nennungen „nützlich“ und „sehr nützlich“

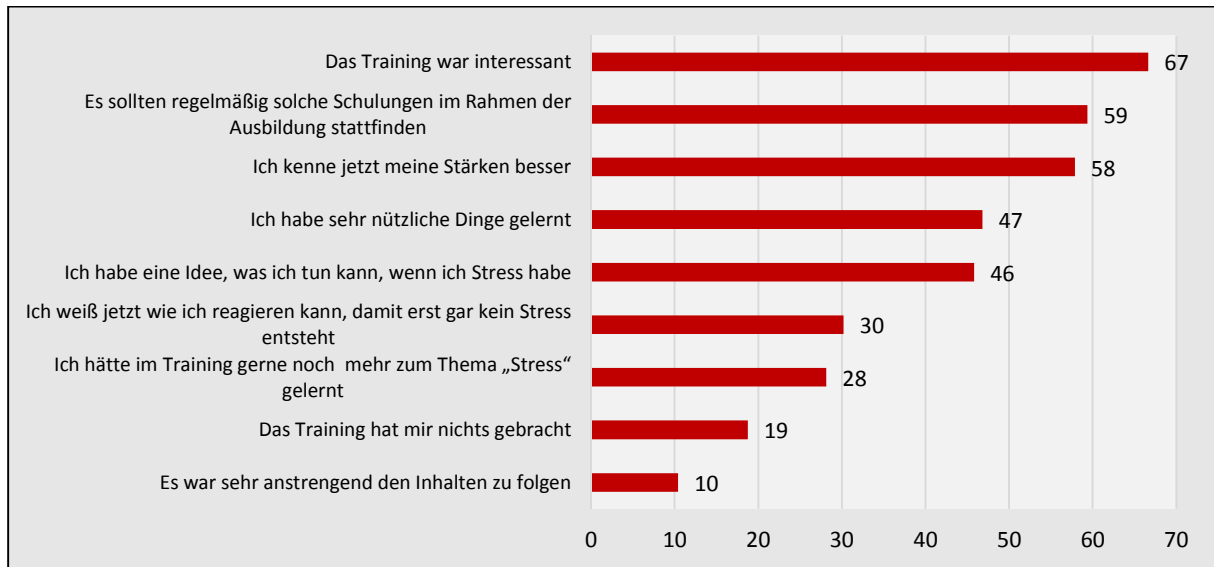


Daten: STARK-Nachbefragung, n=97.

In Hinblick auf die Inhalte stimmen 67 Prozent der Befragten dem Statement „das Training war interessant“ (voll und ganz) zu, 59 Prozent sind der Meinung, dass solche Schulungen regelmäßig im Rahmen der Ausbildung stattfinden sollten und 58 Prozent, dass sie nun ihre Stärken besser kennen (

Abbildung 18). Nur ein geringer Teil der Teilnehmenden äußert, dass das Training nichts gebracht hat (19 %) oder es sehr anstrengend war, den Inhalten zu folgen (10 %).

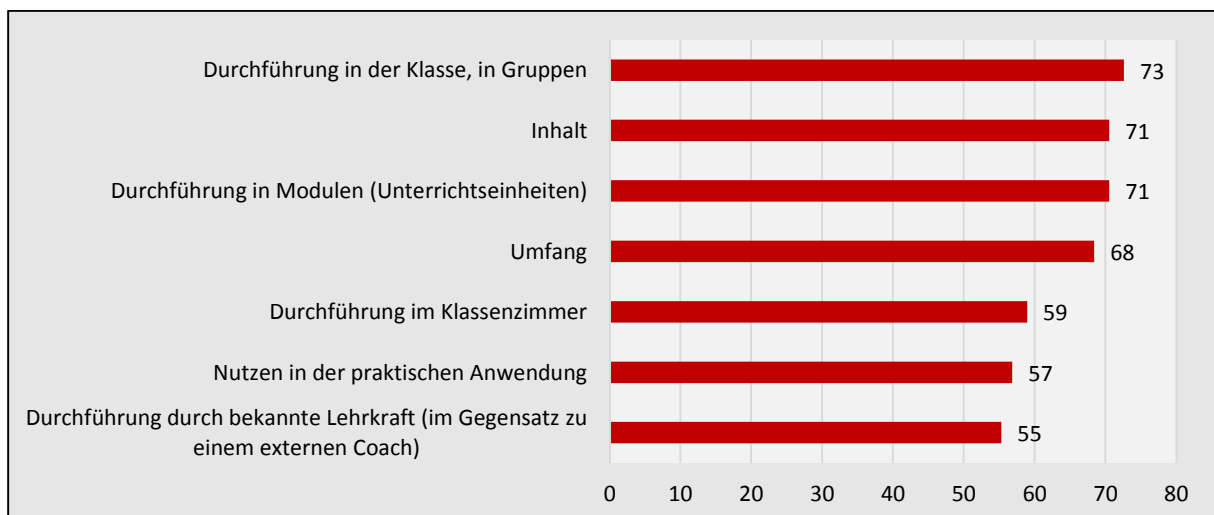
Abbildung 18: Bewertung der Statements zu STARK, Anteile der Nennungen „stimme zu“ und „stimme voll und ganz zu“ in Prozent



Daten: STARK-Nachbefragung, n=97.

Auch die Umsetzung von STARK wurde mehrfach gelobt. Den Ansatz, die Schulungen im Klassenverband durchzuführen, bewerten 73 Prozent der Teilnehmenden als gut oder sehr gut. Der Inhalt und der Modulcharakter von STARK sowie der Umfang werden von ca. 70 Prozent der STARK-Teilnehmenden als gut oder sehr gut bewertet. Auch alle übrigen Umsetzungsaspekte, wie die Durchführung im Klassenzimmer, der praktische Nutzen und das Coaching durch eine Lehrkraft werden jeweils von über der Hälfte der STARK-Azubis positiv bewertet (**Abbildung 19**).

Abbildung 19: Bewertung der Unterrichtsmodule von STARK nach Gesichtspunkten, Anteile der Nennungen „gut“ und „sehr gut“ in Prozent



Daten: STARK-Nachbefragung, n=97.

5. Fazit

Die durchgeführte Evaluation der STARK-Präventionsinitiative an sieben bayerischen Berufsschulen konnte zeigen, dass die Berufsausbildung, bzw. die damit verbundenen Ausbildungs- und Arbeitsanforderungen mit gesundheitlichen Risiken einhergehen und STARK einen Beitrag dazu leistet, diesen Zusammenhang abzuschwächen (Kapitel 4.1). Auf Basis eines theoretischen Konzepts zur Entstehung psychologisch negativer Belastungen konnte belegt werden, dass STARK unter anderem die psychologischen Aspekte stärkt, die Stresskompetenz fördert (Kapitel 4.2). Ein ebenso wichtiges Erfolgskriterium ist die subjektive Bewertung der Initiative durch die Teilnehmenden: STARK wurde mehrheitlich gut angenommen und positiv bewertet (Kapitel 4.3).

Diese Ergebnisse sind auch deshalb erfreulich, da die Evaluation nicht unter kontrollierten Bedingungen stattfinden konnte und so „Störeinflüsse“ nicht ausgeschlossen werden können. So wurden zum Beispiel die Sekundärbefragungen in einigen Klassen teilweise wenige Tage nach den Unterrichtseinheiten durchgeführt, teilweise erst ein Jahr nach dem letzten Unterrichtsmodul. Ein wichtiger Aspekt ist immer auch die Persönlichkeit der Lehrkraft oder der Sozialarbeiterin, die die Schulungen durchgeführt hat und somit maßgeblich zum Lernerfolg beiträgt. Auch dies konnte im Evaluationskonzept nicht berücksichtigt werden.

Die allgemein auf die Stärkung von Resilienz zugeschnittenen STARK-Module können als eine wichtige Maßnahme gesehen werden, den Übergang von der Schule in das Berufsleben zu erleichtern. Da Stress als ein zunehmend ernster werdendes Problem in modernen Gesellschaften (WHO 2019) anerkannt ist (auch außerhalb der Berufssphäre) sind Projekte wie STARK, die sehr früh (also bei relativ jungen Menschen) ansetzen ein gutes Beispiel dafür, wie mit dieser großen Herausforderung umgegangen werden kann. Es bleibt in diesem Zusammenhang abzuwarten, ob das Konzept von STARK in vielen Berufsschulen etabliert wird und so möglichst viele Auszubildende erreicht werden können.

6. Literatur

Bamberg, S., Gumbel, H., & Schmidt, P. (2000). Rational choice und theoriegeleitete Evaluationsforschung. *Am Beispiel der Verhaltenswirksamkeit verkehrspolitischer Maßnahmen*. Opladen.

Gerthold, L. (Hg.): *Selbstsorge in unsicheren Zeiten. Resignieren oder Gestalten*. Beltz Psychologie Verlags Union (PVU): Weinheim

Esser, H. (1996). *What is Wrong with 'Variable Sociology'?*. *European sociological review*, 12(2), 159-166.

Frey, S.; Frenz, H.-G. (1982). *Experiment und Quasi-Experiment im Feld*. In: Patry, J.-L. (Hg.): *Feldforschung*, Bern, 229-258

Hammermann, A., & Stettes, O. (2015). Bewältigung von Stress in einer vernetzten Arbeitswelt: Befunde aus der BiBB/BAuA-Erwerbstätigenbefragung. *IW-Trends–Vierteljahresschrift zur empirischen Wirtschaftsforschung*, 42(2), 113-135.

Kromrey, H. (2013). *Empirische Sozialforschung: Modelle und Methoden der standardisierten Datenerhebung und Datenauswertung (Vol. 1040)*. Springer-Verlag.

Lazarus, R.S. (1966). *Psychological stress and the coping process*. New York, NY, US. McGraw-Hill

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer publishing company.

Lademann, J., & Kolip, P. (2005). *Gesundheit von Frauen und Männern im mittleren Lebensalter*. Robert-Koch-Institut.

Lantermann (1999). *Psychologie der Unsicherheit*. In: Lantermann, E.-D., Döring-Seipel, E., Eierdanz, F.

Morschhäuser, M., Ertel, M., & Lenhardt, U. (2010). Psychische Arbeitsbelastungen in Deutschland: Schwerpunkte-Trends-betriebliche Umgangsweisen. *WSI-Mitteilungen*, 63(7), 335-342.

Peter, R., & Hasselhorn, H. M. (2013). Arbeit, Alter, Gesundheit und Erwerbsteilhabe. *Bundesgesundheitsblatt-Gesundheitsforschung-Gesundheitsschutz*, 56(3), 415-421.

Scharzer R. & Jerusalem M. (1999a). Allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung (WIRKALL_r), in Schwarzer & Jerusalem (Hg.). Skalen zur Erfassung von Lehrer- und Schülermerkmalen. *Dokumentation der psychometrischen Verfahren im Rahmen der Wissenschaftlichen Begleitung des Modellversuchs Selbstwirksame Schulen*. Berlin.

Schwarzer & Jerusalem (1999b). Skalen zur Erfassung von Lehrer- und Schülermerkmalen. *Dokumentation der psychometrischen Verfahren im Rahmen der Wissenschaftlichen Begleitung des Modellversuchs Selbstwirksame Schulen*. Berlin.

Wittig, P., Nöllenheidt, C., & Brenscheidt, S. (2013). Grundausswertung der BIBB/BAuA-Erwerbstätigenbefragung 2012. Dortmund: Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin.

WHO (2019). Psychische Gesundheit – Faktenblatt, Web unter http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0006/404853/MNH_FactSheet_DE.pdf.

Wolf C., Best H. (2010) *Lineare Regressionsanalyse*. In: Wolf C., Best H. (eds) *Handbuch der sozialwissenschaftlichen Datenanalyse*. VS Verlag für Sozialwissenschaften.

Wottawa, H., & Thierau, H. (1998). *Lehrbuch Evaluation*. Bern: Huber.

Stadtbergen, April 2019