

Presseinformation

15.05.2012

## 200.000 Euro gegen Stress / PRO\*Niedersachsen-Programm fördert Forschungsprojekt „Uns macht Stress nichts aus“ von Hildesheimer Psychologen

„Gruppen wirken nur dann als Stresspuffer, wenn sich in der Gruppe ein Wir-Gefühl entwickelt“, so die Annahme der Wissenschaftler Prof. Dr. Andreas Mojzisch und Dr. Jan Häusser. Das Land Niedersachsen fördert mit dem Forschungsprogramm „PRO\*Niedersachsen“ das Forschungsvorhaben „Uns macht Stress nichts aus“ von Psychologen der Stiftung Universität Hildesheim mit rund 200.000 Euro. Mit den Ergebnissen der Studien sollen Interventionen abgeleitet werden, mit denen sich Stress im Studium reduzieren lässt.

Prof. Dr. Andreas Mojzisch und Dr. Jan Häusser vom Institut für Psychologie untersuchen bis Mai 2015 in Labor- und Feldstudien, wie Gruppen als Stresspuffer wirken können und welche Rolle ein Wir-Gefühl dabei spielt. Damit erweitern sie die traditionellen Ansätze in der Stressforschung um eine sozialpsychologische Komponente. Zugleich lassen sich aus den Ergebnissen der vier Studien konkrete Interventionen ableiten, mit denen sich Stress im Studium reduzieren lässt.

Gefördert wird das dreijährige Forschungsvorhaben „Uns macht Stress nichts aus: eine geteilte soziale Identität als Stresspuffer im Studium“ mit 198.000 Euro durch das Land Niedersachsen.

„Niedersachsen hat hervorragende Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler in den Geistes-, Kultur- und Sozialwissenschaften. Die Qualität der geförderten Projekte spiegelt den Ideenreichtum und die Forschungsleistung des Landes wider“, betonte Wissenschaftsministerin Professor Dr. Johanna Wanka. Das **PRO\*Niedersachsen-Programm** fördert 16 geistes-, kultur- und sozialwissenschaftliche Forschungsvorhaben mit insgesamt 2,3 Millionen Euro.

„Im Mittelpunkt des Forschungsvorhabens steht die Hypothese, dass eine geteilte soziale Identität – ein Wir-Gefühl – einen Schutz vor Stress im Studium darstellt“, erklären die Hildesheimer Psychologen Andreas Mojzisch und Jan Häusser. Damit steht das Forschungsvorhaben im Gegensatz zu den traditionellen Ansätzen in der Stressforschung, die Stress als ein individualpsychologisches Phänomen betrachten. „Diesen Ansätzen liegt die Annahme zugrunde, dass es der einzelne Student ist, der mit der Belastung im Studium nicht umgehen kann. Wir verfolgen dagegen einen sozialwissenschaftlichen Ansatz und argumentieren, dass es darauf ankommt, den sozialen Kontext des Stresserlebens zu berücksichtigen“, unterstreicht Mojzisch. Der Professor für Sozialpsychologie forscht seit 2011 an der

Isa Lange  
Pressesprecherin

Stiftung  
Universität Hildesheim  
Marienburger Platz 22  
31141 Hildesheim

Fon: +49(0)5121.883-102  
Mobil: +49(0)177.860.5905  
Fax: +49(0)5121.883-104  
E-Mail: presse@  
uni-hildesheim.de  
www.uni-hildesheim.de

Stiftung Universität Hildesheim über Entscheidungsprozesse in Gruppen und experimentelle Gesundheitspsychologie.

Die bisherige Forschung zur sozialen Unterstützung in Gruppen zeigt, dass Gruppen auch eine Bedrohung darstellen können („Der andere ist besser“). „Gruppen wirken nur dann als Stresspuffer, wenn sich in der Gruppe ein Wir-Gefühl entwickelt – zum Beispiel ‚Wir stehen das gemeinsam durch‘“, so die Annahme der Hildesheimer Psychologen. Das Studium stellt eine biografische Übergangsphase dar, daher untersuchen die Hildesheimer Psychologen bis 2015 insbesondere Studienanfänger. „Bestehende Gruppenmitgliedschaften drohen verlorenzugehen, zum Beispiel der Freundeskreis aus der Schulzeit“, erklärt Jan Häusser. „Neue Gruppenmitgliedschaften müssen erschlossen werden. Wir nehmen an, dass sich ein Wir-Gefühl innerhalb der Gruppe der Studierenden als auch zwischen den Studierenden und Lehrenden entwickeln kann.“ Beide wirken als Stresspuffer.

In Laborstudien werden die Wissenschaftler des Instituts für Psychologie das subjektive Stresserleben und die hormonelle Stressreaktion erfassen. In Feldstudien soll anschließend zum Beispiel eine reale mündliche Prüfung als stressinduzierende Situation untersucht werden. Über einen Zeitraum von zwei Jahren überprüfen die Wissenschaftler in einer Längsschnittstudie die Annahme, dass sich beim Übergang ins Studium sowohl das Bewahren bestehender Gruppenmitgliedschaften als auch das Erschließen neuer Gruppenmitgliedschaften positiv auf das Wohlbefinden und die Gesundheit auswirken.

**Kontakt:**

Prof. Dr. Andreas Mojzisch  
Institut für Psychologie  
Stiftung Universität Hildesheim  
Telefon: 05121.883-497 (Pressestelle -102)  
E-Mail: [mojzisch@uni-hildesheim.de](mailto:mojzisch@uni-hildesheim.de)

Dr. Jan Häusser  
Institut für Psychologie  
Stiftung Universität Hildesheim  
Telefon: 05121.883-483  
E-Mail: [haeusser@uni-hildesheim.de](mailto:haeusser@uni-hildesheim.de)

Presseinformation des Wissenschaftsministeriums und Liste der geförderten 16 Forschungsvorhaben:  
[http://www.mwk.niedersachsen.de/portal/live.php?navigation\\_id=6257&article\\_id=105925&psmand=19](http://www.mwk.niedersachsen.de/portal/live.php?navigation_id=6257&article_id=105925&psmand=19)