

# Psychische Auswirkungen der Corona-Krise auf Studierende in Österreich

Psychological Effects of the Corona Crisis on Students in Austria

Isabella Zick & Kerstin Jäger



Themenschwerpunkt Kurzartikel

## Zusammenfassung

Die Tatsache, dass Infektionspandemien einen massiven Einfluss auf die psychische Gesundheit der Allgemeinbevölkerung haben, ist hinlänglich bekannt. Beobachtet werden über alle Altersgruppen und soziale Schichten depressive und posttraumatische Symptome sowie Belastungen durch Angst und Unsicherheit. Erklärt wird diese Entwicklung beispielsweise durch wahrgenommenen Kontrollverlust, Hilflosigkeit und Folgen langfristiger Isolation. Die vorliegende Arbeit hinterfragt die Auswirkungen der Corona-Pandemie auf die Gruppe der Studierenden in Österreich und erhebt im Rahmen einer Umfrage diverse Belastungsfaktoren. Es zeigte sich, dass nicht einmal ein Viertel der Befragten ein Gefühl der sozialen Verbundenheit empfindet. Angst und Unsicherheit aufgrund der Veränderung langfristiger Pläne und der Umstellung der Studien-Modalitäten verstärken die psychische Belastung enorm. Um langfristige Folgen zu vermeiden, ist der Aufbau individueller Ressourcen und Schutzfaktoren sowie der Ausbau von professionellen Angeboten zur Förderung und zum Erhalt der psychischen Gesundheit von größter Bedeutung.

## Abstract

The fact that infectious pandemics have a massive impact on the mental health of the general population is well known. Depressive and post-traumatic symptoms as well as stress due to fear and insecurity are observed across all age groups and social classes. This development is explained, for example, by perceived loss of control, helplessness and consequences of long-term isolation. This study examines the effects of the Corona pandemic on the group of students in Austria and surveys various stress factors. It was found that not even a quarter of the

respondents felt a sense of social connectedness. Fear and uncertainty due to the change of long-term plans and the change of study modalities increase the psychological stress enormously. In order to avoid long-term consequences, the development of individual resources and protective factors as well as the expansion of professional offers for the promotion and maintenance of mental health are of utmost importance

## 1. Einleitung

Ein digitales Semester – darauf stellten sich Hochschulen und Studierende im Frühjahr 2020, als die ersten Einschränkungen zur Bekämpfung der Pandemie verkündet wurden, ein. Bereits vorhandene digitale Lernstrukturen wurden auf Vordermann gebracht, neue Konferenz-Softwares ausprobiert und Lehrveranstaltungen fanden erstmals nicht mit Hunderten Studierenden in großen Hörsälen, sondern auf 15-Zoll-Notebooks statt. Von einem Tag auf den anderen waren die Studierenden im „Home-Office“.

Zu Beginn der Pandemie war diese Situation aufregend und neu. Sie war aber auch verbunden mit Gefühlen der Angst und Unsicherheit, wurde das Leben doch zum ersten Mal weltweit so gravierend eingeschränkt. Heute ist die Corona-Krise nicht mehr neu – und doch dominiert sie scheinbar alles. Das Privatleben, die Medien, die Wirtschaft und die Politik – alles dreht sich um das Virus, das sich trotz mehrfacher Lockdowns einfach nicht in den Griff bekommen lässt. Während über Impf-Strategien und Corona-Boni gesprochen wird, verschwindet eine Gruppe zunehmend aus der Sphäre der öffentlichen Aufmerksamkeit: die Studierenden, die in Österreich bereits das gesamte Wintersemester 2020/21 auf Distanz lernen.