

Schweizerische Koordinationsstelle  
für Bildungsforschung

Centre suisse de coordination pour  
la recherche en éducation

Centro svizzero di coordinamento  
della ricerca educativa

Swiss Coordination Centre for  
Research in Education

Information Bildungsforschung  
Permanente Erhebung über Projekte der schweizerischen Bildungsforschung

Information sur la recherche éducationnelle  
Enquête permanente sur la recherche éducationnelle en Suisse

Informazione sulla ricerca educativa  
Inchiesta permanente sulla ricerca educativa in Svizzera

Information about research in education  
Permanent inquiry into educational research in Switzerland

---

ISSN 1013-6258

21:026

---

**Laufzeit des Projekts:** 2020–2020

**Thema des Projekts:**

Auswirkungen des Lockdowns auf die sozialen Netzwerke und die psychische Gesundheit von Studierenden (Teilstudie: Swiss StudentLife Study)

---

**Durée de la recherche:** 2020–2020

**Thématique de la recherche:**

L'impact du confinement sur les réseaux sociaux et la santé mentale des étudiant-e-s (partie de l'étude: Swiss StudentLife Study)

---

**Institution:** Eidgenössische Technische Hochschule (ETH) Zürich, Departement Geistes-, Sozial- und Staatswissenschaften (GESS), Zürich

---

**Bearbeitung | Chercheurs:** Timon Elmer, Dr.; Kieran Mepham MSc; Christoph Stadtfeld, Prof. Dr.

**Kontaktperson | Personne à contacter:** Timon Elmer (timon.elmer@gess.ethz.ch)

---

---

**Kurzbeschreibung:** Welchen Einfluss hatte der aufgrund der COVID-19 Pandemie angeordnete Lockdown auf die sozialen Netzwerke und die psychische Gesundheit von Studierenden? Diese Frage untersuchen die Autoren anhand von Längsschnittdaten, welche im Rahmen des Projekts [Swiss StudentLife Study](#) (vgl. SNF: [169965](#) sowie SKBF: [21:023](#)) erhoben wurden. Die für die vorliegende Untersuchung berücksichtigten Befragungen fanden ein halbes Jahr vor sowie rund zwei Wochen nach Beginn des ersten Schweizer Lockdowns (April 2020) statt. Die Veränderungen in den sozialen Beziehungen und der psychischen Gesundheit wurden anhand von zwei Kohorten von Studierenden im Grundstudium analysiert, die von der Krise betroffen waren (N = 212). Zudem wird eine frühere Kohorte beigezogen, die nicht von der Pandemie betroffen war (N = 54). Die Auswertungen zeigen, dass die Studierenden in der Zeit des Lockdowns weniger Interaktionen hatten, weniger Lerngemeinschaften pflegten und häufiger allein lernten. Ein Faktor, der wesentlich ist für den Fortbestand einer Beziehung, ist die ursprüngliche Stärke der Bindung: Bindungen, die sich durch eine Überschneidung mehrerer Netzwerkdimensionen auszeichneten (unterschieden werden Freundschaften, Lernbeziehungen, informationsbezogene Unterstützung und emotionale Unterstützung), blieben häufiger bestehen. Weiter zeigt sich, dass sich Stress- und Angstlevels im Vergleich zur Phase vor dem Lockdown erhöhten, und die Einsamkeit sowie die depressiven Symptome zunahmen. COVID-19-spezifische Sorgen, die Isolation in sozialen Netzwerken, das Fehlen von sozialen Interaktionen und emotionaler Unterstützung sowie die physische Isolation gingen mit einem negativen Verlauf der psychischen Gesundheit einher. Bei gleicher sozialer Integration und gleichem Level COVID-19 bezogener Stressoren wiesen weibliche Studierende zudem tendenziell schlechtere psychische Gesundheitsverläufe auf als männliche Studierende.

---

**Brève description de la recherche:** Quel impact le confinement instauré en raison de la pandémie COVID-19 a-t-il sur les réseaux sociaux et la santé mentale des étudiant-e-s? Les auteurs se penchent sur cette question en recourant à des données longitudinales recueillies dans le cadre du projet [Swiss StudentLife Study](#) (cf. FNS: [169965](#) et CSRE: [21:023](#)). Les enquêtes prises en compte pour la présente étude ont été réalisées six mois avant et environ deux semaines après le premier confinement suisse (avril 2020). Les changements survenus dans les relations sociales et la santé mentale ont été analysés sur deux cohortes d'étudiant-e-s de premier cycle concernés par la crise (N = 212). L'étude inclut en outre une ancienne cohorte qui n'était pas concernée par la pandémie (N = 54). Selon les évaluations, les étudiant-e-s ont eu, pendant la période de confinement, moins de contacts entre eux, ont moins participé aux communautés d'apprentissage et plus souvent appris par eux-mêmes. L'intensité des liens qui existaient auparavant est un facteur déterminant pour la pérennité d'une relation: les liens regroupant différentes dimensions relationnelles (amitiés, relations d'apprentissage, assistance en apport d'information et soutien émotionnel) ont mieux résisté au confinement. L'étude montre également une augmentation non seulement du stress et de l'anxiété mais aussi de la solitude et des symptômes dépressifs par rapport à la phase précédant le confinement. Les préoccupations spécifiques au COVID-19, l'isolement dans les réseaux sociaux, le manque de contacts sociaux et du soutien émotionnel ainsi que l'isolement physique allaient de pair avec une baisse de la santé mentale. De plus, au même niveau d'intégration sociale et de facteurs de stress liés au COVID-19, les étudiantes ont tendance à développer une moins bonne santé mentale que les étudiants.

---

**Veröffentlichungen | Publications:** Elmer, T., Mephram, K. & Stadtfeld, C. (2020). Students under lockdown: Comparisons of students' social networks and mental health before and during the COVID-19 crisis in Switzerland. *PLoS ONE*, 15(7), e0236337. doi: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0236337>

Hier erwähnte Publikationen sind über den Buchhandel oder die durchführende Institution bzw. die Kontaktperson zu beziehen, nicht bei der SKBF.

Les publications mentionnées dans l'Information sur la recherche éducationnelle ne sont pas disponibles au CSRE; veuillez vous adresser à votre libraire ou à l'institution de recherche ou à la personne de contact mentionnée.

---

**Methoden | Méthodes de recherche:** Längsschnittdesign mit mehreren Kohorten, quantitative Befragung (Online-Erhebung), statistische Auswertung

---

**Geographischer Raum | Délimitation géographique:** eine universitäre Hochschule der Deutschschweiz

---

**Art des Projekts | Type de recherche:** Eigenprojekt

---

**Auftraggeber | Mandant de la recherche:** kein Auftraggeber

---

**Finanzierung | Financement:** Schweizerischer Nationalfonds Schweizerischer Nationalfonds (SNF), Nr. 16995, siehe <http://p3.snf.ch/project-169965> und Rektorat der ETH Zürich

---

**Schlüsselbegriffe:** Hochschule, universitäre Hochschule, COVID-19, Lockdown, soziales Netzwerk, psychische Gesundheit, mentale Gesundheit

---

**Mots-clés:** haute école, haute école universitaire, COVID-19, confinement, réseau social, santé psychique, santé mentale

---

© SKBF. Nachdruck mit Quellenangabe erwünscht; Belegexemplar erbeten.

---

© CSRE. Reproduction autorisée avec mention de la source; veuillez nous envoyer un justificatif.