



Nach fast 20 Jahren Bologna: Hirndoping als Folge von zunehmendem Leistungsdruck an deutschen Hochschulen?

Autorin: Angela Schmidt
Matrikelnummer: S 165 433 73

Departement Gesundheit
Institut für Gesundheitswissenschaften

Studienjahr: GP16
Eingereicht am: 29. April 2019
Begleitende Lehrperson: Kerstin Jüngling

**Bachelorarbeit
Gesundheits-
förderung und
Prävention**

Abstract

Das Studium ist für viele Studenten*innen der erste Schritt in die Berufswelt. Lediglich das Erfüllen der Zulassungsbeschränkung für den gewählten Studiengang übt oftmals hohen (Leistungs-)druck auf die angehenden Studenten*innen aus. „Leistung erbringen“ gehört zum alltäglichen Leben dazu und lässt sich nicht immer negativ betrachten. Doch wenn das Bewältigen von Aufgaben und Erbringen von Leistung über einen längeren Zeitraum ohne psychische Beeinträchtigungen nicht mehr möglich ist, sollten die Ausmaße, einhergehend mit der heutigen Leistungsgesellschaft, kritisch betrachtet werden.

Studenten*innen müssen hohen Anforderungen gerecht werden, die sie unter normalen Bedingungen oftmals nur schwer erfüllen können. Ganz im Sinne „sich stetig verbessern zu wollen“ (engl. *to enhance*), sowie unter den gewöhnlichen Gegebenheiten das Optimum leisten zu können, sind sogenannte *Neuroenhancer* an den Hochschulen längst nicht mehr unbekannt. In dieser Bachelorarbeit wird das Konsumverhalten dieser Substanzen in Zusammenhang mit den Studiensituationen und dem empfundenen Leistungsdruck untersucht. Die Ergebnisse zeigen, dass Substanzen, wie Cannabis oder auch Schlaf- und Beruhigungsmittel, häufig mit der Motivation „sich besser entspannen zu können“, eingenommen werden.

Das Fazit zeigt einen Handlungsbedarf für die Gesundheitsförderung und Prävention im Setting „Hochschule“ auf, welches die Verhältnisse innerhalb von Hochschulstrukturen sowie das Verhalten der Studenten*innen berücksichtigen sollte.

Keywords: Neuroenhancement, Leistungsdruck, Leistungssteigerung, Stressregulierung, Bologna-Reform, Hochschulen, Studenten*innen

Inhaltsverzeichnis

| | |
|---|-----|
| Inhaltsverzeichnis | III |
| Danksagung | V |
| 1 Einleitung..... | 1 |
| 1.3 Umgang mit Leistungsdruck an Hochschulen | 3 |
| 1.4 Die Relevanz für die Gesundheitsförderung und Prävention..... | 3 |
| 1.3 Eingrenzung des Themas | 4 |
| 1.4 Ziel der Arbeit..... | 5 |
| 1.5 Fragestellungen..... | 5 |
| 2 Theoretischer Hintergrund..... | 7 |
| 2.1 Das deutsche Hochschulsystem nach der Bologna-Reform | 7 |
| 2.2 Datengrundlage zur psychischen Gesundheit bei Studierenden..... | 9 |
| 2.3 Der Zusammenhang von Leistungsdruck und Stress..... | 11 |
| 2.4 Neuroenhancement: Substanzen zur geistigen Leistungssteigerung und Substanzen zur Stressregulation | 14 |
| 3 Methoden | 17 |
| 3.1 Planungsschritte der Studie | 17 |
| 3.1.1 Konzept der Studie..... | 19 |
| 3.1.2 Ablauf der Studie..... | 20 |
| 3.1.3 Auswertung der Studie | 21 |
| 4 Ergebnisse | 22 |
| 4.1 Beschreibung der Stichprobe | 22 |
| 4.2 Verbreitung Neuroenhancement | 25 |
| 4.3 Konsumverhalten | 28 |
| 4.4 Konsummotivation..... | 31 |

| | | |
|---|--|----|
| 4.4.1 | <i>In welchen Situationen werden Substanzen zur geistigen Leistungssteigerung und/oder Stresskompensation eingenommen?</i> | 31 |
| 4.4.2 | <i>Aus welchen Gründen werden Substanzen zur Leistungssteigerung und/oder Stresskompensation eingenommen?</i> | 32 |
| 4.5 | Leistungsdruck und Belastungen im Studium | 33 |
| 4.5.1 | <i>Subjektives Empfinden von Leistungsdruck im Studium</i> | 33 |
| 4.5.2 | <i>Subjektive Einschätzung von Belastungen im Studium</i> | 35 |
| 4.6 | Bewältigungsstrategien | 36 |
| 5 | Diskussion | 36 |
| 6 | Fazit..... | 43 |
| 7 | Literaturverzeichnis | 47 |
| 8 | Zusatzverzeichnisse | 51 |
| 8.1 | Abbildungsverzeichnis..... | 51 |
| 8.2 | Tabellenverzeichnis..... | 52 |
| 9 | Eigenständigkeitserklärung | 53 |
| Anhang I: Konzept der Studie | | 54 |
| Anhang II: Fragebogen der Studie..... | | 64 |
| Anhang III: Auswertung der Studie | | 70 |

Danksagung

Zunächst möchte ich mich bei der Fachstelle für Suchtprävention Berlin für die Möglichkeit bedanken, an diesem Thema arbeiten zu dürfen.

Ich danke dem gesamten Team für die Unterstützung bei dem Projekt und vor allem für die Unterstützung bei der Bachelorarbeit durch motivierende Worten und fachlichem Rat.

Ich möchte mich auch bei meiner betreuenden Lehrperson, Kerstin Jüngling, bedanken, die mich von Anfang an motiviert hat.

1 Einleitung

„*Bildung ist nicht das Befüllen von Fässern, sondern das Entzünden von
Flammen.*“ **Heraklit**

In der heutigen Gesellschaft gehört „Leistung erbringen“ zum alltäglichen Leben dazu. Ob im Beruf, in der Ausbildung, während des Studiums oder in der Freizeit es lässt sich ein stetiges Streben nach dem Optimum beobachten. Die sogenannten „Megatrends“ wie Digitalisierung, Globalisierung und der Wandel in der Arbeitswelt haben unter anderem zur Entwicklung der heutigen vorherrschenden Leistungsgesellschaft beigetragen. Gleichzeitig haben strukturelle Veränderungen der Hochschulreform – an dieser Stelle ist die Einführung der Bologna-Reform zu nennen - dazu geführt, dass vor allem die Wettbewerbsfähigkeit und die Dichte an Lernstoffinhalten an den Hochschulen zugenommen haben. Studenten*innen müssen hohen Anforderungen gerecht werden, die sie unter normalen Bedingungen oftmals nur schwer erfüllen können. Ganz im Sinne „sich stetig verbessern zu wollen“ (engl. *to enhance*), sowie unter den gewöhnlichen Gegebenheiten das Optimum leisten zu können, sind sogenannte Neuroenhancer an den Hochschulen längst nicht mehr unbekannt. Mit der Stressforschung bei den Studenten*innen nach der Bologna-Reform konnte nachgewiesen werden, dass es einen signifikanten Unterschied zwischen Studenten*innen des neuen und des alten Studiensystems gibt. Studien zeigen, dass die Anzahl an Studierenden mit Burn-Out oder Burn-Out-ähnlichen Symptomen in den letzten 20 Jahren zugenommen hat (Pfleging & Gerhardt, 2013). Die Berliner JDH-Studie aus dem Jahr 2014 untersuchte das Drogenkonsumverhalten von Berliner Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Die Ergebnisse zeigten, dass eines der herausragenden Motive für den Konsum in den höheren Altersgruppen die Verstärkung der Leistung war. Dazu zählt unter anderem die Konzentrationssteigerung durch die Einnahme von leistungs- und wahrnehmungssteigernden Suchtmitteln. Auch das Motiv „Entspannung“ wurde zunehmend in der höheren Altersgruppe genannt. Zudem gaben die Hälfte der in der Hauptgruppe befragten Jugendliche und jungen Erwachsene an, sich durch die Leistungsorientierung in der Gesellschaft belastet zu fühlen

(Fachstelle für Suchtprävention im Land Berlin, 2014). Gleichzeitig verweisen immer mehr Berichte auf die Einnahme von Substanzen, um dem Leistungsdruck gerecht zu werden. Schlagzeilen wie „Hirndoping boomt an Universitäten“ (FAZ online, 2013), „Leistungssteigerung im Studium: Lernst du noch oder dopst du schon?“ (Ärzteblatt online, 2017) und „Pillen gegen Unistress und Burnout“ (Bayrischer Rundfunk, 2015) haben sich in den Medien positionieren können. Gleichzeitig zeigt die Diskussion über Hirndoping an Hochschulen, dass das Thema Leistungsdruck Dimensionen erreicht, die bisher nur aus dem Sport bekannt waren. Nicht nur der Aspekt, dass die Einnahme von leistungssteigernden Substanzen Nebenwirkungen mit sich bringen können, sondern auch die Gefahr durch „Doping“ einen noch größeren Leistungsdruck hervorzurufen, müssen dabei ins Auge gefasst werden. Daraus lässt sich die Frage ableiten, ob es einen Zusammenhang zwischen den Veränderungen des Studiensystems seit Einführung der Bologna-Reform und der Entwicklung zu leistungsorientierten Studenten*innen im Setting „Hochschule“ gibt.

Diese Bachelorarbeit wird sich mit der psychischen Gesundheit von Studenten*innen auseinandersetzen mit gesondertem Fokus auf den Leistungsdruck als angenommenen Stressfaktor. Zudem soll untersucht werden, ob es einen Zusammenhang zwischen der Zunahme an psychischem Stress und der Einnahme von Substanzen zur Leistungssteigerung und/oder zur Stressregulierung gibt. Durch das Praktikum in der Fachstelle für Suchtprävention Berlin hat sich die Möglichkeit ergeben, dieses Thema mit der Durchführung einer Studie genauer zu untersuchen. Gleichzeitig haben eigene Erfahrungen aus dem Studium Anreize geschaffen, dieses Thema genauer betrachten zu wollen. Schon dort war Leistungsdruck, bis hin zu ernstzunehmenden psychischen Belastungen, allgegenwärtig im Hochschulalltag. Dementsprechend ist diese Arbeit eine Möglichkeit, einen Bedarf für die Gesundheitsförderung und Prävention aufzuzeigen und auch im studentischen Gesundheitsmanagement noch stärker anzusetzen. Gleichzeitig soll verstärkt zu einer kritischen Auseinandersetzung mit dem Thema Leistungsdruck und dem Umgang damit an Hochschulen aufgerufen werden.

1.3 Umgang mit Leistungsdruck an Hochschulen

Dass Leistungsdruck auch Thema an deutschen Hochschulen ist, wurde in der Einführung der Arbeit deutlich gemacht. Es lässt jedoch die Frage aufkommen, was Leistungsdruck für die Studenten*innen bedeutet und wie die Hochschulen damit umgehen. Leistung zu bringen gehört zum normalen Studienalltag – zum alltäglichen Leben – und ist nicht zwingend negativ zu bewerten. Gleichzeitig geht aber aus Studien hervor, dass Stress im Studium am häufigsten mit den Faktoren Zeitdruck, Leistungsdruck, Überforderung, Erwartungsdruck und Nervosität/innere Unruhe assoziiert wird (Herbst et al., o. J.). Ausgehend vom Handlungskonzept Health Promoting Universities (WHO, 2001) gibt es diverse Unterstützungsangebote an den Hochschulen, um die Studenten*innen beim Umgang mit Stress zu unterstützen. Es gibt auch Hinweise darauf, dass seit Einführung der Bologna-Reform die Nutzung von Psychologischen Beratungsangeboten der Studentenwerke gestiegen ist (Deutsches Studentenwerk, 2017). Gleichzeitig ist das Thema „Hirndoping“ verstärkt im Zusammenhang mit Leistungsdruck aufgekommen und wird als Begrifflichkeit vorwiegend mit Stress in Verbindung gebracht. Leistungserhalt ist eines der herausstechenden Motive für den Konsum (Middendorff, Poskowsky & Isserstedt, 2012), deshalb wird in Kapitel 2.3 nochmals vertiefter auf Leistungsdruck eingegangen.

1.4 Die Relevanz für die Gesundheitsförderung und Prävention

Leistungsdruck ist ein aktuelles Thema in der heutigen Gesellschaft und zeigt in vielen Bereichen einen Handlungsbedarf auf. In der Arbeitswelt sind Burn-Out und andere erschöpfungsbedingte Erkrankungen ein häufiger Grund für Absentismus und Präsentismus. Laut dem Fehlzeitenreport 2015 berichten 46,1 % der Auszubildenden über psychische Beschwerden (Badura et al., 2015). Workshops zu Achtsamkeit, Stressmanagement und andere Präventionsmaßnahmen werden im Rahmen von Angeboten des betrieblichen Gesundheitsmanagements zunehmend angeboten. In der Arbeitswelt ist die Forschung und die Profession Gesundheitsförderung und Prävention, vor allem im Rahmen von betrieblichen Gesundheitsmanagement, auf einem guten Weg, um das Risiko für Erkrankungen und Erschöpfungszustände aufgrund von Leistungsdruck und Stress zu verringern.

Für junge Menschen ist neben einer Ausbildung oftmals das Studium der Weg in die Arbeitswelt. Schon bei Bewerbungen um einen Studienplatz zeigt sich die enorme Wettbewerbsfähigkeit. Aufnahmeverfahren und Numerus Clausus sind die ersten Hürden für die angehenden Studenten*innen. Während des Studiums geht es für viele Studenten*innen nur darum, die Prüfungen zu bestehen und so das Semester abschließen zu können. Andere kämpfen um möglichst gute Noten, mit der Aussicht auf ein Auslandssemester, einen Masterplatz zu bekommen oder um später auf dem Arbeitsmarkt mit anderen Studienabgängern*innen mithalten zu können.

Leistungsdruck und Stress beginnt also schon vor Eintritt in die Arbeitswelt. Wie schon in der Problemstellung erwähnt, ist auch die Einnahme von leistungsfördernden Substanzen und/oder stressregulierenden Substanzen, um mit dem Druck umzugehen, keine Seltenheit unter den Studierenden.

Vereinzelte Hochschulen – leider noch zu wenige – verfügen über ein studentisches Gesundheitsmanagement, das gezielte Bewältigungsstrategien für Studenten*innen anbietet. Viele Angebote sind unter den Studierenden jedoch gar nicht bekannt und werden deswegen nicht genutzt. Diese Arbeit befasst sich somit mit aktuellen Herausforderungen an Hochschulen und anhand von Ergebnissen aus Studien wird ein konkreter Handlungsbedarf für die Gesundheitsförderung und Prävention im Setting „Hochschule“ aufgezeigt – eine nachhaltige und ressourcenorientierte Stärkung von Studenten*innen.

1.3 Eingrenzung des Themas

Wie schon zuvor erwähnt, ist Leistungsdruck ein allgegenwärtiges Thema und lässt sich im Sport, in den Betrieben und auch als sozialen Druck im alltäglichen Leben vorfinden. In dieser Arbeit geht es vor allem um die Entwicklungen im Setting „Hochschule“ nach Einführung der Bologna-Reform in Deutschland. Dabei soll die psychische Gesundheit der Studierenden als Indiz dafür genommen werden, dass Leistungsdruck ein Stressfaktor ist, der dazu führt, dass Studierende dazu bereit sind, sich mit leistungssteigernden Substanzen bzw. stressregulierenden Substanzen durch den Studienalltag zu bringen. Da die Arbeit sich mit beiden Arten von Substanzen beschäftigt wird der Begriff Neuroenhancer als Sammelbegriff verwendet. Der verbreitete Begriff des Hirndopings hat zudem eine negativ behaftete Konnotation und würde der Thematik in diesem Zusammenhang nicht gerecht

werden. Eine genaue Differenzierung der Begrifflichkeiten wird im zweiten Kapitel erläutert. Zudem ist zu erwähnen, dass natürliche Wachmacher, wie „Kaffee“, Ginkopräparate oder Teegetränke zu den sogenannten Soft-Enhancern gehören und in dieser Arbeit nicht in die Gruppe der Neuroenhancer eingeordnet werden.

1.4 Ziel der Arbeit

Das Ziel dieser Bachelorarbeit ist es die psychische Gesundheit von Studierenden darzulegen und zu untersuchen, welchen Einfluss der Leistungsdruck als Stressfaktor auf das Konsumverhalten von leistungsfördernden und/oder stressregulierenden Substanzen der Studierenden hat. Ein Augenmerk wird dabei auch auf die strukturellen Veränderungen an den deutschen Hochschulen infolge der Bologna-Reform gelegt, um Rückschlüsse des Einflusses der Implementierung der neuen Hochschulreform auf den Leistungsdruck an deutschen Hochschulen ziehen zu können. Aus den Ergebnissen der Studie sowie Auswertung der vorhandenen Datengrundlage sollen Empfehlungen für die weitere Arbeit der Gesundheitsförderung und Prävention im Setting „Hochschule“ – Stichwort „studentisches Gesundheitsmanagement“ – abgeleitet werden können.

1.5 Fragestellungen

Die Bachelorarbeit setzt sich vor allem mit der zentralen Frage auseinander, ob ein Zusammenhang zwischen dem Leistungsdruck an deutschen Hochschulen und der Einnahme von leistungsfördernden und/oder stressregulierenden Substanzen besteht. Um die Konsummotive sowie den Kontext Hochschule in der Diskussion zu berücksichtigen, wurden folgende Fragestellungen formuliert:

Fragen zum Konsumverhalten:

- Welche Substanzen konsumieren die Studierenden zur Leistungssteigerung und/oder in Stresssituationen?
- Wie regelmäßig konsumieren die Studierenden Substanzen zur Leistungssteigerung oder Stressreduktion?
- Gibt es Unterschiede beim Konsumverhalten innerhalb von Studiengängen?

Fragen zur Konsummotivation:

- In welchen Situationen konsumieren die Studierenden Substanzen zur Leistungssteigerung oder um Stress zu reduzieren?
- Welche Motive haben die Studierenden für den Konsum von den Substanzen?

Fragen zum subjektiven Empfinden von Leistungsdruck und Belastungen im Studium:

- Wie stark fühlen sich die Studierenden vom Leistungsdruck im Studium belastet? Gibt es Studiensituation, die den Leistungsdruck begünstigen?
- Was sind die herausragenden belastenden Situationen im Studium?

Sonstige Bewältigungsstrategien:

- Welche Angebote nutzen bzw. würden die Studierenden nutzen, um leistungsfähiger zu sein oder zur Stressreduktion?

Am Ende dieser Arbeit stehen diese Fragen im Fokus und werden mit Hilfe der zuvor aufgeführten Datengrundlage und der Studienergebnisse diskutiert und bei Möglichkeit beantwortet. Zunächst folgt ein kurzer Exkurs in die Geschichte der Bologna-Reform mit einem Überblick der zentralen Veränderungen der Strukturen an deutschen Hochschulen, die mit der Implementierung einhergegangen sind. Eine Datengrundlage der psychischen Gesundheit der Studenten*innen wird die aktuellen und zentralen Erkenntnisse hinsichtlich der aktuellen Situation aufzeigen. Es folgen Definitionen und Theorien zum Stress und gleichzeitig wird versucht, einen Zusammenhang von Stress und Leistungsdruck herzustellen. Der theoretische Hintergrund wird abgerundet durch die Definition des Begriffs Neuroenhancement, mit einer Differenzierung der Substanzen sowie deren Wirkungsweisen. Im zweiten Teil der Arbeit wird das Konzept und die Durchführung der Studie vorgestellt. Nach dem Methodenteil geht es zu den zentralen Ergebnissen der Studie, die der Beantwortung der Fragestellung dienen. Gleichzeitig werden diese mit den Ergebnissen der HISBUS-Studie „Formen der Stresskompensation und Leistungssteigerung bei Studierenden“ (Middendorff et al., 2012) verglichen. Zum Schluss werden die Resultate diskutiert und ein Fazit mit einer Aussicht für die Gesundheitsförderung und Prävention schließt die Arbeit ab.

2 Theoretischer Hintergrund

2.1 Das deutsche Hochschulsystem nach der Bologna-Reform

Die Bologna-Erklärung wurde am 19. Juni 1999 von den europäischen Bildungsministern in der italienischen Provinzstadt Bologna unterzeichnet mit dem Ziel, einen gemeinsamen europäischen Hochschulraum bis 2010 zu entwickeln (Bechtold & Helferich, 2008). So sollte eine Vereinheitlichung des gesamten Lehr- und Lerngebäudes europaweit umgesetzt werden, um ein „kohärentes und kompatibles Hochschulsystem zu schaffen, das [...] international und global wettbewerbsfähig sein soll“ (Walter, 2006, S. 13). In Deutschland hat dies zu einigen Anpassungen in der Hochschulreform geführt, sowohl für die Lehrenden als auch für die Studierenden hat sich viel verändert. Im folgenden Kapitel werden die wesentlichen Konsequenzen für das deutsche Hochschulsystem aufgeführt, die sich durch die Umsetzung der Bologna-Reform ergeben haben. Das Zweistufen-Modell hat das klassische Modell der Studienstruktur nach und nach abgelöst. So ist das heutige Bachelor- und Mastermodell das vorherrschende System an den Hochschulen. Einige Studiengänge, wie bspw. Rechtswissenschaften und Medizin schließen mit einem Staatsexamen ab. Die einzelnen Studiengänge sind aus Modulen zusammengestellt, die zusammen eine Einheit ergeben und über ein festes Qualifikationsprofil definiert sind (Bechtold & Helferich, 2008). Gleichzeitig wurde das Kreditpunktesystem eingeführt (ECTS), welches die zeitlichen Anforderungen einzelner Module und Seminare sichtbar macht. Am Ende jedes Studiengangs muss eine klar definierte Gesamtzahl an Punkten erreicht sein. Eine vereinfachte Übersicht über die Studienordnung von Modulstudiengängen lässt sich **Abbildung 1** entnehmen.

Auf Ebene der Hochschule als übergeordnetes System wurde zum Ziel der Qualitätssicherung ein Akkreditierungs- und Evaluationsverfahren eingeführt. So können die qualitativen Mindeststandards und die Studierbarkeit des Angebots gesichert werden (Bechtold & Helferich, 2008). Die Erhöhung der studentischen Mobilität sollte vor allem durch die Internationalisierung als ein übergeordnetes Ziel erreicht werden.

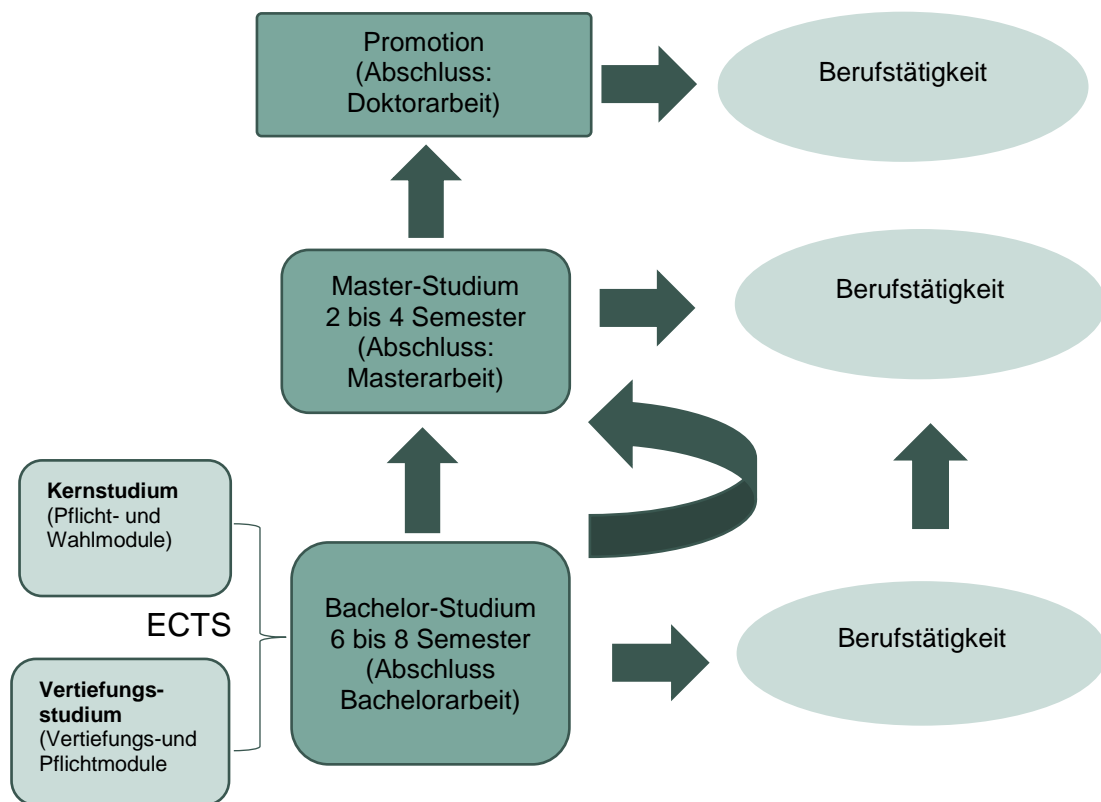


Abbildung 1 vereinfachte Darstellung der Studienordnung von Modulstudiengängen

Abbildung 1 zeigt nochmals vereinfacht, wie ein Modelstudiengang nach Implementierung des zweistufigen Modells Bachelor-Master aufgebaut ist. Der Einstieg in den Beruf ist demnach nach dem Bachelor sowie nach dem Master möglich. Eine weitere Option ist ein Teilzeitstudium, das häufig berufsbegleitend angeboten wird und mit einer verlängerten Studienzeit einhergeht, zu absolvieren. Die verschiedenen Möglichkeiten bedeuten Mobilität in der Studiengestaltung. Hingegen ist die Verschulung des Studiensystems eine Konsequenz der Modulstudiengänge, die mit einer Eingrenzung an Wahlmöglichkeiten für die Studenten*innen einher geht. Durch die Vereinheitlichung der Studiensysteme haben Studenten*innen die Möglichkeit, Erfahrungen in einem Auslandsemester sammeln zu können oder gar die Hochschulen zu wechseln. Aber auch das ist in der Praxis oftmals mit Hürden verbunden, da die Abfolge der Semester zum Teil anders aufgebaut ist. Gleichzeitig sind die Voraussetzungen für ein Auslandssemester oft das Erbringen guter Noten und das Vorhandensein von finanziellen Mitteln, die für

Angela Schmidt

Studierende ein hoher Druck bedeuten können. Zudem treten bei der Anrechnung der erbrachten hohen Leistung im Ausland trotz Internationalisierung oftmals Probleme auf. In der folgenden Tabelle sind einige der wesentlichen Veränderungen des Bologna-Prozesses aufgeführt, die zum Teil Chancen und gleichzeitig Herausforderungen mit sich gebracht haben. Zu erwähnen ist an dieser Stelle, dass die Auflistung aufgrund der Komplexität der Thematik und unter Berücksichtigung der Fragestellung der Arbeit eingegrenzt wurde.

Tabelle 1 Auflistung Veränderungen in der Hochschulreform nach dem Bologna-Prozess mit den Chancen und Herausforderungen

| Veränderungen | Chance | Herausforderung |
|---|--|---|
| Implementierung neuer Studiengänge (Brändle, 2010) | Auf den Beruf ausgerichtete Abschlüsse, Wahlmöglichkeiten, Teilzeitstudium | Überschuss an Studiengängen und Wahlmöglichkeiten |
| Mobilität Studenten*innen | Anteil der Studenten*innen im Ausland hat zugenommen (Brändle, 2010) | Zugangsvoraussetzungen stellen Studenten*innen unter zusätzlichem Druck |
| Auswahlverfahren an Hochschulen | Qualitätssicherung | Eingrenzung der (Berufs-) Wahlfreiheit (Hericks, 2018) |
| Modularisierung der Studienfächer | Internationalisierung, Verbesserung der Mobilität der Studierenden | „Verschulung“ durch fixe Stundenpläne, Anwesenheitspflicht, wenig Wahlmöglichkeiten durch Pflichtmodule (Hericks, 2018) |
| Verkürzung der Studienzeit | Abschaffung der Langzeitstudierenden | Mehr Studieninhalte in kürzerer Zeit |

2.2 Datengrundlage zur psychischen Gesundheit bei Studierenden

Im folgenden Kapitel der Arbeit werden einige Ergebnisse aus Studien vorgestellt, die die Ergebnisse zur psychischen Gesundheit von Studierenden in Deutschland darlegen. In **Tabelle 2** sind die zentralen Erkenntnisse mit entsprechenden Quellen aufgeführt. Ein deutliches Ergebnis ist, dass Studenten*innen in Deutschland zunehmend oft an Erschöpfungszuständen leiden. Auch ein hohes Stresslevel zeichnet sich unter den Studierenden ab. Stress und Erschöpfung kann oftmals der Auslöser für psychische Erkrankungen sein und kann durch zu hohe Anforderungen oder Leistungsdruck begünstigt werden. Aus dem Gesundheitsreport der Techniker

Krankenkasse aus dem Jahr 2015 geht hervor, dass knapp 20 % aller Studierenden und jungen Erwerbspersonen in Deutschland einer Diagnose aus dem ICD-10 Kapitel V „Psychische und Verhaltensstörungen“ betroffen waren. Dabei haben die affektiven Störungen und die neurotischen, Belastungs- und somatoforme Störungen den größten Anteil ausgemacht (Grobe & Steinmann, 2015). Es ist zu beachten, dass die Zahlen auf Diagnosen basieren und dementsprechend mehr Fälle zu erwarten sind. In der Tabelle sind auch die subjektiven Empfindungen aufgeführt. So haben knapp 37 % angegeben, ein paar Mal im Monat unter Anspannung (Schlafstörungen, Schweißausbrüche, Verkrampfungen) zu leiden. Gleichzeitig geht Erschöpfung bei knapp einem Viertel der Studierenden aus der Befragung zur Gesundheit Studierender der DZHW hervor (Grützmaker et al., 2017). Der Erschöpfungszustand ist eines der Begleitsymptome von Burn-Out und tritt im Vergleich zum alten Studiensystem in einer 2009 durchgeführten Studie häufiger unter den Studierenden auf (Gusy, Lohmann & Drewes, 2010). Im nächsten Kapitel wird auf den Zusammenhang vom erlebten Stress durch bspw. Leistungsdruck im Studium und psychischen Belastungen bis hin zu Erkrankungen eingegangen.

Tabelle 2 Zusammenfassung von Studienergebnissen aus verschiedenen Quellen zur psychischen Gesundheit von Studierenden

| Quelle | Zentrale Ergebnisse |
|--|---|
| Deutsches Zentrum für Hochschul- und Wissenschaftsforschung (DZHW), Freie Universität Berlin, Techniker Krankenkasse Gesundheit Studierender 2017 (Grützmaker et al., 2017) | <ul style="list-style-type: none"> • 24,4 % gaben an, unter Erschöpfung zu leiden • Ein Viertel der Studierenden steht unter starkem Stress und fühlen sich erschöpft • Jede fünfte Studentin (21,2 %) gab an unter den Symptomen einer sogenannten generalisierten Angststörung zu leiden • 36,7 % gaben an ein paar Mal im Monat unter Anspannung (z. B. Schlafstörungen, Schweißausbrüche, Verkrampfungen) zu leiden |
| Eine empirische Untersuchung der AOK Studierendenstress in Deutschland (Herbst et al., o. J.) | <ul style="list-style-type: none"> • 53 % sind nach eigener Einschätzung durch ein hohes Stresslevel gekennzeichnet • Die wichtigste hochschulbezogene Ursache für Stress sind Prüfungen |
| DZHW (HISBUS-Panel) Formen der Stresskompensation und Leistungssteigerung bei Studierenden (Middendorff et al., 2012) | <ul style="list-style-type: none"> • Knapp 31 % der Studierenden verspüren im Studium sehr starken Leistungsdruck |

| | |
|--|--|
| <p>Studie Die Gesundheit von Studierenden im Bologna-Prozess (Thees et al., 2012)</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Mehr als 40 % der Studierenden beschreiben eine überdurchschnittliche Stressausprägung • Knapp 20 % gaben an „immer“ oder „häufig“ unter Schlafstörungen zu leiden • jeder zweite Studierende fühlt sich mindestens „etwas überfordert“ |
| <p>Studie Burnout bei Studierenden, die eine Bachelor-Abschluss anstreben (Gusy, Lohmann, & Drewes, 2010)</p> | <ul style="list-style-type: none"> • 41,2 % der Befragten weisen eine große Erschöpfung auf (Maslach Burnout Inventory-Student Survey) |
| <p>Gesundheitsreport Techniker Krankenkasse (Grobe & Steinmann, 2015)</p> | <ul style="list-style-type: none"> • 1/5 aller Studierenden und jungen Erwerbspersonen waren einer Diagnose aus dem ICD-10 Kapitel V „Psychische und Verhaltensstörungen“ betroffen • Studierende waren häufiger von Depressionen betroffen als junge Erwerbspersonen |
| <p>HIS Forum Hochschule Ergebnisse einer HISBUS-Befragung zu Schwierigkeiten und Problemlagen von Studierenden und zur Wahrnehmung, Nutzung und Bewertung von Beratungsangeboten (Ortenburger, 2013)</p> | <ul style="list-style-type: none"> • 59 % der BA-Studierenden hatten in den letzten Wochen das Gefühl gestresst und nervös zu sein • 49 % fühlen sich durch Stress und Belastungen in ihrem Studium beeinträchtigt • 39 % kommen kaum zur Ruhe, weil sie das Studium eigentlich immer fordert • Für 68 % der Studierenden resultieren Stress und Belastung aus dem Studium |

2.3 Der Zusammenhang von Leistungsdruck und Stress

Stress ist in allen Lebensbereichen und Lebensphasen – mehr oder weniger ausgeprägt – gegenwärtig und nicht nur negativ anzusehen. Als wichtige Komponente in der menschlichen Entwicklung prägt Stress die Widerstandsfähigkeit, gibt Energie und lässt den Menschen Krisen überstehen (Struhs-Wehr, 2017). Hans Selye (1907–1982), Gründer der Stresstheorie, hat damals schon mit der Aussage „Stress ist die Würze des Lebens“ die positive Energie im Stress hervorgehoben. Nach Selye kann der Mensch gesund bleiben, wenn nach jeder Herausforderung, ausgelöst durch einen Stressor, auch wieder Phasen der Erholung folgen (Tan & Yip, 2018). Dieser sogenannte Eustress wird dem Distress gegenübergestellt, der im späteren Verlauf genauer betrachtet wird.

Eine Stressreaktion löst komplexe biologische Mechanismen im Körper aus und wird von zwei bedeutenden Stresssystemen im menschlichen Körper durch die Hormone Adrenalin, Noradrenalin und Kortisol gesteuert (Schächinger, 2016). Diese Abläufe

sind für den Menschen essenziell und gehören zum alltäglichen Leben. Trotzdem gehört Stress zu den Risikofaktoren von vielen psychischen Erkrankungen, da ein Dauerzustand einer Stressreaktion oder zu wenig Erholungsphasen negative Auswirkungen auf den gesamten menschlichen Körper haben kann.

Ein Stressor oder eine Belastung kann vieles bedeuten und ist abhängig von verschiedenen Faktoren, wie der Intensität und zeitlichen Dauer sowie der subjektiven Wahrnehmung. Nach Lazarus spielt zum Stressor die kognitive Bewertung eine bedeutende Rolle (Lazarus, 1993). In **Abbildung 2** ist das berühmte Stressmodell von Lazarus (Folkman, 2013) abgewandelt dargestellt und soll eine typische Stresssituation im Kontext Studium erklären. Der Stressor ist hier eine übliche Prüfungssituation, die zudem noch beeinflusst wird von Gegebenheiten aus der Umwelt, was die Studienstruktur sein kann oder auf persönlicher Ebene die bspw. finanzielle Situation. Wird der Stressor als gefährlich bewertet, in diesem Fall zum Beispiel ein hoher Erwartungsdruck von außen oder der Druck an einem selbst, gibt es zwei Möglichkeiten: der/die Student*in nimmt Ressourcen wahr, die auch hier personell oder von außen kommen können, oder aber bei einem Fehlen von Ressourcen kommt es zum Stress. Ein wichtiger Faktor im Stressmodell nach Lazarus sind die Bewältigungsstrategien. Diese sogenannten Copingstrategien können Handlungen sein, die dem Stress entgegenwirken. Entspannungstechniken oder auch das Wahrnehmen von Beratungsangeboten wären in diesem Zusammenhang geeignete Beispiele. Danach kommt es zu einer neuen Bewertung des Stressors. Nach diesem Modell besteht die Gefahr darin, dass der Stress verstärkt wird, indem keine Veränderung in der Wahrnehmung des Stressors stattfindet. Sobald der Organismus in einer ständigen Stresssituation verweilt, wie zuvor beschrieben, fehlt es an Erholungsphasen. Das Stresslevel ist in diesem Fall dauernd erhöht. Aus Studien geht hervor, dass Studenten*innen Stress mit Assoziationen wie Zeitdruck, Leistungsdruck, Angst vor Überforderung bzw. Erwartungsdruck in Verbindung bringen (Herbst et al., o. J.). Diese Faktoren schwingen während des gesamten Ablaufs des Stressmodells mit und auch da spielen Dauer und Intensität eine entscheidende Rolle.

Auf der Suche nach einer geeigneten Definition von Leistungsdruck wird schnell klar, dass „Leistungsdruck“ eine Begrifflichkeit ist, die häufig in Kombination mit Stress vorzufinden ist. Im Duden ist Leistungsdruck als „psychischer Druck durch Zwang zu

hoher Leistung“ definiert. Demnach steckt in der Definition eine negative Konnotation, die jedoch zu hinterfragen ist, wenn „Leistung“ als Begrifflichkeit eher positiv zu betrachten ist und „Druck“, ebenfalls wie Stress, auch positiv ausfallen kann. Demnach kann Leistungsdruck zu Stress führen, der zunächst auch positiv wirken kann. Ist der Druck Leistung zu bringen dennoch zu hoch und über einen längeren Zeitraum erstreckt, kommt es zu Stress, der sich wiederum als Distress negativ auswirkt.

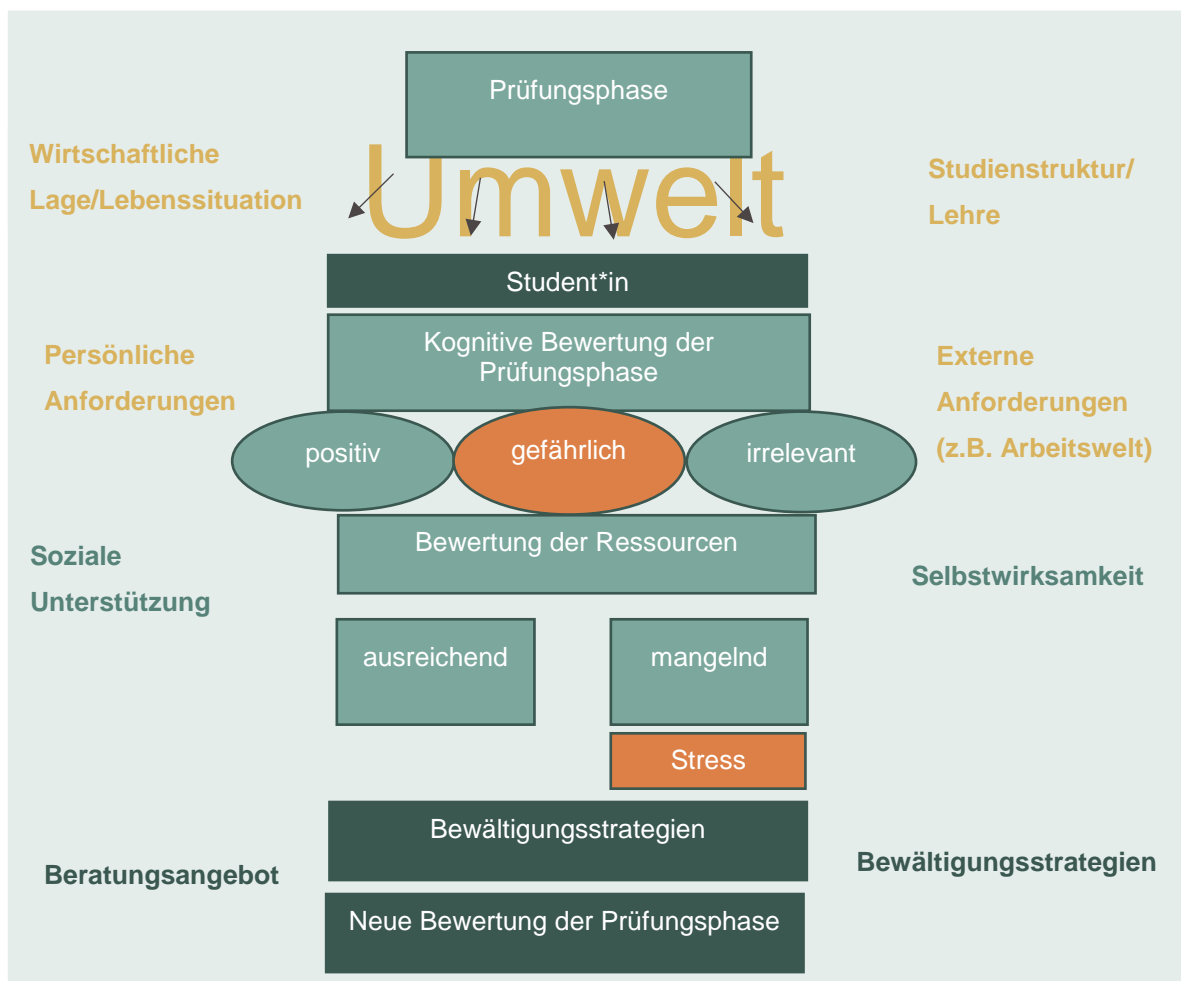


Abbildung 2 Stressmodell nach Lazarus (1984) in abgewandelter Form mit Bezug auf das Setting Hochschule

2.4 Neuroenhancement: Substanzen zur geistigen Leistungssteigerung und Substanzen zur Stressregulation

Substanzen zur Leistungssteigerung sowie zur Stressregulation sind schon sehr lange bekannt. Am weitesten verbreitet, im Zusammenhang mit Leistungssteigerung, ist die Einnahme von Doping-Mitteln im Sport. Im Kontext Hochschule ist der Begriff „Hirndoping“ bekannt und umfasst verschreibungspflichtige und illegale Substanzen, deren Anwendung von gesunden Menschen einen Missbrauch darstellt (Franke & Lieb, 2010). Eine eindeutige Definition der Begrifflichkeit „Neuroenhancement“ ist aufgrund einiger kritischen Auseinandersetzungen nur schwer möglich. Es ist umstritten, ob auch Substanzen zur Stressregulierung in die Gruppe der Neuroenhancer einzuordnen sind. Im Rahmen dieser Arbeit ist die Definition vor allem an die HISBUS-Studie angelehnt, die die Einnahme aller psychoaktiven Substanzen zur Leistungssteigerung sowie zur Stresskompensation unter dem Begriff Neuroenhancement zusammenfasst. Miteingeschlossen sind auch alltägliche Mittel, wie Kaffee und Teegetränke. Diese freiverkäuflichen und alltäglichen Substanzen sind auch unter dem Begriff „Soft-enhancer“ bekannt (Middendorff et al., 2012). Diese Arbeit beschränkt sich jedoch allein auf die nicht freiverkäuflichen und illegalen Substanzen, welche hier als pharmakologische Neuroenhancer definiert und in der HISBUS-Studie als hirndopende Substanzen bezeichnet werden. In der Tabelle werden die beiden Gruppen nochmals voneinander abgegrenzt aufgezeigt.

Tabelle 3 Differenzierung Neuroenhancer.

| Soft-Enhancer | Pharmakologisches Neuroenhancement |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Freiverkäuflich • Pflanzliche, homöopathische Mittel (z.B. Ginkgo biloba) • Energydrinks (Mate, Kaffee, Grüner Tee, etc.) • Koffeintabletten | <ul style="list-style-type: none"> • Nicht freiverkäuflich, verschreibungspflichtig (Ritalin, Schlaf- und Beruhigungsmittel) • Illegale Substanzen (Amphetamine, Cannabis) |

Pharmakologische Neuroenhancer enthalten, wie aus **Tabelle 3** hervorgeht, zwei Untergruppen. Die nicht freiverkäuflichen, verschreibungspflichtigen Substanzen, wie Ritalin und Schlaf- und Beruhigungsmittel sowie die illegalen Substanzen, die

synthetisch hergestellte Stimulanzien und Cannabis umfassen. In der folgenden Tabelle werden die Substanzen der beiden Untergruppen mit ihrer Wirkungsweise aufgeführt. Zu erwähnen ist, dass sich die Auswahl auf die für die Arbeit relevanten Substanzen beschränkt.

Tabelle 4 Liste von Substanzen zum pharmakologischen Neuroenhancement mit deren Wirkungsweise

| Nicht-freiverkäufliche, verschreibungspflichtige Substanzen | Medizinische Anwendung und Wirkungsweise |
|--|---|
| Ritalin | <ul style="list-style-type: none"> • Hauptinhaltsstoff ist Methylphenidat (MPH) • Medizinisch angewendet bei ADHS (Aufmerksamkeitsdefizit- und Hyperaktivitäts-Syndrom) • Bei Gesunden steigert MPH Wachsamkeit und Aufmerksamkeit und verkürzt die Reaktionszeiten. Die Effekte sind bei Müdigkeit (zum Beispiel nach Schlafentzug) besonders stark (Franke & Lieb, 2010) |
| Vigil | <ul style="list-style-type: none"> • Hauptinhaltsstoff Modafinil • Medizinisch angewendet bei Narkolepsie, Schichtarbeitersyndrom; Schlafapnoe-Syndrom mit exzessiver Tagesschläfrigkeit • Steigerung der geistigen Leistungsfähigkeit (z.B. Wachheit, Aufmerksamkeit, Daueraufmerksamkeit, Konzentration) (Glaeske et al., 2011) |
| Schlaf- und Beruhigungsmittel (z.B. Tavor) | <ul style="list-style-type: none"> • Beruhigungsmittel umfassen v.a. Benzodiazepine mit den Wirkstoffen Lorazepam oder Diazepam Wirkung: angstlösende, krampflösende, entspannende, beruhigende, erregungs- und aggressionsdämpfende und schlafanstoßende Wirkung, lange Wirkungsdauer • Zu Schlafmittel gehören v.a. die sog. Z-Drugs, wie Zolpidem und Zopiclon Wirkung: ähnlich zu den Benzodiazepinen, kurze Wirkungsdauer <p>(Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen E.V., 2018), (Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen, 2009)</p> |
| Beta-Blocker | <ul style="list-style-type: none"> • Zur Behandlung von Herzinfarkt und Bluthochdruck • Wirken muskelentspannend und erniedrigen die Herzfrequenz <p>(Santos et al., 2015)</p> |
| Illegale Substanzen | |
| Amphetamine (Speed, Crystal oder Glass) | <ul style="list-style-type: none"> • Gehört zur Gruppe der Psychostimulanzien • Synthetisch hergestellte Droge • Als Teilsubstanz in niedrigen Dosen auch in Medikamente • Aufputschende Wirkung, indem das zentrale Nervensystem durch Freisetzung eigener Botenstoffe erregt wird. Verändern und erregen die Gefühls-, Stimmungs- und Erlebniswelt • Hohes Abhängigkeitsrisiko |

| | |
|-----------------------|---|
| | (Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen, 2014) |
| Ecstasy (MDMA) | <ul style="list-style-type: none"> • Gehört zur Gruppe der Entaktogene • Synthetisch hergestellte Droge • Das zentrale Nervensystem erregende Substanz mit antriebssteigernder Wirkung und starken psychotropen, d.h. die Psyche beeinflussenden Effekten im Bereich der Emotionen (Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen, 2014) |
| Kokain | <ul style="list-style-type: none"> • Crack und Freebase sind modifizierte Sonderformen • Psychotrope Substanzen • Regen die vermehrte Ausschüttung der körpereigenen Botenstoffe Dopamin, Noradrenalin und Serotonin an, wodurch es zu einer gesteigerten Wachheit, einem Eindruck von Allmacht und kurzzeitiger Euphorie kommt (Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen, 2014) |
| Cannabis | <ul style="list-style-type: none"> • Konsumiert in Form von Haschisch oder Marihuana • Hauptwirkstoff der Cannabispflanze ist der psychoaktive Stoff THC (Tetrahydrocannabinol) • Schneller Wirkungseintritt, der durch Verstärkung der vorhandenen Gefühle oder Stimmungen gekennzeichnet ist • Mögliche Effekte sind z.B. Gefühl der Entspannung, innere Ruhe, verminderter Antrieb, Verstärkung akustische und visuelle Sinneswahrnehmung (Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen, 2017.) |

Aus dem ersten Teil der Arbeit geht hervor, dass es eine große Anzahl an Daten zur psychischen Gesundheit von Studierenden gibt. Gleichzeitig ist Neuroenhancement ein relevantes Thema an Hochschulen, das vor allem unter Berücksichtigung von Leistungsdruck differenzierter betrachtet werden sollte. Der Fokus des Untersuchungsgegenstands sollte dabei auf den Beweggründen und externen Faktoren liegen. Dementsprechend wurde die KKSLH-Studie durchgeführt, um aktuelle Daten zu diesem Thema zu generieren und einen weitreichenden Einblick in die Situationen an deutschen Hochschulen zu erhalten - mit Hinblick auf die zuvor beschriebenen Punkte. Im nächsten Teil der Arbeit wird das Vorgehen der Studie erklärt.

3 Methoden

Das methodische Vorgehen dieser Arbeit basiert auf Durchführung einer explorativen Studie, die im Rahmen eines Praktikums an der Fachstelle für Suchtprävention in Berlin durchgeführt wurde. Der Fragebogen wurde in Anlehnung an die HISBUS-Studie (2012), die Formen zur Stresskompensation und Leistungssteigerung bei Studierenden untersucht hat, entwickelt. Die genaue Vorgehensweise wird in diesem Kapitel genauer beleuchtet.

Gleichzeitig wurde in Datenbanken nach geeigneter Literatur recherchiert, um die Arbeit mit theoretischem Hintergrund sowie mit anderen Studien gezielt auszubauen. In **Tabelle 5** sind die Ein- und Ausschlusskriterien sowie die Schlagwörter und die Datenbanken der Suche aufgeführt.

Tabelle 5 Ein- und Ausschlusskriterien, Schlagwörter, Datenbanken für die Suche in Datenbanken

| | |
|----------------------------|---|
| Einschlusskriterien | Publikationen ab 2008, deutsch- oder englischsprachig, Studien aus deutschsprachigem Raum, Reviews, Artikel, Volltexte, Primär- und Sekundärforschung |
| Ausschlusskriterien | Publikationen vor der Bologna Reform, Studien aus nicht deutschem Raum, nicht verfügbare Volltexte |
| Schlagwörter | <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsdruck, Stresskompensation, Stressregulierung, Stress, Druck, Burn-Out • Hirndoping, Enhancement, Neuroenhancement, • Studenten*innen, Studierende, Hochschulen, Universitäten, Bologna-Reform • Konsumverhalten, Konsummuster • Bewältigungsstrategien, gesundheitsfördernde Hochschulen |
| Datenbanken | <ul style="list-style-type: none"> • NEBIS, PubMed |

3.1 Planungsschritte der Studie

Das Konzept der KKSLH-Studie (Konsumverhalten und Konsummotivation von Studierenden zur Leistungssteigerung an deutschen Hochschulen) wurde im Rahmen des Praktikums an der Fachstelle für Suchtprävention Berlin entwickelt. Der Prozess der gesamten Planung und Durchführung lässt sich im weitesten Sinne und abgewandelt auch auf den PHAC übertragen, der aus vier Phasen,

Problembestimmung, Strategieformulierung, Umsetzung und Bewertung, besteht (Rosenbrock & Hartung, 2015).



Abbildung 3 Phasen PHAC angewendet auf die Entwicklung des Studiendesigns

Auch hier bestand der Prozess zunächst darin, eine Problembestimmung durchzuführen anhand schon vorhandener Daten, die vor allem aus dem HISBUS- Panel stammen. In einem zweiten Schritt ging es um die Formulierung von Fragestellungen, Zielen, Zielgruppe und Entwicklung eines Forschungsdesigns.

Abbildung 4 zeigt die wesentlichen Inhalte des Konzepts. Eine detaillierte Ausführung mit Problembeschreibung findet sich als Konzept im Anhang. An dieser Stelle ist zu erwähnen, dass es während des gesamten Prozesses immer wieder Optimierungen und Anpassungen gegeben hat, die in dem beigefügten Konzept nicht abschließend abgeändert wurden.

3.1.1 Konzept der Studie

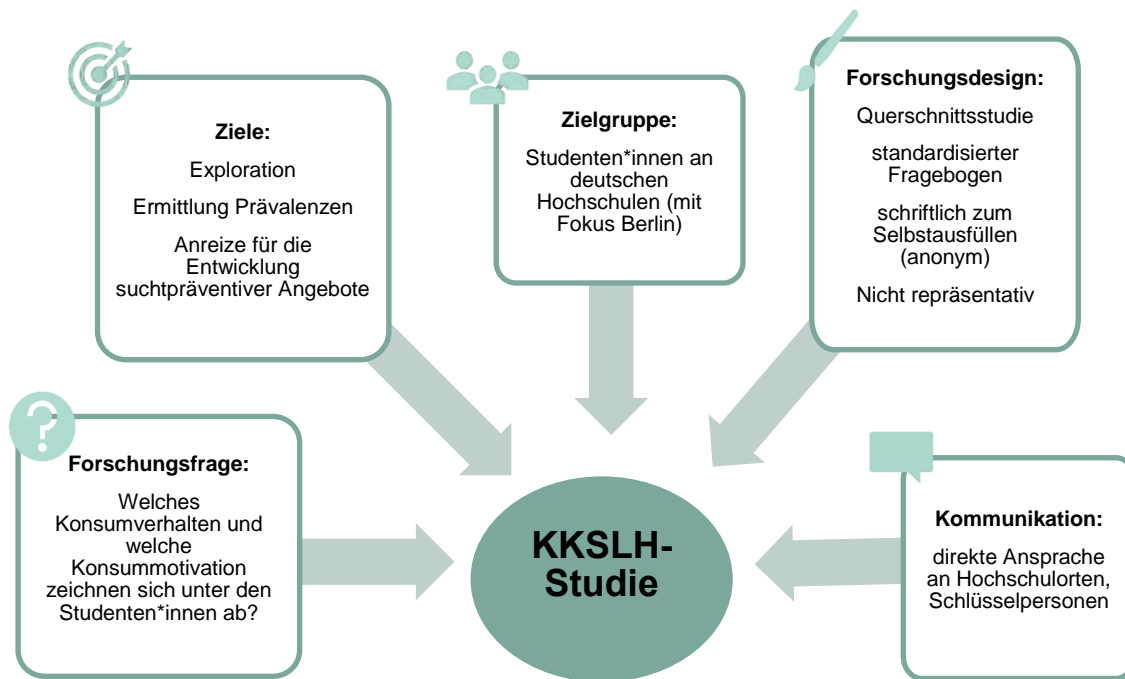


Abbildung 4 Konzept der Studie

Abbildung 4 zeigt eine Übersicht des Konzepts der KKSLH-Studie. Neben dem Erkenntnisgewinn zum Konsumverhalten und der Konsummotivation, ist die Ermittlung der Prävalenzen auch ein Ziel der Studie gewesen. Gleichzeitig sollen die Ergebnisse dazu dienen, gezielte suchtpreventive Angebote für Studenten*innen zu entwickeln. Abgeleitet aus den Zielen hat sich auch die Forschungsfrage ergeben. Zum Forschungsdesign ist noch zu hinzuzufügen, dass die Fragen größtenteils aus der HISBUS-Studie übernommen wurden und zum Teil an die Ziele und Gegebenheiten für diese Studie angepasst wurden. Die Endversion des Fragebogens ist im Anhang zu finden. Der Inhalt beläuft sich vor allem auf allgemeine Fragen zur Studiensituation, Fragen zum Konsumverhalten sowie zur Konsummotivation von Neuroenhancern und soziodemografischen Fragen. Die Studienteilnehmer*innen wurden über eine direkte Ansprache an ausgewählten Orten der Hochschulen in Berlin rekrutiert. Gleichzeitig wurden Schlüsselpersonen involviert, die bspw. in Seminaren eine größere Gruppe Studenten*innen erreichen konnten. In der gesamten Erhebungsphase ging es vor allem darum den

Studenten*innen Anonymität zu gewährleisten, indem abgesichert wurde, dass die Fragebögen nicht auf einzelne Personen zurückzuführen waren.

3.1.2 Ablauf der Studie

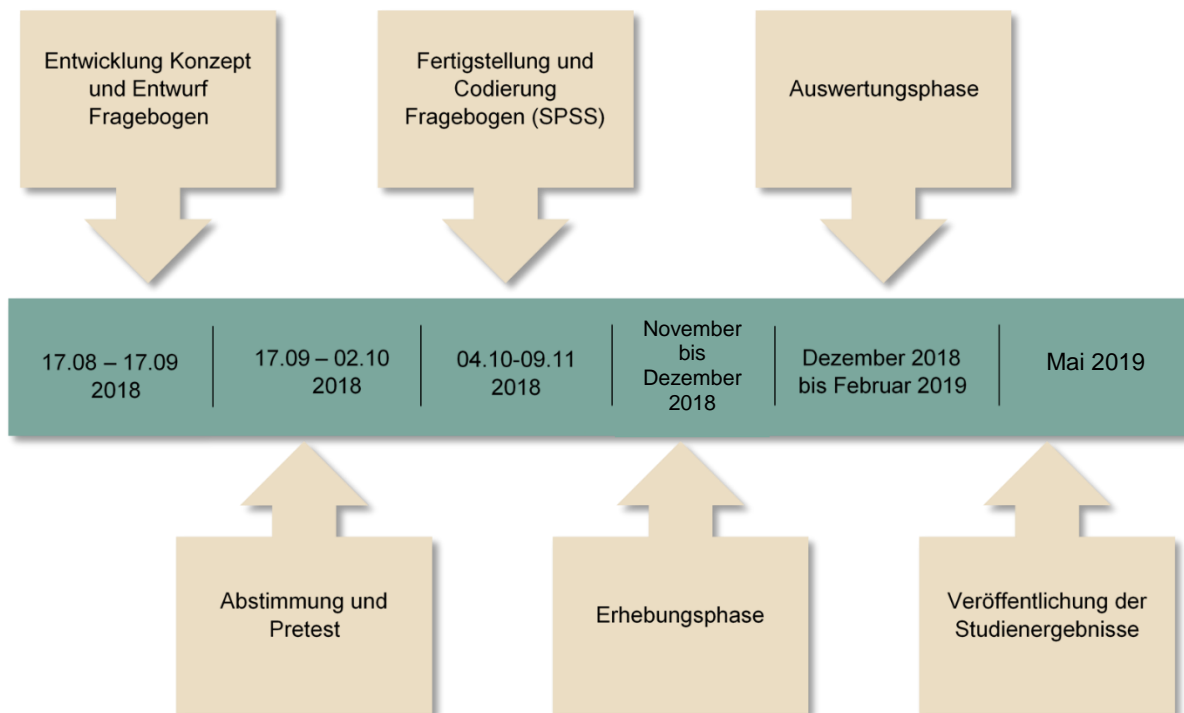


Abbildung 5 zeitlicher Ablauf der Studie

Abbildung 5 zeigt den zeitlichen Ablauf der Studie mit den jeweiligen Schritten. Der erste Schritt wurde im vorherigen Abschnitt Konzept erläutert. Nach Fertigstellung des Fragebogens fand zunächst ein Pre-Test bei Studierenden aus dem eigenen Umfeld statt. So konnte der Fragebogen optimiert werden und nach Abstimmung mit der Leitung der Fachstelle für Suchtprävention Berlin fertiggestellt werden. Mittels des Statistikprogramms SPSS wurde der Fragebogen codiert. Die Erhebungsphase fand Anfang November 2018 statt, da Mitte Oktober das neue Semester begonnen hat. Die Auswertung hat sich in einem dreimonatigen Zeitraum ereignet und wurde mittels SPSS durchgeführt. Folgende Tabelle zeigt eine kurze Übersicht über die verwendeten Ressourcen und Teilschritte der Planungs- und Erhebungsphase.

Tabelle 6 Zusammenfassung Schritte der Studie

| Planung | |
|----------------------|---|
| Fragebogen | Quantitative Methode mit explorativen Ansätzen <ul style="list-style-type: none"> • Standardisierter Fragebogen • Schriftlich zum Selbstauffüllen (Paper pencil) <ul style="list-style-type: none"> • Offene, halboffene und geschlossene Fragen • Einfachnennungen, Mehrfachnennungen |
| Vorbereitung | |
| Pre-Test | <ul style="list-style-type: none"> • Zehn Studenten*innen aus dem eigenen Umfeld, Fachstelle für Suchtprävention |
| Planung der Erhebung | <ul style="list-style-type: none"> • Bestimmung Erhebungsorte • Bestimmung zeitlicher Ablauf |
| Erhebung | |
| Befragungsorte | <ul style="list-style-type: none"> • Technische Universität Berlin • Humboldt Universität Berlin • Gebäude der Charité • Freie Universität Berlin • Mastermesse Berlin |
| Materialien | <ul style="list-style-type: none"> • Fragebögen, Kugelschreiber, Klemmbretter • Umschläge, um die Anonymität zu gewährleisten |
| Auswertung | |
| Programme | <ul style="list-style-type: none"> • SPSS • EXCEL |

3.1.3 Auswertung der Studie

Für die Auswertung der Studie wurde das Statistik Programm SPSS verwendet. Zuvor wurde der Fragebogen codiert. Ein erster Auswertungsschritt war die Bestimmung der soziodemografischen Daten der Studienteilnehmer*innen über den Befehl der deskriptiven Statistik Ermittlung der Häufigkeiten. Für die Arbeit wurden nicht alle Items aus dem Fragebogen berücksichtigt aufgrund von Limitationen und um gezielt die Fragestellungen der Arbeit beantworten zu können. Mit dem Befehl „Fälle auswählen“ wurden zum Teil die relevanten Daten herausgefiltert. Da die Stichprobe nicht repräsentativ ist, hat sich die Auswertung auf Ermittlung von Häufigkeiten beschränkt. Kreuztabellen haben keine Signifikanz aufzeigen können, da die Fallzahlen für die statistische Auswertung zu klein waren.

4 Ergebnisse

In den folgenden Kapiteln werden die zentralen Ergebnisse der KKSLH-Studie vorgestellt, die für die Beantwortung der Fragestellung relevant sind. Gleichzeitig wird die Stichprobe beschrieben. Als Methodik wurde neben Durchführung der Befragung nach geeigneten Studien gesucht, die die Studienergebnisse ergänzen. Die Ergebnisse der HISBUS-Befragung aus dem Jahre 2012, die bei 7989 Studierenden Formen der Stresskompensation und Leistungssteigerung bei Studierenden untersucht hat (Middendorff et al., 2012), dienen hier als Ergänzung, insofern dies möglich war. An dieser Stelle ist zu erwähnen, dass in der HISBUS Studie die Begrifflichkeit „Hirndopende“ als Konsumierende verwendet wurde und hier als Originalzitation übernommen wurde. Ergänzende Studien aus der Literaturrecherche sind im zweiten Kapitel unter aktuelle Datenlage zur psychischen Gesundheit von Studierenden aufgeführt.

4.1 Beschreibung der Stichprobe

Im folgenden Teil werden die demografischen Charakteristika der Gesamtstichprobe beschrieben. Die KKSLH-Studie umfasst eine Gesamtstichprobe von 364 Teilnehmern*innen. Mit 62 % (n=223) haben an der Befragung mehrheitlich weibliche Studentinnen teilgenommen. Mit 38 % (n=137) machen die männlichen Studenten die kleinere Gruppe aus. Alle Befragten sind zur Zeit der Befragung an einer deutschen Hochschule eingeschrieben – 87 % an Berliner Hochschulen. Den größten Anteil der Befragten macht mit 42 % die Humboldt Universität aus. Eine differenziertere Übersicht über die einzelnen Hochschulen lassen sich auch hier dem Anhang entnehmen. Zum größten Teil streben die Studenten*innen mit 68,3 % zum Zeitpunkt der Befragung einen Bachelorabschluss an. Das Alter beläuft sich zwischen 17 und 34 Jahren, am häufigsten vertreten ist die Altersgruppe 22 bis 24 und der Durchschnitt liegt bei 23 Jahren. Die meisten der Studierenden sind im ersten Semester, mit einem Drittel folgt das fünfte bis achte Semester. In der folgenden Tabelle sind nochmals die wichtigsten zentralen Soziodemografischen Daten zusammengefasst.

Tabelle 7 Zusammenfassung soziodemografische Daten

| | |
|----------------------------|---|
| Geschlecht | <ul style="list-style-type: none"> • 38 % männliche Befragte (n=137) • 62 % weibliche Befragte (n=223) |
| Altersverteilung | <ul style="list-style-type: none"> • 8 % unter 18 (n=28) • 26 % zwischen 19 und 21 Jahren (n=95) • 34 % zwischen 22 und 24 Jahren (n=122) • 18 % zwischen 25 und 27 Jahren (n=66) • 5 % über 30 Jahre (n=17) • Durchschnittsalter: 23 Jahre |
| Studienabschlüsse | <ul style="list-style-type: none"> • 68 % (n=248) Bachelor • 25 % (n= 90) Master • 6 % Staatsexamen (n=23) • 0,5 % Promotion (n=1) |
| Verteilung Semester | <ul style="list-style-type: none"> • 34 % 1. Semester (n=123) • 29 % 2. bis 4. Semester (n=104) • 30 % 5. bis 8. Semester (n=110) • 4 % 9. bis 12. Semester (n=16) • 1 % 13. bis höhere Semester (n=3) |

Im Anhang gibt es zu den soziodemografischen Daten eine detaillierte Einsicht, die in dieser Bachelorarbeit aufgrund Relevanz und Limitationen der Studie auf die hier aufgeführten Daten beschränkt wurde. Bevor es zu den Ergebnissen geht, die für die Beantwortung der Fragestellungen relevant sein werden, folgt die Zuordnung der Studienteilnehmer*innen zu den einzelnen Fächergruppen und der Anteil an Studenten*innen, die einer Nebenbeschäftigung nachgehen.

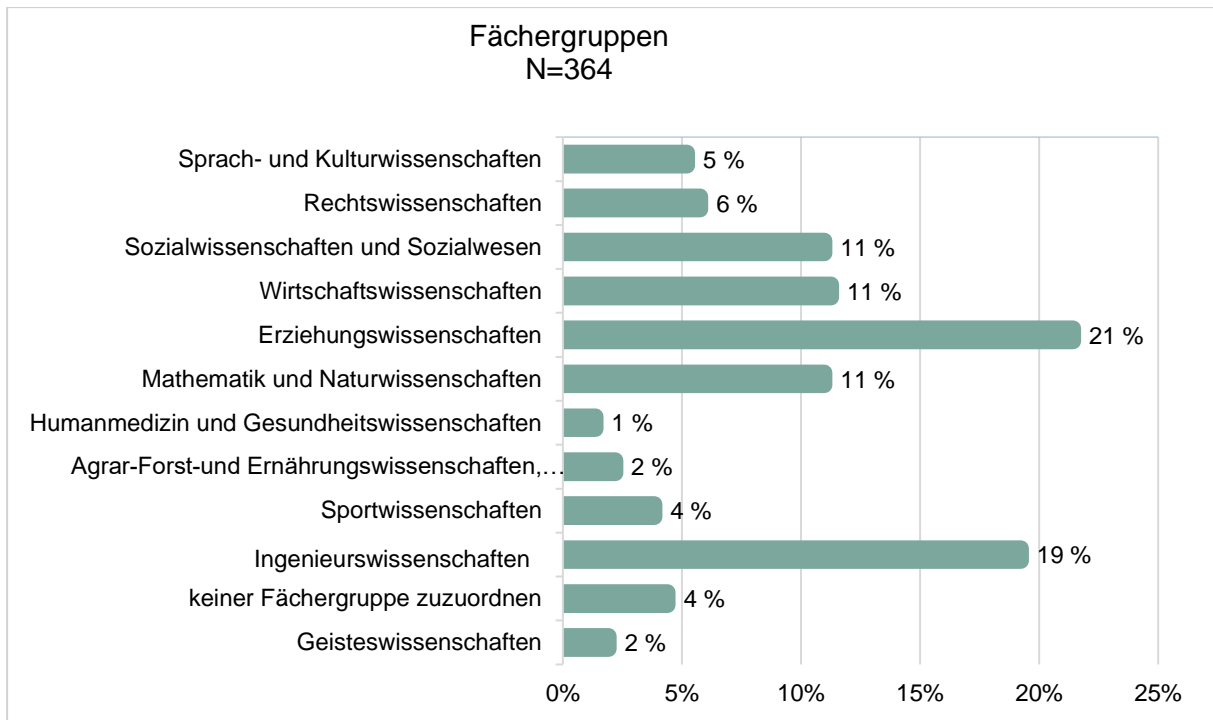


Abbildung 6 Zuordnung Studiengänge zu Fächergruppen

Abbildung 6 zeigt, dass mit 21 % (n=78) der Gesamtstichprobe die Mehrheit der Befragten in einem Studium aus der Fächergruppe der Erziehungswissenschaften eingeschrieben ist. Mit 19 % (n=70) folgen die Ingenieurwissenschaften. Sozialwissenschaften und Sozialwesen, Wirtschaftswissenschaften sowie Mathematik und Naturwissenschaften machen jeweils 11 % der Gesamtstichprobe aus. Weitere Fächergruppen mit dem prozentualen Anteil lassen sich der Abbildung entnehmen. Etwa 4 % (n=16) haben sich nicht konkret einer Fächergruppe zuordnen lassen. Fünf Personen haben keine Angabe zum Studiengang gemacht. Im Anhang befindet sich ein differenzierter Überblick der Angaben der Studienteilnehmer*innen über die einzelnen Studiengänge. Die Zuordnung der Studiengänge zu den in der Abbildung aufgeführten Fächergruppen basiert auf der Fächersystematik vom statistischen Bundesamt (StudentenPruefungstatistik, 2017).

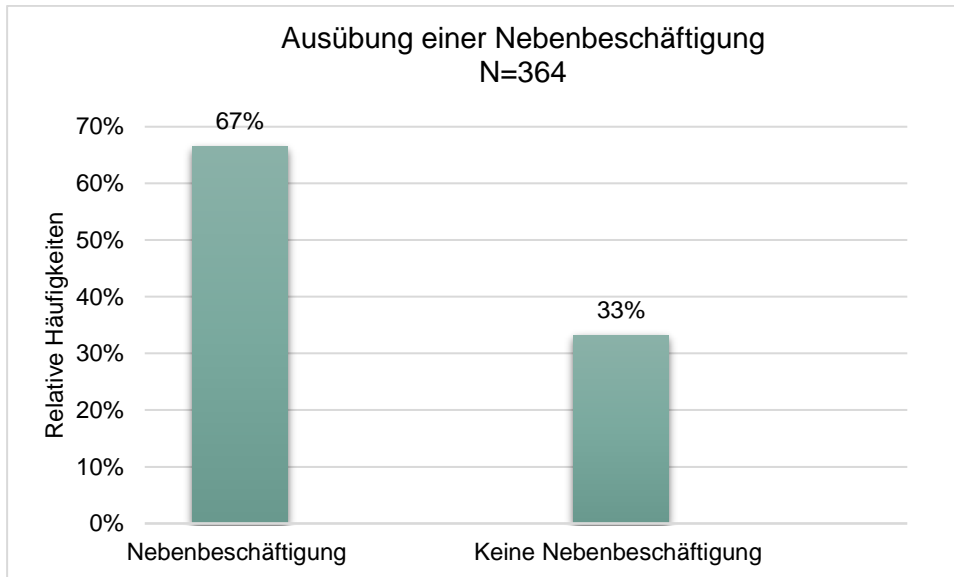


Abbildung 7 Ausübung einer Nebenbeschäftigung

Aus **Abbildung 7** lässt sich ablesen, dass die Mehrheit mit 67 % (n=242) neben dem Studium eine Nebenbeschäftigung ausüben. Knapp ein Drittel (n=121) haben angegeben, keiner Nebenbeschäftigung parallel zum Studium nachzugehen.

4.2 Verbreitung Neuroenhancement

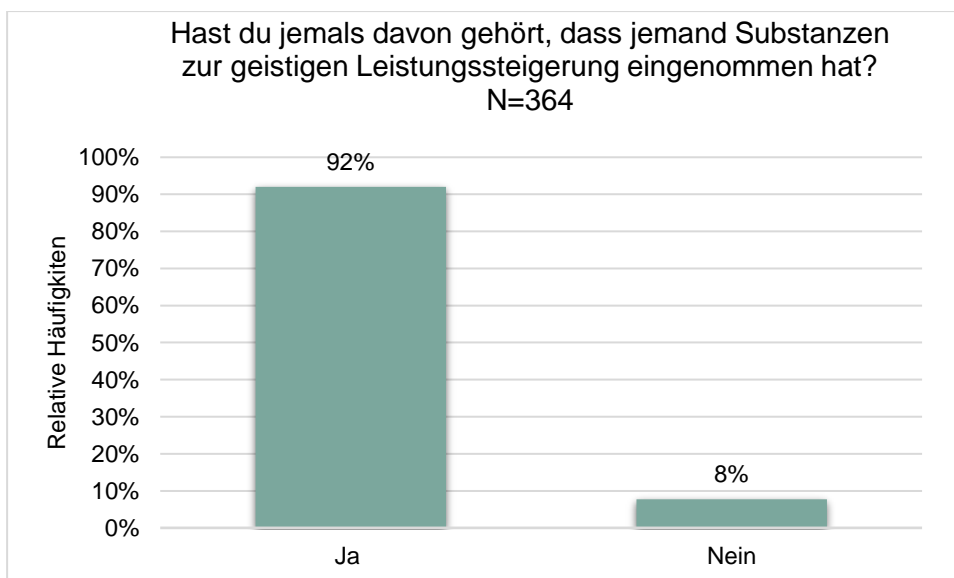


Abbildung 8 Bekanntheit Neuroenhancement unter den Befragten

Abbildung 8 zeigt, dass die Mehrheit der Befragten mit 92 % (n=335) schon mal davon gehört hat, dass jemand Substanzen zur geistigen Leistungssteigerung genommen hat. Nur 8 % (n=28) haben angegeben noch nichts von Neuroenhancement gehört zu haben.

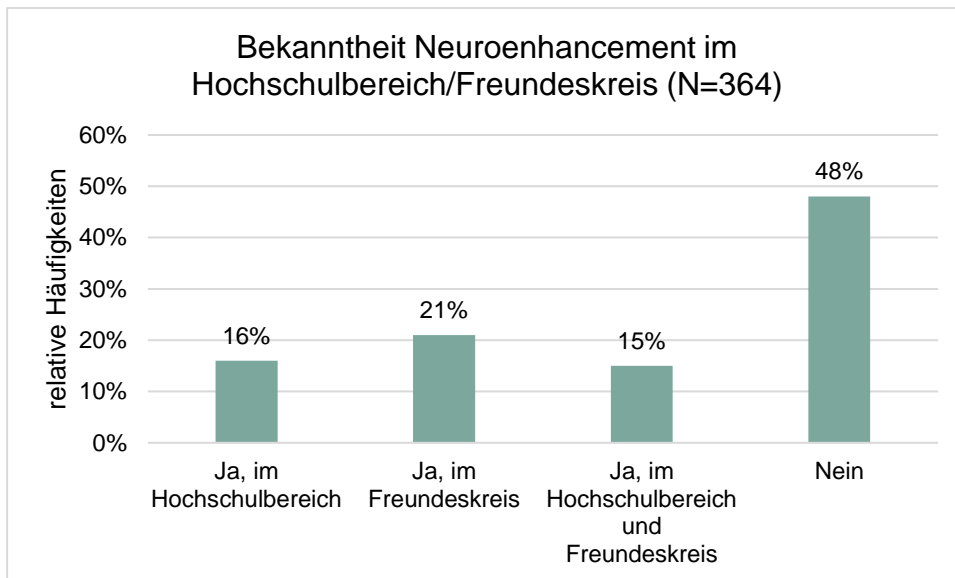


Abbildung 9 Bekanntheit der Einnahme von leistungssteigernden Substanzen im Hochschulbereich/Freundeskreis

Aus **Abbildung 9** lässt sich entnehmen, wie bekannt die Einnahme von leistungssteigernden Substanzen im Hochschulbereich oder im Freundeskreis ist. Insgesamt kennen 52 % (n=190) der Befragten jemanden, der/die schon mal Neuroenhancer eingenommen hat. Mit einem Fünftel (n=76) kennen die meisten jemanden aus dem Freundeskreis. Aus dem Hochschulbereich sind es 16 % (n=58). 48 % (n=175) haben angegeben, niemanden zu kennen, der/die schon mal Neuroenhancer eingenommen hat.

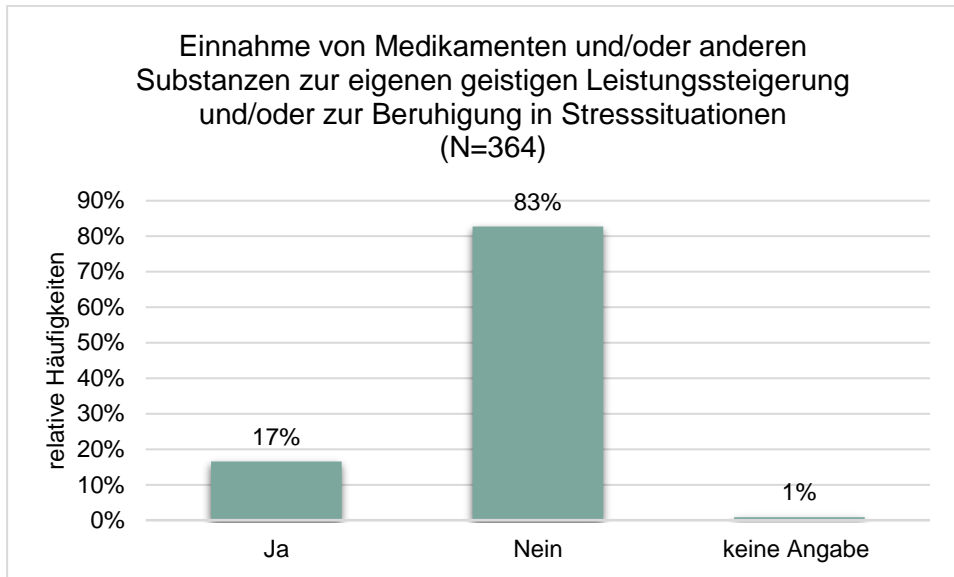


Abbildung 10 Einnahme von leistungssteigernden und/oder stressregulierenden Substanzen

Die **Abbildung 10** zeigt die relativen Häufigkeiten zum Item „Hast du seit Beginn deines Studiums Medikamente und/oder andere Substanzen (nicht frei verkäuflich) zur eigenen geistigen Leistungssteigerung und/oder zur Beruhigung in Stresssituationen (nicht aus Genussgründen) eingenommen?“. Die Mehrheit der Befragten hat mit 83 % (n=306) die Frage verneint. Rund ein Sechstel (n=60) haben angegeben, schon einmal Medikamente und/oder anderen Substanzen zur eigenen geistigen Leistungssteigerung und/oder zur Beruhigung in Stresssituationen eingenommen zu haben. Drei Personen haben keine Angaben zu dieser Frage gemacht.

4.3 Konsumverhalten

4.3.1 Welche Substanzen werden zur Leistungssteigerung und/oder Stresskompensation eingenommen?

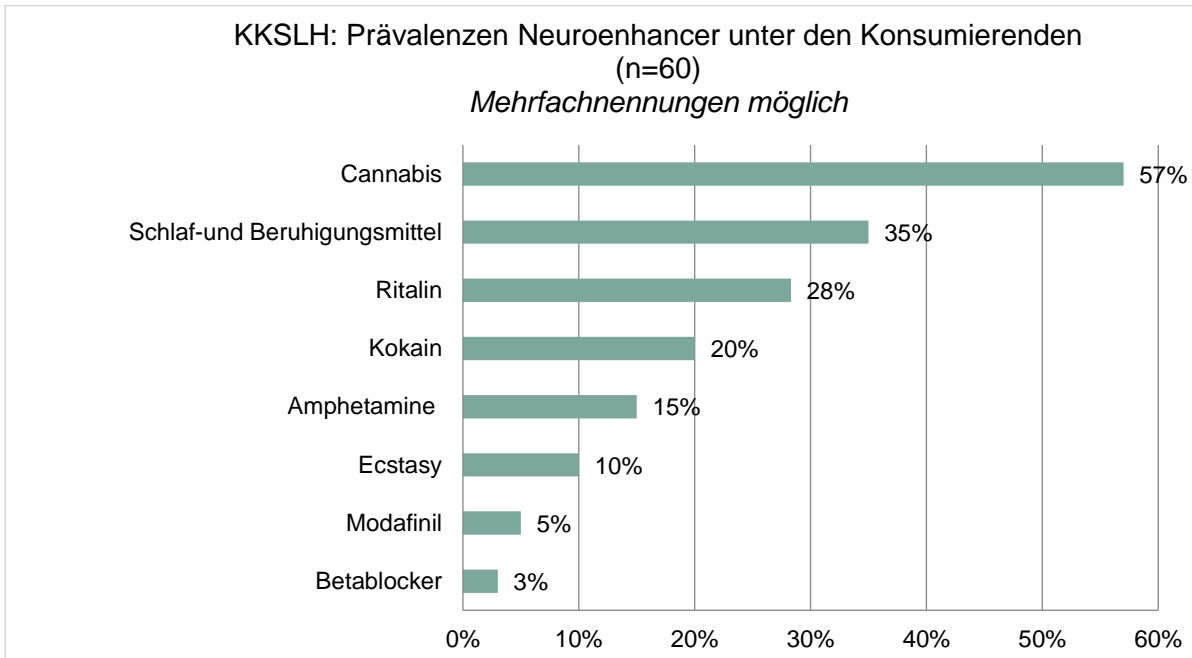


Abbildung 11 Prävalenzen Neuroenhancer unter den Konsumierenden (KKSLH-Studie)

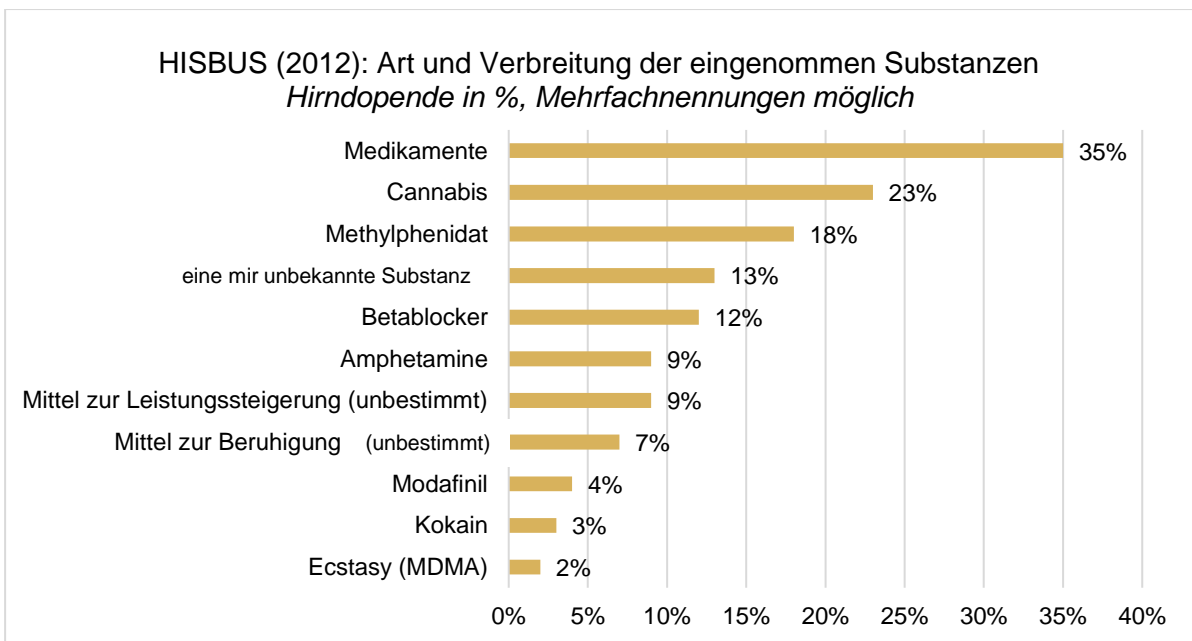


Abbildung 12 Prävalenzen Neuroenhancer (HISBUS-Studie, 2012)

Abbildung 11 zeigt die relativen Häufigkeiten zur Frage „Welche Medikamente und/oder Substanz(en) zur eigenen geistigen Leistungssteigerung und/oder zur Beruhigung (nicht aus Genussgründen) hast du eingenommen?“. Mit 57 % (n=34) hat die Mehrheit der Konsumierenden schon einmal Cannabis konsumiert. Angaben zur Häufigkeit lassen sich aus **Abbildung 13** entnehmen. Mit 35 % (n=21) folgen Schlaf- und Beruhigungsmittel und die Prävalenz für Ritalin liegt bei knapp einem Drittel (n=17). Kokain haben ein Fünftel (n=12) angegeben, schon mal konsumiert zu haben.

Beim Vergleich mit **Abbildung 12**, die die Ergebnisse der HISBUS-Studie wiedergibt, lassen sich ähnliche Tendenzen, vor allem bei der Verbreitung von Cannabis und Medikamenten, herauslesen.

4.3.2 Wie oft werden die Substanzen zur Leistungssteigerung und/oder Stresskompensation eingenommen?

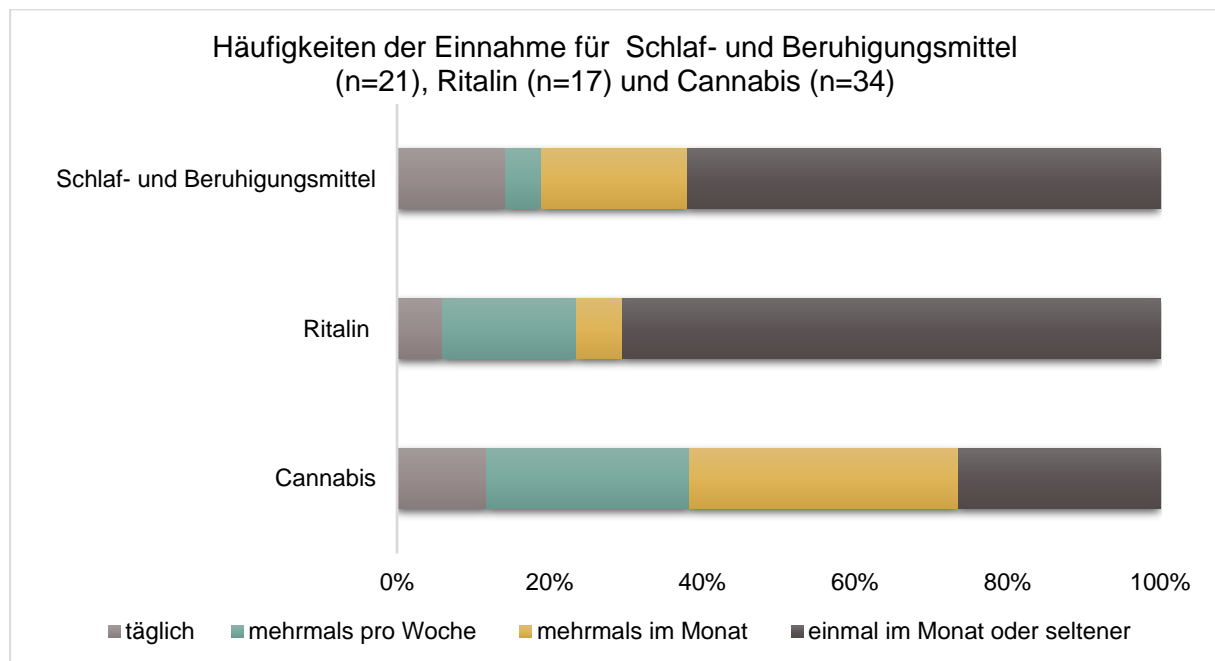


Abbildung 13 Häufigkeiten der Einnahme von Neuroenhancern unter den Konsumierenden

Aus **Abbildung 13** lassen sich die zu den drei am häufigsten konsumierten Neuroenhancern angegebenen Häufigkeiten ablesen. Von den 21 Personen, die Schlaf- und Beruhigungsmittel angegeben haben, haben 50 % einmal im Monat oder

seltener die Substanzen eingenommen. 12 % haben angegeben, diese „täglich“ zu konsumieren. Bei Ritalin sind es 71 %, die „einmal im Monat“ oder „seltener“ und 6 % „täglich“ konsumiert haben. Bei Cannabis haben 36 % angegeben „mehrmals im Monat“ und mehr als ein Viertel „mehrmals pro Woche“ konsumiert zu haben. „Täglich“ haben 12 % der Cannabis-Konsumierenden angegeben. Im Anhang finden sich ergänzend noch die Ergebnisse der Häufigkeiten zu den anderen Substanzen.

4.3.4 Gibt es Unterschiede innerhalb der Studiengänge?

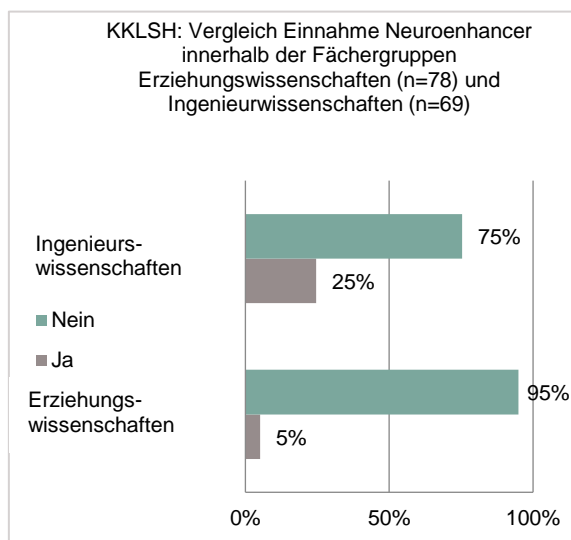


Abbildung 14 Vergleich Einnahme Neuroenhancer Ingenieurwissenschaften und Erziehungswissenschaften (KKSLH-Studie)

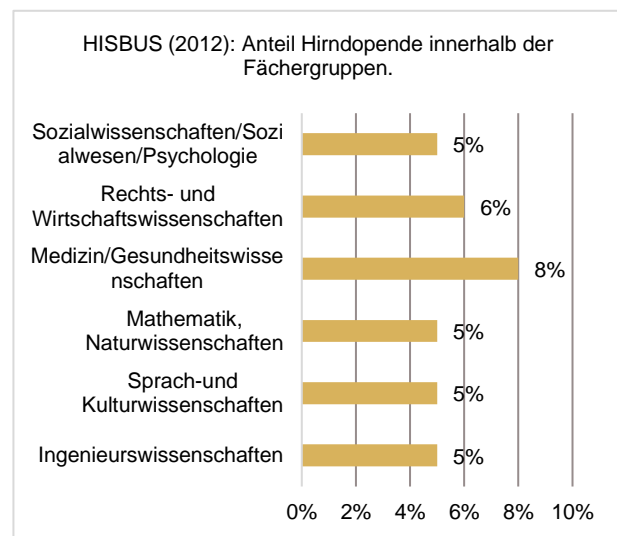


Abbildung 15 Anteil der Hirndopenden in den Fächergruppen (HISBUS-Studie)

In **Abbildung 14** werden die Fächergruppen Ingenieurwissenschaften und Erziehungswissenschaften miteinander verglichen - in Hinblick der Fragestellung, ob schonmal Substanzen zur Leistungssteigerung und/oder Stresskompensation eingenommen wurden. Mit einem Viertel (n=16) ist die Mehrheit der Konsumierenden der Fächergruppe Ingenieurwissenschaften zuzuordnen. Der Anteil der Erziehungswissenschaften beläuft sich auf 5 % (n=3).

Abbildung 15 zeigt die Verteilung der relativen Häufigkeiten der Hirndopenden innerhalb der Fächergruppen, die aus der HIBSUS-Studie hervorgegangen sind. Im Bereich Medizin ist der Anteil mit 8 % am größten. Die Verteilung auf die anderen Fächergruppen zeigt weniger Abweichungen.

4.4 Konsummotivation

4.4.1 In welchen Situationen werden Substanzen zur geistigen Leistungssteigerung und/oder Stresskompensation eingenommen?

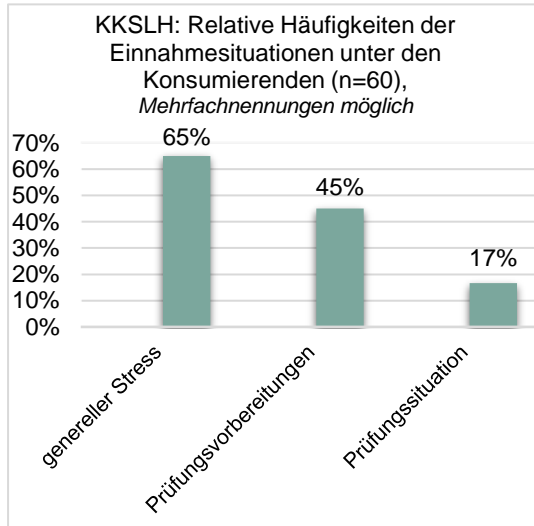


Abbildung 16 Einnahmesituationen (KKSLH-Studie)

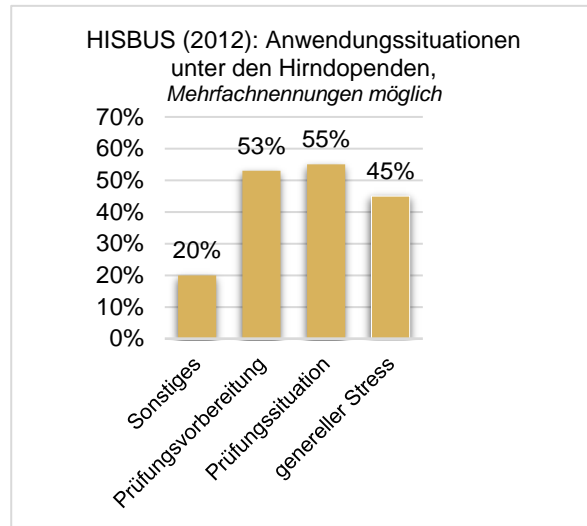


Abbildung 17 Einnahmesituationen (HISBUS-Studie, 2012)

Abbildung 16 zeigt die relativen Häufigkeiten der Situationen, in denen die Konsumierenden angegeben haben, Neuroenhancer zu konsumieren. Mit 65 % (n=39) ist genereller Stress die häufigste Situation, in der Neuroenhancer konsumiert wurden. Einen großen Anteil machen hier die hochschulbedingten Situationen aus, das heißt 45 % (n=30) während Prüfungsvorbereitungen und 17 % (n=11) in Prüfungssituationen. Zu beachten ist an dieser Stelle, dass Mehrfachnennungen möglich waren. Zum Vergleich zeigt die HISBUS-Studie in **Abbildung 17**, dass die Mehrheit der Konsumierenden hochschulbedingte Situationen angeben haben; 55 % Prüfungssituationen und 53 % in den Prüfungsvorbereitungen.

4.4.2 Aus welchen Gründen werden Substanzen zur Leistungssteigerung und/oder Stresskompensation eingenommen?

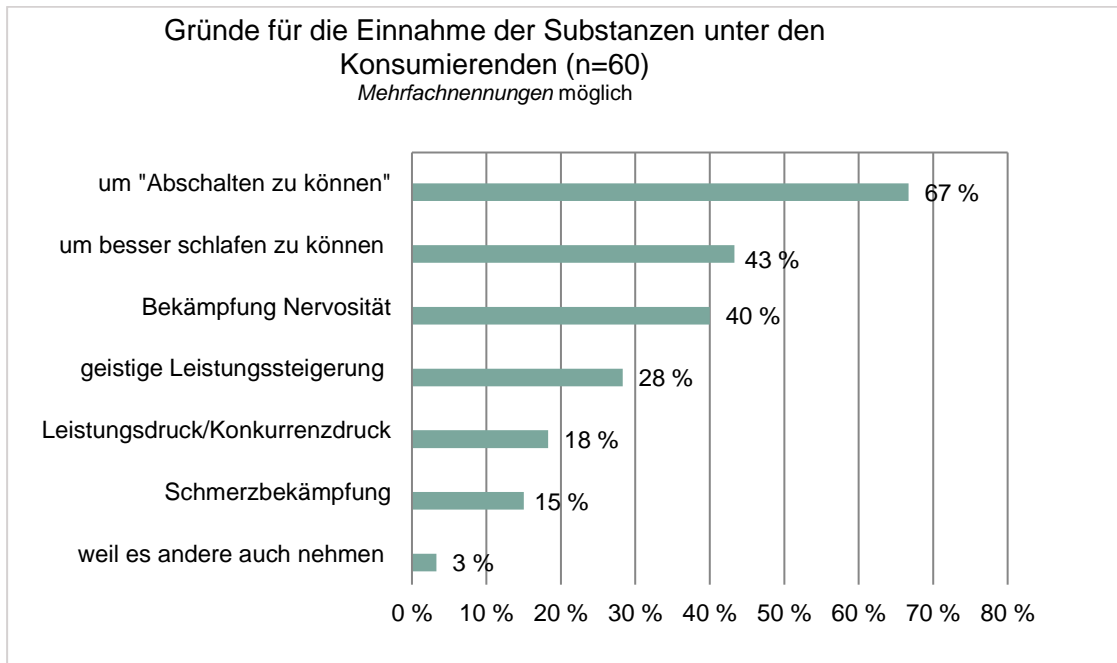


Abbildung 14 Gründe für den Konsum von Neuroenhancern (KKSLH-Studie)

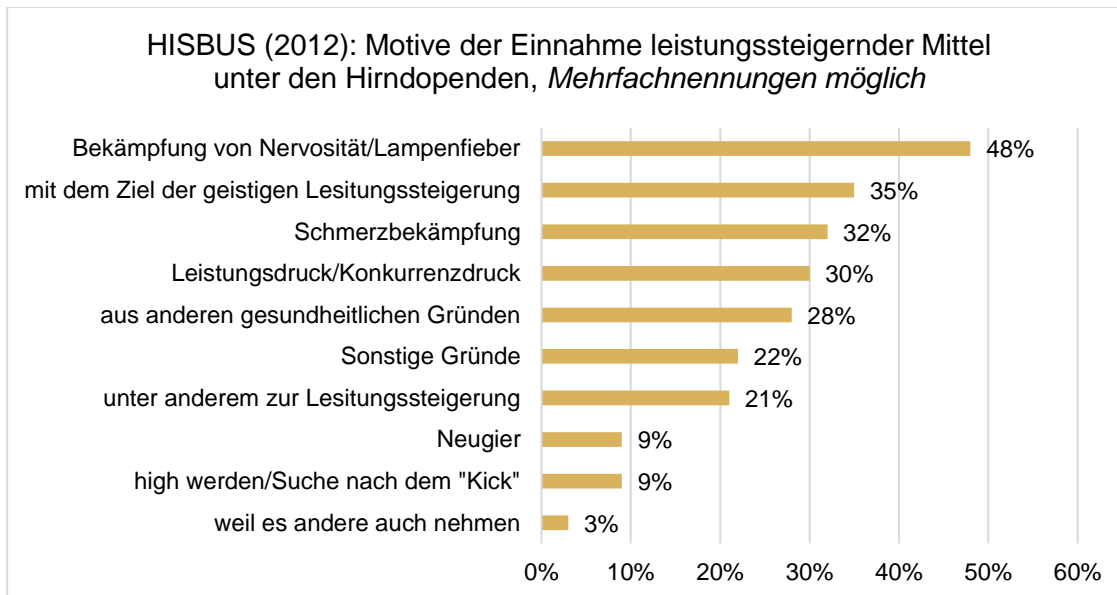


Abbildung 15 Gründe für den Konsum (HISBUS-Studie, 2012)

Abbildung 14 zeigt die Gründe für die Einnahme von Neuroenhancern. Mit 67 % (n=43) wurde der Grund „Abschalten können“ am häufigsten genannt. Der Grund „um besser schlafen zu können“ wurde mit 43 % (n=28) am zweithäufigsten genannt

gefolgt von „Bekämpfung von Nervosität“ mit 40 % (n=26). „Geistige Leistungssteigerung“ haben fast ein Drittel (n=18) als Grund angegeben.

In der HISBUS-Studie (vgl. **Abbildung 15**) wurde mit 48 % der Grund „Bekämpfung von Nervosität/Lampenfieber“ am häufigsten angegeben. Gefolgt von „geistiger Leistungssteigerung“ (35 %) und „Schmerzbekämpfung“ (32 %).

4.5 Leistungsdruck und Belastungen im Studium

4.5.1 Subjektives Empfinden von Leistungsdruck im Studium

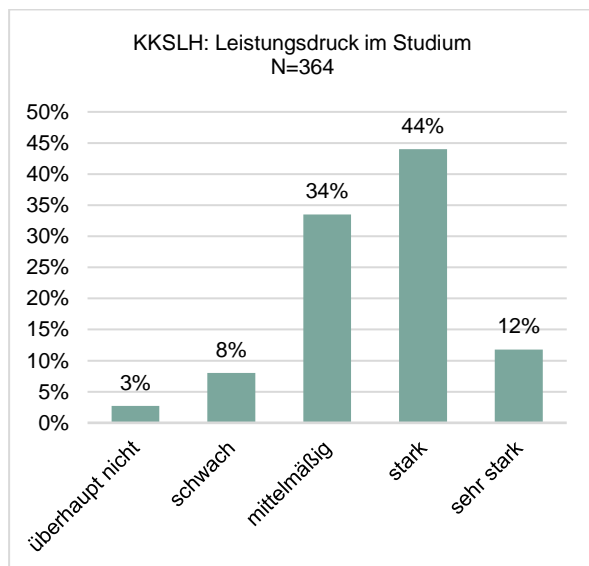


Abbildung 17 Empfinden von Leistungsdruck (KKSLH-Studie)

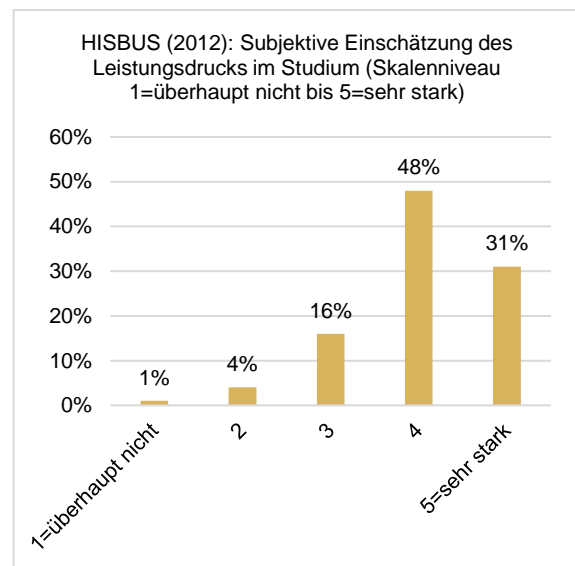


Abbildung 16 Empfinden von Leistungsdruck (HISBUS-Studie, 2012)

Aus **Abbildung 17** lassen sich die relativen Häufigkeiten der Frage „Wie stark verspürst du im Studium Leistungsdruck?“ ablesen. Zu erwähnen ist, dass hier die gesamte Stichprobe berücksichtigt wurde. Mit 44 % (n=160) haben die meisten der Befragten angegeben, im Studium starken Leistungsdruck zu verspüren. Mehr als ein Drittel (n=122) haben den Leistungsdruck als mittelmäßig bewertet. 12 % (n=43) verspüren sehr starken Leistungsdruck.

In der HISBUS-Studie (vgl. **Abbildung 16**) haben rund ein Drittel angegeben, sehr starken Leistungsdruck im Studium zu verspüren und fast die Hälfte (48 %) haben das vierte Skalenniveau angegeben (1=überhaupt nicht; 5=sehr stark).

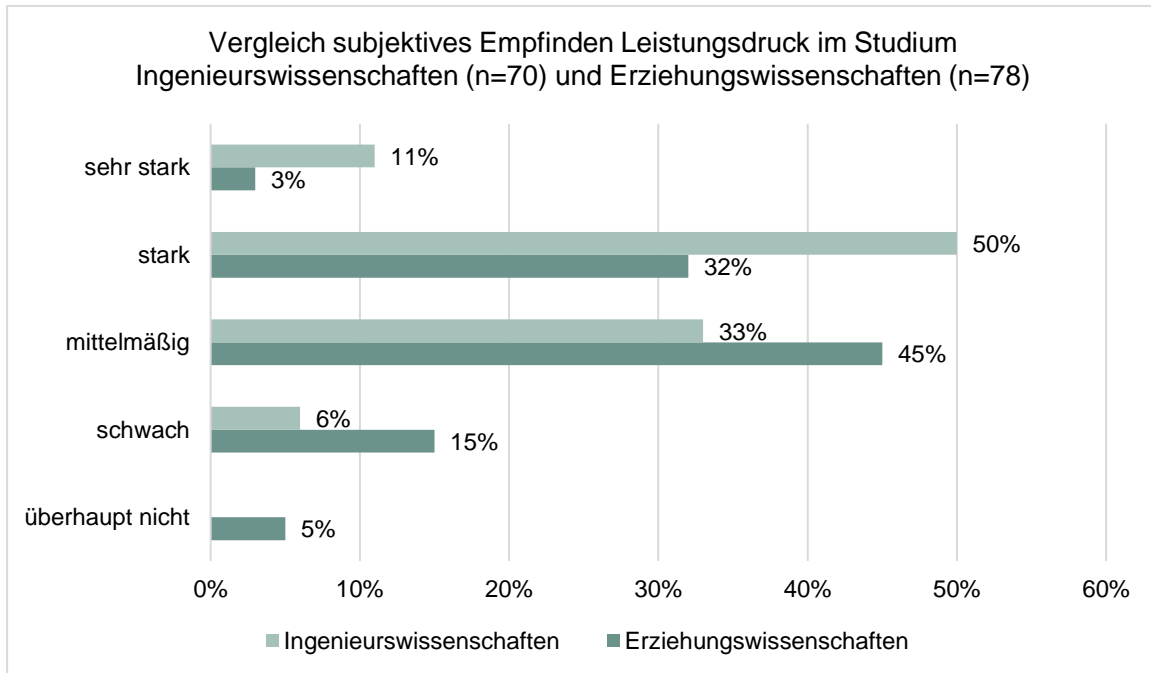


Abbildung 18 Bewertung des Leistungsdrucks im Studium im Vergleich Erziehungswissenschaften und Ingenieurwissenschaften

Diese **Abbildung 18** zeigt im Vergleich das subjektive Empfinden von Leistungsdruck im Studium der beiden Fächergruppen Ingenieurwissenschaften und Erziehungswissenschaften. Ein Zehntel (n=8) der Befragten aus den Ingenieurwissenschaften und 3 % (n=2) aus den Erziehungswissenschaften haben den Leistungsdruck mit „sehr stark“ bewertet. Die Hälfte (n=35) haben den Leistungsdruck als „stark“ eingestuft unter den Studienteilnehmer*innen aus den Ingenieurwissenschaften. In den Erziehungswissenschaften sind es 32 % (n=25). Keiner aus den Ingenieurwissenschaften hat „überhaupt nicht“ als Antwort angegeben, unter den Befragten der Erziehungswissenschaften haben 5 % (n=4) angegeben, überhaupt keinen Leistungsdruck im Studium zu verspüren.

4.5.2 Subjektive Einschätzung von Belastungen im Studium

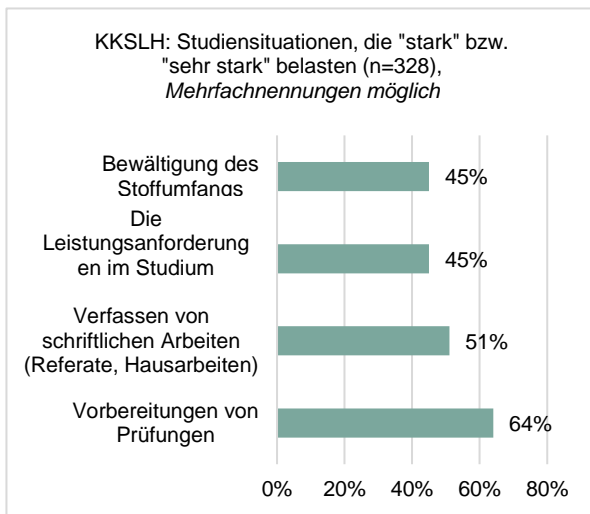


Abbildung 23 belastende Studiensituationen (KKSLH-Studie)

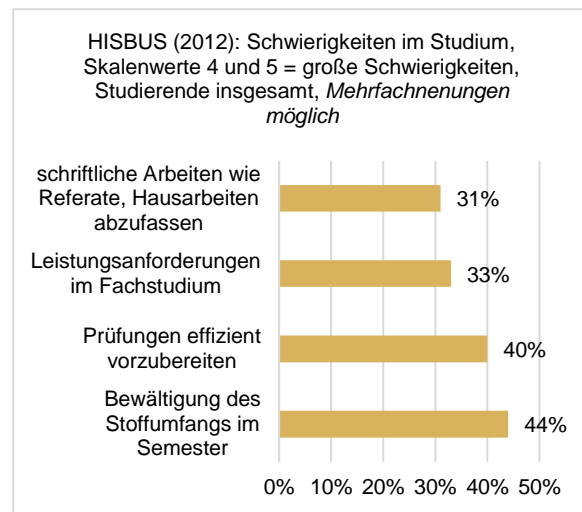


Abbildung 24 belastende Studiensituationen (HISBUS-Studie, 2012)

Abbildung 23 zeigt die belastenden Studiensituationen an, die von den Befragten als „stark“ oder sehr „sehr stark“ eingestuft wurden. Insgesamt haben 90 % mindestens eine Situation, in der sie „stark“ oder „sehr stark“ belastet sind, angegeben. Zu erwähnen ist, dass die hier nur Studiensituationen ausgewertet wurden, die am häufigsten in Bereich „stark“ bzw. „sehr stark“ genannt wurden. Das Vorbereiten von Prüfungen ist mit 64 % (n=210) die am häufigsten genannte Studiensituation, die als „stark“ bzw. „sehr stark“ belastend eingestuft wurde. Die Hälfte (n=167) empfinden das Verfassen von schriftlichen Arbeiten als „stark“ bzw. „sehr stark“ belastend. Das Bewältigen vom Stoffumfang sowie die Leistungsanforderungen im Studium sind beides Studiensituationen, die von 45 % (n=148) mit „stark“ bzw. „sehr stark“ bewertet werden. Die HISBUS-Studie (Abbildung 24) zeigt, dass die Bewältigung des Stoffumfangs (44 %) und die Vorbereitung von Prüfungen (40 %) die größten Schwierigkeiten verursachten.

4.6 Bewältigungsstrategien

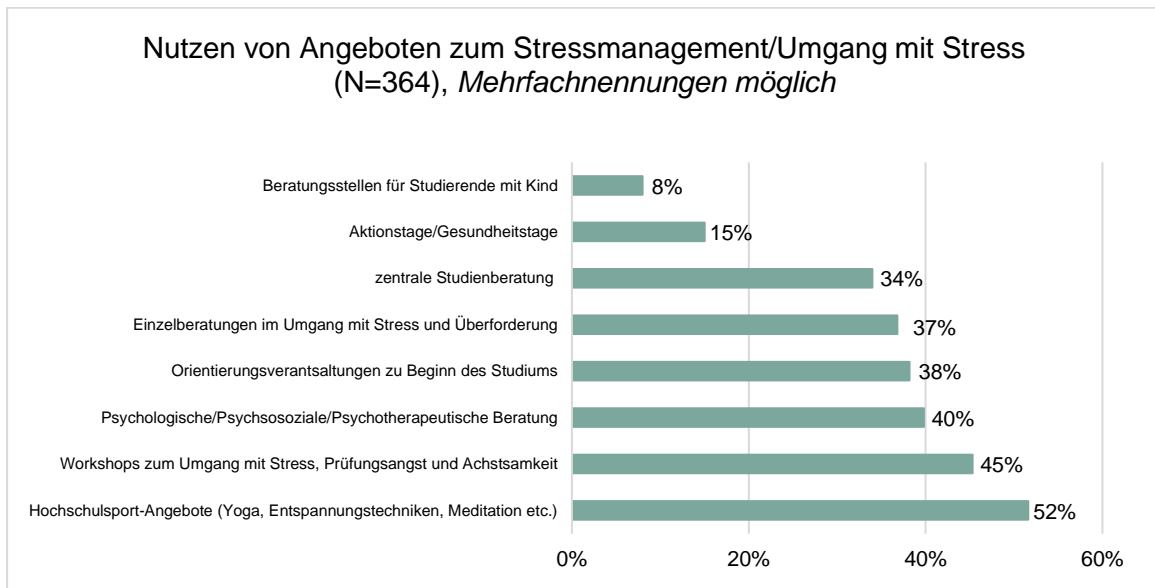


Abbildung 25 Angebote zum Stressmanagement/Umgang mit Stress

Abbildung 25 zeigt die relativen Häufigkeiten, welches Angebot die Befragten zum Stressmanagement nutzen würden. Hochschulsport-Angebote wurden mit 52 % (n=190) am häufigsten angegeben. Gefolgt von Workshops zum Umgang mit Stress, Prüfungsangst und Achtsamkeit mit 45 % (n=164).

5 Diskussion

In diesem Kapitel werden die Ergebnisse mit Bezug auf die Fragestellungen der Arbeit und unter Berücksichtigung des theoretischen Hintergrundes analysiert und diskutiert.

Bevor es zur Diskussion der Fragestellungen kommt, werden noch einige Limitationen der KKSLH-Studie aufgeführt, die unter anderem aus den soziodemografischen Daten hervorgehen. Die Ergebnisse zeigen, dass die Mehrheit der Befragten weibliche Studienteilnehmer*innen waren und die Verteilung auf die Fachrichtungen nicht heterogen ist. So gibt es auch deutlich mehr Studienteilnehmer*innen, die zur Zeit der Befragung an der Humboldtuniversität und Technischen Universität Berlin eingeschrieben waren. Zurückzuführen ist dies auf die

unterschiedliche Erreichbarkeit der Studenten*innen an den jeweiligen Erhebungsorten. Zudem wurden über Schlüsselpersonen vorwiegend nur Studierende aus einem Fachbereich erreicht. Kritisch anzumerken ist auch hier der Befragungszeitpunkt. Viele der Studienteilnehmer*innen haben gerade erst mit dem Studium begonnen. Gleichzeitig ist zu vermuten, dass nach den langen Semesterferien der Bezug zu Prüfungssituationen eher weniger besteht. Daraus lässt sich die Vermutung formulieren, dass eine Befragung zu einem späteren Zeitraum für die Erfassung von Leistungsdruck und Belastungen im Studium andere Ergebnisse erzielt hätte.

Bevor nun genauer auf die Fragstellungen eingegangen wird, soll an dieser Stelle auch noch ein Blick auf die Bekanntheit von Neuroenhancement geworfen werden. Aus den Ergebnissen geht deutlich hervor, dass das Thema an den Hochschulen präsent und aktuell ist. So haben fast alle Befragten angegeben (vgl. **Abbildung 8**), schonmal davon gehört zu haben, dass jemand Substanzen zur Leistungssteigerung eingenommen hat und rund die Hälfte kennen jemanden aus dem Freundes- oder Hochschulbereich (vgl. **Abbildung 9**). Daraus geht auch hervor, dass beim Vergleich von Freundeskreis und Hochschulbereich die Mehrheit angegeben hat, jemanden aus dem Freundeskreis zu kennen. Das bringt wiederum die Vermutung mit sich, dass auch in anderen Settings, wie z.B. in der Arbeitswelt, die Einnahme von Neuroenhancern verbreitet ist.

In diesem Abschnitt soll das Konsumverhalten der Studienteilnehmer*innen genauer analysiert und mit den Ergebnissen der HISBUS-Studie verglichen werden. Die Mehrheit der Befragten hat sowohl in der KKSLH-Studie als auch in der HIBUS Befragung angegeben, noch keine Substanzen zur Leistungssteigerung und/oder Stresskompensation eingenommen zu haben. In Relation gesehen, haben insgesamt weniger Studierende aus der HIBUS-Studie angegeben, Neuroenhancer schon einmal eingenommen zu haben. Dies lässt sich zum einen damit erklären, dass die Stichprobe viel größer ausgefallen ist und es sich um eine repräsentative Studie handelt. Zudem hat die Befragung im Jahr 2012 stattgefunden und im Fragebogen der KKSLH-Studie wurde explizit auch neben leistungssteigernden Mitteln nach Substanzen zur Stressregulierung gefragt, die im Fragebogen aus der HISBUS-Studie nicht konkret erwähnt wurden.

Angela Schmidt

Bei Betrachtung der Prävalenzen der einzelnen Substanzen sticht aus beiden Befragungen Cannabis als Substanz hervor, wobei die meisten in der HIBSUS-Studie Medikamente angegeben haben. Kritisch anzumerken ist, dass Medikamente eine weitreichende Gruppe ist und nicht genau hervor geht, welche Medikamente dort einzuordnen sind. In der KKSLH-Studie sind Schlaf- und Beruhigungsmittel an zweiter Stelle. Die daliegenden Ergebnisse zeigen in Anbetracht der Wirkungsweisen von Cannabis und Schlaf- und Beruhigungsmittel deutlich, dass im Konsumverhalten die Tendenz Richtung Stresskompensation geht. Cannabis wird vor allem angewendet, um ein Gefühl der Entspannung hervorzurufen und weniger, um die eigene Leistung zu steigern. Aus den Ergebnissen geht außerdem hervor, dass Cannabis regelmäßiger und weniger punktuell eingenommen wird (vgl. **Abbildung 13**). So werden Schlaf- und Beruhigungsmittel und auch Ritalin seltener eingenommen. Hier soll aber erwähnt werden, dass Cannabis nicht nur im Hochschulkontext weit verbreitet ist. Eines der bekanntesten Mittel zur Leistungssteigerung ist Ritalin, das in der KKSLH-Studie und in der HIBSUS-Studie nach Cannabis und Medikamenten bzw. Schlaf und- Beruhigungsmittel am häufigsten konsumiert wurde. Dieses Ergebnis zeigt auf, dass Leistungssteigerung auch ein Thema an den Hochschulen ist. Jedoch sollte kritisch mit der Abgrenzung der beiden Einnahmeziele umgegangen werden, denn insgesamt sind Substanzen zur Leistungssteigerung und auch zur Stresskompensation Substanzen, um den Studienalltag besser zu meistern. Die Diskussion wird nochmals aufgenommen, wenn es um die Konsummotive geht. An dieser Stelle ist eine Limitation der Studie zu erwähnen, die auch von den Studienteilnehmer*innen angemerkt wurde. Alkohol wird als Substanz nicht abgefragt und in Anbetracht der Kenntnisse zum Alkoholkonsum mit dem Ziel der Stresskompensation, sollte Alkohol als Alltagsdroge im Zusammenhang mit Neuroenhancement auch abgefragt werden.

Die letzte Fragestellung zum Konsumverhalten, ob es Unterschiede im Konsumverhalten innerhalb von Fachrichtungen gibt, beschränkt sich in dieser Diskussion auf die beiden Fachrichtungen Ingenieurwissenschaften Erziehungswissenschaften. Denn die Studiengänge weisen beide ähnliche Fallzahlen auf und lassen sich somit gut vergleichen. Aus den Ergebnissen geht hervor, dass die Einnahme von Neuroenhancern im Bereich

Ingenieurwissenschaften deutlich häufiger vorkommt (Vgl. **Abbildung 14**). Eine Vermutung wäre, dass die Anforderungen in den Ingenieurwissenschaften höher einzustufen sind als die der Erziehungswissenschaften. Aus den Ergebnissen geht zumindest eine Tendenz hervor, dass der Leistungsdruck im Studium in der Fächergruppe der Ingenieurwissenschaften im Vergleich zur Gruppe der Erziehungswissenschaften allgemein stärker bewertet wird (Vgl. **Abbildung 18**), was wiederum die These der Unterschiede im Leistungsanspruch unterstützt. Trotzdem sollte an dieser Stelle angemerkt werden, dass die Ergebnisse auf Fächergruppen basieren, d.h. die Studiengänge wurden zu entsprechenden Fächergruppen zugeordnet. Dies bedeutet wiederum, dass der Unterschied zustande gekommen sein kann, wenn nur in einem Studiengang deutlich mehr konsumiert wurde bzw. der Leistungsdruck als stark bewertet wurde, was dann aber für die ganze Fachgruppe einen höheren Konsum bedeutet hat.

Aus der HISBUS-Studie geht hervor, dass der Anteil der Konsumierenden in der Fachrichtung der Medizin höher ist, was weniger überraschend ist aufgrund der hohen Studienanforderungen über einen langen Zeitraum. In den Ergebnissen der KKLSH-Studie macht der Anteil der Studierenden aus der Fachrichtung Medizin einen nur geringen Anteil aus, was keine Untermauerung der Hypothese zulässt. Unter Berücksichtigung der Ergebnisse aus beiden Studien, ist die Einnahme von Neuroenhancern zwar nicht zwingend fachspezifisch, jedoch lässt sich die Tendenz ableiten, dass es im Bereich der Naturwissenschaften eine höhere Prävalenz gibt.

Im folgenden Abschnitt werden die Ergebnisse zur Konsummotivation diskutiert. Am häufigsten wurde unter den Konsumierenden „genereller Stress“ als Situation angegeben, in der Neuroenhancer konsumiert wurden. Auch in der HISBUS-Studie wurde genereller Stress öfter genannt. Kritisch ist an dieser Stelle anzumerken, dass „genereller Stress“ ein weitreichender Begriff ist. Stress kann, wie im ersten Teil der Arbeit schon kurz erwähnt, durch verschiedene Faktoren bedingt sein. Somit kann „genereller Stress“ angefangen vom Stress durch die Doppelbelastung von Arbeit und Studium – 66% haben angegeben einer Nebenbeschäftigung nachzugehen – bis hin zu privaten Problemen reichen. Aber auch hochschulbedingte Situationen (Prüfungsvorbereitungen, Prüfungssituationen) werden in beiden Studien häufig genannt, was für die punktuelle Einnahme von Neuroenhancern spricht, die im vorherigen Abschnitt erwähnt wurde.

Zusammengefasst lässt sich aus den Ergebnissen ableiten, dass sich keine Situation abgegrenzt betrachten lässt. Eine Stresssituation kann mit vielen Faktoren einhergehen: im Studium Leistung bringen, die Finanzierung des Studiums oder auch der sogenannte „Freizeitstress“. Ein Studium bedeutet für viele zunächst ein Priorisieren von Aufgaben und sich selbst zu organisieren, was zuvor mehrheitlich vom Elternhaus sowie der Schule übernommen wurde. Aus den Ergebnissen lassen sich jedoch keine konkreten Aussagen formulieren, welche Faktoren eine Rolle im Stressempfinden spielen.

Aus den Resultaten zu der Fragestellung nach den Gründen für den Konsum von Neuroenhancern lässt sich schlussfolgern, dass Neuroenhancer vor allem mit dem Ziel „Entspannung“ konsumiert werden. Dies lässt sich damit begründen, dass die Gründe „um Abschalten zu können“ und „um besser schlafen zu können“ in der KKSLH-Studie am häufigsten genannt wurden (vgl. **Abbildung 14**). Auch in der HISBUS-Studie spricht der häufigste genannte Grund „Bekämpfung von Nervosität und Lampenfieber“ (vgl. **Abbildung 15**) für diese Aussage. Diese Ergebnisse gehen auch mit den Prävalenzen der einzelnen Substanzen einher, denn Cannabis ist die häufigste konsumierte Substanz. Wie schon zu Beginn des Kapitels erwähnt wurde, ist das Ziel der meisten Konsumenten*innen von Cannabis, ein Gefühl der Entspannung zu erleben. Gleichzeitig geht die Prävalenz von Schlaf- und Beruhigungsmitteln mit dem Grund „um besser schlafen zu können“ einher. Die Ergebnisse sind ein Hinweis darauf, dass der Umgang mit den ganzen Studienbelastungen oder auch dem „generellen Stress“ schwerfällt und um „runter zu kommen“ vermehrt zu beruhigenden oder entspannenden Substanzen gegriffen wird. Diese Tendenzen lassen sich ebenfalls in der Arbeitswelt beobachten und können eine Folge von Stresssituationen über einen längeren Zeitraum sein. Denn wie in der Einführung zu Stress und Leistungsdruck schon dargestellt wurde, braucht es nach Phasen von erhöhtem Stress immer wieder Entspannungsphasen. Wenn diese zu kurz oder gar nicht auftreten, kann dies Auswirkungen auf die Psyche haben. Wenn dies nicht mehr von allein möglich ist, wird zu Substanzen gegriffen, die eine Entspannung erleichtern. Neben dem Ziel der Entspannung geht vor allem aus der HISBUS-Studie hervor (vgl. **Abbildung 15**), dass Leistungssteigerung ein Grund der Einnahme Neuroenhancern ist. Jedoch geht daraus nicht hervor, ob die Substanzen zur Leistungssteigerung genommen werden mit dem primären Ziel „besser zu sein“-

Stichwort „Doping“ - oder unter allen gegebenen Umständen die Leistung bringen zu können, die gefordert wird oder die benötigt wird, um sich bspw. einen Studienplatz im angestrebten Master zu sichern. Der genannte Unterschied ist wichtig, um die Konsummotive verstehen zu können mit der Aussicht auf die Entwicklung von geeigneten Maßnahmen. Jedoch sollte hierbei angemerkt werden, dass der Druck von außen sowie der Druck, unter den sich der/die Student*innen durch die eigenen Erwartungen setzt, beides Faktoren sind, die Stress begünstigen können (vgl. **Abbildung 2**). Im nächsten Abschnitt wird näher auf den Leistungsdruck und die Belastungen im Studium eingegangen.

Leistungsdruck im Studium wird bei der Mehrheit der Student*innen als „stark“ bewertet. Nur wenige verspüren „überhaupt keinen“ bis „schwachen“ Leistungsdruck. Dieses geht aus der KKSLH-Studie und auch aus der HISBUS-Studie hervor. Leistungsdruck ist ein Faktor, der Stress begünstigt und somit auch eine Auswirkung auf die Psyche der Student*innen haben kann. Trotzdem ist der Begriff „Leistungsdruck“ zunächst zu diskutieren. Wie schon in der Einführung erwähnt wurde, lässt sich Leistungsdruck nicht zwingend negativ bewerten. Nahezu jeder wird im Studium den Druck erleben, Leistung bringen zu müssen. Schon in der Schule musste sich jede*r dem Druck stellen, Leistung zu erbringen. An diesem Punkt stellt sich die Frage, wie weit der Leistungsdruck das Stressempfinden beeinflusst. Entweder es verleiht der Person die nötige Energie, für die Prüfung zu lernen oder es kann zu Distress führen, was nicht selten zu Schlafstörungen oder anderen psychosomatischen Störungen führt. Eine weitere wichtige Frage ist, was die Student*innen im Studium belastet. Aus den Ergebnissen stechen vor allem grundlegende Studiensituationen hervor, die „stark“ bzw. „sehr stark“ belasten: Vorbereitung von Prüfungen, das Verfassen von schriftlichen Arbeiten, Leistungsanforderungen im Studium und die Bewältigung des Stoffumfangs. Werden diese Studiensituationen zusammen betrachtet, lässt sich eine starke Belastung über einen großen Zeitraum ableiten, in dem wenig bis gar keine Zeit für Erholungsphasen bleibt, wenn dabei noch ein Job oder andere nicht studienbezogenen Situationen berücksichtigt werden.

Die letzte Fragestellung bezieht sich auf die Bewältigungsstrategien, die im Fragebogen als „nützlich“ bewertet wurden. Mehrheitlich wurden Sportangebote von

den Studienteilnehmer*innen angegeben. Aber auch Workshops zum Umgang mit Stress sind häufig genannte Angebote, die sie nutzen würden. Ressourcen sind demnach Sport und Wissen, wie mit Stress umzugehen ist. Aus der Frage geht leider nicht hervor, an was es den Hochschulen fehlt, denn beides sind Angebote, die es mittlerweile vermehrt an den Hochschulen gibt. Bei den Workshops müsste eine strukturelle Einbettung diskutiert werden, denn auch wie aus dem vorherigen Abschnitt hervorgegangen ist, sind Studierende in vielerlei Hinsicht schon belastet und die freiwillige Teilnahme an Workshops ist dann fraglich.

Als Abschluss wird die Frage diskutiert, die den Anreiz der Arbeit geschaffen hat: Besteht ein Zusammenhang zwischen Einnahme von Neuroenhancern aufgrund von Leistungsdruck und der Einführung der Bologna-Reform? Eine Frage, die auch nach Auseinandersetzung mit der Thematik nicht zu beantworten ist. Es gibt zwar Studien, die belegen, dass nach der Einführung der Bologna-Reform Burn-Out und andere stressbedingte Erschöpfungskrankheiten zugenommen haben, jedoch ist zu erwähnen, dass es zuvor weniger Daten aus der Stressforschung gab. Dies erschwert den Vergleich und lässt nur Vermutungen zu. Die Bologna-Reform hat zwar die Implementierung von neuen Studiengängen ermöglicht und auch das internationale Studieren vereinfacht, jedoch wurde damit auch eine Hochschulkultur geschaffen, die mit Förderung von Bildung teilweise nur wenig zu tun hat. Studieninhalte werden in möglichst kurzer Zeit verpackt und in kurz aufeinander folgenden Prüfungen abgefragt. Es ist kaum noch Zeit, mögliche Interessen für gewisse Themen zu entdecken, denn „Bulimielernen“ ist angesagt, was so viel bedeutet, wie in kurzer Zeit den Stoff für eine Prüfung aufnehmen und wieder vergessen. Zudem sind Wahlmöglichkeiten durch die Modularisierung stark eingegrenzt. Und dabei ist Handlungsspielraum wichtig für die eigene Entfaltung. All die genannten Kritikpunkte der Bologna-Reform sind trotzdem keine Belege für die Einnahme von Neuroenhancern im Hochschulbereich. Die Gesellschaft hat sich verändert und das durch eine Vielzahl an Entwicklungen, die schon in der Einleitung erwähnt wurden. Allein die Bologna-Reform lässt sich für die Situation an den Hochschulen nicht verantwortlich machen. Hinzu kommen eigene Einstellungen und Werte, die unter anderem von der heutigen Leistungsgesellschaft geprägt werden. Demnach ist die Fragestellung aus verschiedenen Perspektiven zu betrachten und ist, aufgrund der Komplexität in diesem Rahmen nicht zu beantworten. Jedoch

Angela Schmidt

lassen sich aus den genannten Aspekten sowie aus den Ergebnissen, Schlussfolgerungen für die Gesundheitsförderung und Prävention ziehen, die im nächsten Kapitel als Fazit aufgeführt werden.

6 Fazit

Aus der Diskussion geht bereits hervor, dass keine konkrete Beantwortung der Fragestellungen möglich ist und eine Multikausalität vorliegt, wenn das Stressempfinden und das Konsumverhalten von Studierenden untersucht werden soll. Der Bedarf für die Profession Gesundheitsförderung und Prävention im Hochschulsetting anzusetzen, wurde in dieser Arbeit schon mehrfach erwähnt. Aber was genau bedeutet im Hochschulsetting ansetzen und was bedeuten die Ergebnisse der Arbeit für diese Fragestellung? Zunächst ist die Berücksichtigung des Setting-Ansatzes eine wichtige Erkenntnis für die Entwicklung von Maßnahmen. Wird die Hochschule von der Mesoebene betrachtet, liegt hier ein organisiertes System vor, in dem die Abläufe von einem manifesten Regelwerk bestimmt sind. Dies bedeutet für die Gesundheitsförderung, dass nicht nur die Student*innen involviert werden müssen, sondern auch die Lehrenden und andere in der Lebenswelt „Hochschule“ involvierten Akteur*innen, wie Hochschulberatung oder auch Studienorganisationen (z.B. Allgemeiner Studienausschuss). Zum anderen bedeutet dies aber auch strukturelle Veränderungen anzuvizieren, die einen gesundheitsfördernden Lebensraum schaffen. Auf Ebene der Verhältnisprävention könnte es auch bspw. darum gehen, Studierenden in den Prüfungsphasen ausreichend attraktive Lernmöglichkeiten zur Verfügung zu stellen, für genügend Raum und Platz zu sorgen auch die Pausen sinnvoll nutzen zu können. Trotzdem werden damit viele Probleme nicht gelöst, denn auch in den fest verankerten Studienstrukturen besteht Handlungsbedarf. Doch in dieser Ebene anzusetzen, wäre für die Gesundheitsförderung und Prävention ein sehr großes Ziel, denn das Eingreifen in Modulpläne oder Umstrukturierungen sind komplexe Eingriffe in das System. Unter Berücksichtigung der Ergebnisse und Datengrundlage sollte der Fokus vor allem auf die psychische Gesundheit gelegt werden und das unter Berücksichtigung der Bedarfe und Bedürfnisse der Student*innen. Die Belastungssituationen zeigen, dass Erholungsphasen zu kurz kommen. Gleichzeitig deuten die Konsummotive darauf hin, dass ein Bedarf an Erholung besteht. Ein

Angela Schmidt

Aufzeigen im Rahmen von gezielter Wissensvermittlung, wie wichtig Phasen der Erholung für die mentale Gesundheit sind, in Kombination mit Strategien zum Priorisieren und effizientem Lernen, können als Minimalinterventionen bspw. in die Lehre integriert werden. Gleichzeitig sollten die Lehrenden auch über die Hilfesysteme informiert sein, sodass bei Anzeichen stark ausgeprägter Prüfungsängste oder einer Krisensituation der/die Student*in an eine entsprechende Stelle vermittelt werden kann. Allgemein sollten Beratungsstellen für Studierende niederschwellig angelegt sein, denn auch dort ist oftmals mit langen Wartezeiten zu rechnen. Gleichzeitig könnte für viele ein Hindernis darin liegen, eine psychische Beratungsstelle wegen Angst vor Stigmatisierung nicht aufsuchen zu wollen. Eine offene Kommunikation über Themen rund um psychische Gesundheit wäre auch im Setting „Hochschule“ ein anzunehmendes Ziel. An dieser Stelle sind vor allem die Lehrenden, als wichtige Akteur*innen und vermittelnde Instanz miteinzubeziehen, was unter Berücksichtigung des „Setting-Ansatzes“ unabdingbar ist. Schwierigkeiten werden vor allem dann aufkommen, wenn der/die Student*in in einem Hörsaal nur eine Matrikelnummer ist und Lehrende und Lernende in „Anonymität leben“. Klare Vorgaben der Hochschulen mit dem Ziel der strukturellen Verankerung in kleineren Rahmen (Seminaren oder Workshops), könnten dem Problem entgegenwirken, wobei klare Zuständigkeiten auch hier wieder eine Hürde sein könnten. An dieser Stelle soll das studentische Gesundheitsmanagement erwähnt werden, das auch an einigen Hochschulen schon vorhanden ist, aber der Fokus zum Teil auf einen gesunden Mensaplan oder dem Vorhandensein von Grünflächen liegt. Das bedeutet nicht, dass die genannten Aspekte keine Relevanz haben sollten, jedoch in Anbetracht der gesundheitlichen Lage mit Hinblick auf die psychische Gesundheit von Studierenden, sollte das studentische Gesundheitsmanagement zunächst ein fester Bestandteil an Hochschulen sein und sich dann vor allem gezielt dem Handlungsfeld psychische Gesundheit Studierender auf Verhaltens- und Verhältnispräventiver Ebene widmen. Dadurch können auch auf Mesoebene Veränderungen anvisiert werden, denn allein das Verhalten zu ändern mit Maßnahmen zur Entspannung etc. führt nicht zu einer Verbesserung der psychischen Gesundheit von Studierenden. Demnach ist es wichtig ein sogenannten Policy-Mix zu berücksichtigen. Bei der Verhaltensänderung ist ganz klar zu berücksichtigen, dass die Maßnahmen immer zielgruppenspezifisch ausgerichtet

werden müssen, das bedeutet auch die unterschiedlichen Bedürfnisse und Bedarfe zu berücksichtigen, die es bspw. vermehrt in Fächergruppen der Humanwissenschaften oder Ingenieurwissenschaften gibt. An dieser Stelle sind auch geschlechterspezifische Unterschiede nicht zu vernachlässigen. Alle Punkte, die zuvor erwähnt wurden, haben noch keinen Bezug zum Neuroenhancement genommen. Aus der Arbeit geht deutlich hervor, dass die Einnahme von leistungssteigernden Substanzen und/oder stressregulierenden Substanzen ein aktuelles Thema an deutschen Hochschulen ist. Doch hervorzuheben sind die Gründe für die Einnahme, die sich zusammenfassen lassen als „künstlich erstellte Erholungsphase“ um den Studienalltag zu bewältigen. Auf der individuellen Ebene wäre es demnach sicherlich sinnvoll, auf die Gefahren von den Substanzen zu verweisen, jedoch auch hier sollte ressourcenorientiert gehandelt werden, indem Alternativen aufgezeigt werden sowie Strategien zur Bewältigung, wie es im vorherigen Abschnitt schon erwähnt wurde. Die Einnahme von leistungssteigernden Substanzen kann zudem den Leistungsdruck erhöhen, wenn es dadurch die Möglichkeit gibt noch besser zu sein, noch mehr erreichen zu können. Dies müsste aus der Makroebene betrachtet werden, da hier die sogenannte Leistungsgesellschaft mit ihren Werten eine ganz entscheidende Rolle spielt. Zum Schluss das Fazit bezüglich der Bologna-Reform: es ist kein Geheimnis, dass die ursprünglichen Ziele des internationalen Abkommens zum Teil verfehlt wurden bzw. nicht zielführend in die Praxis umgesetzt werden konnten, jedoch lassen sich die Veränderungen wohl kaum wieder rückgängig machen. Das bedeutet auch, dass es jetzt darum geht, mit den Veränderungen umzugehen und die Chancen hervorzuheben, mit dem Ziel, Bildung wieder als Entfaltung zu erleben und nicht als ständigen Druck, der unter anderem auch von äußeren Werten geprägt ist. Trotzdem ist auch die Bildungspolitik gefragt, die Strukturen hinterfragen sollte, wenn es um Zulassungsbeschränkungen und Chancengleichheit im Bildungssystem geht. Die enorme Zunahme des Wettbewerbs an Hochschulen um Studienplätze, ist dabei genauer ins Auge zu fassen. Diese Anmerkung ist an dieser Stelle zwar wichtig zu erwähnen, ist aber im Rahmen dieser Arbeit nicht der Schwerpunkt.

Als Ausblick für die Gesundheitsförderung und Prävention lässt sich zusammenfassend formulieren, ein studentisches Gesundheitsmanagement als

Angela Schmidt

festen Bestandteil an Hochschulen anzuvisieren. An dieser Stelle ist nochmals zu erwähnen, dass der Fokus dabei auf Ebene der Verhaltens- sowie Verhältnissebene liegen sollte. Zudem sind die verschiedenen Präventionsdimensionen (universell, selektiv, indiziert) im Rahmen der Arbeit im studentischen Gesundheitsmanagement immer zu beachten, um möglichst zielführend die Bedürfnisse und Bedarfe der Zielgruppe zu erfüllen. Gleichzeitig dienen die Ergebnisse als Grundlage, um gegebenenfalls weitere Forschungen zu Konsumverhalten von Neuroenhancern durchzuführen sowie zum Stressempfinden bei Studierenden. Die Limitationen der Studie zeigen auch, dass eine größere Fallzahl für eine fundierte Situationsanalyse benötigt wird. Auf diesem Weg können konkrete geschlechterspezifische Unterschiede untersucht werden und gleichzeitig welche Unterschiede es an Hochschulen gibt, z.B. Vergleich Fachhochschulen und Universitäten. Über statistische Tests könnten auch Zusammenhänge genauer analysiert werden, wodurch sich Rückschlüsse auf die Gründe für die Zunahme an psychischen Krankheiten bei den Studierenden ziehen lassen könnten. Zudem wäre eine qualitative Forschungsmethode ein geeignetes Verfahren eine fundierte Bedarfsanalyse zu erarbeiten, wenn es um den Umgang mit Stress im Studium geht. So könnte ein qualitativer Fragebogen Hinweise auf die individuellen Bedürfnisse geben. Auch Fokusgruppen eignen sich an dieser Stelle, um eine heterogene Gruppe von Studierenden qualitativ zu befragen.

Zu berücksichtigen ist immer eine partizipative Vorgehensweise, die schon im Rahmen der Forschung fest verankert sein sollte. Auf diesem Weg können Daten erhoben werden, die sich für eine nachhaltige Entwicklung von gesundheitsfördernden Angeboten an Hochschulen eignen und gleichzeitig den Bedürfnissen und Bedarfen entsprechen. Zum Schluss noch der Hinweis auf die Notwendigkeit in der Lebenswelt von Student*innen anzusetzen: Student*innen sind neben Auszubildenden die Zukunft der Arbeitswelt und von entsprechend gestärkten Student*innen können alle letztendlich nur profitieren.

7 Literaturverzeichnis

- Ärzteblatt (2017). Leistungssteigerung im Studium: Lernst Du noch, oder dopst du schon? Verfügbar unter <https://www.aerzteblatt.de/archiv/193537/Leistungssteigerung-im-Studium-Lernst-Du-noch-oder-dopst-du-schon> [19.04.2019].
- Badura, B., Ducki, A., Schröder, H., Klose, J., Meyer, M (2015). Fehlzeiten-Report 2015. Springer Verlag Berlin: Heidelberg.
- Bayrischer Rundfunk (2015). Hirndoping: Pillen gegen Unistress und Burnout. Verfügbar unter <https://www.br.de/fernsehen/ard-alpha/sendungen/campus/burnout-studenten-doping-unistress-102.html> [19.04.2019].
- Bechtold, G., & Helferich, P. S. (2008). Generation Bologna: neue Herausforderungen am Übergang Schule - Hochschule. Bielefeld: Bertelsmann.
- Brändle, T. (2010). 10 Jahre Bologna-Prozess. Verfügbar unter <https://doi.org/10.1007/978-3-531-92203-4> [8.03.2019].
- Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen. (2009). Faltblatt Benzodiazepine. Verfügbar unter https://www.dhs.de/fileadmin/user_upload/pdf/Broschueren_Archiv/Faltblatt_Benzodiazepine_2009.pdf [24.03.2019].
- Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen. (2014). Faltblatt Amphetamine. Verfügbar unter https://www.dhs.de/fileadmin/user_upload/pdf/Broschueren/2014_Faltblatt_Amphetamine.pdf [24.03.2019].
- Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (Hrsg.) (2018). DHS Jahrbuch Sucht. 276. Lengerich: Papst Science Publishers.
- Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (2009). Faltblatt Benzodiazepine. Verfügbar unter https://www.dhs.de/fileadmin/user_upload/pdf/Broschueren_Archiv/Faltblatt_Benzodiazepine_2009.pdf [24.03.2019].
- Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (2014). Synthetische Drogen - Basisinformationen. Verfügbar unter https://www.dhs.de/fileadmin/user_upload/pdf/Broschueren/Basisinfo_SynthetischeDrogen.pdf [24.03.2019].
- Deutsches Studentenwerk (2017). Studentenwerke im Zahlenspiegel 2016/2017. Verfügbar unter https://www.studentenwerke.de/sites/default/files/dsw_zahlenspiegel_2016_2017_internet.pdf [15.02.2019].

- Fachstelle für Suchtprävention (Hrsg.) (2014). Berliner JDH-Studie. JUGEND-DROGEN-HINTERGRÜNDE. Ergebnisse einer Befragung junger Menschen in Berlin zu Einstellungen und Haltungen zum Drogenkonsum. Berlin: Fachstelle für Suchtprävention Berlin Selbstverl.
- Franke, A. G., & Lieb, K. (2010). Pharmakologisches Neuroenhancement und „Hirndoping“: Chancen und Risiken. *Bundesgesundheitsblatt - Gesundheitsforschung - Gesundheitsschutz*, 53(8), 853–860. Verfügbar unter <https://doi.org/10.1007/s00103-010-1105-0> [15.02.2019].
- Frankfurter Allgemeine Zeitung (2013). Jeder fünfte Student nimmt Pillen: Hirndoping boomt an Universitäten. Verfügbar unter <https://www.faz.net/1.2045969> [19.04.2019].
- Glaeske, G., Merchlewicz, M., Schepker, R., Soellner, R., Böning, J., & Gaßmann, R. (2011). Hirndoping: Die Position der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (DHS). *SUCHT*, 57(5), 402–407. <https://doi.org/10.1024/0939-5911.a000141>.
- Grobe, T., & Steinmann, S. (2015). Gesundheitsreport 2015 Gesundheit von Studierenden. Betrieblichen Gesundheitsmanagement der TK, 231. Verfügbar unter <https://www.tk.de/resource/blob/2026676/cfc25bd5aec0a734d6f2c89b1929fb1b/gesundheitsreport-2015-data.pdf> [19.04.2019].
- Grützmacher, J., Gusy, B., Lesener, T., Sudheimer, S., & Willige, J. (2018). Gesundheit Studierender in Deutschland 2017. Ein Kooperationsprojekt zwischen dem Deutschen Zentrum für Hochschul- und Wissenschaftsforschung, der Freien Universität Berlin und der Techniker Krankenkasse. 168. Verfügbar unter https://www.ewi-psy.fu-berlin.de/einrichtungen/arbeitsbereiche/ppg/bwb-2017/_inhaltselemente/faktenblaetter/Gesamtbericht-Gesundheit-Studierender-in-Deutschland-2017.pdf [28.04.2019].
- Gusy, B., Lohmann, K., & Drewes, J. (2010). Burn out bei Studierenden, die einen Bachelor-Abschluss anstreben. *Prävention und Gesundheitsförderung* 2010. 1-6.

- Herbst, U., Voeth, M., Eidhoff, A.T, Müller, M., Stief, S. (o.J). Studierendenstress in Deutschland – eine empirische Untersuchung. Verfügbar unter https://www.ph-ludwigsburg.de/uploads/media/AOK_Studie_Stress.pdf [15.02.2019].
- Hericks, N. (2018). Hochschulen im Spannungsfeld der Bologna-Reform: Erfolge und ungewollte Nebenfolgen aus interdisziplinärer Perspektive. Wiesbaden: Springer VS.
- Lazarus, R. S. (1993). From Psychological Stress to the Emotions: A History of Changing Outlooks. *Annual Review of Psychology*, 44(1), 1–22. Verfügbar unter <https://doi.org/10.1146/annurev.ps.44.020193.000245> [15.02.2019].
- Folkman, S. (2013). Stress: Appraisal and Coping. In M. D. Gellman & J. R. Turner (Hrsg.), *Encyclopedia of Behavioral Medicine* (S. 1913–1915). Verfügbar unter https://doi.org/10.1007/978-1-4419-1005-9_215 [15.02.2019].
- Middendorff, E., Poskowsky, J., & Isserstedt W. (2012). Formen der Stresskompensation und Leistungssteigerung bei Studierenden. 176. Verfügbar unter http://www.hisbus.de/results/pdf/2012_01_Hirndoping.pdf [15.02.2019].
- Ortenburger, A. (2013). Beratung von Bachelorstudierenden in Studium und Alltag. Ergebnisse einer HISBUS-Befragung zu Schwierigkeiten und Problemlagen von Studierenden und zur Wahrnehmung, Nutzung und Bewertung von Beratungsangeboten. 136. Verfügbar unter https://www.dzhw.eu/pdf/pub_fh/fh-201303.pdf [09.03.2019].
- Pfleging, S., & Gerhardt, C. (2013). Ausgebrannte Studierende: Burnout-Gefährdung nach dem Bologna-Prozess. *Journal of Business and Media Psychology*, 12 (1), 1-12.
- Santos, M. G., Tavares, I. M. C., Boralli, V. B., & Figueiredo, E. C. (2015). Direct doping analysis of beta-blocker drugs from urinary samples by on-line molecularly imprinted solid-phase extraction coupled to liquid chromatography/mass spectrometry. *The Analyst*, 140(8), 2696–2703. Verfügbar unter <https://doi.org/10.1039/C4AN02066A> [24.03.2019].
- Schächinger, H. (2016). Psychobiologie eines Erfolgsrezeptes. *Psychotherapie im Dialog*. Verfügbar unter <https://www.thieme-connect.de/products/ejournals/pdf/10.1055/s-0042-103853.pdf> [09.03.2019].

- Struhs-Wehr, K. (2017). *Betriebliches Gesundheitsmanagement und Führung* (1. Auflage). 218. Köln: Springer-Verlag.
- Statistisches Bundesamt (2018). *Bildung und Kultur*. Verfügbar unter https://www.destatis.de/DE/Methoden/Klassifikationen/BildungKultur/StudentenPruefungsstatistik.pdf?__blob=publicationFile [22.01.2019].
- Tan, S. Y., & Yip, A. (2018). Hans Selye (1907–1982): Founder of the stress theory. *Singapore Medical Journal*, 59(4), 170–171. Verfügbar unter <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5915631/> [28.04.2019].
- Thees, S., Gobel, J., Jose, G., Bohrhart, R., & Esch, T. (2012). Die Gesundheit von Studierenden im Bologna-Prozess: Untersuchungen zu Gesundheitsverhalten, Stress und Wohlbefinden zeigen Handlungsbedarf. *Prävention und Gesundheitsförderung*, 7(3), 196–202. Verfügbar unter <https://doi.org/10.1007/s11553-012-0338-1> [09.03.2019].
- Walter T. (2006). Der Bologna-Prozess ein Wendepunkt europäischer Hochschulpolitik. Verfügbar unter <https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/978-3-531-90520-4.pdf> [13. 02.2019].
- WHO. (2001). *Health promoting universities: Concept, experience and framework for action*. Verfügbar unter http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0012/101640/E60163.pdf [19.04.2019].

8 Zusatzverzeichnisse

8.1 Abbildungsverzeichnis

| | |
|---|----|
| Abbildung 1 vereinfachte Darstellung der Studienordnung von Modulstudiengängen | 8 |
| Abbildung 2 Stressmodell nach Lazarus in abgewandelter Form mit Bezug auf das Setting Hochschule..... | 13 |
| Abbildung 3 Phasen PHAC angewendet auf die Entwicklung des Studiendesigns ... | 18 |
| Abbildung 4 Konzept der Studie | 19 |
| Abbildung 5 zeitlicher Ablauf der Studie. | 20 |
| Abbildung 6 Zuordnung Studiengänge zu Fächergruppen | 24 |
| Abbildung 7 Ausübung von Nebenbeschäftigungen | 25 |
| Abbildung 8 Bekanntheit Neuroenhancement unter den Befragten..... | 25 |
| Abbildung 9 Bekanntheit der Einnahme von leistungssteigernden Substanzen im Hochschulbereich/Freundeskreis. | 26 |
| Abbildung 10 Einnahme von leistungssteigernden und/oder stressregulierenden..... | 27 |
| Abbildung 11 Prävalenzen Neuroenhancer unter den Konsumierenden (KKSLH-Studie) | 28 |
| Abbildung 12 Prävalenzen Neuroenhancer (HISBUS-Studie, 2012) | 28 |
| Abbildung 13 Häufigkeiten der Einnahme von Neuroenhancern unter den Konsumierenden | 29 |
| Abbildung 14 Vergleich Einnahme Neuroenhancer Ingenieurwissenschaften und Erziehungswissenschaften (KKSLH-Studie)..... | 30 |
| Abbildung 15 Anteil der Hirndopenden in den Fächergruppen (HISBUS-Studie) | 30 |
| Abbildung 16 Einnahmesituationen (KKSLH-Studie)..... | 31 |
| Abbildung 17 Einnahmesituationen (HISBUS-Studie,2012) | 31 |
| Abbildung 18 Gründe für den Konsum von Neuroenhancern (KKSLH-Studie)..... | 32 |
| Abbildung 19 Gründe für den Konsum (HISBUS-Studie, 2012)..... | 32 |
| Abbildung 20 Empfinden von Leistungsdruck (HISBUS-Studie, 2012)..... | 33 |
| Abbildung 21 Empfinden von Leistungsdruck (KKSLH-Studie) | 33 |
| Abbildung 22 Bewertung des Leistungsdrucks im Studium im Vergleich Erziehungswissenschaften und Ingenieurwissenschaften | 34 |
| Abbildung 23 belastende Studiensituationen (KKLSH-Studie) | 35 |
| Abbildung 24 belastende Studiensituationen (HISBUS-Studie, 2012)..... | 35 |

| | |
|--|----|
| Abbildung 25 Angebote zum Stressmanagement/Umgang mit Stress | 36 |
|--|----|

8.2 Tabellenverzeichnis

| | |
|---|----|
| Tabelle 1 Auflistung Veränderungen in der Hochschulreform nach dem Bolognaprozess mit den Chancen und Herausforderungen. | 9 |
| Tabelle 2 Zusammenfassung von Studienergebnissen aus verschiedenen Quellen zur psychischen Gesundheit von Studierenden..... | 10 |
| Tabelle 3 Differenzierung Neuroenhancer..... | 14 |
| Tabelle 4 Liste von Substanzen zum pharmakologischen Neuroenhancement mit deren Wirkungsweise. | 15 |
| Tabelle 5 Ein- und Ausschlusskriterien, Schlagwörter, Datenbanken für die Suche in Datenbanken. | 17 |
| Tabelle 6 Zusammenfassung Schritte der Studie. | 21 |
| Tabelle 7 Zusammenfassung soziodemografische Daten. | 23 |

9 Eigenständigkeitserklärung

Ich erkläre hiermit, dass ich die vorliegende Arbeit selbstständig, ohne Mithilfe Dritter und unter Benutzung der angegebenen Quellen verfasst habe.

Ort und Datum

Unterschrift

Wortzahl

- des Abstracts: 200

- der Arbeit: 8787

Anhang I: Konzept der Studie

Konzept

Studie Konsumverhalten und Konsummotivation von Substanzen zur Leistungssteigerung an deutschen Hochschulen

Stand: 30.10.2018

**Gürtler Suzanne
Schmidt Angela**

1. Hintergrund und Inhalt der Studie

Ausgangslage

Der Leistungsdruck in der heutigen Gesellschaft hat sich im Laufe der letzten Jahre stark verändert. Strukturelle Veränderung, Globalisierung, Digitalisierung und auch der Wandel in der Arbeitswelt haben einen Teil dazu beigetragen. Auch die Situation an deutschen Hochschulen hat sich dadurch verändert – nicht zu vergessen die Einführung der Bologna Reform und die damit einhergehenden strukturellen Veränderungen. Ziel war es, eine Vereinheitlichung des gesamten Lehr- und Lerngebäudes europaweit umzusetzen, um ein „kohärentes und kompatibles Hochschulsystem zu schaffen, das [...] international und global wettbewerbsfähig sein soll“ (Walter, 2006, S. 13). Auf der einen Seite wurde Transparenz, ein Vergleichbar machen der Abschlüsse und die Verbesserung der Organisationsstrukturen als Chance gesehen. Auf der anderen Seite wird die Veränderung als Herausforderung für Studenten*innen gesehen. Ein höherer Druck durch die Anforderungen der Universitäten und weniger Handlungsspielraum für Studenten*innen sind die Folgen und könnten mit für die Zunahme an psychischen Belastungen bei Studenten*innen verantwortlich sein. Die Stressforschung bei Studierenden hat nach Einführung der Bologna Reform zugenommen und es konnte nachgewiesen werden, dass es einen signifikanten Unterschied zwischen Studenten des neuen und des alten Studiensystems gibt (Pflüger & Gerhardt, o. J.). Studien zeigen, dass die Anzahl an Studierenden mit Burn-Out oder Burn-out ähnlichen Symptomen in den letzten 20 Jahren zugenommen hat (Schwarz, 2009). Immer mehr Berichte verweisen zudem auch auf die Einnahme von Substanzen, um dem Leistungsdruck gerecht werden. Schlagzeilen wie „Hirndoping mit Ritalin“, „Hirndoping für den Studienerfolg? Wenn Koffein nicht mehr reicht“ und „Hirndoping: Gute Noten aus der Apotheke?“ finden immer mehr Präsenz in den Medien. Daher lässt sich auch ein Zusammenhang zwischen den Veränderungen des Studiensystems und der zunehmenden Einnahme von leistungsfördernden Substanzen vermuten.

Die Berliner JDH Studie aus dem Jahr 2014 untersuchte das Drogenkonsumverhalten von Berliner Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Die Ergebnisse zeigten, dass eines der herausragenden Motive für den Konsum in den höheren Altersgruppen die Verstärkung der Leistung war. Darunter fällt unter anderem die Konzentrationssteigerung. Auch das Motiv Entspannung wurde zunehmend in der höheren Altersgruppe genannt. Zudem gaben die Hälfte der in der Hauptgruppe befragten Jugendliche und jungen Erwachsene an, sich durch die Leistungsorientierung in der Gesellschaft belastet zu fühlen (Fachstelle für Suchtprävention Berlin, 2014). Eine empirische Untersuchung zum Studierendenstress

zeigt, dass Studenten*innen Stress mit Assoziationen wie Zeitdruck, Leistungsdruck, Angst vor Überforderung bzw. Erwartungsdruck in Verbindung bringen und 53 % gaben an ein zu hohes Stresslevel zu haben (Herbst et al., 2016). Neben den illegalen Substanzen, geht aus der Forschung hervor, dass auch vermeidlich harmlose Substanzen, wie Koffein, Nikotin und/oder Energydrinks konsumiert werden, um die Leistung zu steigern (Gründer, G., Bartsch, T., 2014).

Zusammengefasst wird die Einnahme aller psychoaktiven Substanzen zur Leistungssteigerung unter dem Begriff *Neuro-Enhancement*. *Hirndopping* hingegen umfasst nur die Einnahme von illegalen und verschreibungspflichtigen Substanzen (Franke, A.G., Lieb, K., 2010).

Der Trend findet deutlich Akzeptanz unter den Schülern*innen und Studenten*innen. Eine Untersuchung zeigte, dass rund 80 % der Befragten der Einnahme einer leistungssteigernden und frei verfügbaren Pille ohne Nebenwirkungen positiv gegenüberstehen (Lieb, 2010).

Studien zeigen zwar, dass die Zahl der nicht konsumierenden Studenten*innen deutlich höher ist, jedoch haben zwölf Prozent der Studenten*innen eigener Auskunft nach seit Beginn des Studiums eine oder mehrere Substanzen eingenommen, um die Studienanforderungen besser bewältigen zu können.

Am häufigsten eingenommen werden Medikamente von den Studenten*innen, die schon mal Hirndopende Substanzen konsumiert haben. Die Abbildung zeigt, dass mehr als ein Drittel (35%) Medikamente genommen zu haben. Dazu zählen unter anderem Schlafmittel, Schmerzmittel und Antidepressiva (Middendorff et al., 2012).

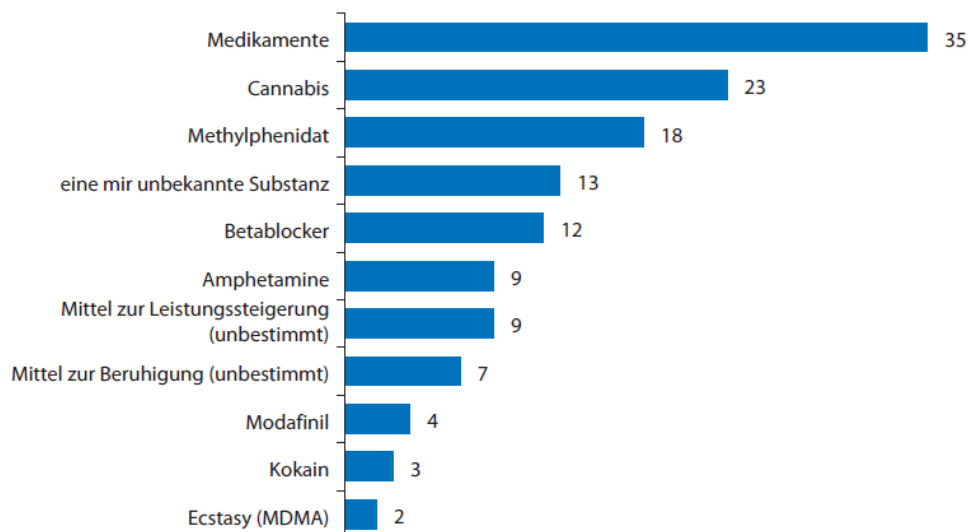


Abbildung 19: Art und Verbreitung der eingenommenen Substanzen. Ausgegangen wird von Student*innen, die schon einmal Hirndopende Substanzen genommen haben. Angaben der Prävalenzen in Prozent.

(Quelle: Middendorff et al., 2012)

Stress und Leistungsdruck

In der Literatur finden sich zu Stress viele Definitionen. Nach Semmer (2009) ist Stress die Reaktion auf ein bestimmtes Ereignis bzw. einen Reiz, durch welche der Organismus aus seinem Gleichgewicht gebracht oder zumindest stark beansprucht wird. Nach Lazarus spielt zum Reiz, der Stressor genannt wird, zudem noch die Bewertung eine Rolle (Lazarus, 1999). Das bedeutet für die Studiensituation, dass in Prüfungssituationen die Studierenden zwar in Stress geraten bzw. einem Stressor ausgesetzt sind, aber es zudem noch darauf ankommt, wie die Situation bewertet wird. Wird diese als bedrohlich bewertet, wird in einem zweiten Schritt geprüft, ob genügend Ressourcen zur Verfügung stehen. Ein wichtiger Faktor im Stressmodell nach Lazarus sind die Bewältigungsstrategien. Diese sogenannten Copingstrategien können Handlungen sein, die dem Stress entgegenwirken, das heißt in diesem Fall früheres Anfangen mit Lernen oder es können Strategien sein, die der Entspannung dienen. Zu Copingstrategien gehört auch die Einnahme von Medikamenten zur Stressreduktion oder zur Leistungssteigerung. Das Risiko ist in diesem Fall, dass das Problem nicht gelöst wird und neben der Gefahr des unkontrollierten Konsums verbunden mit Abhängigkeit, eine Frustration auftritt, wenn der Stressor nicht verändert wird und so eine Verstärkung des Stresses hervorgerufen wird. (Lazarus & Folkman, 1984).

Leistungsdruck ist im Duden als psychischen Druck durch Zwang zu hoher Leistung definiert (<https://www.duden.de/node/692229/revisions/1632963/view>). Wie auch Stress findet Leistungsdruck in der Arbeitswelt, in der Schule, im Sport und auch an Hochschulen seinen Platz. Im Fall der Studenten*innen kann Leistungsdruck der Druck sein einen guten Abschluss zu bekommen um einen Platz im Master zu bekommen. Wird dies dann als Stressor wahrgenommen und als bedrohlich bewertet, entsteht Stress, der im schlimmsten Fall mit der Einnahme von leistungsfördernden Substanzen als Bewältigungsstrategie einhergeht.

Genderspezifische Unterschiede

Gender wird für das durch Gesellschaft und Kultur geprägte soziale Geschlecht und mit einer biologischen Abgrenzung definiert. Zudem kommt eine Vielzahl von Zuschreibungen, Tätigkeiten und Verhaltensweisen hinzu, welche als männlich oder weiblich stigmatisiert werden. Gender bezeichnet die Unterschiede des Geschlechts als ein Zusammenspiel von körperlichen, biologischen und sozialen Faktoren („Was ist Gender?“, 2012).

Laut der HISBUS Studie, sind die Motive für Hirndoping von Frauen und Männern unterschiedlich. Frauen und Männer nehmen vermehrt Hirndoping gegen Nervosität und Lampenfieber. Frauen geben als zweithäufigster Grund (41%) an Hirndoping für Schmerzbekämpfung einzunehmen, Männer nur zu

23%. Männer geben zu 40% an Hirndoping auch für die geistige Leistungssteigerung zu nutzen, was Frauen nur zu 29% tun. Im Allgemeinen nehmen Männer häufiger und aus unterschiedlichen Gründen Hirndoping Substanzen als Frauen (Herbst et al., 2016). Mehrere Studien zeigen, dass Männer und Frauen unterschiedliche Bedürfnisse haben. Frauen nehmen aus andern Gründen Substanzen zu sich und auch in unterschiedlichen Mengen wie Männer. Deshalb sollten sie auf unterschiedliche Art und Weisen mit dem Thema Suchtprävention erreicht werden.

Ziele

Die Studie soll Erkenntnisse zum Thema Konsumverhalten und Konsummotivation von Substanzen zur Leistungssteigerung und/oder Stresskompensation an Berliner Hochschulen generieren.

Die Ergebnisse sollen die Prävalenzen der verschiedenen Substanzen aufzeigen und über die Konsummotive soll ein Hintergrundwissen für die Entwicklung suchtpreventiver Angebote geschaffen werden.

Forschungsfrage:

Wie hoch ist die Prävalenz von *Neuroenhancern* an Berliner Hochschulen? Welches Konsumverhalten und welche Konsummotivation zeichnet sich unter den Studenten*innen ab?

Folgende Fragestellungen sollen dabei genauer untersucht werden:

Konsumverhalten:

- Welche Substanzen konsumieren die Studierende zur Leistungssteigerung und in Stresssituationen?
- Wie regelmäßig konsumieren die Studierende Substanzen zur Leistungssteigerung oder Stressreduktion?
- Zeigen sich Unterschiede im Konsumverhalten beim Vergleich von Bachelorstudenten*innen mit Masterstudenten*innen?
- Gibt es Unterschiede beim Konsumverhalten in Bezug auf Hochschulform, Studiengang?

Konsummotivation:

- In welchen Situationen konsumieren die Studierende Substanzen zur Leistungssteigerung oder Stressreduktion?
- Was sind bei Studierenden Motive für den Konsum von Substanzen?
- Gibt es Unterschiede im Geschlecht bezüglich der Konsummotivation? Leistungssteigerung und Stressreduktion eher bei weiblichen bzw. männlichen Studierenden?
- Durch welche Entstehungsfaktoren wird der Stress bedingt? Handlungsspielraum bzw. Wahlmöglichkeiten im Studium/zeitliche Ressourcen/Selbstwirksamkeit/Handhabbarkeit/

Sonstige Bewältigungsstrategien:

- Welche weiteren Ressourcen würden die Studierenden nutzen, um leistungsfähiger zu sein oder zur Stressreduktion?

Zielgruppe

An der Befragung sollen eingeschriebene Studenten*innen an Fachhochschulen und Universitäten in Berlin teilnehmen.

Weitere Kriterien zur Zielgruppendefinierung:

- Immatrikuliert in den Fachsemestern zwei bis acht
- Alter zwischen 18-35 Jahren
- Männer/Frauen/Divers

2. Methodik

Forschungsdesign

- Querschnittsstudie: N = ca. 580
Quantitative Methode: standardisierter Fragebogen
- Fragebogen: schriftlich mit geschlossenen, halboffenen und offenen Fragen, Single Choice, Multiple Choice; zusätzlich wird der Fragebogen über Survey monkey online eingegeben und über soziale Medien für Studenten*innen verbreitet und zugänglich gemacht.
- Skalenniveau: Ordinalskalen, Nominalskalen, Metrische Skalen (Alter, Studiensemester)
- Items stammen zum größten Teil aus der HISBUS Studie (2012) sowie aus einer empirischen Untersuchung der AOK zum Thema Studierendenstress in Deutschland und wurden dem Studienziel angepasst.

3. Durchführung

Rekrutierung Studienteilnehmer*innen:

Die Studenten*innen erhalten einen Papierfragebogen und werden über öffentliche Orte der Hochschulen erreicht. Durch direkte Ansprache werden die Fragebögen verteilt und nach Ausfüllen gebeten diese in eine vorbereitete Box (Gewährleistung Anonymität) zu werfen. Orte der Rekrutierung werden Mensen, Cafeterien und Bibliotheken sein. Zudem werden vorhandene Kontakte zu immatrikulierten Studenten*innen involviert, um die Fragebögen zu verteilen und in Briefumschläge (Gewährleistung Anonymität) wieder an die Verantwortlichen der Studie zurückzugeben.

Des Weiteren wird ein Online Fragebogen erstellt, der dann in über soziale Medien (Facebook) geteilt wird.

Ressourcen:

- materiell: ausgedruckte Fragebogen, Kugelschreiber, Box für Sammlung der Fragebögen (anonym), Briefumschläge
- weitere: zeitliche Ressourcen (Anreise Hochschule, Kontaktaufnahme Schlüsselpersonen, Organisation Durchführung der Befragung, Berichterstattung), personelle Ressourcen, Online Fragebogen, Medium zur Verbreitung des Onlinefragebogens

Stichproben:

Das Ziel ist es an jeder angefragten Hochschule etwa 50 Studenten*innen zu erreichen und durch vorhandene Kontakte etwa 30 (die Zahlen gehen von insgesamt fünf Hochschulen aus; siehe Kontakte).

Kontakte für die Befragung:

- Technische Universität Berlin (TU)
- Humboldt Universität zu Berlin
- Freie Universität Berlin
- Beuth Hochschule für Technik Berlin
- Alice Salomon Hochschule

4. Ausblick

Die erhobenen Daten werden in einem Ergebnisbericht festgehalten. Sie dienen der weiteren suchpräventiven Arbeit der Fachstelle und können so für die Erarbeitung von für Studenten*innen verwendet werden. Sie können Hochschulen aufzeigen, ob es einen Bedarf an gezielten Angeboten zum Stressmanagement gibt und ob vorhandene Angebote genutzt werden. Zudem dienen die erhobenen Daten als Grundlage für die Erarbeitung der Bachelorarbeiten für den Studiengang Gesundheitsförderung und Prävention der ZHAW.

Zeitplan und Meilensteine

| Fragebogen | Jul 18 | Aug 18 | | Sep 18 | | Okt 18 | Nov 18 | | Dez 18 | | Jan 19 | Feb 19 | März 19 | Apr 19 | Mai 19 |
|------------------------------|--------|-------------------|--|---------------|--|------------------|--------------|--|------------------|--|----------|----------|----------|----------|----------|
| Vorbereitungsphase | | | | | | | | | | | | | | | |
| Konzept | | | | | | | | | | | | | | | |
| Fragebogen Entwurf | | | | | | | | | | | | | | | |
| Pretest | | | | | | | | | | | | | | | |
| Verbesserung | | | | | | | | | | | | | | | |
| Durchführungsphase | | | | | | | | | | | | | | | |
| Druck des Fragebogens | | | | | | | | | | | | | | | |
| Kommunikation/ Informieren | | | | | | | | | | | | | | | |
| Feld Umfrage | | | | | | | | | | | | | | | |
| Auswertungsphase | | | | | | | | | | | | | | | |
| Transkription/ Dokumentation | | | | | | | | | | | | | | | |
| Auswertung | | | | | | | | | | | | | | | |
| (Interpretation) | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| Personeneinbezug | SG, AF | SG, AngS, CS, AS1 | | SG, AngS, AS1 | | SG, AngS, JS, FM | SG, AngS, JS | | SG, AngS, JS, FM | | SG, AngS | SG, AngS | SG, AngS | SG, AngS | SG, AngS |

Meilenstein 1: 17.09.2018 Konzept ist fertig.

Meilenstein 2: 24.09.2018 Fragebogen ist fertig.

Meilenstein 3: 23.11.2018 Befragungen sind beendet.

Meilenstein 4: 21.12.2018 Dateneingaben und Auswertungen sind beendet.

Bis zum 21 Dez.

| Meilensteine | Zwischenschritte | Bis wann | Beteiligte Mitarb. |
|--------------------------------------|---|----------------|-----------------------|
| Konzept ist fertig | Überarbeitetes Konzepts mit Fragebogen | 17.08.2018 | SG, AngS, CS, JS, AS1 |
| | Prüfung des Konzepts | 30.08.2018 | |
| | Konzept überarbeitet | 07.09.2018 | |
| | Konzept fertig und genehmigt | 17.09.2018 | |
| Fragebogen ist fertig | Fragebogen wurde geprüft | 17.09.2018 | SG, AngS, JS, AS1 |
| | Pretest | 19.09.2018 | |
| | Fragebogen fertig | 02.10.2018 | |
| | Fragebogen wird in SPSS eingegeben | 04.10.2018 | |
| | Fragebogen wird in Survey monkey übertragen | 19.11-29.11 | |
| | Facebook Post mit Online Umfrage | Dezember | |
| | Fragebögen sind gedruckt | 09.11.2018 | |
| | Befragung ist durchgeführt | 20.11.2018 | |
| Dateneingabe in das SPSS ist beendet | Auswertung der Online Umfrage | Mitte Dezember | SG, AngS, JS, FM |
| | Transkription und Dokumentation in SPSS beendet | 14.12.2018 | |
| | Auswertung der Daten (Zahlen/ Interpretation) vorhanden | 21.12.2018 | |
| Endbericht | Interpretation und Verschriftlichung der Ergebnisse | 15.02.2019 | SG, AngS |

5. Quellen

- Alkoholabhängigkeit/Fachartikel – GenderMed-Wiki. (o. J.). Verfügbar unter:
<https://gendermedwiki.uni-muenster.de/mediawiki/index.php?title=Alkoholabh%C3%A4ngigkeit/Fachartikel> (Abgerufen am: 05.09.2018)
- Fachstelle für Suchtprävention Berlin gGmbH (Hrsg.)(2014): Berliner JHD-Studie. JUGEND-DROGEN-HINTERGRÜNDE. Ergebnisse einer Befragung junger Menschen in Berlin zu Einstellung und Haltungen zum Drogenkonsum. Berlin
- Franke, A.G., Lieb, K. (2010): Pharmakologisches Neuroenhancement und „Hirndoping“ – Chancen und Risiken. Bundesgesundheitsblatt. 2010/8, S. 853–860. doi:10.1007/s00103-010-1105-0
- Gründer, G., Bartsch, T. (2014): Neuroenhancement. Der Nervenarzt, 85 (12), 1536-1543
- Herbst, U. et al. (2016): Studierendenstress in Deutschland –eine empirische Untersuchung. Herausgeber: AOK-Bundesverband.
- Middendorff, E., Poskowky, J., Isserstedt, W. (2012). Formen der Stresskompensation und Leistungssteigerung bei Studierenden. HIS Hochschul-Informationen-System GmbH, Hannover.
- Lazarus, R. S. (1999). Stress and emotion: A new synthesis. New York: Springer.
- Lazarus, R. S. & Folkmann, S. (1984). Stress, Appraisal and Coping. New York: Springer.
- Lieb, K. (2010): Hirndoping. Warum wir nicht alles schlucken sollten. Mannheim: Artemis & Winkler.
- Pfleging, S., & Gerhardt, C. (o. J.): Ausgebrannte Studierende: Burnout-Gefährdung nach dem Bologna-Prozess. Journal of business and media psychology (<http://journal-bmp.de/2013/06/ausgebrannte-studierende-burnout-gefaehrung-nach-dem-bologna-prozess/>) (abgerufen am 03.09.18)
- Semmer, N. (1999). Stress. In R. Asanger & G. Wenninger (Hrsg.), Handwörterbuch der Psychologie (S. 744-752). Weinheim: Beltz.
- Schwarz, C. (2009): Total ausgebrannt: Burn-out erreicht Unis. Verfügbar unter: http://diepresse.com/home/bildung/unilive/511716/Total-ausgebrannt_Burnout-erreicht-Unis (abgerufen am 03.09.2018)
- Walter, T. (2006): Der Bologna-Prozess: Ein Wendepunkt europäischer Hochschulpolitik? Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften
- Was ist Gender? (2012). Verfügbar unter: <https://www.uni-bielefeld.de/gendertexte/gender.html> (abgerufen am 05.09.2018)

Anhang II: Fragebogen der Studie

Liebe Studierende,

Leistungsdruck ist ein aktuelles Thema unserer Gesellschaft. Strukturelle Veränderungen, Globalisierung, Digitalisierung sowie der Wandel in der Arbeitswelt haben einen Teil dazu beigetragen. Auch an Hochschulen sind die Veränderungen nicht vorbei gegangen und verlangen von Studenten*innen das Erbringen hoher Leistungen.

Im Rahmen unserer Bachelorarbeit in der Gesundheitsförderung und Prävention an der zentralen Hochschule für angewandte Wissenschaften (ZHAW) in Winterthur beschäftigen wir uns mit dem Zusammenhang von Leistungsdruck/Stresskompensation und dem Konsum von leistungsfördernden/gefühlregulierenden Substanzen bei Studenten*innen.

Die folgende Befragung beinhaltet allgemeine Fragen zur Studiensituation, Fragen zum Konsumverhalten sowie zur Konsummotivation von sogenannten *Neuroenhancern*. Zudem interessieren wir uns für den Bedarf von Unterstützungsangeboten zum Thema Stressmanagement und möchten mit den Daten die Bedeutung von gesundheitsfördernden Angeboten an Hochschulen herausarbeiten.

Neuroenhancer ist ein Sammelbegriff und umfasst die Einnahme von allen Mitteln, die der Leistungssteigerung sowie Stresskompensation dienen. Dazu zählen *Soft-Enhancer*, wie pflanzliche oder homöopathische Mittel, Energydrinks sowie Koffeintabletten. Zu *Hirndoping* gehören hingegen nicht freiverkäufliche sowie illegale Substanzen, wie bspw. Ritalin, Betablocker, Schlaf- und Beruhigungsmittel sowie Amphetamine und Cannabis.

Wir bitten dich die Fragen möglichst wahrheitsgemäß zu beantworten. Die Befragung läuft anonym, d.h. die Daten werden vertraulich behandelt und können nicht auf einzelne Personen zurückverfolgt werden.

Wir danken euch für die Unterstützung!

1. Stichwort „Gehirndoping“: Hast du jemals davon gehört, dass Substanzen zur geistigen Leistungssteigerung eingenommen werden?

- Ja
 Nein

2. Wie stark verspürst du in den nachfolgend genannten Bereichen Leistungsdruck?

| | überhaupt nicht | schwach | mittelmäßig | stark | sehr stark |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Studium | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Familiärer Bereich | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Freizeit/ Hobbies | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Falls vorhanden: Job neben dem Studium | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

3. Hat dein Leistungsdruck, deinem Empfinden nach, in den letzten Jahren zugenommen?

| überhaupt nicht | schwach | mittelmäßig | stark | sehr stark |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

4. Die Studiensituation wird von Studierenden unterschiedlich erlebt. Wie sehr belasten dich folgende Anforderungen im Studium?

| | überhaupt nicht | schwach | mittelmäßig | stark | sehr stark |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Die Leistungsanforderungen im Fachstudium | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Orientierungsprobleme im Studium (z.B. Strukturen, Prüfungsverordnungen) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Das Fehlen fester Lern- und Arbeitsgruppen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kontakt zu anderen Studierenden zu finden | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Die Konkurrenz unter Studierenden | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Prüfungen effizient vorzubereiten | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Der Umgang mit Lehrenden | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Schriftliche Arbeiten wie Referate, Hausarbeiten abzufassen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Sicherung der Studienfinanzierung | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Bewältigung des Stoffumfangs im Semester | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Mich für mein Fachgebiet zu begeistern und zu engagieren (Fachidentifikation) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

5. Wie beurteilst du die folgenden Merkmale bzw. Anforderungen in deinem Studium insgesamt?

| | zu niedrig | niedrig | angemessen | hoch | zu hoch |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Fachliches Anforderungsniveau | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Selbständigkeit in der Studiengestaltung | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Stoffumfang | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Zeitliche Bewältigung von Aufgaben | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

6. Kennst du jemanden, der schon einmal Substanzen zur geistigen Leistungssteigerung eingenommen hat?

- Nein
 Ja, im Hochschulbereich
 Ja, im Freundes-/Familienkreis

7. Hast du seit Beginn deines Studiums sogenannte *Soft-Enhancer* (frei verkäufliche Substanzen) konsumiert um deinen Studienalltag zu meistern? Wenn ja, wie oft hast du die Substanz(en) konsumiert?

| | täglich | mehrmals pro Woche | mehrmals im Monat | einmal im Monat oder seltener | noch nie |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|-------------------------------|--------------------------|
| Energy-Drinks | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Koffeintabletten | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Pflanzliche oder homöopathische Mittel | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Sonstiges, und zwar: _____ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

8. Hast du seit Beginn deines Studiums Medikamente und/oder andere Substanzen (nicht frei verkäuflich) zur eigenen geistigen Leistungssteigerung und/oder zur Beruhigung in Stresssituationen (nicht aus Genussgründen) eingenommen?

- Ja → weiter mit Frage Nummer 9
 Nein → weiter mit Frage Nummer 12

9. Welche Medikamente und/oder Substanz(en) zur eigenen geistigen Leistungssteigerung und/oder zur Beruhigung (nicht aus Genußgründen) hast du eingenommen? Wie oft hast du die Medikamente und/oder Substanz(en) konsumiert?

| | täglich | mehrmals pro Woche | mehrmals im Monat | einmal im Monat oder seltener | noch nie |
|-------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|-------------------------------|--------------------------|
| Ritalin (Methylphenidat, MPH) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Vigil/ Provigil (Modafinil) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Amphetamine | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Betablocker | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ecstasy (MDMA) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kokain | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Cannabis | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Schlaf- /Beruhigungsmittel* | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| sonstiges, und zwar: _____ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

10. Aus welchem Grund genau hast du die Substanz(en) eingenommen? (Mehrfachnennungen möglich)

- Schmerzbekämpfung
- Bekämpfung von Nervosität
- Mit dem Ziel der geistigen Leistungssteigerung
- Um „Abschalten“ zu können
- Leistungsdruck/ Konkurrenzdruck
- Neugier
- Weil es andere auch nehmen
- Um besser schlafen zu können
- Sonstiges, und zwar: _____

11. In welchen Situationen hast du die Substanz(en) eingenommen/ nimmst du die Substanz(en) ein? (Mehrfachnennungen möglich)

- Prüfungssituation
- Prüfungsvorbereitung
- Generell Stress
- Sonstiges, und zwar: _____

**Schlaf- und Beruhigungsmittel umfassen v.a. Benzodiazepine mit den Wirkstoffen Lorazepam (unter anderem in Tavor) oder Diazepam. Zu der Gruppe der Schlafmittel gehören v.a. die sog. Z-Drugs (Zolpidem und Zopiclon)
 Quelle: Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen E.V. (2018). DHS Jahrbuch Sucht. Lengerich: Pabst Science Publishers.*

12. Wir bitten dich um eine kurze Selbsteinschätzung: Inwieweit treffen die folgenden Aussagen auf dich zu?

| | trifft nicht zu | trifft eher nicht zu | trifft weder noch zu | trifft eher zu | trifft zu |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Ich bin eher zurückhaltend, reserviert. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich schenke anderen leicht Vertrauen, glaube an das Gute im Menschen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich erledige Aufgaben gründlich. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich bin entspannt, lasse mich durch Stress nicht aus der Ruhebringen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich habe eine aktive Vorstellungskraft, bin phantasievoll. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich gehe aus mir raus, bin gesellig. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich neige dazu, andere zu kritisieren. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich bin bequem, neige zur Faulheit. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich werde leicht nervös und unsicher. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich habe nur wenig künstlerisches Interesse. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

13. Wie zuversichtlich bist du hinsichtlich der folgenden Aspekte in deinem Leben?

| | gar nicht zuversichtlich | eher nicht zuversichtlich | weder noch | eher zuversichtlich | sehr zuversichtlich |
|-------------------------------------|--------------------------|---------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Studienerfolg | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Berufliche Zukunft | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Persönliches Wohlergehen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Materielles/ finanzielles Auskommen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

14. Welche Angebote zum Umgang mit Stress und zum Stressmanagement würdest du nutzen?

- Zentrale Studienberatung
- Psychologische/Psychosoziale/Psychotherapeutische Beratung für Studierende
- Beratungsstellen für Studierende mit Kind
- Aktionstage/Gesundheitstage
- Seminare und Workshops zum Umgang mit Stress, Prüfungsangst und Achtsamkeit
- Einzelberatung im Umgang mit Stress und Überforderung
- Spezielle Hochschulsport-Angebote wie Yoga, Entspannungstechniken, Meditation, etc.
- Orientierungsveranstaltungen zu Beginn des Studiums
- Sonstiges, und zwar: _____

15. Dein Geschlecht:

- Weiblich

- Männlich
- Divers

16. **Dein Alter:** _____ Jahre

17. **Welchen Studienabschluss erwirbst du derzeit?**

- Bachelor
- Staatsexamen
- Master
- Promotion
- Diplom

18. **Welchen Studiengang studierst du zurzeit?**

19. **An welcher Hochschule bist du eingeschrieben?**

20. **In welchem Fachsemester studierst du derzeit in deinem Studiengang?**

_____ Fachsemester

21. **Handelt es sich bei dem Studium um ein Teilzeit- oder Vollzeitstudium?**

- Teilzeitstudium
- Vollzeitstudium

22. **Übst du derzeit eine bezahlte (Neben-) Beschäftigung aus?**

- Ja
- Nein

23. **Hast du Fragen, Anregungen oder Verbesserungsvorschläge zu dem Fragebogen?**

Vielen Dank für deine Teilnahme !

Anhang III: Auswertung der Studie

Soziodemografischen Daten

Tabelle 8 Geschlecht Studienteilnehmer*innen.

| | | Häufigkeit | Prozent |
|----------------|--------------|------------|---------|
| Gültig | Weiblich | 223 | 61,3 |
| | Männlich | 137 | 37,6 |
| | Divers | 1 | ,3 |
| | Gesamt | 361 | 99,2 |
| Fehlend | keine Angabe | 3 | ,8 |
| Gesamt | | 364 | 100,0 |

Tabelle 9 Alter der Studienteilnehmer*innen.

| | Alter | Häufigkeit | Prozent |
|----------------|--------------|------------|---------|
| Gültig | 17 | 6 | 1,6 |
| | 18 | 22 | 6,0 |
| | 19 | 36 | 9,9 |
| | 20 | 33 | 9,1 |
| | 21 | 28 | 7,7 |
| | 22 | 51 | 14,0 |
| | 23 | 37 | 10,2 |
| | 24 | 38 | 10,4 |
| | 25 | 30 | 8,2 |
| | 26 | 13 | 3,6 |
| | 27 | 20 | 5,5 |
| | 28 | 15 | 4,1 |
| | 29 | 8 | 2,2 |
| | 30 | 10 | 2,7 |
| | 31 | 3 | ,8 |
| | 32 | 6 | 1,6 |
| | 33 | 2 | ,5 |
| | 34 | 1 | ,3 |
| | 35 | 1 | ,3 |
| | 36 | 1 | ,3 |
| 37 | 1 | ,3 | |
| | Gesamt | 362 | 99,5 |
| Fehlend | keine Angabe | 2 | ,5 |

Tabelle 10 Altersgruppen.

| | | Häufigkeit | Prozent |
|----------------|--------------|------------|---------|
| Gültig | >= 18 | 28 | 7,7 |
| | 19 bis 21 | 95 | 26,1 |
| | 22 bis 24 | 122 | 33,5 |
| | 25 bis 27 | 66 | 18,1 |
| | 28 bis 30 | 34 | 9,3 |
| | <=30 | 17 | 4,7 |
| | Gesamt | 362 | 99,5 |
| Fehlend | keine Angabe | 1 | ,3 |
| | System | 1 | ,3 |
| | Gesamt | 2 | ,5 |
| Gesamt | | 364 | 100,0 |

Tabelle 11 angestrebten Studienabschlüsse.

| | | Häufigkeit | Prozent |
|----------------|--------------|------------|---------|
| Gültig | Bachelor | 248 | 68,1 |
| | Master | 90 | 24,7 |
| | Staatsexamen | 23 | 6,3 |
| | Promotion | 2 | ,5 |
| | Gesamt | 363 | 99,7 |
| Fehlend | keine Angabe | 1 | ,3 |
| Gesamt | | 364 | 100,0 |

Tabelle 12 immatrikulierte Studiengänge der Studienteilnehmer*innen.

| Studiengang | Absolute Häufigkeiten | Relative Häufigkeiten |
|----------------------------|-----------------------|-----------------------|
| keine Angabe | 4 | 1,1 |
| Accounting and Controlling | 1 | ,3 |
| Agrarwissenschaften | 1 | ,3 |
| Agrarwissenschaften | 6 | 1,6 |
| Architektur | 3 | ,8 |
| BAGS | 29 | 8,0 |
| BASA | 1 | ,3 |
| Bildung an Grundschulen | 4 | 1,1 |
| Bildungswissenschaft | 1 | ,3 |

| | | |
|---|----|-----|
| Bildungswissenschaften | 1 | ,3 |
| Bioinformatik | 1 | ,3 |
| Biologie | 13 | 3,6 |
| Biologie und Physik auf Lehramt | 1 | ,3 |
| Biologie und Sport | 1 | ,3 |
| Biotechnologie | 3 | ,8 |
| Business Administration | 1 | ,3 |
| BWL | 11 | 3,0 |
| BWL und Jura | 1 | ,3 |
| BWL und Tourismus | 1 | ,3 |
| Chinastudien | 1 | ,3 |
| Cognitive Science | 1 | ,3 |
| Computer Engineering | 2 | ,5 |
| Computer Ingenieur | 1 | ,3 |
| Computer Science | 2 | ,5 |
| Construction Management | 2 | ,5 |
| Deutsch und Englisch auf Lehramt | 1 | ,3 |
| Deutsch und Erziehungswissenschaften | 1 | ,3 |
| Deutsche Literatur | 1 | ,3 |
| Economics | 2 | ,5 |
| Elektrotechnik | 3 | ,8 |
| Energie und Prozesstechnik | 1 | ,3 |
| Englisch Chemie LA | 1 | ,3 |
| Englisch Sport | 1 | ,3 |
| Englisch/Mathe | 1 | ,3 |
| European Studies | 1 | ,3 |
| Fahrzeugtechnik | 1 | ,3 |
| Film und Motion Design | 1 | ,3 |
| Französisch Englisch LA | 1 | ,3 |
| Fremdsprachenlinguistik | 1 | ,3 |
| Gartenbauwissenschaft/Philosophie | 1 | ,3 |
| Geographie | 5 | 1,4 |
| Germanistik, Anglistik | 1 | ,3 |
| Geschichte und Englisch auf Lehramt | 1 | ,3 |
| Geschichte/deutsche Literatur | 1 | ,3 |
| Grundschullehramt | 3 | ,8 |
| Historische Linguistik/ Philosophie | 1 | ,3 |

| | | |
|--|----|-----|
| Immobilienwirtschaft | 2 | ,5 |
| Industriemeister Metall | 1 | ,3 |
| Informatik | 4 | 1,1 |
| Ingenieurinformatik | 1 | ,3 |
| Ingenieurwissenschaften | 1 | ,3 |
| Innenarchitektur | 1 | ,3 |
| Interkulturelle Kommunikation | 1 | ,3 |
| International Business | 1 | ,3 |
| International Business Management | 2 | ,5 |
| International Busniess | 1 | ,3 |
| International Marketing Management | 1 | ,3 |
| Jura | 12 | 3,3 |
| Kindheitspädagoge | 1 | ,3 |
| Kommunikationswissenschaften | 1 | ,3 |
| Kultur und Sozialwissenschaften | 1 | ,3 |
| Kultur und Technik | 4 | 1,1 |
| Kulturarbeit | 1 | ,3 |
| Kulturmanagement | 1 | ,3 |
| Kulturwissenschaft | 1 | ,3 |
| Kulturwissenschaften und Philosophie | 1 | ,3 |
| LA | 1 | ,3 |
| Lebensmitteltechnologie | 1 | ,3 |
| Lehramt | 1 | ,3 |
| Lehramt FS | 1 | ,3 |
| Linguistik und Philosophie | 1 | ,3 |
| Literatur | 1 | ,3 |
| Literaturwissenschaft | 1 | ,3 |
| Literaturwissenschaft/Publizistik von Kommunikation | 1 | ,3 |
| Luft- und Raumfahrttechnik | 2 | ,5 |
| Luft- und Raumfahrttechnik | 1 | ,3 |
| Management und Controlling | 1 | ,3 |
| Management und Marketing | 1 | ,3 |
| Maschinenbau | 5 | 1,4 |
| Master of Business | 1 | ,3 |
| Mathe und Englisch auf Lehramt | 1 | ,3 |

| | | |
|---|----|-----|
| Mathe und Informatik | 1 | ,3 |
| Mathe und Sport auf Lehramt | 1 | ,3 |
| Mathematik und Englisch | 1 | ,3 |
| Medieninformatik | 1 | ,3 |
| Medienwissenschaften | 1 | ,3 |
| Medizin | 5 | 1,4 |
| Medizintechnik | 2 | ,5 |
| Mind and Brain | 2 | ,5 |
| Molekulare Lebenswissenschaften | 1 | ,3 |
| MPH | 1 | ,3 |
| MT | 1 | ,3 |
| Neuroscience | 1 | ,3 |
| Nordamerikastudien | 1 | ,3 |
| öffentliche Verwaltung | 1 | ,3 |
| Pflegemanagement/Pflegewissenschaften | 1 | ,3 |
| Philosophie | 1 | ,3 |
| Philosophie und Bio auf Lehramt | 1 | ,3 |
| Philosophie und VWL | 1 | ,3 |
| Philosophie/ Ethik und Geographie | 1 | ,3 |
| Physik | 5 | 1,4 |
| Physikalische Ingenieurwissenschaften | 1 | ,3 |
| Politikwissenschaften | 2 | ,5 |
| Politische Kommunikation | 1 | ,3 |
| Polizei und Sicherheitsmanagement | 1 | ,3 |
| Polymer Science | 1 | ,3 |
| Process Energy and Enviromental System Engineering | 1 | ,3 |
| Psychologie | 7 | 1,9 |
| Public Health | 12 | 3,3 |
| Publizistik- und Kommunikationswiss. | 1 | ,3 |
| Rechtswissenschaften | 7 | 1,9 |
| Regenerative Energien | 2 | ,6 |
| Rehabilitationspädagogik | 11 | 3,0 |
| Romanistik | 1 | ,3 |
| Scientific Computing | 1 | ,3 |
| Sensorik und kognitive Psychologie | 1 | ,3 |

| | | |
|---|----|-----|
| Skandinavistik/ Nordeuropa Studien | 1 | ,3 |
| Sonderpädagogik | 1 | ,3 |
| Sonderpädagogik LA | 1 | ,3 |
| Sonderpädagogik und Theologie | 1 | ,3 |
| Sonderpädagogik, Englisch auf Lehramt | 1 | ,3 |
| Sonderpädagogik. Englisch auf Lehramt | 1 | ,3 |
| Soziale Arbeit | 22 | 6,0 |
| Soziologie | 1 | ,3 |
| Sport | 13 | 3,6 |
| Sport auf Lehramt | 1 | ,3 |
| Sport und Französisch (Master of Education) | 1 | ,3 |
| Sport und Geo auf Lehramt | 1 | ,3 |
| Sport und Geowissenschaften | 1 | ,3 |
| Sport und Geowissenschaften auf Lehramt | 1 | ,3 |
| Sport und Geschichte | 1 | ,3 |
| Sport und Mathe | 1 | ,3 |
| Sportwissenschaft und Spanisch auf Lehramt | 1 | ,3 |
| Sportwissenschaften auf LA | 1 | ,3 |
| Sportwissenschaften und Geowissenschaften auf Lehr | 1 | ,3 |
| Sprache und Kommunikation | 1 | ,3 |
| Sprachwissenschaft | 1 | ,3 |
| Sprache und Kommunikation | 1 | ,3 |
| Statistik | 1 | ,3 |
| Technischer Umweltschutz | 1 | ,3 |
| Technische Informatik | 4 | 1,1 |
| Technische Umwelt | 1 | ,3 |
| Technische Umweltschutz | 1 | ,3 |
| Technischer Umweltschutz | 4 | 1,1 |
| Transportwesen Logistik | 1 | ,3 |
| Umweltingenieurwissenschaften | 1 | ,3 |
| Umweltverfahrenstechnik | 1 | ,3 |
| Veterinärmedizin | 1 | ,3 |

| | | |
|---|-----|-------|
| VWL | 6 | 1,6 |
| Wirtschaft und Recht | 1 | ,3 |
| Wirtschaftsinformatik | 6 | 1,6 |
| Wirtschaftsingenieur | 3 | ,8 |
| Wirtschaftsingenieur (Umwelt und Energien) | 1 | ,3 |
| Wirtschaftsingenieurwesen | 5 | 1,4 |
| Wirtschaftsingenieurwesen/Maschinenbau | 1 | ,3 |
| Wirtschaftsingenieurwesen | 1 | ,3 |
| Wirtschaftsingenieurwesen | 1 | ,3 |
| Wirtschaftskommunikation | 1 | ,3 |
| Wirtschaftsinformatik | 1 | ,3 |
| Wirtschaftspsychologie | 1 | ,3 |
| Wirtschaftsrecht | 1 | ,3 |
| Wirtschaftswissenschaften | 1 | ,3 |
| Wissenschaft und Technikgeschichte | 1 | ,3 |
| Gesamt | 364 | 100,0 |

Tabelle 13 Studiengänge nach Fächergruppen kategorisiert.

| | Häufigkeit | Prozent |
|---|------------|---------|
| Sprach- und Kulturwissenschaften | 19 | 5,2 |
| Rechtswissenschaften | 21 | 5,8 |
| Sozialwissenschaften und Sozialwesen | 40 | 11,0 |
| Wirtschaftswissenschaften | 41 | 11,3 |
| Erziehungswissenschaften | 78 | 21,4 |
| Mathematik und Naturwissenschaften | 40 | 11,0 |
| Humanmedizin und Gesundheitswissenschaften | 5 | 1,4 |
| Agrar-Forst-und Ernährungswissenschaften, Veterinärmedizin | 8 | 2,2 |
| Sportwissenschaften | 14 | 3,8 |
| Ingenieurwissenschaften | 70 | 19,2 |
| Keiner Fächergruppe zuzuordnen | 16 | 4,4 |
| Geisteswissenschaften | 7 | 1,9 |
| Gesamt | 359 | 98,6 |
| keine Angabe | 5 | 1,4 |
| Gesamt | 364 | 100,0 |

Tabelle 14 An welcher Hochschule bist du eingeschrieben?

| Hochschule | Häufigkeit | Prozent |
|--|------------|---------|
| keine Angabe | 12 | 3,3 |
| ASH | 2 | ,5 |
| ASH Berlin | 7 | 1,9 |
| Bayreuth Universität | 1 | ,3 |
| bbw Hochschule | 1 | ,3 |
| BBW Hochschule Berlin | 1 | ,3 |
| Berlin International University | 1 | ,3 |
| Beuth | 5 | 1,4 |
| Beuth HS | 1 | ,3 |
| Beuth HS Berlin | 1 | ,3 |

| | | |
|---|-----|------|
| Beuth-Hochschule | 1 | ,3 |
| BHt und HWR | 1 | ,3 |
| BTK Berlin | 1 | ,3 |
| BTU | 2 | ,5 |
| BTU Cottbus | 2 | ,5 |
| Charité | 2 | ,5 |
| Charité/FU | 1 | ,3 |
| EBC | 1 | ,3 |
| ehb | 1 | ,3 |
| EHB | 7 | 1,9 |
| Ernst-Abbe-Hochschule Jena | 1 | ,3 |
| Ernst-Abbe-Hochschule Jena | 2 | ,5 |
| ESB Reutlingen | 1 | ,3 |
| Evangelische Hochschule Berlin | 1 | ,3 |
| Fachhochschule Potsdam | 1 | ,3 |
| FHCHP | 2 | ,5 |
| Filmuniversität Babelsberg | 1 | ,3 |
| Freie Universität | 1 | ,3 |
| FU | 20 | 5,5 |
| FU Berlin | 2 | ,5 |
| Hochschule für Wirtschaft und Recht | 2 | ,5 |
| Hochschule Hamm-Lippstadt | 1 | ,3 |
| Hochschule für Wirtschaft und Recht | 1 | ,3 |
| HS Bremerhaven | 1 | ,3 |
| HS Neubrandenburg | 1 | ,3 |
| HS Osnabrück | 1 | ,3 |
| HTW | 12 | 3,3 |
| HTW Berlin | 3 | ,8 |
| HU | 150 | 41,2 |
| HU | 1 | ,3 |
| HU | 1 | ,3 |
| HU | 1 | ,3 |
| Charité/HU | 1 | ,3 |
| HU Berlin | 2 | ,5 |
| HWR | 7 | 1,9 |
| HWR Berlin | 3 | ,8 |
| International Psychoanalytic University Berlin | 1 | ,3 |
| IPU-Berlin | 1 | ,3 |

| | | |
|-------------------------------|-----|-------|
| KSHB | 1 | ,3 |
| MD-Ovgu | 1 | ,3 |
| Medical School Berlin | 1 | ,3 |
| RWTH Aachen | 2 | ,5 |
| TU | 51 | 14,0 |
| TU Berlin | 3 | ,8 |
| TU Brandenburg | 1 | ,3 |
| TU Chemnitz | 16 | 4,4 |
| TU-Wildau | 1 | ,3 |
| Uni Greifswald | 2 | ,5 |
| Uni Potsdam | 8 | 2,2 |
| Universität Potsdam | 1 | ,3 |
| Universität Greifswald | 1 | ,3 |
| Universität Oldenburg | 1 | ,3 |
| Universität Potsdam | 2 | ,5 |
| Keine Angaben | 1 | ,3 |
| Gesamt | 364 | 100,0 |

Tabella 15 Kategorisierung der Hochschulen.

| | | Häufigkeit | Prozent |
|----------------|-------------------------------------|------------|---------|
| Gültig | Technische Universität Berlin | 55 | 15,1 |
| | Humboldt Universität Berlin | 154 | 42,3 |
| | Freie Universität Berlin | 23 | 6,3 |
| | Fachhochschulen Berlin | 50 | 13,7 |
| | Sonstige Hochschulen Deutschland | 34 | 9,3 |
| | Sonstige Universitäten Berlin | 33 | 9,1 |
| | Gesamt | 349 | 95,9 |
| Fehlend | keine Angabe/nicht zuzuordnen | 15 | 4,1 |
| Gesamt | | 364 | 100,0 |

Tabella 16 Fachsemester.

| | Fachsemester | Häufigkeit | Prozent |
|----------------|--------------|------------|---------|
| Gültig | 1 | 123 | 33,8 |
| | 2 | 8 | 2,2 |
| | 3 | 73 | 20,1 |
| | 4 | 23 | 6,3 |
| | 5 | 40 | 11,0 |
| | 6 | 15 | 4,1 |
| | 7 | 42 | 11,5 |
| | 8 | 13 | 3,6 |
| | 9 | 8 | 2,2 |
| | 10 | 3 | ,8 |
| | 11 | 1 | ,3 |
| | 12 | 4 | 1,1 |
| | 13 | 1 | ,3 |
| | 16 | 1 | ,3 |
| | | Gesamt | 355 |
| Fehlend | keine Angabe | 9 | 2,5 |
| Gesamt | | 364 | 100,0 |

Tabelle 17 Einteilung der Fachsemester in Semestergruppen.

| | | Häufigkeit | Prozent |
|----------------|-------------------------|------------|---------|
| Gültig | 1. Semester | 123 | 33,8 |
| | 2. bis 4. Semester | 104 | 28,6 |
| | 5. bis 8. Semester | 110 | 30,2 |
| | 9. bis 12. Semester | 16 | 4,4 |
| | 13. und höhere Semester | 3 | ,8 |
| | Gesamt | 356 | 97,8 |
| Fehlend | keine Angabe | 8 | 2,2 |
| Gesamt | | 364 | 100,0 |

Tabelle 18 Item: Übst du derzeit eine bezahlte (Neben-) Beschäftigung aus?

| | | Häufigkeit | Prozent |
|----------------|--------------|------------|---------|
| Gültig | Ja | 242 | 66,5 |
| | Nein | 121 | 33,2 |
| | Gesamt | 363 | 99,7 |
| Fehlend | keine Angabe | 1 | ,3 |
| Gesamt | | 364 | 100,0 |

Tabelle 19 Handelt es sich bei dem Studium um eine Teilzeit- oder Vollzeitbeschäftigung?

| | | Häufigkeit | Prozent |
|----------------|-----------------|------------|---------|
| Gültig | Teilzeitstudium | 9 | 2,5 |
| | Vollzeitstudium | 352 | 96,7 |
| | Gesamt | 361 | 99,2 |
| Fehlend | keine Angabe | 3 | ,8 |
| Gesamt | | 364 | 100,0 |

Neuroenhancement

Tabelle 20 Bekanntheit Gehirndoping.

Stichwort „Gehirndoping“: Hast du jemals davon gehört, dass Substanzen zur geistigen Leistungssteigerung eingenommen werden?

| | | Häufigkeit | Prozent |
|----------------|--------------|------------|---------|
| Gültig | Ja | 335 | 92,0 |
| | Nein | 28 | 7,7 |
| | Gesamt | 363 | 99,7 |
| Fehlend | Keine Angabe | 1 | ,3 |
| Gesamt | | 364 | 100,0 |

Tabelle 21 Bekanntheit Umfeld.

Kennst du jemanden, der schon einmal Substanzen zur geistigen Leistungssteigerung eingenommen hat?

| | | Häufigkeit | Prozent |
|----------------|---|------------|---------|
| Gültig | Ja, im Hochschulbereich | 58 | 15,9 |
| | Ja, im Freundes/Familienkreis | 76 | 20,9 |
| | Nein | 173 | 47,5 |
| | Ja, im Hochschulbereich und Freundes-/Familienkreis | 56 | 15,4 |
| | Gesamt | 363 | 99,7 |
| Fehlend | keine Angabe | 1 | ,3 |
| Gesamt | | 364 | 100,0 |

Tabelle 22 Eigenes Konsumverhalten.

Hast du seit Beginn deines Studiums Medikamente und/oder andere Substanzen (nicht frei verkäuflich) zur eigenen geistigen Leistungssteigerung und/oder zur Beruhigung in Stresssituationen (nicht aus Genussgründen) eingenommen?

| | | Häufigkeit | Prozent |
|----------------|---------------|------------|---------|
| Gültig | Ja | 60 | 16,5 |
| | Nein | 301 | 82,7 |
| | keine Angaben | 3 | ,8 |
| Fehlend | System | 3 | ,8 |
| Gesamt | | 364 | 100,0 |

Konsumverhalten

Tabelle 23 Prävalenzen Neuroenhancer.

| Prävalenzen der Substanzen unter den Konsumierenden (n=60) | | N=364 | |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| | relative Häufigkeiten | absolute Häufigkeiten | relative Häufigkeiten |
| Ritalin | 28% | 17 | 4,70% |
| Schlaf-und Beruhigungsmittel | 35% | 21 | 9,60% |
| Kokain | 20% | 12 | 3,30% |
| Amphetamine | 15% | 9 | 2,50% |
| Betablocker | 3% | 2 | 0,50% |
| Ecstasy | 10% | 6 | 1,60% |
| Modafinil | 5% | 3 | 0,80% |
| Cannabis | 57% | 34 | 9,30% |

Tabelle 24 Häufigkeit Konsum Methylphenidat (Ritalin).

| | | Häufigkeit | Prozent |
|--------|-------------------------------|------------|---------|
| Gültig | täglich | 1 | ,3 |
| | mehrmals pro Woche | 3 | ,8 |
| | mehrmals im Monat | 1 | ,3 |
| | einmal im Monat oder seltener | 12 | 3,3 |
| | noch nie | 43 | 11,8 |
| | Gesamt | 60 | 16,5 |

Tabelle 25 Häufigkeiten Konsum Schlaf- und Beruhigungsmittel.

| | | Häufigkeit | Prozent |
|--------|----------------------------------|------------|---------|
| Gültig | täglich | 3 | ,8 |
| | mehrmals pro Woche | 1 | ,3 |
| | mehrmals im Monat | 4 | 1,1 |
| | einmal im Monat oder seltener | 13 | 3,6 |
| | noch nie | 39 | 10,7 |
| | Gesamt | 60 | 16,5 |

Tabelle 26 Häufigkeiten Konsum Cannabis.

| | | Häufigkeit | Prozent |
|--------|----------------------------------|------------|---------|
| Gültig | täglich | 4 | 1,1 |
| | mehrmals pro Woche | 9 | 2,5 |
| | mehrmals im Monat | 12 | 3,3 |
| | einmal im Monat oder seltener | 9 | 2,5 |
| | noch nie | 26 | 7,1 |
| | Gesamt | 60 | 16,5 |

Tabelle 27 Häufigkeiten Konsum Kokain.

| | | Häufigkeit | Prozent |
|--------|-------------------------------|------------|---------|
| Gültig | mehrmals pro Woche | 1 | ,3 |
| | mehrmals im Monat | 1 | ,3 |
| | einmal im Monat oder seltener | 10 | 2,7 |
| | noch nie | 47 | 12,9 |
| | Gesamt | 59 | 16,2 |

Tabelle 28 Häufigkeiten Konsum Ecstasy (MDMA).

| | | Häufigkeit | Prozent |
|--------|-------------------------------|------------|---------|
| Gültig | mehrmals im Monat | 2 | ,5 |
| | einmal im Monat oder seltener | 4 | 1,1 |
| | noch nie | 52 | 14,3 |
| | Gesamt | 58 | 15,9 |

Tabelle 29 Häufigkeiten Konsum Vigil/Provigil.

| | | Häufigkeit | Prozent |
|--------|-------------------------------|------------|---------|
| Gültig | einmal im Monat oder seltener | 3 | ,8 |
| | noch nie | 53 | 14,6 |
| | Gesamt | 56 | 15,4 |

Tabelle 30 Häufigkeiten Konsum Amphetamine.

| | | Häufigkeit | Prozent |
|--------|-------------------------------|------------|---------|
| Gültig | mehrmals im Monat | 2 | ,5 |
| | einmal im Monat oder seltener | 7 | 1,9 |
| | noch nie | 50 | 13,7 |
| | Gesamt | 59 | 16,2 |

Tabelle 31 Häufigkeiten Konsum Betablocker.

| | | Häufigkeit | Prozent |
|--------|-------------------------------|------------|---------|
| Gültig | mehrmals im Monat | 1 | ,3 |
| | einmal im Monat oder seltener | 1 | ,3 |
| | noch nie | 58 | 15,7 |
| | Gesamt | 60 | 16,2 |
| | | | |

Konsummotivation

Tabelle 32 Einnahmesituationen.

In welchen Situationen hast du die Substanz(en) eingenommen/nimmst du die Substanzen ein? (Mehrfachnennungen möglich)

| n=60 | | |
|------------------------|-----------------------|-----------------------|
| Situationen | relative Häufigkeiten | absolute Häufigkeiten |
| genereller Stress | 65% | 39 |
| Prüfungsvorbereitungen | 45% | 27 |
| Prüfungssituation | 17% | 10 |

Tabelle 33 Gründe für den Konsum von Neuroenhancern.

Aus welchem Grund hast die Substanz(en) eingenommen? (Mehrfachnennungen möglich)

| n=60 | | | |
|--------------------------------|-----------------------|-----------------------|----|
| Konsummotivation | relative Häufigkeiten | absolute Häufigkeiten | |
| um "Abschalten zu können" | 67% | 4 | 17 |
| um besser schlafen zu können | 43% | 2 | 26 |
| Bekämpfung Nervosität | 40% | 7 | 2 |
| geistige Leistungssteigerung | 28% | 5 | 11 |
| Leistungsdruck/Konkurrenzdruck | 18% | 6 | 9 |
| Schmerzbekämpfung | 15% | 1 | 40 |
| weil es andere auch nehmen | 3% | 3 | 24 |

Studiensituation

Tabelle 34 Belastung der Studiensituationen (in %).

Die Studiensituation wird von Studierenden unterschiedlich erlebt. Wie sehr belasten dich folgende Anforderungen im Studium?

| Studiensituationen | überhaupt nicht | schwach | mittelmäßig | stark | sehr stark |
|--|-----------------|---------|-------------|-------|------------|
| Leistungsanforderungen | 1,1% | 11,4% | 48,5% | 32,3% | 6,7% |
| Orientierungsprobleme | 8,1% | 29,7% | 31,4% | 24,4% | 6,4% |
| Fehlen fester Lern- und Arbeitsgruppen | 22,7% | 32,7% | 25,5% | 16,6% | 2,5% |
| Kontakt zu anderen Studierenden zu finden | 35,7% | 26,9% | 21,6% | 11,4% | 4,4% |
| Konkurrenz im Studium | 38,5% | 29,9% | 19,4% | 8,0% | 4,2% |
| Prüfungen effizient vorzubereiten | 2,8% | 13,7% | 28,5% | 43,3% | 11,7% |
| Umgang mit Lehrenden | 21,8% | 39,1% | 29,3% | 7,8% | 2,0% |
| schriftliche Arbeiten abzufassen | 4,5% | 15,4% | 34,5% | 31,4% | 14,3% |
| Sicherung der Studienfinanzierung | 18,4% | 24,3% | 22,6% | 20,9% | 13,7% |
| Bewältigung des Stoffumfangs | 4,4% | 19,2% | 36,7% | 28,6% | 11,1% |
| Fachgebiet zu begeistern und zu engagieren | 24,7% | 25,8% | 27,1% | 16,1% | 6,4% |

Tabelle 35 Subjektives Empfinden von Leistungsdruck im Studium?

Wie stark verspürst du im Studium Leistungsdruck?

| Subjektive Einschätzung | Absolute Häufigkeiten | Prozent |
|-------------------------|-----------------------|---------|
| überhaupt nicht | 10 | 2,7 |
| schwach | 29 | 8 |
| mittelmäßig | 122 | 33,5 |
| stark | 160 | 44 |
| sehr stark | 43 | 11,8 |
| Gesamt | 364 | 100 |

Tabelle 36 Anteil der Konsumierenden innerhalb der Fächergruppen Erziehungswissenschaften und Ingenieurwissenschaften in Prozent.

| | Erziehungswissenschaften | Ingenieurwissenschaften |
|-----------------|--------------------------|-------------------------|
| überhaupt nicht | 5,00% | 0% |
| schwach | 15% | 6% |
| mittelmäßig | 45% | 33% |
| stark | 32% | 50% |
| sehr stark | 3% | 11% |