

## 5 Auswertung der Zusammenhänge zwischen Engagement und Einsamkeit sowie sozialer Unterstützung und Einsamkeit

In diesem Abschnitt werden ausschließlich die Daten der Studierenden betrachtet, die im Rahmen der Befragung einen Wohnortwechsel angegeben haben. Dazu zählen sowohl Studierende, die in den letzten drei Monaten umgezogen sind, als auch Studierende, deren Umzug ca. zwölf Monate zurückliegt. In die Auswertung werden zudem die Teilnehmenden aus dem ersten und dritten Semester einbezogen.

Ziel dieses Vorgangs ist es, die Ausprägungen der Variablen „*Engagement*“ und „*soziale Unterstützung*“ an der Hochschule sowie Einsamkeit innerhalb der Gruppe umzogener Studierender deskriptiv darzustellen. Darüber hinaus werden die Ergebnisse dieser Untersuchung mit denen der StudiBiFra-Studie verglichen, die von 2022 bis 2023 in Deutschland durchgeführt wurde.<sup>300</sup> Diese Studie hat das Engagement sowie die soziale Unterstützung unter Studierenden analysiert, jedoch dabei keinen Fokus auf einen Umzug gelegt. Dennoch soll durch diesen Vergleich aufgezeigt werden, inwiefern sich die Befunde hinsichtlich Risiko- und Schutzfaktoren für Einsamkeit unterscheiden. Da Engagement und soziale Unterstützung innerhalb der Hochschule in der Vergleichsstudie als Schutzfaktoren gelten, soll im Folgenden ebenfalls diesen Hypothesen nachgegangen werden:

---

300 Vgl. Wenig et al., 2025, S. 1.

- VH1: Je engagierter Studierende an ihrer Hochschule sind, desto geringer ist ihre Einsamkeitsbelastung.
- VH2: Je mehr soziale Unterstützung Studierende an ihrer Hochschule erhalten, desto geringer ist ihre Einsamkeitsbelastung.

Die Vergleichsstudie umfasst Teilnehmende im Alter „zwischen 18 und 25 Jahren“<sup>301</sup>. Davon waren 15,3 Prozent der Studierenden an einer Hochschule eingeschrieben.<sup>302</sup> Da auch die vorliegende Untersuchung Studierende im Alter von 18 bis 29 Jahren einbezieht, verbessert die Überschneidung der Altersgruppen die Vergleichbarkeit der Ergebnisse.

Um die Einsamkeitswerte interpretierbar zu machen, wurde die fünfstufige-Likert-Skala in inhaltliche Kategorien eingeteilt. Hierbei hat eine Orientierung an den Angaben der Bertelsmann Stiftung stattgefunden.<sup>303</sup> Die Kategorien lauten:

- Wert zwischen 1,0 und 1,8 = niedrige Einsamkeit
- Wert zwischen 1,81 und 2,6 = moderat-niedrige Einsamkeit
- Wert zwischen 2,61 und 3,4 = moderate Einsamkeit
- Wert zwischen 3,41 und 4,2 = erhöhte Einsamkeit
- Wert zwischen 4,21 und 5,0 = hohe Einsamkeit

## 5.1 Auswertung des Zusammenhangs: Engagement und Einsamkeit

Tabelle 5. Deskriptive Kennwerte in Abhängigkeit des Engagements

Engagement	n	Einsamkeit (M)	SD
1	15	2,8	0,77
2	18	2,5	0,71
3	19	2,32	1
4	1	2	0
5	0	0	0

301 Eigene Übersetzung nach Wenig et al., 2025, S. 5.

302 Vgl. Wenig et al., 2025, S. 5.

303 Vgl. Steinmayr et al., 2024, S. 10.

Die Auswertung des Items „*Engagement*“ erfolgte durch einen deskriptiven Gruppenmittelwertvergleich, in dem die Antwortmöglichkeiten differenziert voneinander betrachtet wurden. Es folgt die Einteilung der Teilnehmenden in fünf Gruppen nach dem jeweiligen angekreuzten Wert, da es sich hier um ein kategoriales Merkmal handelt. Daraus ergeben sich die Engagementstufen „*nie (1)*“, „*selten (2)*“, „*manchmal (3)*“, „*oft (4)*“ und „*immer (5)*“. Für diese Stufen wurde der jeweilige Einsamkeitsmittelwert sowie die Standardabweichung berechnet.

Die Standardabweichungen zeigen, dass die Einsamkeitswerte innerhalb der Gruppen streuen und sich Studierende mit gleichem Engagement teilweise deutlich in ihrer Einsamkeit unterscheiden. Besonders in Stufe drei wird deutlich, dass selbst Studierende mit demselben Engagement unterschiedliche Einsamkeitsausprägungen aufweisen. Dennoch liegt der Mittelwert der Einsamkeit innerhalb Stufe zwei und drei im moderat-niedrigen Bereich ( $M = 2,5$ ;  $M = 2,32$ ), während Stufe eins einen überdurchschnittlich hohen Wert zeigt ( $M = 2,8$ ). Die Ergebnisse veranschaulichen, dass Studierende ohne Engagement an der Hochschule tendenziell einsamer sind als Studierende, die aktiv an Lerngruppen oder in der Fachschaft mitwirken. Schließlich nimmt die Einsamkeit ab, wenn das Engagement der Studierenden zunimmt (*zusehen in Stufe drei*). Jedoch ist die Abnahme von Stufe zwei auf drei mit 0,18 Punkten statistisch unbedeutend.

Über Stufe vier lässt sich keine differenzierte Aussage treffen, da sich nur eine Person diesem Wert zugeordnet hat. Dennoch kann aus den verbleibenden Werten entnommen werden, dass das Einsamkeitsempfinden niedrig-moderat bis moderat ist, wenn es Studierenden an Engagement in der Hochschule mangelt (*Stufe zwei:  $M = 2,5$ ; Stufe eins:  $M = 2,8$* ).

Die Vergleichsstudie kommt hier zu dem Ergebnis, dass ein höheres Engagement Einsamkeit reduziert. Dieser Effekt ist zwar signifikant, jedoch schwächer zu erkennen als bei anderen Faktoren wie der sozialen Unterstützung.<sup>304</sup> Dennoch wird davon ausgegangen, dass „universitä-

---

304 Vgl. Wenig et al., 2025, S. 8.

res Engagement mit einer geringeren Wahrscheinlichkeit für Einsamkeit während des Studiums<sup>305</sup> einhergeht. Hieraus kann entnommen werden, dass Studierende, die vermehrt an den Angeboten oder Projekten der Hochschule mitwirken, weniger von Einsamkeit betroffen sind.<sup>306</sup>

Der Vergleich mit der Referenzstudie zeigt, dass die Ergebnisse nicht mit denen der herangezogenen Studie übereinstimmen. Allerdings sollte berücksichtigt werden, dass in der StudiBiFra-Studie „12.874 Studierende von 7 Universitäten“<sup>307</sup> befragt wurden, wohingegen sich die vorliegende Auswertung lediglich auf 53 Studierende beschränkt.

Zusammengefasst wird die Hypothese, dass höheres Engagement mit niedriger Einsamkeit einhergeht (VH1), nicht unterstützt. Zwar ist zwischen den Stufen eins bis drei ein leichter Rückgang zu erkennen, jedoch fallen die Unterschiede gering aus. Darüber hinaus weisen die Standardabweichungen auf eine deutliche Variabilität innerhalb der Gruppen hin. Ein klarer Zusammenhang zwischen Engagement und Einsamkeit kann daher nicht bestätigt werden.

---

305 Eigene Übersetzung nach Wenig et al., 2025, S. 5.

306 Vgl. Wenig et al., 2025, S. 5.

307 Eigene Übersetzung nach Wenig et al., 2025, S. 1.

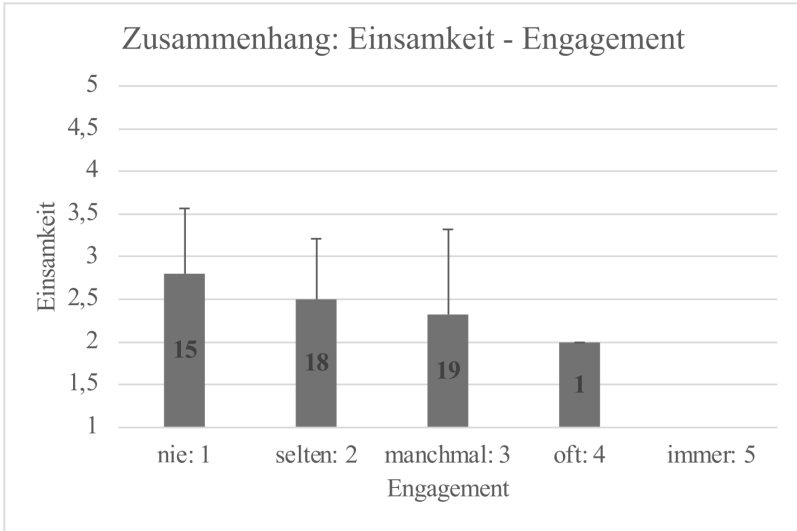


Abbildung 6. Zusammenhang zwischen Einsamkeit und Engagement

(Anmerkung: Die Zahlen auf den Säulen geben die jeweilige Stichprobengröße (n) an.)

## 5.2 Auswertung des Zusammenhangs: Soziale Unterstützung und Einsamkeit

Tabelle 6. Deskriptive Kennwerte in Abhängigkeit der sozialen Unterstützung

Unterstützung	n	Einsamkeit (M)	SD
1	0	0	0
2	0	0	0
3	8	2,75	0,83
4	39	2,51	0,84
5	6	3	1,09

Die Auswertung des Items „soziale Unterstützung“ erfolgte ebenfalls durch einen deskriptiven Gruppenmittelwertvergleich, in dem die Antwortmöglichkeiten differenziert voneinander betrachtet wurden. Es

folgt die Einteilung der Teilnehmenden in fünf Gruppen nach dem jeweiligen angekreuzten Wert, da es sich auch hier um ein kategoriales Merkmal handelt. Es ergeben sich die Unterstützungsstufen „*nie* (1)“, „*selten* (2)“, „*manchmal* (3)“, „*oft* (4)“ und „*immer* (5)“. Für diese Stufen wurde der jeweilige durchschnittliche Einsamkeitswert sowie die Standardabweichung berechnet.

Der Gruppenmittelwertvergleich zeigt, dass der Großteil der Studierenden eine relativ hohe soziale Unterstützung im Studium angibt, da sich die meisten Personen der Stufe vier zugeordnet haben ( $n = 39$ ). Zwischen Stufe drei und vier ist lediglich ein geringer Rückgang der Einsamkeit zu erkennen (*Stufe drei*:  $M = 2,75$ ; *Stufe vier*:  $M = 2,51$ ). Obwohl Stufe vier den niedrigsten Einsamkeitswert aufweist, liegt der Mittelwert dennoch im moderat-niedrigem Bereich ( $M = 2,51$ ). Dies deutet darauf hin, dass Einsamkeit auch auftreten kann, wenn ein hohes Maß an sozialer Unterstützung gegeben ist. Auffällig ist der deutliche Anstieg der Einsamkeit in Stufe 5 ( $M = 3$ ). Allerdings stellt die geringe Fallzahl in Frage, inwiefern dieser Wert repräsentativ ist ( $n = 6$ ). Schließlich verrät die Standardabweichung des Wertes ebenfalls, dass Einsamkeit innerhalb dieser Gruppe stark variiert und sich Studierende mit gleicher Unterstützungswahrnehmung teils deutlich in ihrem Einsamkeitsempfinden unterscheiden ( $SD = 1,09$ ).

In der Vergleichsstudie zeigt sich eine überwiegend positive Unterstützungs- und Kommunikationskultur innerhalb der Hochschule.<sup>308</sup> Dabei ist zu erkennen, dass eine stärkere gegenseitige Unterstützung unter den Studierenden mit einer geringeren Wahrscheinlichkeit für Einsamkeit verbunden ist als strukturelle oder individuelle Faktoren wie die Art der Bildungsinstitution oder ein schlechter Gesundheitszustand.<sup>309</sup> In der vorliegenden Untersuchung ist ebenfalls eine positiv wahrgenommene Unterstützung zu sehen, da sich der Großteil der Studierenden der Stufe vier zuordnet ( $n = 39$ ). Allerdings stimmen die Ergebnisse nicht mit denen der Vergleichsstudie überein, da diese einen deutlich negativen, signifikanten Zusammenhang zwischen so-

---

308 Vgl. Wenig et al., 2025, S. 5.

309 Vgl. Wenig et al., 2025, S. 8.

zialer Unterstützung und Einsamkeit aufzeigen.<sup>310</sup> Innerhalb der herangezogenen Studie wird ein hohes Maß an sozialer Unterstützung unter Studierenden „als Schutzfaktor gegen Einsamkeit“<sup>311</sup> verstanden.

Zusammengefasst wird die Hypothese, dass höhere soziale Unterstützung mit geringerer Einsamkeit einhergeht (VH2), ebenfalls nicht unterstützt. Zwischen den Stufen drei und vier ist zwar ein Rückgang des Einsamkeitswertes zu erkennen, jedoch steigt dieser in Stufe fünf wieder an. Deshalb kann auch hier kein klarer Zusammenhang zwischen sozialer Unterstützung und Einsamkeit bestätigt werden.

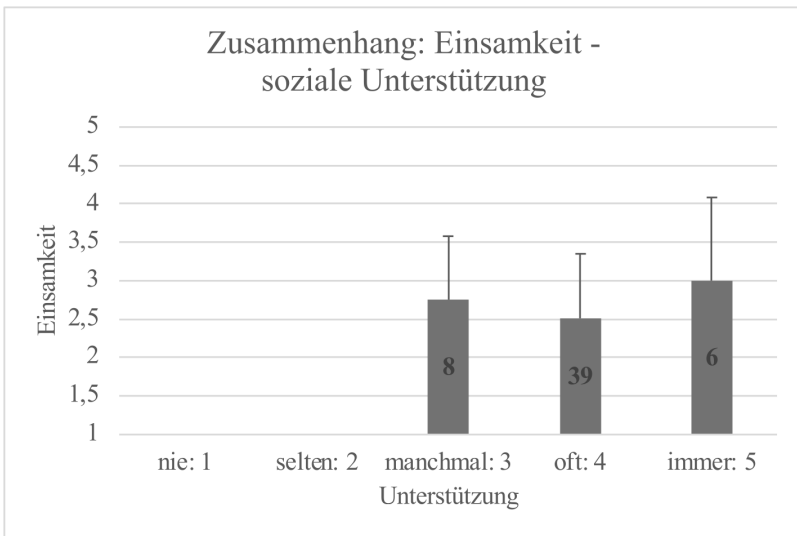


Abbildung 7. Zusammenhang zwischen Einsamkeit und sozialer Unterstützung

(Anmerkung: Die Zahlen auf den Säulen geben die jeweilige Stichprobengröße (n) an.)

310 Vgl. Wenig et al., 2025, S. 5.

311 Eigene Übersetzung nach Wenig et al., 2025, S. 7.

