Elke Middendorff / Jonas Poskowsky / Wolfgang Isserstedt

Formen der Stresskompensation und Leistungssteigerung bei Studierenden

HISBUS-Befragung zur Verbreitung und zu Mustern von Hirndoping und Medikamentenmissbrauch
Das diesem Bericht zugrundeliegende Vorhaben wurde vom Bundesministerium für Gesundheit mit Mitteln des Bundes aus Kapitel 1502 Titel 684 69 gefördert.

Die HIS Hochschul-Informations-System GmbH trägt die Verantwortung für den Inhalt.
Formen der Stresskompensation und Leistungssteigerung bei Studierenden

Inhaltsverzeichnis

Zusammenfassung ..............................................................................................................................................1

1 Einleitung ......................................................................................................................................................7
  1.1 Erhebung und Auswertungsmethode..................................................................................................................7
    1.1.1 Operationalisierung ........................................................................................................................................7
    1.1.2 Online-Befragung des HISBUS-Panels .......................................................................................................8
    1.1.3 Feldphase und Rücklauf ...................................................................................................................................9
  1.2 Darstellung der Ergebnisse ..........................................................................................................................9

2 Einnahme von leistungssteigernden Mitteln ..............................................................................................11
  2.1 Bekanntheit und Verbreitung des Gehirndopings ..........................................................................................11
  2.2 Bereitschaft zur Einnahme leistungssteigernder Mittel ..................................................................................12
  2.3 Umfang und Profil der Kerngruppe der Hirndopenden ..............................................................................13
    2.3.1 Definition Kerngruppe ......................................................................................................................................13
    2.3.2 Sozio-demographische Merkmale ...............................................................................................................17
    2.3.3 Persönlichkeitsmerkmale und Enhancement .............................................................................................21
    2.3.4 Studienmerkmale und Hirndoping ..............................................................................................................25
  2.4 Hirndoping: Motive, Quellen und Effekte ..................................................................................................30
    2.4.1 Motive ..........................................................................................................................................................30
    2.4.2 Anwendungssituationen ...............................................................................................................................33
    2.4.3 Informationsquellen .......................................................................................................................................36
    2.4.4 Bezugsquellen .................................................................................................................................................38
    2.4.5 Erzielte Effekte ...............................................................................................................................................39

3 Leistungsdruck und Stresswahrnehmung ....................................................................................................41
  3.1 Leistungsdruck: Bereiche, Ausmaß und Entwicklung ..................................................................................41
  3.2 Leistungsanforderungen des Studiums .......................................................................................................46
    3.2.1 Schwierigkeiten und Anforderungen im Studium ......................................................................................46
    3.2.2 Zeitaufwand für das Studium und Leistungsdruck ..................................................................................52

4 Umgang mit Leistungsdruck und Gesundheitsverhalten ............................................................................57
  4.1 Umgang mit Leistungsdruck ........................................................................................................................57
    4.1.1 Formen des Ausgleichs bei Leistungsdruck ..............................................................................................57
    4.1.2 Dimensionen des Stressausgleichs ............................................................................................................59
    4.1.3 Unterstützung bei der Anforderungsbewältigung ....................................................................................60
4.2 Gesundheitsverhalten und Hirndoping

4.2.1 Sportliche Aktivität

4.2.2 Konsum von Kaffee und koffeinhaltigen Getränken

4.2.3 Konsum von Alkohol

4.2.4 Konsum von Nikotin

4.2.5 Polyvalenz und Leistungsdruck

5 Blick in die eigene Zukunft

Literaturverzeichnis

Anhang Fragebogen

Anhang Ablaufschema

Grundauszählung
Zusammenfassung


Als Hirndoping wird im Folgenden die Einnahme von verschreibungspflichtigen Medikamenten, Schmerzmitteln, Beruhigungsmitteln, Psychostimulanzen oder Aufputschmitteln definiert.

Einnahme von leistungssteigernden Mitteln

Die meisten Studierenden (84 %) haben schon einmal davon gehört, dass Substanzen mit dem Ziel der geistigen Leistungssteigerung eingenommen werden. Einen persönlichen Bezug dazu haben jedoch nur wenige: 70 % der Studierenden kennen selbst niemanden, die/der entsprechende Mittel nimmt bzw. eingenommen hat. Studierende, die Personen kennen, die ihr Gehirn dopen, ordnen diese deutlich häufiger dem Hochschulbereich zu als zum Freunds- oder Familienkreis (23 % vs. 13 %).

Die große Mehrheit der Studierenden (88 %) hat keine eigenen Erfahrungen mit dem Hirndoping. Für die meisten (71 %) kommt dergleichen nicht infrage; 17 % jedoch können sich durchaus vorstellen, leistungssteigernde Mittel anzuwenden. Zwölf Prozent der Studierenden hat nach eigener Auskunft seit Beginn des Studiums eine oder mehrere Substanzen eingenommen, um die Studienanforderungen besser bewältigen zu können.

In Abhängigkeit von den konsumierten Substanzen wird die Gruppe der Hirndopen- den im engeren Sinne identifiziert. Etwa 5 % aller Studierenden betreiben pharmakologisches Hirndoping, das heißt sie nehmen verschreibungspflichtige Medikamente, Schmerzmittel, Beruhigungsmittel, Psychostimulanzen oder Aufputschmittel ein. Von den Hirndopen- den nehmen mehr als ein Drittel (35 %) Medikamente verschiedenster Art ein (Schmerzmittel, Schlafmittel, Antidepressiva, Antidementiva). Cannabis wird von fast jedem vierten Hirndopen- den (23 %) zur Bewältigung studienbezogener Leistungsanforderungen konsumiert, methylphenidathaltige Substanzen von 18 % der Hirndopen- den.

Weitere 5 % der Studierenden gehören zu den Soft-Enhancenden. Diese Gruppe versucht, ihre Leistungen zu optimieren, indem sie Vitaminpräparate, homöopathische und pflanzliche Substanzen, Koffein o. ä. einnehmen. 1,4 % der Befragten konsumierten nach eigenen Angaben die von ihnen verwendeten leistungssteigernden Mittel „häufig“ (Hirndoping und Soft-Enhancing).

Sozio-demographische Merkmale: Unter den Frauen ist der Anteil Soft-Enhancender doppelt so groß wie bei den Männern (6,9 % vs. 3,4 %). Frauen nehmen zu einem größeren Anteil als Männer Beruhigungsmittel ein, während Methylphenidat bei Männern stärker verbreitet ist. Hirndopen- de sind im Durchschnitt ca. anderthalb Jahre älter als Studierende, die keinen Gebrauch von leistungssteigernden Mitteln machen bzw. nur „weiche“ Mittel nehmen (26,5
Jahre vs. 25, 1 bzw. 25.2 Jahre). Vor allem die 28 bis 29-Jährigen neigen überproportional häufig zum Hirndoping (12 %). Von den Studierenden im Alter bis zu 23 Jahren gehören etwa 3 % zu den Hirndopenden. Studierende, die zwischen 24 und 27 Jahre alt sind, weisen einen Anteil an Hirndopenden auf, der 5-6 % beträgt.

- Persönlichkeitsmerkmale: Männliche Hirndopende weisen geringere Gewissenhaftigkeit auf als Nicht-Anwender: 13 % der männlichen Hirndopenden haben (sehr) geringe Gewissenhaftigkeitswerte. Dies trifft auf 9 % der Nicht-Anwender zu. Hirndopende (beiderlei Geschlechts) haben fast doppelt so häufig wie Nicht-Anwender(innen) (sehr) hohe Neurotizismuswerte (38 % vs. 20 %).


- Anwendungssituationen: Am häufigsten werden leistungssteigernde Mittel zur Prüfungsvorbereitung eingesetzt (Hirndopende 55 %, Soft-Enhancende 58 %). Genereller Stress ist die als zweithäufigsten genannte Anwendungssituation (Hirndopende 53 %, Soft-Enhancende 35 %). Etwas seltener wird Hirndoping im Zusammenhang mit Prüfungs situationen angeendet (45 %). Für Soft-Enhancement hingegen sind sie eine klassische Anwendungssituation (60 %).


Ähnlich bedeutsam wie Rezepte sind Apotheken. Hierüber beziehen 42 % die leistungssteigernden Substanzen. Für Soft-Enhancende ist die Apotheke sogar die wichtigste Bezugsquelle (59 %). Etwa ein Drittel (32 %) kauft entsprechende Mittel in Drogeriemarkten.

Leistungsdruck und Stresswahrnehmung


- Es besteht ein Zusammenhang zwischen dem im Studium verspürtem Leistungsdruck und der Einnahme von leistungssteigernden Mitteln. Der Anteil der Hirndopenden steigt von 3 % unter denen, die keinen bis geringen Leistungsdruck empfinden, über 4 % bei jenen mit starkem Leistungsdruck bis auf 9 % bei Studierenden, die sehr starken Leistungsdruck beschrei-
Zusammenfassung

3 Formen der Stresskompensation und Leistungssteigerung bei Studierenden

Ben. Kommt zum Stress im Studium Leistungsdruck im Job neben dem Studium oder im familiären Bereich hinzu, dann steigt der Anteil der Hirndopenden in diesen Gruppen auf 12 %.


- Innerhalb der Gruppe mit starkem Leistungsdruck im Studium unterscheiden sich Hirndopende von Studierenden, die keine leistungssteigernden Mittel einnehmen, vor allem dadurch, dass sie weit häufiger Schwierigkeiten mit der effizienten Vorbereitung von Prüfungen haben (61 % vs. 38 %). Hirndopende nennen darüber hinaus häufiger Schwierigkeiten mit der Bewältigung des Stoffumfangs (58 % vs. 43 %), der Sicherung der Studienfinanzierung (56 % vs. 36 %) und den Leistungsanforderungen im Studium (48 % vs. 32 %).


Umgang mit Leistungsdruck und Gesundheitsverhalten

- Zu den häufigsten Formen des Ausgleichs von Leistungsdruck gehören – unabhängig davon, ob er im Studium, im Job neben dem Studium, in der Freizeit oder im familiären Bereich empfunden wird – für die Studierenden das Treffen mit Freunden (69 %) und mediale Unterhaltung (67 %). Männer und Frauen haben unterschiedliche Prioritäten beim Umgang mit Leistungsdruck: Für Frauen stehen das Treffen mit Freunden und die Entspannung durch Schlaf an vorderster Stelle (72 % bzw. 71 %), während Männer am häufigsten Formen der medienbasierten Unterhaltung (69 %) gefolgt von „Freunde treffen“ (66 %) und „Sport treiben“ (62 %) nennen.

- Nicht zu verwechseln mit dem auf Leistungssteigerung orientierten Hirndoping ist die Einnahme von Medikamenten oder anderen beruhigenden bzw. leistungssteigernden Mitteln zum Zwecke der Bewältigung von Leistungsdruck in einem oder mehreren der o. g. Bereiche. Insgesamt versuchen 8 % der Studierenden nach eigener Auskunft Stress zu kompensieren, in dem sie entsprechende Substanzen einnehmen. Ein im Vergleich zu den Männern größeren Anteil der Frauen konsumiert bei Leistungsdruck leistungsstimulierende oder beruhigende Medikamente, Substanzen und/oder Getränke (9 % vs. 7 %). Für Frauen spielen Medikamente eine größere Rolle als andere Substanzen oder Getränke.
Zusammenfassung


Das Gesundheitsverhalten der Studierenden, die zu den Hirndope den gerechnet werden, muss als stärker risikobehaftet beschrieben werden als das der Studierenden, die keine leistungssteigernden Mittel einnehmen. Von den Hirndopenden trinken vergleichsweise viele regelmäßig Kaffee (47 % im Vergleich zu 18 % der Nicht-Anwender(innen)). Mehr als jeder zweite Hirndopende hat – gemäß der hier angelegten strengen Kriterien – Probleme mit dem Alkohol (58 % im Vergleich zu 36 % der Nicht-Anwender(innen)). Darüber hinaus gehören Hirndopende häufiger zu den Raucher(innen) (46 % im Vergleich zu 26 % der Nicht-Anwender(innen)). Das Gesundheitsverhalten der Soft-Enhancenden liegt zumeist zwischen diesen beiden Extremgruppen bzw. ähnelt eher dem der Nicht-Anwender(innen).

Hirndopende beschreiben sich vergleichsweise selten als „ruhig und gelassen“ und „voller Energie“. Sie erfahren sich überdurchschnittlich häufig als „entmutigt und traurig“ bzw. als „gestresst und überfordert“. Dem entsprechend gibt es anteilig viele unter ihnen, deren psychisches Befinden als „ungesund“ eingestuft werden muss (43 % im Vergleich zu 20 % der Nicht-Anwender(innen)) und einen vergleichsweise geringen Anteil an „optimal“ Gesunden (7 % im Vergleich zu 20 % der Nicht-Anwender(innen)). Von den Soft-Enhancenden wurden ebenfalls überdurchschnittlich viele auf der Grundlage ihrer Selbstbeschreibungen als psychisch „ungesund“ eingestuft (39 %).

Blick in die eigene Zukunft

Am optimistischsten sind die Studierenden in Bezug auf ihren Studienerfolg. Mehr als drei Viertel (77 %) sind diesbezüglich (sehr) stark zuversichtlich. An zweiter Stelle rangieren die Zuversicht bezogen auf die berufliche Zukunft bzw. das persönliche Wohlergehen. Jeweils knapp zwei Drittel bekunden hier (sehr) starke Zuversicht. Das materielle/finanzielle Auskommen wird weniger zuversichtlich gesehen, dennoch ist mehr als jede/r zweite Studierende in dieser Hinsicht (sehr) zuversichtlich (54 %).


Zwischen den Hirndopenden und den übrigen Studierenden bestehen deutliche Unterschiede in Bezug auf die Zuversicht für verschiedene Aspekte: Der Anteil der (sehr) zuversichtlichen Studierenden in Bezug auf den Studienerfolg, die berufliche Zukunft, das persönliche Wohl-
ergeben und das materielle Auskommen ist unter den Hirndopenden durchgängig deutlich geringer als unter den Studierenden, die keine leistungsbeeinflussenden Substanzen nehmen bzw. solchen, die „weiche“ Mittel anwenden.

Die Gesamtschau der Zuversicht in Bezug auf alle vier erhobenen Aspekte (Studienerfolg, die berufliche Zukunft, das persönliche Wohlergehen und das materielle Auskommen) unterstreicht die Disparitäten zwischen den hier betrachteten Gruppen: Der Anteil derjenigen mit (sehr) starker durchschnittlicher Zuversicht ist bei den Nicht-Anwender(inne)n anderthalb mal so hoch wie bei den Hirndopenden (61% vs. 38%). 21% der Hirndopenden äußern nur (sehr) geringe Zuversicht mit Blick auf die eigene Zukunft. Bei den Nicht-Anwender(inne)n und den Soft-Enhancenden sind es jeweils 5%. 
1 Einleitung


1.1 Erhebung und Auswertungsmethodik

1.1.1 Operationalisierung

Das Thema des Projektes wurde eingebettet in eine übergeordnete Erhebung zum Umgang mit Stress und (wachsenden) Leistungsanforderungen im Studium mit dem Ziel, die tatsächliche Bedeutung der Einnahme leistungssteigernder oder stimmungsaufhellender Mittel erkennen zu können. Es sollte die (im Ergebnis tendenziöse) Verengung auf die Teilgruppe der missbrauchenden und/oder kranken Studierenden vermieden werden zugunsten der Erfassung der gesamten Vielfalt studentischer Lebens- und Studienrealität einschließlich ihres heterogenen Umgangs mit Studienanforderungen und Leistungsdruck. Eine thematisch breit angelegte Umfrage, von der sich inhaltlich möglichst viele Studierende angesprochen fühlen, sicherte zudem eine wesentlich höhere Beteiligungs- und Auskunftsbereitschaft als bei Befragungen, die sich mit Themen befassen, von denen nur eine Minderheit betroffen ist bzw. die sich auf einen sehr sensiblen Themebereich beschränkt. Mit einer grundsätzlicher angelegten Befragung sollten – neben der Einnahme von leistungssteigernden Substanzen – nicht nur weitere, sondern auch die vermutlich (immer noch) stärker verbreiteten Varianten des Umgangs mit Leistungserwartungen, Studien-
belastungen und Stressempfindungen erfragt werden, um so ein realistisches Bild zu gewinnen, das heißt, den Stellenwert von Hirndoping und Medikamentenmissbrauch angemessen einzustu- 
der und zu gewichten.

Die Online-Umfrage umfasste folgende Themen:

- Leistungsdruck (Bereiche, Umgang mit ~, Entwicklung in den letzten Jahren, Unterstützung durch Personen, Institutionen)
- Studiensituation (Schwierigkeiten im Studium, Anforderungen, Zeitbudget)
- Gesundheitsverhalten (Sport, Konsum von Getränken, Alkohol, Zigaretten)
- Gehirndoping (Bekanntheit, Anwendung: Häufigkeit, Situation, Quellen, Substanzen, Wirkung)
- Selbst einschätzung von Persönlichkeitsmerkmalen und Zuversicht.


1.1.2 Online-Befragung des HISBUS-Panels


1.1.3 Feldphase und Rücklauf


1.2 Darstellung der Ergebnisse

Die Befunde der Befragung werden in der Regel nicht mit Absolutzahlen, sondern in Form von Prozentwerten und ggf. als Mittelwerte dargestellt. Die zweite Zeile der Bildüberschrift enthält Hinweise darauf, ob die ausgewiesenen Ergebnisse für alle Befragten oder lediglich für eine Untergruppe gelten. Es ist möglich, dass sich aufgrund von Rundungsdifferenzen Spalten- oder Zeilensummen nicht zu 100 % addieren.

Für alle statistischen Analysen wurden Signifikanztests durchgeführt. Sollten Befunde statistisch nicht signifikant sein, so wird in der Regel darauf hingewiesen. Für zentrale Ergebnisse werden die Signifikanzniveaus in den Abbildungen und Tabellen aufgeführt.

---

3 Mit der Gewichtung werden Differenzen in den Strukturmerkmalen Geschlecht, Hochschulsemester, alte und neue Länder, Fächergruppen und Hochschulart zwischen der Grundgesamtheit und der Stichprobe ausgeglichen, was zu einer Verminderung der Fallzahl führen kann.
Grundauszählung


Mit der Grundauszählung werden erstmals repräsentative und belastbare Daten zur Thematik vorgelegt, die angesichts der wachsenden Bedeutung dieses Themas im öffentlichen Diskurs eine hohe Aufmerksamkeit gegenüber den vorgelegten Befunden erwarten lassen. Um von vornherein Fehlinterpretationen, Missverständnissen bzw. einer Verwendung der Daten vorzubeugen, die mehr oder weniger vorsätzlich die Tendenz einer skandalisierten Darstellung unterstützt, werden die Befunde immer für alle Befragten ausgewiesen. Das bedeutet, dass sich die Angabe der Häufigkeit eines Merkmals bzw. des entsprechenden Prozentwertes stets auf die Gesamtheit der Befragungsteilnehmer(innen) bezieht.

Ein zweiter Grund, die Befunde bezogen auf alle Befragungsteilnehmer(innen) auszuweisen, leitet sich aus der Tatsache ab, dass es sich bei dem Kernthema des Projektes um hochsensible, tabubehaftete Fragen handelt und demzufolge mit besonderer Zurückhaltung und Verweigerung der Auskunft zu rechnen ist. Um dies transparent zu machen, werden jeweils auch die Anteile derer aufgezeigt, die zu den einzelnen Fragen keine Angaben gemacht haben.
2 Einnahme von leistungssteigernden Mitteln

2.1 Bekanntheit und Verbreitung des Gehirndopings

Die große Mehrheit der Studierenden (84 %) hat schon einmal etwas davon gehört, dass Substanzen mit dem Ziel der geistigen Leistungssteigerung eingenommen werden (Bild 2.1). Studierenden an Universitäten ist dieses Thema offenbar bekannter als Studierenden, die an einer Fachhochschule immatrikuliert sind. Von den Männer und Frauen, die an einer Universität studieren, sagen zu gleich hohem Anteil (85 %), dass ihnen diese Form der Leistungsbeeinflussung bekannt ist. An den Fachhochschulen wissen davon etwa 6 % weniger (79 %).

Bild 2.1 Stichwort „Gehirndoping“: Haben Sie jemals davon gehört, dass Substanzen zur geistigen Leistungssteigerung eingenommen werden (Gehirndoping)?, in %

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>insges.</th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>weiblich</td>
<td>männlich</td>
<td>weiblich</td>
</tr>
<tr>
<td>ja</td>
<td>84</td>
<td>85</td>
<td>79</td>
</tr>
<tr>
<td>nein</td>
<td>17</td>
<td>15</td>
<td>21</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Der durchaus hohe Bekanntheitsgrad des Themas sagt noch wenig über den tatsächlichen Verbreitungsgrad aus. Die Studierenden wurden daher gebeten, einerseits über die wahrgenommene Verbreitung im Bekanntenkreis und andererseits über den eigenen Konsum Auskunft zu geben.

Das Wissen um die Existenz substanzbasiert Manipulation der mentalen Leistung entspringt bei den meisten Studierenden weder der eigenen Erfahrung, noch der Verbreitung im Freundes- und Familienkreis. 70 % kennen niemanden persönlich, der zur Steigerung der geistigen Leistungsfähigkeit Substanzen einnimmt bzw. eingenommen hat (Bild 2.2). Die Studierenden, die Personen kennen, die ihr Gehirn dopen, ordnen diese deutlich häufiger dem Hochschulbereich zu als dem Freundes- oder Familienkreis (23 % vs. 13 %).

Bild 2.2 Kennen Sie jemanden, der schon einmal Substanzen zur geistigen Leistungssteigerung eingenommen hat? (Mehrfachnennung möglich), in %

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>insges.</th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>weiblich</td>
<td>männlich</td>
<td>weiblich</td>
</tr>
<tr>
<td>- nein</td>
<td>70</td>
<td>71</td>
<td>70</td>
</tr>
<tr>
<td>- ja, im Hochschulbereich</td>
<td>23</td>
<td>22</td>
<td>22</td>
</tr>
<tr>
<td>- ja, im Freundes-/Familienkreis</td>
<td>13</td>
<td>11</td>
<td>15</td>
</tr>
<tr>
<td>- ja, außerhalb der HS</td>
<td>17</td>
<td>15</td>
<td>21</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Auffällig ist, dass Studierende an Fachhochschulen häufiger als ihre Kommiliton(inn)en an Universitäten Personen außerhalb des Hochschulbereiches kennen, die ihre kognitiven Leistungen beispielsweise durch die Einnahme von Medikamenten und Drogen zu optimieren versuchen. Von den Männern an Fachhochschulen kennen vergleichsweise viele (18 %) mindestens eine Person außerhalb der Hochschule, die ihr Gehirn dopft.
2.2 Bereitschaft zur Einnahme leistungssteigernder Mittel

Die Einnahme von leistungssteigernden Substanzen ist unter Studierenden nur in geringem Maße verbreitet. Der überwiegende Teil von ihnen lehnt dergleichen ab. Gefragt danach, ob sie seit Beginn des Studiums leistungssteigernde Mittel eingenommen haben, und wenn ja, wie häufig sie entsprechende Substanzen einnehmen, antwortet die Mehrheit der Studierenden (71 %), dass das für sie nicht in Frage kommt (Bild 2.3). Jeder Sechste (17 %) verneint den Gebrauch solcher Mittel, kann sich ihre Einnahme aber durchaus vorstellen. 8 % haben selten zu leistungssteigernden Mitteln gegriffen, 4 % tun dies ab und zu. Häufiger Gebrauch leistungssteigernder Substanzen kommt bei 1 % vor.

Zwischen den Studierenden verschiedener Hochschularten existieren nur geringfügige, nicht signifikante Unterschiede. Studierende an Universitäten geben zu einem etwas größeren Anteil an, nur ganz selten derartige Substanzen zu nehmen (Universitäten: 8 %, Fachhochschulen: 6 %, Bild 2.3).

Studenten geben etwas häufiger als Studentinnen an, bisher noch keinen Gebrauch von Substanzen zur Leistungssteigerung gemacht zu haben (89 % vs. 86 %, Bild 2.3). Bei den Männern ist die potentielle Bereitschaft zur Einnahme leistungssteigernder Substanzen etwas höher als bei den Frauen (18 % vs. 15 %). Männer neigen zudem etwas stärker zu „häufigem“ Konsum als Frauen. 1,4 % der Männer nimmt nach eigener Aussage „häufig“ leistungssteigernde Mittel, bei den Frauen sind es 1,0 %. Die Anteile derjenigen, die „ganz selten“ oder „ab und zu“ entsprechende Mittel konsumieren, sind bei den Frauen entsprechend höher.

Bild 2.3 Einnahme von leistungssteigernden Substanzen

**Studierende in %**

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>Insgesamt</th>
<th>Uni</th>
<th>FH</th>
<th>Weiblich</th>
<th>Männlich</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Ja, das kommt häufig vor.</td>
<td>14</td>
<td>8</td>
<td>6</td>
<td>14</td>
<td>6</td>
</tr>
<tr>
<td>Ja, das kommt ab und zu vor.</td>
<td>14</td>
<td>8</td>
<td>6</td>
<td>14</td>
<td>6</td>
</tr>
<tr>
<td>Ja, aber nur ganz selten.</td>
<td>13</td>
<td>6</td>
<td>7</td>
<td>13</td>
<td>7</td>
</tr>
<tr>
<td>Nein, aber ich kann es mir durchaus vorstellen.</td>
<td>9</td>
<td>5</td>
<td>4</td>
<td>9</td>
<td>4</td>
</tr>
<tr>
<td>Nein, das kommt für mich nicht in Frage.</td>
<td>6</td>
<td>3</td>
<td>3</td>
<td>6</td>
<td>3</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Haben Sie seit Beginn Ihres Studiums Substanzen eingenommen, die Ihnen die Bewältigung der studienbedingten Anforderungen erleichtert haben (z. B. Mittel zur Beruhigung oder Leistungssteigerung)?

HISBUS-Befragung Hirndoping
2.3 Umfang und Profil der Kerngruppe der Hirndopenden

2.3.1 Definition Kerngruppe


Um die Einnahme frei erhaltlicher Substanzen vom Hirndoping abzugrenzen, werden die Studierenden anhand der von ihnen eingenommenen Substanzen in drei Gruppen unterschieden:

1. Hirndopende,
2. Soft-Enhancende und


Bild 2.4 Hirndoping-Typ

<table>
<thead>
<tr>
<th>Hirndoping-Typ</th>
<th>Studierende in %</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Nicht-Anwender(inne)n</td>
<td>88</td>
</tr>
<tr>
<td>Hirndopende</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td>Soft-Enhancende</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td>Antwortverweigerung</td>
<td>2</td>
</tr>
</tbody>
</table>

\(^4\) Bei Methylphenidat handelt es sich um eine Substanz, die zur Behandlung des Aufmerksamkeits-Defizit-Syndrom (ADS) eingesetzt wird.
Als Soft-Enhancende gelten Studierende, die mindestens einmal Substanzen zur Unterstützung bei der Bewältigung von Studienanforderungen eingenommen haben, die aber keine der oben genannten Kriterien für das Hirndoping erfüllen. In der Mehrheit der Fälle handelt es sich bei den von ihnen eingenommenen Mitteln um pflanzliche/homöopathische Substanzen, Vitaminpräparate oder um Koffein. 5 % der Befragten sind Soft-Enhancende.

Nicht zugeordnet werden konnte die Gruppe der Studierenden, die zwar angaben, schon einmal leistungssteigernde Substanzen eingenommen zu haben, aber keine Angabe zur Art der Mittel gemacht haben. Sie werden in den folgenden vergleichenden Analysen nicht berücksichtigt. Ihr Anteil beträgt 2 % aller Befragten. Vier Fünftel von ihnen nehmen „nur ganz selten“ Mittel zur Leistungssteigerung ein. Möglicherweise betrachten „Antwortverweigerer(inne)n“ ihre Angaben angesichts der Seltenheit der Einnahme als unwichtig oder sie können sich tatsächlich nicht mehr erinnern, was sie genommen haben. Die weitere Analyse zeigte zudem häufig Ähnlichkeiten zwischen den Antwortverweigerer(inne)n und den Nicht-Anwender(inne)n in vielen Merkmalen, so dass darauf geschlossen werden kann, dass das Hirndoping für erstere tatsächlich eine Ausnahme ohne weitere Bedeutung war.

**Hirndoping: Art der eingenommenen Substanzen**
Da eine große Bandbreite verschiedener Mittel zur Leistungssteigerung als Neuro-Enhancement berücksichtigt wird und die Möglichkeit der Kombination mehrerer Substanzen besteht (s. u.), wird zunächst ein kurzer Überblick über die Verbreitung der einzelnen Substanzen gegeben.

Mehr als ein Drittel (35 %) der Hirndopenden greifen zu Medikamenten verschiedenster Art (Schmerzmittel, Schlafmittel, Antidepressiva, Bild 2.5). An zweiter Stelle steht Cannabis, das von fast jedem vierten Hirndopenden (23 %) konsumiert wird. Methylyphenidat wird von 18 % der Hirndopenden eingenommen.

Unbekannte Substanzen und Betablocker werden jeweils von etwas mehr als einem Zehntel genannt (Bild 2.5). Knapp dahinter rangieren Amphetamine und nicht näher bestimmte Mittel zur Leistungssteigerung (je 9 %) sowie ebenfalls nicht näher bezeichnete Mittel zur Beruhigung (7 %). Modafinil, Kokain und Ecstasy (MDMA) werden nur von einem geringen Teil der Hirndopenden eingesetzt.

---

5 Die Angabe „Einnahme von Medikamenten“ war an zwei Stellen des Fragebogens möglich. Einerseits wurden bei der Frage, welche Substanzen zur geistigen Leistungssteigerung und/oder zur Beruhigung eingenommen wurden, die im Text genannten Medikamente eingetragen. Andererseits gab es bei der Frage nach dem Umgang mit Leistungsschaden (Frage 2) die Antwortmöglichkeit „Medikamente einnehmen“. Diejenigen, die dies in Frage 2 angegeben hatten, bei der Frage nach den eingenommenen Substanzen aber die Antwort verweigerten, werden im Folgenden mit denjenigen, die bei der Frage nach den eingenommenen Substanzen „Sonstiges“ Medikamente eintrugen, zusammengefasst.

### Häufigkeit der Einnahme

Hirndopende konsumieren nach eigenen Angaben leistungssteigernde Substanzen anteilig häufiger als Soft-Enhancer (Bild 2.6). Zwar beschränkt sich fast die Hälfte (47%) der Hirndopenden auf „ganz seltenen“ Gebrauch leistungssteigernder Mittel (Soft-Enhancer 70%). Allerdings greifen 17% der Hirndopenden „häufig“ zu entsprechenden Substanzen, weitere 36% „ab und zu“. Unter den Soft-Enhancer nehmen 4% „häufig“ und 26% „ab und zu“ die für sie in Frage kommenden Mittel ein.

Hirndoping bedeutet daher im Vergleich zur Anwendung „softer“ Mittel auch eine vergleichsweise häufige Einnahme. Umgerechnet auf alle Studierenden bedeutet das, dass die Gruppe derjenigen, die „häufig“ Hirndoping betreiben, 1% umfasst. Zuzüglich derjenigen mit gelegentlichem Konsum wenden 3% aller Studierenden „häufig“ bzw. „ab und zu“ leistungssteigernde Mittel an, um ihr Studium besser bewältigen zu können.

Männer und Frauen, die zu den Hirndopenden gehören, unterscheiden sich in der Häufigkeit ihres Konsums nicht signifikant (Bild 2.6). Auch beim Vergleich der Konsument(inn)en unterschiedlicher Substanzen ergeben sich kaum Unterschiede bei der Häufigkeit der Einnahme. Einzig signifikantes Ergebnis ist, dass mehr als vier Fünftel (87%) der Konsument(inn)en unbekannter Substanzen diese nur „ganz selten“ einnehmen. Wahrscheinlich rührt die Unbekantheit der Substanz in vielen Fällen daher, dass die Einnahme so selten erfolgt bzw. schon länger zurückliegt. Auffällig ist, dass Konsument(inn)en von Cannabis zu einem vergleichsweise großen Anteil dieses „ab und zu“ konsumieren, während „seltener“ Konsum bei ihnen weniger verbreitet ist als unter den übrigen Hirndopenden. Der Unterschied ist statistisch jedoch nicht signifikant.

---

7 Berücksichtigt werden hier nur die Hirndopenden, die lediglich eine einzige Substanz angegeben haben.
Hemmstoffe: Mehrfach einnehmen

Mehr als drei Viertel (77%) der Hirndopenden beschränken sich auf die Einnahme einer der Substanzen, die hier zum Hirndoping gezählt werden. 15% haben Erfahrung mit zwei verschiedenen Mitteln und weitere 8% mit drei dieser Substanzen. Der Konsum von mehr als drei Mitteln bildet die Ausnahme. Allerdings haben 12% der Hirndopenden zusätzlich auch schon mal „weiche“ Mittel eingenommen (z. B. homöopathische Mittel).

Je mehr unterschiedliche Substanzen konsumiert werden, desto häufiger werden diese eingenommen (Bild 2.7). Hirndopende, die bis zu zwei verschiedene Substanzen konsumieren, unterscheiden sich in der Häufigkeit der Einnahme signifikant von denen, die drei oder mehr verschiedene Substanzen einnehmen: unter denen, die drei oder mehr verschiedene Substanzen angegeben haben, ist der Anteil derjenigen mit häufigem Konsum fast doppelt so hoch wie unter den Ein- bis Zweifachanwender(inn)en.

**Bild 2.6 Häufigkeit des Konsums nach Hirndoping-Typ, Geschlecht und Art der eingenommenen Substanz in % der jeweiligen Subgruppe**

* nur Hirndopende, die nicht mehr als eine Substanz einnehmen

**Bild 2.7 Häufigkeit der Einnahme nach Anzahl eingenommener Substanzen Hirndopende in %**

Haben Sie seit Beginn Ihres Studiums Substanzen eingenommen, die Ihnen die Bewältigung der studienbedingten Anforderungen erleichtert haben (z. B. Mittel zur Beruhigung oder Leistungssteigerung)?

- Ja, aber nur ganz selten.
- Ja, das kommt ab und zu vor.
- Ja, das kommt häufig vor.
Unter den Anwender(inne)n der einzelnen Substanzen sind Mehrfacheinnahmen unterschiedlich stark verbreitet. Sie unterscheiden sich zudem darin, mit welchen anderen Substanzen sie jeweils Erfahrung haben, so dass sich typische Kombinationen ergeben.

Vergleichsweise selten treten Mehrfacheinnahmen bei denjenigen auf, die eine ihnen unbekannte Substanz konsumieren. Von ihnen nehmen 16 % mindestens eine weitere Substanz ein. Es handelt sich bei der Antwortmöglichkeit „eine mir unbekannte Substanz“ gewissermaßen um eine Ausweichkategorie, die gewählt wurde, wenn die entsprechende Substanz von den Befragten nicht zugeordnet werden konnte. Dadurch erklärt sich die geringe Verbreitung von Mehrfacheinnahmen bei dieser Angabe. Diejenigen, die diese Angabe in Ergänzung zu einem (in Ausnahmefällen auch zwei) weiteren Mittel(n) machten, konsumieren zum größten Teil auch Cannabis.

**Bild 2.8 Erfahrungen mit den Substanzen Cannabis, Methylphenidat und Amphetaminen in % der Anwender(innen) dieser drei Substanzen**


### 2.3.2 Sozio-demographische Merkmale

Es wurde geprüft, ob sozio-demographische Merkmale wie Alter, Geschlecht, soziale Herkunft oder Familienstand Einfluss auf die Neigung zur Einnahme leistungssteigernder Substanzen haben. Dabei zeigte sich, dass sich soziale Herkunft oder Elternschaft nicht darauf auswirken, ob Hirndoping betrieben wird oder nicht. Auch zwischen Studierenden in alten und neuen Bundesländern sind keine Unterschiede festzustellen. Auffällig jedoch sind Disparitäten im Konsumver-
halten zwischen Männern und Frauen sowie zwischen jüngeren und älteren Studierenden. Diese werden im Folgenden dargestellt.

**Geschlecht**


**Bild 2.9 Enhancement-Typ nach Geschlecht**

**Studierende in %**

<table>
<thead>
<tr>
<th>Enhancement-Typ</th>
<th>Geschlecht</th>
<th></th>
<th></th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>weiblich</td>
<td>männlich</td>
<td>insgesamt</td>
</tr>
<tr>
<td>Nicht-Anwender(inne)n</td>
<td>86</td>
<td>90</td>
<td>88</td>
</tr>
<tr>
<td>Hirndopende</td>
<td>5</td>
<td>6</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td>Soft-Enhancende</td>
<td>7</td>
<td>3</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td>Antwortverweiger(inne)n</td>
<td>2</td>
<td>2</td>
<td>2</td>
</tr>
</tbody>
</table>

HISBUS Befragung Hirndoping

**Bild 2.10 Häufigkeit der Einnahme leistungssteigernder Substanzen nach Geschlecht und Art der Hochschule**

**Hirndopende in %**

<table>
<thead>
<tr>
<th>Gender</th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>männlich</td>
<td>weiblich</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>43</td>
<td>35</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>21</td>
<td>13</td>
</tr>
</tbody>
</table>

*Haben Sie seit Beginn Ihres Studiums Substanzen eingenommen, die Ihnen die Bewältigung der studienbedingten Anforderungen erleichtert haben (z. B. Mittel zur Beruhigung oder Leistungssteigerung)?*  
Ja, das kommt häufig vor.  
Ja, das kommt ab und zu vor.  
Ja, aber nur ganz selten.
Die Männer unter den Hirndopenden haben tendenziell häufiger als Frauen Erfahrung mit mehr als zwei Substanzen. Grundlegende Unterschiede zwischen den Geschlechtern hinsichtlich Mehrfachannahmen gibt es jedoch nicht. Männliche und weibliche Hirndopende wenden zudem teilweise andere Substanzen an. Dies korrespondiert mit den unterschiedlichen Gründen, aus denen die Geschlechter zu leistungssteigernden Substanzen greifen (s. Abschnitt 2.4.1). Medikamente verschiedenster Art werden tendenziell häufiger von Frauen (40 %) als von Männern (30 %) zur Leistungssteigerung eingenommen (Bild 2.11). Signifikant häufiger geben Frauen die Einnahme von nicht näher bestimmten Beruhigungsmitteln an (10 % vs. 4 %). Männliche Hirndoper hingegen greifen mit 23 % deutlich häufiger als Frauen zu Methylphenidat (13 %). Cannabis-Konsum zum Zwecke der Leistungssteigerung ist bei ihnen ebenfalls anteilig stärker verbreitet als unter den Frauen (Männer: 27 % vs. Frauen: 19 %). Auch Amphetamine werden von Männern mit 11 % tendenziell häufiger eingenommen als von Frauen (6 %).

Auffällig ist, dass Frauen signifikant häufiger als Männer keine Substanz angeben, mit der sie versucht haben, ihre Leistungsfähigkeit zu beeinflussen (20 % vs. 12 %). Des Weiteren können sie tendenziell seltener die von ihnen eingenommene Substanz benennen bzw. geben häufiger an, eine unbekannte Substanz zu konsumieren (15 % vs. 12 %, Bild 2.11).

**Alter**

Hirndopende sind im Durchschnitt ca. anderthalb Jahre älter als Studierende, die keinen Gebrauch von leistungssteigernden Mitteln machen bzw. „weiche“ Mittel nehmen. Die Altersverteilung zeigt, dass Studierende im Alter von über 28 Jahren unter den Hirndopenden überdurchschnittlich stark vertreten sind (Bild 2.12). Vor allem die 28 bis 29-Jährigen gehören überproportional häufig zu den


### Bild 2.12 Alterszusammensetzung der Studierenden im Vergleich nach Hirndoping-Typ

**Studierende in %**

<table>
<thead>
<tr>
<th>Alter der Studierenden in Jahren</th>
<th>Insgesamt</th>
<th>Männer</th>
<th>Frauen</th>
<th>Männer insgesamt</th>
<th>Frauen insgesamt</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>&gt;=30</td>
<td>9</td>
<td>11</td>
<td>7</td>
<td>15</td>
<td>14</td>
</tr>
<tr>
<td>28 - 29</td>
<td>16</td>
<td>20</td>
<td>14</td>
<td>21</td>
<td>17</td>
</tr>
<tr>
<td>26 - 27</td>
<td>25</td>
<td>23</td>
<td>17</td>
<td>22</td>
<td>22</td>
</tr>
<tr>
<td>24 - 25</td>
<td>15</td>
<td>16</td>
<td>22</td>
<td>16</td>
<td>14</td>
</tr>
<tr>
<td>22 - 23</td>
<td>9</td>
<td>11</td>
<td>8</td>
<td>10</td>
<td>10</td>
</tr>
<tr>
<td>&lt;=21</td>
<td>12</td>
<td>15</td>
<td>12</td>
<td>14</td>
<td>14</td>
</tr>
</tbody>
</table>

### HISBUS-Befragung Hirndoping
2.3.3 Persönlichkeitsmerkmale und Enhancement


Aus den Angaben zu den beiden Items je Persönlichkeitsdimension wurde jeweils ein Index gebildet, der die Ausprägung der jeweiligen Dimension misst. Hohe Werte (4 - 5) stehen dabei für (sehr) starke Ausprägung der Dimension, niedrige Werte (1 - 2) für entsprechend (sehr) geringe Ausprägung. Liegt für eine Persönlichkeitsdimension nur eine Antwort auf eins der zwei konstituierenden Items vor, so wurde das als „keine Angabe“ für die gesamte Dimension gewertet.

Persönlichkeitsdimensionen „Big Five“

In den Beschreibungen der fünf Dimensionen der Persönlichkeit finden sich verschiedene Anhaltspunkte, die einen Zusammenhang dieser Eigenschaften mit der Bereitschaft zu Hirndoping vermuten lassen. So erfasst Gewissenhaftigkeit z. B. Eigenschaften, die eng mit dem Arbeits- bzw. Studierverhalten zusammenhängen. Neurotizismus beschreibt die Verarbeitung negativer Emo-
Einnahme von leistungssteigernden Mitteln

Formen der Stresskompensation und Leistungssteigerung bei Studierenden


Ein Zusammenhang besteht allerdings zwischen Gewissenhaftigkeit und Hirndoping. Hirndopende weisen zu einem geringeren Anteil als Nicht-Anwender(innen) und Soft-Enhanchende (sehr) hohe Gewissenhaftigkeitss-werte auf (Bild 2.15). Ihr Mittelwert auf der „Gewissenhaftigkeitsskala“ liegt mit 3,34 zwar nur geringfügig aber dennoch signifikant unter dem aller anderen Gruppen. Viele Hirndopende haben offenbar geringer entwickelte Fähigkeiten zu planvoll und organisiertem Vorgehen, was sich auch auf das Lernverhalten im Studium auswirken dürfte. Durch die Einnahme von leistungssteigernden Mitteln versuchen sie möglicherweise, unzureichende Organisationsfähigkeit und einen eventuellen Hang zu Prokrastination zu kompensieren.

Ähnliches berichten die Teilnehmer(innen) an einer qualitativen Studie von Elisabeth Hildt.9 Hildt stellt fest, dass Anwender(innen) von Methyphenidat und Amphetaminen diese Substanzen vor allem dann einnehmen, wenn sie in kurzer Zeit viel lernen müssen – wie es der Fall ist, wenn erst kurz vor einer Klausur mit der Vorbereitung begonnen wird.

---

Die Kompensation mangelnder Gewissenhaftigkeit durch leistungssteigernde Substanzen ist vor allem bei Männern zu beobachten. Männer weisen in der gesamten Stichprobe häufiger als Frauen (sehr) niedrige bis mittlere Gewissenhaftigkeitswerte auf. Während bei den weiblichen Hirndopenden die Verteilung der Gewissenhaftigkeitswerte ähnlich wie bei den Nicht-Anwender(innen) ist, weisen männliche Hirndopenden noch geringere Gewissenhaftigkeitswerte auf als das im Durchschnitt aller Männer der Fall ist.


Hirndopende unterscheiden sich auch hinsichtlich der Ausprägung des Neurotizismus deutlich von den Nicht-Anwender(innen). Im Vergleich zu letzteren haben sie fast doppelt so häufig (sehr) hohe Neurotizismuswerte (38 % vs. 20 %) und deutlich seltener mittlere oder (sehr) niedrige (Bild 2.15). Der Mittelwert für Neurotizismus liegt bei den Hirndopenden ebenso wie bei den Soft-Enhancenden signifikant über dem der Nicht-Anwender(innen). Bild 2.16 zeigt die Verteilung der Neurotizismuswerte für Nicht-Anwender(innen) und Hirndopende. Die für Menschen mit (sehr) hohen Neurotizismuswerten typischen Eigenschaften wie Nervosität, Anspannung und Unsicherheit sowie die stärkere Reaktion auf Stress, ggf. gepaart mit körperlichen Schmerzen, verleiten sie häufiger dazu, zu Psychostimulanzien zu greifen.

Obwohl starker Neurotizismus in der Stichprobe deutlich häufiger bei Frauen auftritt\footnote{Dies bestätigen auch andere Studien. Siehe Costa et al. 2001, S. 322-323, S. 326.}, ist auch bei Männern mit hohem bis sehr hohem Neurotizismus festzustellen, dass sie verstärkt zu leistungssteigernden Mitteln greifen. Im Gegensatz zur Gewissenhaftigkeit handelt es sich beim Hirndoping neurotizistischer Personen also nicht um ein geschlechtsspezifisches Phänomen.


**Psychische Gesundheit**


Es gibt deutliche Unterschiede zwischen den psychischen Befinden von Nicht-Anwender(inne)n und Hirndopenden. Die psychische Gesundheit von gut zwei Dritteln (67 %) der Hirndopenden muss als „beeinträchtigt“ oder „unge sund“ eingestuft werden (Bild 2.18). Der Anteil der als „optimal“ oder „gesund“ eingestuften Personen ist mit 20 % halb so groß wie der entsprechende Anteil bei den Nicht-Anwender(inne)n (43 %). Soft-Enhancende sind hinsichtlich psychischer Gesundheitsaspekte ebenfalls vergleichsweise häufig „unge sund“ (Soft-Enhancende: 39 %, Antwortver-
Einnahme von leistungssteigernden Mitteln

Formen der Stresskompensation und Leistungssteigerung bei Studierenden

2.5.4 Studienmerkmale und Hirndoping

Gibt es einen Zusammenhang zwischen Hirndoping und studiengleichen Merkmalen? Dieser Frage wird im Folgenden nachgegangen, indem herausgearbeitet wird, welcher Anteil an Hirn dopenden in Abhängigkeit von der fachlichen Ausrichtung des Studiums, dem angestrebten Stu-
Einnahme von leistungssteigernden Mitteln

26 | Formen der Stresskompensation und Leistungssteigerung bei Studierenden

dienabschluss, der Anzahl der bisher studierten Hochschulsemester und der Hochschulart festzustellen ist. Darüber hinaus wird auch geprüft, ob bei Studierenden, die bereits einen ersten Studienabschluss erworben haben, ein anderer Umgang mit leistungssteigernden Mitteln zu beobachten ist als bei Studierenden, die einen ersten Abschluss noch anstreben.

**Fachliche Ausrichtung des Studiums**


Der Anteil der Studierenden, der die Einnahme von leistungssteigernden Mitteln verneint, fällt der Tendenz nach unter denen der Fächergruppe Medizin/Gesundheitswissenschaften mit 85 % am niedrigsten und unter denen der Ingenieurwissenschaften mit 89 % am höchsten aus. Folgerichtig ist der Tendenz nach unter den Studierenden der Medizin/Gesundheitswissenschaften der höchste Anteil und unter denen der Ingenieurwissenschaften der niedrigste Anteil zu finden, der leistungssteigernde Mittel einnimmt (Hirndoping und Soft-Enhancing zusammenge- nommen). Außerdem fällt auf, dass Studierende der Medizin/Gesundheitswissenschaften weniger oft die Antwort auf die Frage nach der Einnahme leistungssteigernder Mittel verweigerten als die Studierenden der übrigen Fächergruppen.

**Bild 2.19 Hirndoping und fachliche Ausrichtung des Studiums**

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Ingenieurwissenschaften</td>
<td>89</td>
<td>5</td>
<td>4</td>
<td>2</td>
<td>100</td>
</tr>
<tr>
<td>Sprach- und Kulturwissenschaften1</td>
<td>88</td>
<td>5</td>
<td>6</td>
<td>2</td>
<td>100</td>
</tr>
<tr>
<td>Mathematik, Naturwissenschaften2</td>
<td>89</td>
<td>5</td>
<td>5</td>
<td>1</td>
<td>100</td>
</tr>
<tr>
<td>Medizin (Human- und Veterinärmedizin)/Gesundheitswissenschaften</td>
<td>85</td>
<td>8</td>
<td>6</td>
<td>1</td>
<td>100</td>
</tr>
<tr>
<td>Rechts- und Wirtschaftswissenschaften</td>
<td>87</td>
<td>6</td>
<td>5</td>
<td>2</td>
<td>100</td>
</tr>
<tr>
<td>Sozialwissenschaften/Sozialwesen/ Psychologie/Pädagogik</td>
<td>89</td>
<td>5</td>
<td>5</td>
<td>2</td>
<td>100</td>
</tr>
<tr>
<td>Insgesamt</td>
<td>88</td>
<td>5</td>
<td>5</td>
<td>2</td>
<td>100</td>
</tr>
</tbody>
</table>

HISBUS-Befragung Hirndoping

1 einschl. Kunst, Kunstwissenschaften und Sport, aber ohne die Studienbereiche Psychologie und Pädagogik
2 einschl. Agrar-, Forst- und Ernährungswissenschaften

Unterhalb der Ebene der Fächergruppen gibt es zugeordnete Studienbereiche, bei denen der Anteil der Studierenden, die leistungssteigernde Mittel einnehmen, signifikant von dem für die Fächergruppe ausgewiesen Anteilswert abweicht (vgl. nachfolgende Übersicht). Auffällig sind vor allem die relativ hohen Anteile der Hirndopenden unter den Studierenden der Veterinärmedizin und des Studienbereichs Sport, Sportwissenschaften (18 % bzw. 14 %). Vergleichsweise niedrig fällt hingegen dieser Anteil mit je 3 % unter den Studierenden der Studienbereiche Mathematik/ Informatik und Geowissenschaften/Physik aus.
Zwischen Studierenden, die bereits einen Studienabschluss erworben haben und solchen, die den ersten Abschluss anstreben, ist generell kein Unterschied beim Anteil der Hirndopenden zu beobachten (jeweils 5%). Auch differenziert nach Fächergruppen ergibt sich diesbezüglich kein statistisch signifikanter Unterschied (vgl. Bild 2.20 und 2.21).

Allerdings fällt auf, dass bei den Studierenden der Fächergruppe Medizin/Gesundheitswissenschaften der Tendenz nach ein wesentlich höherer Anteil der Graduierten zu leistungssteigernden Mitteln greift als unter denen im Erststudium (Hirndoping: 13% vs. 7%). Noch deutlicher wird dieser Unterschied, wenn lediglich die Studierenden dieser Fächergruppe an Universitäten berücksichtigt (Hirndoping: 15% vs. 7%). Eine Erklärung dafür kann der Altersunterschied zwischen Graduierten und Studierenden im Erststudium sein (bei denen in der Fächergruppe Medizin/Gesundheitswissenschaften an Universitäten liegt das Durchschnittsalter der Graduierten bei 28,5 Jahren, bei denen im Erststudium bei 24,5 Jahren).12 Bemerkenswert ist außerdem, dass differenziert nach dem Geschlecht der Studierenden dieser Fächergruppe sich die Anteile derjenigen, die leistungssteigernde Mittel konsumieren, deutlich unterscheiden: Während im Erststudium 10% der Männer und 5% der Frauen als Hirndopende einzustufen sind, steigt dieser Anteil bei den graduierter Männern auf 21% und den graduierter Frauen auf 11%.

**Bild 2.20 Hirndoping und fachliche Ausrichtung des Studiums – Erststudium**

**Studierende je Fächergruppe, die einen ersten Studienabschluss anstreben, in %**

<table>
<thead>
<tr>
<th>Fächergruppe</th>
<th>Nicht-Anwender(innen)</th>
<th>Hirndopende</th>
<th>Soft-Enhancende</th>
<th>Antwortverweigernde</th>
<th>insg.</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Ingenieurwissenschaften</td>
<td>89</td>
<td>5</td>
<td>4</td>
<td>1</td>
<td>100</td>
</tr>
<tr>
<td>Sprach- und Kulturwissenschaften1</td>
<td>88</td>
<td>5</td>
<td>5</td>
<td>2</td>
<td>100</td>
</tr>
<tr>
<td>Mathematik, Naturwissenschaften2</td>
<td>89</td>
<td>5</td>
<td>5</td>
<td>1</td>
<td>100</td>
</tr>
<tr>
<td>Medizin (Human- und Veterinärmedizin)/Gesundheitswissenschaften</td>
<td>86</td>
<td>7</td>
<td>6</td>
<td>1</td>
<td>100</td>
</tr>
<tr>
<td>Rechts- und Wirtschaftswissenschaften</td>
<td>87</td>
<td>6</td>
<td>5</td>
<td>2</td>
<td>100</td>
</tr>
<tr>
<td>Sozialwissenschaften/Sozialwesen/Psychologie/Pädagogik</td>
<td>89</td>
<td>5</td>
<td>4</td>
<td>2</td>
<td>100</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Insgesamt</strong></td>
<td><strong>88</strong></td>
<td><strong>5</strong></td>
<td><strong>5</strong></td>
<td><strong>2</strong></td>
<td><strong>100</strong></td>
</tr>
</tbody>
</table>

1 einschl. Kunst, Kunstwissenschaften und Sport, aber ohne die Studienbereiche Psychologie und Pädagogik
2 einschl. Agrar-, Forst- und Ernährungswissenschaften

---

Formen der Stresskompensation und Leistungssteigerung bei Studierenden
Einnahme von leistungssteigernden Mitteln

**Bild 2.21 Hirndoping und fachliche Ausrichtung des Studiums – Graduierte**

_Datenträger je Fächergruppe, die über einen Studienabschluss verfügen, in %_

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Ingenieurwissenschaften</td>
<td></td>
<td></td>
<td>89</td>
<td>3</td>
<td>4</td>
<td>8</td>
</tr>
<tr>
<td>Sprach- und Kulturwissenschaften¹</td>
<td></td>
<td></td>
<td>85</td>
<td>5</td>
<td>8</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td>Mathematik, Naturwissenschaften²</td>
<td></td>
<td></td>
<td>88</td>
<td>5</td>
<td>6</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td>Medizin (Human- und Veterinärmedizin)/Gesundheitswissenschaften</td>
<td></td>
<td></td>
<td>83</td>
<td>13</td>
<td>4</td>
<td>6</td>
</tr>
<tr>
<td>Rechts- und Wirtschaftswissenschaften</td>
<td></td>
<td></td>
<td>87</td>
<td>5</td>
<td>6</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td>Sozialwissenschaften/Sozialwesen/Psychologie/Pädagogik</td>
<td></td>
<td></td>
<td>86</td>
<td>6</td>
<td>7</td>
<td>1</td>
</tr>
<tr>
<td>Insgesamt</td>
<td></td>
<td></td>
<td>87</td>
<td>5</td>
<td>6</td>
<td>2</td>
</tr>
</tbody>
</table>

¹ einschl. Kunst, Kunstwissenschaften und Sport, aber ohne die Studienbereiche Psychologie und Pädagogik

² einschl. Agrar- Forst- und Ernährungswissenschaften

**Angestrebter Studienabschluss**

Werden die Studierenden nach dem angestrebten Abschluss differenziert, sind keine statistisch signifikanten Unterschiede bei den Anteilen festzustellen, die leistungssteigernde Mittel einnehmen (Bild 2.22). Deutlich über dem Durchschnitt von 5 % liegt mit 8 % der Anteil, der leistungssteigernde Mittel konsumiert (Hirndopende), bei den Studierenden, die ein Staatsexamen (ohne Lehramt) anstreben. Hierbei handelt es sich vor allem um solche, die Rechtswissenschaften oder Medizin studieren. Unterdurchschnittlich fällt hingegen mit 3 % der Anteil der Hirndopenden bei den Studierenden aus, die ein Lehramt anstreben.

Festzuhalten ist außerdem, dass es beim Hirndoping nur marginale Unterschiede zwischen den Studierenden der neuen gestuften Studiengänge (Bachelor, Master) und denen gibt, die in einem der traditionellen Diplom- bzw. Magister-Studiengänge eingeschrieben sind (Bild 2.22).

**Bild 2.22 Hirndoping und angestrebter Studienabschluss**

_Datenträger je Studienabschluss, in %_

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Bachelor</td>
<td></td>
<td></td>
<td>89</td>
<td>5</td>
<td>4</td>
<td>1</td>
</tr>
<tr>
<td>Master</td>
<td></td>
<td></td>
<td>87</td>
<td>5</td>
<td>5</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td>Fachhochschuldiplom</td>
<td></td>
<td></td>
<td>89</td>
<td>5</td>
<td>4</td>
<td>1</td>
</tr>
<tr>
<td>Universitätsdiplom</td>
<td></td>
<td></td>
<td>86</td>
<td>5</td>
<td>6</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td>Magister</td>
<td></td>
<td></td>
<td>86</td>
<td>6</td>
<td>6</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td>Staatsexamen (ohne Lehramt)</td>
<td></td>
<td></td>
<td>85</td>
<td>8</td>
<td>6</td>
<td>1</td>
</tr>
<tr>
<td>Staatsexamen für ein Lehramt</td>
<td></td>
<td></td>
<td>89</td>
<td>3</td>
<td>5</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td>Promotion</td>
<td></td>
<td></td>
<td>85</td>
<td>7</td>
<td>7</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td>Insgesamt</td>
<td></td>
<td></td>
<td>88</td>
<td>5</td>
<td>5</td>
<td>2</td>
</tr>
</tbody>
</table>

HISBUS-Befragung Hirndoping
Hochschulart
Von den Studierenden an Fachhochschulen nimmt ein geringerer Anteil leistungssteigernde Mittel ein als von den Studierenden an Universitäten (Hirndopende und Soft-Enhancende zusammengekommen: 9 % vs. 11 %). Statistisch signifikant unterscheiden sich die in Bild 2.23 ausgewiesenen Anteilswerte für die Studierenden beider Hochschularten allerdings nicht. Der Tendenz nach sind an den Universitäten mehr Männer als Frauen Hirndopende (6 % vs. 5 %), während an den Fachhochschulen der entsprechende Anteil der Frauen höher ausfällt (5 % vs. 4 %). Soft-Enhancende sind hingegen an den Universitäten anteilig signifikant häufiger Frauen als Männer (8 % vs. 3 %), an den Fachhochschulen hingegen lediglich der Tendenz nach (5 % vs. 4 %).

Ergänzend ist noch darauf hinzuweisen, dass es zwischen Bachelor-Studierenden an Universitäten und Fachhochschulen in Bezug auf Hirndoping keine statistisch signifikanten Unterschiede gibt (Hirndopende: Uni 6 %, FH 5 %; Soft-Enhancende: Uni 5 %, FH 4 %). Dies gilt ebenso für die Studierenden beider Hochschularten in Master-Studiengängen (Hirndopende: Uni 6 %, FH 4 %; Soft-Enhancende: Uni 5 %, FH 6 %).

Bisherige Studienzeit – Hochschulsemester
Mit der Zahl der Hochschulsemester – damit auch dem Alter der Studierenden (vgl. Kap. 2.3.2) – erhöht sich statistisch signifikant der Anteil der Studierenden, die als Hirndopende einzustufen sind (Bild 2.24). Während von den Studierenden in den ersten vier Hochschulsemestern 3 % als Hirndopende zu bezeichnen sind, liegt der entsprechende Anteilswert bei den Studierenden, die bereits 13 und mehr Semester an einer Hochschule eingeschrieben sind, mit 8 % mehr als doppelt so hoch. Wie dem Bild 2.24 auch zu entnehmen ist, steigt der Anteil der Hirndopenden in Ab-
hängigkeit von der Semesterzahl sowohl bei den Studierenden an Universitäten als auch denen an Fachhochschulen.

2.4 Hirndoping: Motive, Quellen und Effekte

2.4.1 Motive

So unterschiedlich die Wirkungen der einzelnen Substanzen sind, so unterschiedlich sind auch die Motive, die Hirndoping zur Einnahme leistungssteigernder Mittel bewegen. Entsprechend werden einzelne Motive von den Konsument(inn)en bestimmter Substanzen besonders häufig genannt. Auffällige Unterschiede in den Motiven gibt es auch zwischen Hirndopenden und Soft-Enhncenden sowie zwischen den Geschlechtern.

Das wichtigste Motiv für die Einnahme leistungssteigernder Substanzen ist die Bekämpfung von Nervosität, die von fast jedem Zweiten (48 %) Hirndopenden angegeben wird (Bild 2.25). Frauen geben dies mit 52 % etwas häufiger an als Männer (45 %) (Bild 2.26), wenngleich dieser Unterschied statistisch nicht signifikant ist.

Bild 2.25 Motive der Einnahme leistungssteigernder Mittel nach Hirndoping-Typ in % je Hirndoping-Typ, Mehrfachnennungen möglich

<table>
<thead>
<tr>
<th>Aus welchem Grund genau haben Sie diese Substanzen eingenommen?</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Hirndopende</td>
</tr>
<tr>
<td>Bekämpfung von Nervosität/Lampenfieber</td>
</tr>
<tr>
<td>mit dem Ziel der geistigen Leistungssteigerung</td>
</tr>
<tr>
<td>Schmerzbekämpfung</td>
</tr>
<tr>
<td>Leistungsdruck/Konkurrenzdruck</td>
</tr>
<tr>
<td>aus anderen gesundheitlichen Gründen</td>
</tr>
<tr>
<td>Sonstige Gründe</td>
</tr>
<tr>
<td>unter anderem zur Leistungssteigerung</td>
</tr>
<tr>
<td>Neugier</td>
</tr>
<tr>
<td>high werden/Suche nach dem &quot;Kick&quot;</td>
</tr>
<tr>
<td>weil es andere auch nehmen</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>Soft-Enhncende</th>
<th>Rang</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Bekämpfung von Nervosität/Lampenfieber</td>
<td>64</td>
</tr>
<tr>
<td>mit dem Ziel der geistigen Leistungssteigerung</td>
<td>35</td>
</tr>
<tr>
<td>Schmerzbekämpfung</td>
<td>18</td>
</tr>
<tr>
<td>Leistungsdruck/Konkurrenzdruck</td>
<td>15</td>
</tr>
<tr>
<td>aus anderen gesundheitlichen Gründen</td>
<td>12</td>
</tr>
<tr>
<td>Sonstige Gründe</td>
<td>12</td>
</tr>
<tr>
<td>unter anderem zur Leistungssteigerung</td>
<td>3</td>
</tr>
<tr>
<td>Neugier</td>
<td>3</td>
</tr>
<tr>
<td>high werden/Suche nach dem &quot;Kick&quot;</td>
<td>0</td>
</tr>
<tr>
<td>weil es andere auch nehmen</td>
<td>2</td>
</tr>
</tbody>
</table>

HISBUS-Befragung Hirndoping
Allerdings wirkt sich diese Geschlechtsspezifität in den Motiven auf den Vergleich der Hirndopenden mit den Soft-Enhancenden aus: Soft-Enhancende geben das Motiv der Bekämpfung von Nervosität mit fast zwei Dritteln (64 %) signifikant häufiger als Hirndopende an (Bild 2.25). Diese Disparität hängt auch damit zusammen, dass Soft-Enhancende überwiegend weiblich sind (s. 2.3.2). Signifikante Unterschiede bei diesem Motiv zeigen sich nur zwischen weiblichen Soft-Enhancenden (69 %) und weiblichen Hirndopenden (52 %). Männliche Soft-Enhancende unterscheiden sich hinsichtlich der Nennung dieses Motivs nicht von den männlichen Hirndopenden. Die Unterschiede zwischen Hirndopenden und Soft-Enhancenden sind in diesem Fall also durch die in beiden Gruppen unterschiedliche Zusammensetzung nach Geschlecht bedingt.

Allgemeine geistige Leistungssteigerung wird von jedem Dritten (35 %) Hirndopenden als Motiv genannt (Bild 2.25). Signifikante Unterschiede zwischen den Geschlechtern (Männer: 40 %; Frauen: 29 %; Bild 2.26) oder zu Soft-Enhancenden (35 %) bestehen nicht. Unter den Soft-Enhancenden wird dieses Motiv allerdings von fast der Hälfte der Männer (48 %) und mehr als einem Viertel der Frauen (28 %) genannt.

Ein weiteres Fünftel (21 %) der Hirndopenden geben an, die von ihnen eingenommenen Substanzen „unter anderem zur Leistungssteigerung“ konsumiert zu haben (Bild 2.25). Letzteres wird von Soft-Enhancenden seltener genannt (12 %). Der Zusatz „unter anderem zur Leistungs-

<table>
<thead>
<tr>
<th>Aus welchem Grund genau haben Sie diese Substanzen eingenommen?</th>
<th>Hirndopende: Männer</th>
<th>Hirndopende: Frauen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Bekämpfung von Nervosität/Lampenfieber</td>
<td>45</td>
<td>52</td>
</tr>
<tr>
<td>mit dem Ziel der geistigen Leistungssteigerung</td>
<td>40</td>
<td>29</td>
</tr>
<tr>
<td>Leistungsdruck/Konkurrenzdruck</td>
<td>30</td>
<td>29</td>
</tr>
<tr>
<td>aus anderen gesundheitlichen Gründen</td>
<td>24</td>
<td>32</td>
</tr>
<tr>
<td>Schmerzbekämpfung</td>
<td>23</td>
<td>19</td>
</tr>
<tr>
<td>unter anderem zur Leistungssteigerung</td>
<td>22</td>
<td>24</td>
</tr>
<tr>
<td>Sonstige Gründe</td>
<td>21</td>
<td>19</td>
</tr>
<tr>
<td>Neugier</td>
<td>13</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td>high werden/Suche nach dem &quot;Kick&quot;</td>
<td>12</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td>weil es andere auch nehmen</td>
<td>5</td>
<td>2</td>
</tr>
</tbody>
</table>

HISBUS-Befragung Hirndoping
Einnahme von leistungssteigernden Mitteln


Eine wichtige Rolle für die Hirndopenden spielt ferner die Schmerzbekämpfung (32 %, Bild 2.25). Auch hier unterscheiden sich die Hirndopenden deutlich von den Soft-Enhancenden: Von Letzteren nennt nur knapp ein Fünftel (18 %) dieses Motiv. Schmerzbekämpfung spielt für Frauen eine deutlich größere Rolle. Weibliche Hirndopende geben diesen Grund mit 41 % fast doppelt so häufig an wie Männer (23 %, Bild 2.26). Insbesondere Konsument(inn)en verschiedener Medikamente führen Schmerzbekämpfung überdurchschnittlich häufig als Grund an (57 %) – Männern und Frauen gleichermaßen.

Fast ebenso häufig wie Schmerzbekämpfung wird empfundener Leistungs- und Konkurrenzdru (30 %) genannt (Bild 2.25). Soft-Enhancende geben dieses Motiv nur halb so oft an (15 %). Andere gesundheitliche Gründe als Schmerzbekämpfung veranlassen 28 % der Hirndopenden leistungssteigernde Substanzen einzunehmen (Soft-Enhancende: 12 %). Für 4 % der Hirndopenden sind die das einzige Motiv.

Sonstige Gründe werden ebenfalls vergleichsweise häufig genannt (22 %, Bild 2.25). Hier geben die Studierenden vor allem an, dass sie leistungssteigernde Substanzen zur Beruhigung einnehmen oder um besser schlafen zu können.

Eine geringere Rolle spielen Neugier (9 %) und die Absicht „high zu werden“ bzw. „die Suche nach dem „Kick““ (9 %, Bild 2.25). Beide Motive werden von Männern deutlich häufiger als von Frauen angegeben (ca. 13 % vs. ca. 5 %, Bild 2.26). Sie werden von den Soft-Enhancenden ebenfalls seltener (Neugier: 3 %) bzw. gar nicht „(high werden)“ genannt.


Für die Konsument(inn)en von Amphetaminen, Ecstasy (MDMA) und Kokain ist „geistige Leistungssteigerung“ das wichtigste Motiv. 39 % der Anwender(innen) dieser Substanzen nennen dieses Motiv, 29 % haben zusätzlich angegeben, Hirndoping „unter anderem zur Leistungssteigerung“ zu betreiben und 20 % nennen von diesen beiden Motiven nur die eingeschränkte Va-
33 Formen der Stresskompensation und Leistungssteigerung bei Studierenden

...rante. Insgesamt 22 % bekunden, leistungssteigernde Substanzen zu konsumieren, um „high zu werden“ bzw. weil sei auf der „Suche nach dem ‘Kick’“ sind. Mehr als die Hälfte (54 %) der Konsument(inne)n von Amphetaminen, Ecstasy (MDMA) und Kokain führen zudem Leistungs- und Konkurrenzdruck als Grund für die Einnahme leistungssteigernder Mittel an. Die Eindämmung von Nervosität spielt mit 36 % ebenfalls eine wichtige Rolle für sie. Dies ist im Vergleich zu den übrigen Hirndopenden allerdings ein signifikant geringerer Anteil.

Für die Anwender(inne)n von Betablockern ist die Bekämpfung von Nervosität fast durchgängig ein Motiv für den Konsum (97 %). Für zwei Fünftel (40 %) spielen zudem Leistungs- und Konkurrenzdruck eine Rolle. Ebenfalls von Bedeutung für die Konsument(innen) von Betablockern sind gesundheitliche Gründe (32 %) und geistige Leistungssteigerung (31 %). Die Anteile derjenigen, die beide Motiven nennen, unterscheiden sich allerdings nicht signifikant von den übrigen Hirndopenden.

Die Konsument(innen) verschiedener Medikamente (Schmerz-, Beruhigungs-, Schlafmittel, Antidepressiva) fallen – wie bereits erwähnt – durch das Motiv der Schmerzbekämpfung (57 %) auf. Weitere Beweggründe dieser Gruppe ähneln denen der Gesamtheit der Hirndopenden: Bekämpfung von Nervosität wird von etwa der Hälfte (51 %) genannt, gesundheitliche Gründe von 38 % und das Ziel der geistigen Leistungssteigerung von 29 %. Auf der „Suche nach dem ‘Kick’“ ist mit 0,5 % ein signifikant geringerer Teil als unter den anderen Hirndopenden.

Diejenigen, die ein ihnen unbekanntes Mittel eingenommen haben, unterscheiden sich von den übrigen Hirndopenden dadurch, dass sie vergleichsweise selten Schmerzbekämpfung als Motiv angeben (22 %) und von ihnen anteilig deutlich mehr bekennen, leistungssteigernde Mittel (unter anderem) aus Neugier zu nehmen (21 %).

2.4.2 Anwendungssituationen


Anwendungssituation und Motive der Einnahme

Es steht zu vermuten, dass die Frage, in welcher Situation leistungssteigernde Mittel eingenommen werden, auch davon abhängt, aus welchem Grund die Studierenden zu diesen Mitteln greifen. Tatsächlich werden die einzelnen Anwendungssituationen von Hirndopenden, die jeweils be-
### Bild 2.27 Anwendungssituationen nach Hirndoping-Typ, Motiven, Substanzen und Persönlichkeitsdimensionen

*in %, Mehrfachnennungen möglich*

<p>| Prüfungs- | Prüfungs- | generell | Sonstiges |</p>
<table>
<thead>
<tr>
<th>situation</th>
<th>p</th>
<th>vorbereitung</th>
<th>Stress</th>
<th>p</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td><strong>Enhancement-Typ</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Hirndopende</td>
<td>45</td>
<td>55</td>
<td>53</td>
<td>20</td>
</tr>
<tr>
<td>Soft-Enhancement</td>
<td>60</td>
<td>58</td>
<td>n. s.</td>
<td>35</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Motive</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Schmerzbekämpfung</td>
<td>48</td>
<td>56</td>
<td>68</td>
<td>17</td>
</tr>
<tr>
<td>nicht genannt</td>
<td>43</td>
<td>55</td>
<td>46</td>
<td>21</td>
</tr>
<tr>
<td>andere</td>
<td>35</td>
<td>*</td>
<td>65</td>
<td>*</td>
</tr>
<tr>
<td>nicht genannt</td>
<td>49</td>
<td>60</td>
<td>49</td>
<td>13</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Bekämpfung v. Nervosität</td>
<td>61</td>
<td>***</td>
<td>59</td>
<td>56</td>
</tr>
<tr>
<td>nicht genannt</td>
<td>29</td>
<td>52</td>
<td>51</td>
<td>27</td>
</tr>
<tr>
<td>zur geistigen Leistungssteigerung</td>
<td>50</td>
<td>80</td>
<td>43</td>
<td>*</td>
</tr>
<tr>
<td>nicht genannt</td>
<td>42</td>
<td>42</td>
<td>59</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>u. a. zur geistigen Leistungssteigerung</td>
<td>54</td>
<td>75</td>
<td>52</td>
<td>n. s.</td>
</tr>
<tr>
<td>nicht genannt</td>
<td>42</td>
<td>50</td>
<td>53</td>
<td>21</td>
</tr>
<tr>
<td>high werden/Suche nach dem “Kick”</td>
<td>28</td>
<td>47</td>
<td>74</td>
<td>*</td>
</tr>
<tr>
<td>nicht genannt</td>
<td>46</td>
<td>56</td>
<td>51</td>
<td>19</td>
</tr>
<tr>
<td>Leistungsdruck/Konkurrenzdruck</td>
<td>55</td>
<td>*</td>
<td>62</td>
<td>0,05</td>
</tr>
<tr>
<td>nicht genannt</td>
<td>41</td>
<td>50</td>
<td>49</td>
<td>20</td>
</tr>
<tr>
<td>Neugier</td>
<td>35</td>
<td>73</td>
<td>35</td>
<td>n. s.</td>
</tr>
<tr>
<td>nicht genannt</td>
<td>46</td>
<td>53</td>
<td>55</td>
<td>21</td>
</tr>
<tr>
<td>weil es andere auch nehmen</td>
<td>57</td>
<td>94</td>
<td>63</td>
<td>n. s.</td>
</tr>
<tr>
<td>nicht genannt</td>
<td>44</td>
<td>54</td>
<td>53</td>
<td>20</td>
</tr>
<tr>
<td>Sonstiges</td>
<td>21</td>
<td>***</td>
<td>37</td>
<td>54</td>
</tr>
<tr>
<td>nicht genannt</td>
<td>52</td>
<td>60</td>
<td>53</td>
<td>12</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Substanzen</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Medikamente</td>
<td>47</td>
<td>n. s.</td>
<td>52</td>
<td>58</td>
</tr>
<tr>
<td>nicht genannt</td>
<td>29</td>
<td>55</td>
<td>58</td>
<td>14</td>
</tr>
<tr>
<td>Methylphenidat</td>
<td>45</td>
<td>n. s.</td>
<td>79</td>
<td>41</td>
</tr>
<tr>
<td>genannt</td>
<td>45</td>
<td>50</td>
<td>56</td>
<td>20</td>
</tr>
<tr>
<td>nicht genannt</td>
<td>48</td>
<td>n. s.</td>
<td>84</td>
<td>56</td>
</tr>
<tr>
<td>Amphetamine</td>
<td>44</td>
<td>n. s.</td>
<td>52</td>
<td>53</td>
</tr>
<tr>
<td>genannt</td>
<td>30</td>
<td>**</td>
<td>47</td>
<td>69</td>
</tr>
<tr>
<td>nicht genannt</td>
<td>49</td>
<td>n. s.</td>
<td>58</td>
<td>48</td>
</tr>
<tr>
<td>Cannabis</td>
<td>68</td>
<td>n. s.</td>
<td>45</td>
<td>58</td>
</tr>
<tr>
<td>nicht genannt</td>
<td>42</td>
<td>n. s.</td>
<td>57</td>
<td>52</td>
</tr>
<tr>
<td>Betablocker</td>
<td>46</td>
<td>n. s.</td>
<td>56</td>
<td>58</td>
</tr>
<tr>
<td>genannt</td>
<td>46</td>
<td>53</td>
<td>63</td>
<td>14</td>
</tr>
<tr>
<td>nicht genannt</td>
<td>40</td>
<td>n. s.</td>
<td>59</td>
<td>43</td>
</tr>
<tr>
<td>Verträglichkeit</td>
<td>41</td>
<td>n. s.</td>
<td>59</td>
<td>63</td>
</tr>
<tr>
<td>(sehr) hoch (sehr) niedrig</td>
<td>52</td>
<td>n. s.</td>
<td>50</td>
<td>58</td>
</tr>
<tr>
<td>Gewissenhaftigkeit</td>
<td>52</td>
<td>n. s.</td>
<td>50</td>
<td>58</td>
</tr>
<tr>
<td>(sehr) hoch (sehr) niedrig</td>
<td>32</td>
<td>*</td>
<td>61</td>
<td>44</td>
</tr>
<tr>
<td>Neurotizmus</td>
<td>46</td>
<td>n. s.</td>
<td>55</td>
<td>58</td>
</tr>
<tr>
<td>genannt</td>
<td>37</td>
<td>n. s.</td>
<td>74</td>
<td>38</td>
</tr>
<tr>
<td>nicht genannt</td>
<td>43</td>
<td>n. s.</td>
<td>56</td>
<td>55</td>
</tr>
<tr>
<td>Offenheit für neue Erfahrungen</td>
<td>47</td>
<td>n. s.</td>
<td>50</td>
<td>53</td>
</tr>
<tr>
<td>genannt</td>
<td>47</td>
<td>50</td>
<td>53</td>
<td>n. s.</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Signifikanzniveaus: * p<0,5; ** p<0,1; *** p<0,01

1 nur Hirndopende, die nicht mehr als eine Substanz einnehmen

---

**Einnahme von leistungssteigernden Mitteln**

Formen der Stresskompensation und Leistungssteigerung bei Studierenden

---

HISBUS-Befragung Hirndoping
stimmt die entsprechende Motiv nicht genannt haben.

Dass leistungssteigernde Substanzen zur Prüfungsvorbereitung eingesetzt werden, wird besonders häufig von denen angegeben, die Hirndoping zur geistigen Leistungssteigerung betreiben. Vier Fünftel (80 %) derjenigen, die dieses Motiv genannt haben, nehmen leistungssteigernde Mittel während der Prüfungsvorbereitung (Bild 2.27). Bei denjenigen, die leistungssteigernde Mittel nehmen, weil andere es auch tun, sind es sogar 94 %. Auch wer leistungssteigernde Mittel aus Neugier nimmt oder wer Leistungs- und Konkurrenzdruck verspürt, wendet leistungssteigernde Mittel signifikant häufiger als andere zur Prüfungsvorbereitung an (Neugier: 73 %; Leistungs-/Konkurrenzdruck: 68 %). Seltener wird diese Anwendungssituation von denjenigen genannt, die leistungssteigernde Mittel aus anderen gesundheitlichen Gründen als der Schmerzbekämpfung (43 %) sowie aus sonstigen Gründen (37 %) nehmen.

Hirndoping bei generellem Stress taucht auffällig häufig bei denjenigen auf, die high werden möchten (74 %) oder die Schmerzbekämpfung (68 %) oder andere gesundheitliche Gründe (65 %) als Motiv für die Einnahme leistungssteigernder Substanzen anführen (Bild 2.27). Auch wenn leistungssteigernde Mittel aufgrund von Leistungs- oder Konkurrenzdruck eingenommen werden, scheint die Einnahme anteilig häufiger bei generellem Stress zu erfolgen als wenn dies nicht das Motiv der Einnahme ist. Wer Hirndoping zur geistigen Leistungssteigerung betreibt, nimmt leistungssteigernde Substanzen hingegen seltener als andere Hirndopende bei generellem Stress.

Diejenigen, die Hirndoping zur Bekämpfung von Nervosität betreiben, nehmen leistungssteigernde Mittel zu 61 % kurz vor bzw. während einer Prüfung (Bild 2.27). Nervosität ist für Soft-Enhancende ein noch wichtigeres Motiv als für Hirndopende (s. o.), was möglicherweise eine weitere Erklärung dafür ist, dass Soft-Enhancende diese Anwendungssituation anteilig häufiger nennen als Hirndopende. Signifikant seltener als von anderen Hirndopenden wird die Anwendung leistungssteigernder Substanzen in Zusammenhang mit Prüfungssituationen von denjenigen genannt, die sonstige Motive (Schlafverbesserung, s. o.) für Hirndoping angeführt haben.

Diese Hirndopenden geben anteilig häufiger als andere Hirndopende auch sonstige Anwendungssituationen an (Bild 2.27). Unter sonstigen Anwendungssituationen haben die Studierenden zu weiten Teilen von täglicher (und daher unspezifischer) Anwendung gesprochen oder angegeben, dass sie entsprechende Mittel vor dem Schlafengehen einnehmen. Ein Drittel (36 %) derjenigen, die leistungssteigernde Mittel aus gesundheitlichen Gründen einnehmen, hat ebenfalls sonstige Situationen angegeben, was ein auffällig hoher Anteil ist.

**Anwendungssituation und eingenommene Substanzen**

Da mit den einzelnen Substanzen auch unterschiedliche Motive verknüpft sind und die Substanzen des Hirndopings sehr unterschiedliche Wirkungen haben, ist auch hier zu erwarten, dass die verschiedenen Anwendungssituationen von den Konsument(inn)en der einzelnen Substanzen unterschiedlich häufig genannt werden.

Dass leistungssteigernde Mittel zur Prüfungsvorbereitung eingenommen werden, wird von mehr als vier Fünfteln (84 %) der Konsument(inn)en von Amphetaminen und fast ebenso vielen Methylphenidat-Konsument(inn)en (79 %) angeführt (Bild 2.27). Dies korrespondiert mit der Tatsache, dass diese Anwendungssituation auch von denjenigen, die das Motiv der geistigen Leistungssteigerung verfolgen, häufiger genannt wird. Das Motiv spielt für die Anwender(innen) der beiden genannten Substanzen eine wichtige Rolle (s. o.).

Genereller Stress als Anlass für die Einnahme leistungssteigernder Substanzen wird von Cannabis-Konsument(inn)en mit 69 % signifikant häufiger als von anderen Hirndopenden ge-
nannt (Bild 2.27). Methylphenidat-Anwender(innen) nennen generellen Stress als Anwendungssituation hingegen signifikant seltener als Hirndopende, die dieses Mittel nicht nehmen (41 % vs. 56 %). Vergleichsweise häufig wird Hirndoping in Zusammenhang mit Prüfungssituationen von Betablocker-Konsument(innen) berichtet: 68 % der Betablocker-Anwender(innen) geben dies an. Dies dürfte in Zusammenhang damit stehen, dass fast alle der Betablocker-Konsument(innen) die Bekämpfung von Nervosität als Motiv anführen (s. o.) und dass diejenigen, die dieses Motiv nennen, ebenfalls besonders häufig Prüfungssituationen als Anlass für die Einnahme leistungssteigernder Mittel nennen.

Sonstige Anwendungssituationen werden mit 5 % nur von einem geringem Anteil der Betablocker-Anwender(innen) genannt (Bild 2.27). Ansonsten gibt es bei dieser Anwendungssituation keine substanzbezogenen Auffälligkeiten.

**Anwendungssituation und Persönlichkeitsdimension**

Beim Vergleich der Hirndopenden mit unterschiedlich starker Ausprägung der einzelnen Persönlichkeitsdimensionen zeigen sich nur wenige Unterschiede bezüglich der Häufigkeit der Nennung der verschiedenen Anwendungssituationen. Hirndopende mit (sehr) niedrigen Neurotizismuswerten haben mit 74 % auffällig häufig angegeben, dass sie leistungssteigernde Mittel zur Prüfungsvorbereitung einsetzen (Bild 2.27). Von denjenigen mit (sehr) hohen Neurotizismuswerten sagen dies 55 % und damit ein ebenso hoher Anteil wie in der Gesamtheit der Hirndopenden.

Genereller Stress wird dagegen von Hirndopenden mit (sehr) niedrigen Neurotizismuswerten anteilig seltener als von solchen mit (sehr) starkem Neurotizismus als Anwendungssituation genannt (38 % vs. 58 %).

Hirndopende mit (sehr) niedriger Gewissenhaftigkeit fallen dadurch auf, dass sie zu einem vergleichsweise geringen Anteil (32 %) leistungssteigernde Substanzen in Prüfungssituationen einnehmen.

### 2.4.3 Informationsquellen

Die Hirndopenden haben auf verschiedenen Wegen von der Substanz bzw. von den eingesetzten Mitteln zur Leistungssteigerung erfahren. Ärzt(inn)en und anderes medizinisches Personal spielen hierbei eine Schlüsselrolle. 44 % der Hirndopenden haben auf diesem Weg Kenntnis von der betreffenden Substanz erhalten (Bild 2.28). Diese Kenntnisquelle wird von Frauen deutlich häufiger als von Männern genannt (50 % vs. 40 %). Von den Soft-Enhancer geben mit 28 % deutlich weniger an, durch Ärzt(inn)en oder medizinisches Fachpersonal von leistungssteigernden Substanzen erfahren zu haben. Dennoch ist dies für sie die dritt wichtigste Informationsquelle.

Auffällig ist weiterhin, dass drei Fünftel (63 %) der Anwender(innen) von Betablockern von Ärzt(inn)en(n) oder medizinischem Personal Kenntnis über leistungssteigernde Substanzen erhalten haben. Fast ebenso viele Studierende der Fachrichtung Medizin (61 %) geben diese Kenntnisquelle an und damit statistisch signifikant mehr als Studierende anderer Fachrichtungen. Als signifikant erweist sich außerdem, dass zwei Drittel (67 %) derjenigen mit nach eigenen Aussagen „häufigem“ Konsum leistungssteigernder Mittel durch Ärzt(inn)en(n) oder medizinisches Personal von der/den Substanz(en) erfahren haben.

Eine weitere bedeutsame Informationsquelle sind Freunde und Bekannte: Fast zwei Fünftel (39 %) der Hirndopenden haben über diesen Weg von leistungssteigernden Mitteln erfahren (Bild...
Einnahme von leistungssteigernden Mitteln

Formen der Stresskompensation und Leistungssteigerung bei Studierenden

Bild 2.28 Informations- und Bezugsquellen über/für leistungssteigernde Substanzen nach Hirndoping-Typ in % je Hirndoping-Typ, Mehrfachnennungen möglich

<table>
<thead>
<tr>
<th>Art der Quelle</th>
<th>Informationsquellen</th>
<th>Bezugsquellen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>Hirndopende</td>
<td>Soft-Enhancende</td>
</tr>
<tr>
<td>Information: Arzt(inn)en, med. Fachpersonal Bezugsquelle: ärztliche Verschreibung</td>
<td>44</td>
<td>28</td>
</tr>
<tr>
<td>Freunde/Bekannte</td>
<td>39</td>
<td>31</td>
</tr>
<tr>
<td>Internet</td>
<td>24</td>
<td>13</td>
</tr>
<tr>
<td>Kommiliton(inn)en</td>
<td>21</td>
<td>14</td>
</tr>
<tr>
<td>Apotheker(in), Apotheke</td>
<td>19</td>
<td>34</td>
</tr>
<tr>
<td>Verwandte</td>
<td>15</td>
<td>23</td>
</tr>
<tr>
<td>Drogeriemärkte</td>
<td>6</td>
<td>22</td>
</tr>
<tr>
<td>Einzelhandel</td>
<td>1</td>
<td>8</td>
</tr>
<tr>
<td>Printmedien</td>
<td>9</td>
<td>3</td>
</tr>
<tr>
<td>TV</td>
<td>6</td>
<td>6</td>
</tr>
<tr>
<td>Sonstiges</td>
<td>8</td>
<td>3</td>
</tr>
</tbody>
</table>


Vor allem die Konsument(inn)en von Amphetaminen (76 %) und Cannabis (70 %) geben an, von Freunden und Bekannten von leistungssteigernden Substanzen erfahren zu haben. Das Gleiches gilt für Ecstasy (76 %) und Kokain (55 %).

Bei allen diesen Substanzen ist zu berücksichtigen, dass sie häufig in Kombination mit anderen Mitteln eingenommen werden. Dadurch kann nicht eindeutig festgestellt werden, ob sich die Informationsquelle „Freunde/Bekannte“ tatsächlich auf die jeweilige Substanz bezieht. Dennoch erscheint es gerade bei illegalen Drogen sehr wahrscheinlich, dass die Kenntnis von diesen Substanzen (ebenso wie die Substanz selbst, s. u.) – vor allem auch hinsichtlich des leistungssteigernden Gebrauchs – über das direkte soziale Umfeld verbreitet wird. Bei Cannabis bleiben die Unterschiede zwischen Konsument(inn)en dieser Substanz und übrigen Hirndopenden zudem auch dann signifikant, wenn ausschließlich Hirndopende berücksichtigt werden, die nur eine einzige Substanz nehmen.

In das nahe soziale Umfeld können auch Kommiliton(inn)en eingeschlossen werden. Sie werden von 21 % aller Hirndopenden als Informationsquelle angegeben (Bild 2.28) und wiederum besonders häufig von den Konsument(inn)en illegaler Drogen aber auch methylphenidathaltiger Substanzen genannt. Soft-Enhancende erfahren mit 14 % nicht signifikant seltener über ihre Kommiliton(inn)en von leistungssteigernden Substanzen.

Das Internet ist für 24 % der Hirndopenden eine der Quellen, über die sie von den Substanzen erfahren haben, die sie letztendlich auch eigenommen haben (Bild 2.28). Das Internet wird von einem Drittel der Männer (33 %), aber nur von 14 % der Frauen als Kenntnisquelle angeführt. Entsprechend wird es von Studierenden in den männerdominierten Fächergruppen Ingenieurwissenschaften und Mathematik/Naturwissenschaften mit 32 % häufiger genannt als von Studierenden anderer Fachrichtungen (20 %). Vor allem die Konsument(inn)en von Betablockern (34 %) und Methylphenidat (32 %) kennzeichnen das Internet als Informationsquelle, wenngleich die Unterschiede zu den jeweiligen übrigen Hirndopenden statistisch nicht signifikant sind. Soft-Enhancende nutzen das Internet mit 13 % signifikant seltener als Hirndopende, um sich über leistungssteigernde Mittel zu informieren.
Apotheker(innen) werden von 19 % der Hirndopenden als Informationsquelle genannt (Bild 2.28). Für Soft-Enhancende sind Apotheker(innen) mit reichlich einem Drittel (34 %) der wichtigsten Weg, auf dem sie von leistungssteigernden Mitteln erfahren.

Soft-Enhancende wissen zudem signifikant häufiger als Hirndopende durch Verwandte von leistungssteigernden Substanzen (Hirndopende: 15 %; Soft-Enhancende: 23 %, Bild 2.28). Drogerien spielen ebenfalls eine deutlich größere Rolle für sie (22 %) als für Hirndopende (6 %). Dies trifft auch auf den Einzelhandel zu, über den 8 % der Soft-Enhancenden und 1,4 % der Hirndopenden Kenntnis von den von ihnen eingenommenen Mitteln haben. Printmedien und sonstige Informationsquellen werden wiederum von Hirndopenden vergleichsweise häufiger als von Soft-Enhancenden genutzt (Printmedien: 9 % vs. 3 %; Sonstiges: 8 % vs. 3 %).

### 2.4.4 Bezugsquellen

Ähnlich wie bei den Informationsquellen gilt für die Beschaffung von leistungssteigernden Substanzen, dass Ärzt(inn)en die wichtigste Rolle spielen. 43 % der Hirndopenden bekommen entsprechende Präparate über eine ärztliche Verschreibung. Der Unterschied zu den Soft-Enhancenden, von denen knapp jede(r) Siebte (14 %) diese Quelle nutzt, ist bei der Beschaffung noch deutlicher als bei der Information über leistungssteigernde Mittel.

Die Apotheken haben für den Bezug von leistungssteigernden Mittel eine höhere Bedeutung als bei der Information über sie. 42 % der Hirndopenden haben sich entsprechende Substanzen aus der Apotheke besorgt (Bild 2.28). Für die Soft-Enhancenden sind die Apotheken mit 59 % die mit Abstand wichtigste Bezugsquelle.

Für beide Beschaffungswege ist festzustellen, dass sie von weiblichen Hirndopenden tendenziell häufiger als von Männern in Anspruch genommen werden. 46 % der Frauen und 40 % der Männer beziehen leistungssteigernde Substanzen über eine ärztliche Verschreibung; die Apotheke als Bezugsquelle geben 47 % der Frauen, aber lediglich 37 % der Männer an.

Mit zwei Dritteln (67 %) nutzen Studierende der Fächergruppe Medizin/Gesundheitswissenschaften den Weg der ärztlichen Verschreibung signifikant häufiger als Studierende anderer Fächergruppen. Gleiches gilt für die Anwender(innen) von Betablockern, von denen 64 % leistungssteigernde Mittel von Arzt(innen) verschrieben bekommen, während dies nur für 39 % der Hirndopenden gilt, die keine Betablocker nehmen. Außerdem zeigt sich bei der Beschaffung via ärztliche Verschreibung wie auch bei den Informationsquellen, dass Hirndopende mit häufigem Konsum ebenfalls zu einem vergleichsweise großen Teil (63 %) eine ärztliche Verschreibung für leistungssteigernde Substanzen haben. Offenbar haben Personen, die aus (vermeintlich) fachlicher Quelle von einer Substanz erfahren und/oder diese verschrieben bekommen haben, weni ger Bedenken im Umgang mit leistungssteigernden Mitteln.

Die dritt wichtigste Bezugsquelle stellen mit 28 % Freunde und Bekannte dar (Bild 2.28). Sie spielen, wie bereits anhand der Kenntnisquellen angenommen, vor allem für die Konsument(innen) von Cannabis (69 %) und Amphetaminen (67 %) eine wichtige Rolle bei der Beschaffung. Abermals ist dieser Befund für die Cannabis-Konsument(innen) auch dann signifikant, wenn nur Hirndopende ohne Mehrfachnehmen berücksichtigt werden. Ebenfalls für beide Gruppen bedeutsam sind Kommiliton(innen), die insgesamt von 9 % der Hirndopenden als Bezugsquelle angegeben werden (Cannabis-Konsument(innen): 17 %; Amphetamin-Konsument(innen): 22 %).
Mehr als jeder Zehnte (11 %) der Hirndopenden kauft leistungssteigernde Substanzen in Drogerien (Bild 2.28). Drogerien dienen Frauen signifikant häufiger als Bezugsquelle als Männern (15 % vs. 7 %).

Das Internet spielt bei der Beschaffung von leistungssteigernden Mitteln eine geringere Rolle als bei der Information. Ein Zehntel (10 %) der Hirndopenden bestellen Substanzen über das Internet (Bild 2.28). Signifikante Unterschiede zwischen den Geschlechtern können bei der Nutzung des Internets als Bezugsquelle nicht festgestellt werden, auch wenn Männer mit 13 % das Internet häufiger zu diesem Zwecke nutzen als Frauen (6 %). In den Fachrichtungen Ingenieurwissenschaften und Mathematik/Naturwissenschaften wird das Internet häufiger als von Studierenden anderer Fächergruppen zur Beschaffung genutzt (14 % bzw. 18 %), statistische signifikante sind diese Unterschiede jedoch nicht. Gleiches gilt für die vergleichsweise starke Nutzung des Internets zur Beschaffung leistungssteigernder Substanzen seitens der Konsument(inn)en von Methylyphenidat (15 %).


2.4.5 Erzielte Effekte

58 % der Hirndopenden geben an, mit der Einnahme der Substanz(en) den gewünschten Effekt erzielt zu haben (Bild 2.29). 36 % können es nicht genau sagen und 6 % verneinen die Frage, ob der gewünschte Effekt erzielt worden ist. Männer und Frauen stellen dies jeweils zu ähnlich großen Anteilen fest. Auch die Häufigkeit der Einnahme hat keinen signifikanten Einfluss darauf, ob Hirndopende die beabsichtigte Wirkung erzielten oder nicht, wenngleich 70 % derjenigen, die „häufig“ leistungssteigernde Substanzen nehmen, dies bejahen.

Bei der Beurteilung, ob die gewünschte Wirkung erreicht wurde, unterscheiden sich die Anwender(innen) verschiedener Substanzen kaum voneinander. Dabei wurden nur diejenigen berücksichtigt, die nur eine einzige Substanz einnehmen. Lediglich für Hirndopende, die eine ihnen unbekannte Substanz einnehmen, kann festgestellt werden, dass sie mit 32 % anteilig seltener angeben, den gewünschten Effekt erreicht zu haben bzw. sie das häufiger als andere Hirndopende ohne Mehrfacheinnahmen nicht genau sagen können (58 %).

Diejenigen, die die gewünschte Wirkung erreicht haben, wurden gebeten, die Stärke des Effektes auf einer fünfstufigen Skala einzuschätzen (1 = „sehr schwach“, 5 = „sehr stark“). 72 % von ihnen schätzen die Wirkung als „stark“ bis „sehr stark“ ein (Skalenwerte 4 und 5, Bild 2.30). Als „sehr schwach“ wurde der Effekt der Substanzen nie eingestuft.

Fast die Hälfte der Soft-Enhancer (48 %) gibt an, den gewünschten Effekt erzielt zu haben (Bild 2.29). Dies sind etwas weniger als unter den Hirndopenden, die Abweichung ist jedoch nicht signifikant. Etwas mehr als zwei Fünftel (42 %) können nicht genau sagen, ob die gewünschte Wirkung eingetreten ist. Die Stärke des erzielten Effektes schätzen Soft-Enhancer signifikant geringer ein. 59 % beurteilen die Wirkung als stark bis sehr stark (Bild 2.30). Der Mittelwert der Soft-Enhancer liegt mit 3,60 signifikant unter dem der Hirndopenden (3,89).
3 Leistungsdruck und Stresswahrnehmung

3.1 Leistungsdruck: Bereiche, Ausmaß und Entwicklung

Die Studierenden waren gebeten worden einzuschätzen, wie stark sie in den Bereichen Studium, Job neben dem Studium, Freizeit/Hobbys und familiäre Probleme Leistungsdruck verspüren. Die Einschätzung war für jeden der vorgegebenen Bereich auf einer 5er-Skala von überhaupt nicht (=1) bis sehr stark (=5) vorzunehmen.

Nach den in Bild 3.1 ausgewiesenen Ergebnissen fühlen sich mehr als drei Viertel der Studierenden im Studium einem erheblichen Leistungsdruck ausgesetzt (Skalenwerte 4+5: 79 %). Gut 16 % äußern sich unentschieden und gut 5 % studieren frei von Leistungsdruck. Der aus den Angaben resultierende durchschnittliche Skalenwert liegt bei den Frauen mit 4,05 signifikant höher als bei den Männern mit 3,97. Mit anderen Worten: Frauen beurteilen den Leistungsdruck im Studium höher als Männer. Vor allem der Anteil der Frauen, die den Leistungsdruck im Studium als sehr stark empfinden, liegt mit 34 % deutlich höher als bei den Männern mit 27 %.

Durch einen Job neben dem Studium verspüren 31 % der Studierenden (sehr) starken Leistungsdruck (Skalenwerte 4+5 zusammen). Bei Männern und Frauen sind diesbezüglich keine statistisch signifikanten Unterschiede festzustellen. Allerdings wurden bei den in Bild 3.1 ausgewiesenen Ergebnissen auch die Antworten der Studierenden berücksichtigt, die auf die Frage nach dem Zeitaufwand, der wöchentlich im Wintersemester 2010/11 in Erwerbstätigkeit investiert wurde, keine Angabe machten oder null Stunden angaben (also nicht erwerbstätig waren).

Beschränkt auf die 62 % der Studierenden, die im Wintersemester 2010/11 Zeit in eine Erwerbstätigkeit investierten, berichten knapp 40 %, dass sie dadurch Leistungsdruck verspüren. Von den Studierenden, die einer Erwerbstätigkeit im Umfang von bis zu 20 Stunden pro Woche nachgehen, verbinden damit 35 % starken Leistungsdruck (Männer: 34 %, Frauen: 36 %). Dieser Anteilswert steigt auf 62 % bei den Studierenden, die wöchentlich mehr als 20 Stunden erwerbstätig sind (Männer: 58 %, Frauen: 66 %).

Bild 3.1 Subjektive Einschätzung des Leistungsdrucks für ausgewählte Bereiche
Studierende nach ihrem Urteil je Bereich, in %

<table>
<thead>
<tr>
<th>Wie stark verspüren Sie in den genannten Bereichen Leistungsdruck?</th>
<th>Bereich</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>Studium</td>
</tr>
<tr>
<td>1 = überhaupt nicht</td>
<td>1</td>
</tr>
<tr>
<td>2</td>
<td>4</td>
</tr>
<tr>
<td>3</td>
<td>16</td>
</tr>
<tr>
<td>4</td>
<td>48</td>
</tr>
<tr>
<td>5 = sehr stark</td>
<td>31</td>
</tr>
<tr>
<td>Insgesamt</td>
<td>100</td>
</tr>
</tbody>
</table>

**durchschnittlicher Skalenwert:**
- Männer
  - Konfidenzintervall 95 %
    - 3,93 - 4,00
  - 2,64 - 2,74
    - 2,19 - 2,27
  - 2,37 - 2,46
  - 2,41
- Frauen
  - Konfidenzintervall 95 %
    - 4,06 - 4,13
  - 2,69 - 2,78
    - 2,05 - 2,12
  - 2,55 - 2,63

HISBUS-Befragung Hirndoping
Mit der Gestaltung der Freizeit/dem Nachgehen von Hobbys verbinden erwartungsgemäß mit Abstand die wenigsten Studierenden Leistungsdruck (11 %) – Männer etwas häufiger als Frauen (12 % vs. 9 %). Wesentlich häufiger sehen sich Studierende mit Stress im familiären Bereich konfrontiert (20 %). Frauen sind von Stress im familiären Bereich deutlich häufiger betroffen als Männer (23 % vs. 16 %).

Zusammenfassend ist anzumerken, dass 87 % der befragten Studierenden in mindestens einem der abgefragten Bereiche starken bis sehr starken Leistungsdruck verspüren (Frauen: 89 %, Männer: 86 %). 49 % nannten lediglich einen Bereich (Frauen: 48 %, Männer: 50 %), während von 38 % der Studierenden in mehreren Bereichen starker bis sehr starker Leistungsdruck empfunden wird (Frauen: 41 %, Männer: 36 %). Nachfolgend werden die Anteile der Studierende aufgeführt, die lediglich einen Bereich angaben und ergänzend die Anteile für die am häufigsten angegebenen Bereichskombinationen:

<table>
<thead>
<tr>
<th>Bereich/Bereichskombinationen</th>
<th>Studierende</th>
<th>Studentinnen</th>
<th>Studenten</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>nur Studium</td>
<td>42</td>
<td>41</td>
<td>42</td>
</tr>
<tr>
<td>nur Job</td>
<td>4</td>
<td>4</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td>nur Familie</td>
<td>2</td>
<td>2</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td>nur Freizeit/Hobby</td>
<td>1</td>
<td>1</td>
<td>1</td>
</tr>
<tr>
<td>Studium und Job</td>
<td>15</td>
<td>16</td>
<td>15</td>
</tr>
<tr>
<td>Studium und Familie</td>
<td>8</td>
<td>11</td>
<td>6</td>
</tr>
<tr>
<td>Studium, Job und Familie</td>
<td>4</td>
<td>5</td>
<td>4</td>
</tr>
<tr>
<td>Studium und Freizeit</td>
<td>3</td>
<td>2</td>
<td>4</td>
</tr>
<tr>
<td>Studium, Familie und Freizeit</td>
<td>2</td>
<td>2</td>
<td>2</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Auffällig aber wohl immer noch erwartungsgemäß ist, dass Frauen deutlich häufiger durch die Kombination von Studium und Familie unter Leistungsdruck stehen.

**Einschätzung der Entwicklung des Leistungsdrucks**


Es liegt nahe, dass diese Entwicklung von den Studierenden, die aktuell zumindest in einem der abgefragten Bereiche Leistungsdruck verspüren, anders beurteilt wird als von denen, die sich in keinem der Bereiche starkem bis sehr starkem Leistungsdruck ausgesetzt sehen (Bild 3.2).

Von den Studierenden, die aktuell Leistungsdruck verspüren, geht der weitaus größte Teil davon aus, dass der Leistungsdruck in den letzten Jahren stark (46 %) bis sehr stark (26 %) zugenommen hat. Dabei fällt unter den Frauen der Anteil, der eine sehr starke Zunahme des Leistungsdrucks konstatiert, deutlich höher aus als unter den Männern (28 % vs. 24 %).

Unter den Männern und Frauen, die aktuell keinen starken bis sehr starken Leistungsdruck verspüren, geht hingegen nur eine Minderheit davon aus, dass in den letzten Jahren der Leistungsdruck zugenommen hat – stark: 20 %, sehr stark: 1 %. Diesbezüglich unterscheiden sich die vergleichbaren Männer und Frauen nur marginal.
Leistungsdruck und Stresswahrnehmung

Im folgenden Bild 3.3 ist dargestellt, wie die Studierenden, die starken bis sehr starken Leistungsdruck im Studium, durch den Job neben dem Studium, durch Freizeit/Hobbys oder im familiären Bereich verspüren, jeweils die Zunahme des Leistungsdrucks in den letzten Jahren beurteilen. Da nach gehen Studierende, die aktuell in einem der Bereiche starken Leistungsdruck konstatieren, deutlich häufiger als im Durchschnitt aller Studierenden davon aus, dass generell der Leistungsdruck in den letzten Jahren sehr stark zugenommen hat. Am höchsten ist dieser Anteil unter denen, die aktuell einen erheblichen Leistungsdruck im familiären Bereich oder durch den neben dem Studium ausgeübten Job verspüren.

Bild 3.2 Subjektive Einschätzung der Entwicklung des Leistungsdrucks – Studierende danach differenziert, ob aktuell Leistungsdruck verspürt wird

<table>
<thead>
<tr>
<th>Hat Ihr Leistungsdruck nach Ihrem Empfinden in den letzten Jahren zugenommen?</th>
<th>Wird aktuell starker bis sehr starker Leistungsdruck verspürt?</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Studierende</td>
<td>Studentinnen</td>
</tr>
<tr>
<td>ja</td>
<td>nein</td>
</tr>
<tr>
<td>1 = überhaupt nicht</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td>2</td>
<td>6</td>
</tr>
<tr>
<td>3</td>
<td>19</td>
</tr>
<tr>
<td>4</td>
<td>46</td>
</tr>
<tr>
<td>5 = sehr stark</td>
<td>26</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Insgesamt: 100 100 100 100 100 100

durchschnittlicher Skalenwert: 3,89 2,57 3,93 2,63 3,84 2,52
Konfidenzintervall 95 %: -3,91 -2,65 -3,97 -2,74 -3,88 -2,64

HISBUS-Befragung Hirndoping

Schließlich ist noch darauf hinzuweisen, dass Studierende, die bereits über einen ersten Hochschulabschluss verfügen, weniger häufig von einer starken Zunahme des Leistungsdrucks in den letzt-

13 Das sind mehrheitlich Studierende, die bereits den Bachelor erworben haben und aktuell den Master anstreben (92 % der Studierenden, die bereits über einen Hochschulabschluss verfügen).
ten Jahren ausgehen als die Studierenden, die einen ersten Abschluss anstreben (62 % vs. 68 %). In Abhängigkeit vom Alter der Studierenden ist hingegen kein statistisch signifikanter Unterschied bei der Einschätzung der Entwicklung des Leistungsdrucks in den letzten Jahren zu beobachten.

Leistungsdruck und Hirndoping

Bild 3.4 Leistungsdruck und Hirndoping – Anteil der Hirndopenden und Soft-Enhancenden
Studierende, Anteil von allen je Zeile in %

<table>
<thead>
<tr>
<th>Wie stark verspüren Sie in den genannten Bereichen Leistungsdruck?</th>
<th>Anteil der Hirndopenden und Soft-Enhancenden in Abhängigkeit vom Leistungsdruck</th>
<th>im Studium</th>
<th>durch den Job neben dem Studium</th>
<th>durch Freizeit/Hobbies</th>
<th>im familiären Bereich</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>Hirndoping</td>
<td>Soft-Enhancing</td>
<td>Hirndoping</td>
<td>Soft-Enhancing</td>
<td>Hirndoping</td>
</tr>
<tr>
<td>1 = überhaupt nicht</td>
<td>1,4</td>
<td>-</td>
<td>3,6</td>
<td>4,9</td>
<td>4,4</td>
</tr>
<tr>
<td>2</td>
<td>4,1</td>
<td>1,4</td>
<td>4,2</td>
<td>5,3</td>
<td>5,5</td>
</tr>
<tr>
<td>3</td>
<td>2,8</td>
<td>2,8</td>
<td>6,0</td>
<td>5,2</td>
<td>5,7</td>
</tr>
<tr>
<td>4</td>
<td>4,2</td>
<td>4,6</td>
<td>6,1</td>
<td>4,7</td>
<td>6,0</td>
</tr>
<tr>
<td>5 = sehr stark</td>
<td>8,7</td>
<td>7,9</td>
<td>11,0</td>
<td>5,6</td>
<td>7,0</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Bei Studierenden, die in mehr als einem Bereich sehr starken Leistungsdruck verspüren (gut 6 % von allen), fällt der Anteil der Hirndopenden mit 13 % tendenziell noch höher aus. Hervorzuheben sind hier zwei Teilgruppen:

1. Diejenigen, die sich sowohl im Studium als auch durch den Job neben dem Studium sehr starken Leistungsdruck ausgesetzt sehen (knapp 3 % von allen). In dieser Gruppe erreicht der Anteil der Hirndopenden 12 %.
2. Diejenigen, bei denen sowohl durch das Studium als auch durch die Familie starker Leistungsdruck ausgeübt wird (rd. 2 % von allen). In dieser Teilgruppe liegt die Quote der Hirndopenden bei 12 %. Ebenfalls relativ hoch fällt hier auch die Quote der Soft-Enhancenden mit 10 % aus.

Die in Abhängigkeit von den Antworten der Studierenden auf die Frage, ob der Leistungsdruck in den letzten Jahren zugenommen hat, berechneten Anteile derjenigen, die leistungssteigernde
Leistungsdruck und Stresswahrnehmung

Bild 3.5 Entwicklung des Leistungsdrucks und Hirndoping – Anteil der Hirndopenden und Soft-Enhancenden nach dem Geschlecht

Anteil von allen je Zeile in %

<table>
<thead>
<tr>
<th>Hat der Leistungsdruck nach Ihrem Empfinden in den letzten Jahren zugenommen?</th>
<th>Studierende insgesamt</th>
<th>Studenten</th>
<th>Studentinnen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>1 = überhaupt nicht</td>
<td>Hirndopende</td>
<td>Soft-Enhancende</td>
<td>Hirndopende</td>
</tr>
<tr>
<td>1</td>
<td>3,5</td>
<td>1,9</td>
<td>4,4</td>
</tr>
<tr>
<td>2</td>
<td>2,3</td>
<td>2,9</td>
<td>2,0</td>
</tr>
<tr>
<td>3</td>
<td>2,9</td>
<td>3,9</td>
<td>3,4</td>
</tr>
<tr>
<td>4</td>
<td>4,6</td>
<td>4,6</td>
<td>4,9</td>
</tr>
<tr>
<td>5 = sehr stark</td>
<td>10,0</td>
<td>8,8</td>
<td>11,1</td>
</tr>
<tr>
<td>Insgesamt</td>
<td>5,3</td>
<td>5,2</td>
<td>5,6</td>
</tr>
</tbody>
</table>


Resümierend ist anzumerken, dass stark empfundener Leistungsdruck, unabhängig in welchem Bereich er verspürt wird, die Einnahmewahrscheinlichkeit von leistungssteigernden Mitteln offensichtlich erhöht. Für eine Erklärung bietet sich das Persönlichkeitsmerkmal Neurotizismus an. Wie der nachfolgenden Übersicht zu entnehmen ist, fällt der durchschnittliche Neurotizismuswert bei Studierenden, die sehr starken Leistungsdruck verspüren, jeweils deutlich höher aus als im Durchschnitt aller Studierenden. Werden die Studierenden differenziert nach solchen, die Enhancement negieren und solchen, die als Hirndopende identifiziert wurden, sind es ebenfalls jene, die sehr starken Leistungsdruck verspüren, deren durchschnittlicher Neurotizismuswert merklich höher ausfällt. Auffällig ist dabei, dass die Neurotizismuswerte der Hirndopenden jeweils deutlich höher liegen als bei den Studierenden, die keine leistungssteigernden Mittel einnehmen.

Durchschnittliche Neurotizismuswerte

<table>
<thead>
<tr>
<th>Bereich/Studierendengruppe</th>
<th>Stud. insg.</th>
<th>Nicht-Anwender(innen)</th>
<th>Hirndopende</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Leistungsdruck im Studium</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>- alle Studierenden</td>
<td>2,99</td>
<td>2,94</td>
<td>3,41</td>
</tr>
<tr>
<td>- Studierende mit sehr starkem Leistungsdruck</td>
<td>2,26</td>
<td>3,18</td>
<td>3,64</td>
</tr>
<tr>
<td>Leistungsdruck durch den Job neben dem Studium</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>- alle Studierenden</td>
<td>2,99</td>
<td>2,93</td>
<td>3,41</td>
</tr>
<tr>
<td>- Studierende mit sehr starkem Leistungsdruck</td>
<td>3,17</td>
<td>3,09</td>
<td>3,51</td>
</tr>
<tr>
<td>Leistungsdruck durch Freizeit/Hobbys</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>- alle Studierenden</td>
<td>2,99</td>
<td>2,93</td>
<td>3,41</td>
</tr>
<tr>
<td>- Studierende mit sehr starkem Leistungsdruck</td>
<td>3,17</td>
<td>3,11</td>
<td>3,43</td>
</tr>
<tr>
<td>Leistungsdruck im familiären Bereich</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>- alle Studierenden</td>
<td>2,99</td>
<td>2,93</td>
<td>3,41</td>
</tr>
<tr>
<td>- Studierende mit sehr starkem Leistungsdruck</td>
<td>3,32</td>
<td>3,24</td>
<td>3,82</td>
</tr>
</tbody>
</table>
3.2 Leistungsanforderungen des Studiums

3.2.1 Schwierigkeiten und Anforderungen im Studium

Leistungsdruck und Hirndoping – fachspezifisch

Der im Studium verspürte Leistungsdruck hat sowohl eine fach- als auch eine geschlechtsspezifische Komponente. Werden allein die Studierenden betrachtet, die den Leistungsdruck als sehr stark einschätzen, sind deutliche Unterschiede zwischen den Studierenden der verschiedenen Fächergruppen festzustellen (Bild 3.6). Mit 35 % fällt dieser Anteil unter den Studierenden der Fächergruppe Medizin/Gesundheitswissenschaften am höchsten und mit 24 % unter den Studierenden der Fächergruppe Sozialwissenschaften/Sozialwesen/Psychologie/Pädagogik am niedrigsten aus. Vergleichsweise gering ist dieser Anteil auch unter den Studierenden der Fächergruppe Sprach- und Kulturwissenschaften (28 %), deutlich höher hingegen unter denen der Fächergruppe Ingenieurwissenschaften (32 %), der Fächergruppe Mathematik, Naturwissenschaften (33 %) sowie der Rechts- und Wirtschaftswissenschaften (34 %).

Auffällig ist, dass der Anteil der Frauen, der sehr starken Leistungsdruck empfindet, in jeder Fächergruppe höher ausfällt als der entsprechende Männeranteil. Am deutlichsten ist dieser Unterschied in der Fächergruppe Mathematik, Naturwissenschaften: 43 % der Frauen, die einen entsprechenden Studiengang studieren, sehen sich sehr starkem Leistungsdruck ausgesetzt, von denen

Bild 3.6  Subjektive Einschätzung des Leistungsdrucks im Studium nach Fächergruppen Studierende, Anteil von allen je Zeile in %

<table>
<thead>
<tr>
<th>Fächergruppe</th>
<th>Leistungsdruck im Studium</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>1</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>nie</td>
</tr>
<tr>
<td>Ingenieurwissenschaften</td>
<td>1</td>
</tr>
<tr>
<td>Männer</td>
<td>1</td>
</tr>
<tr>
<td>Frauen</td>
<td>1</td>
</tr>
<tr>
<td>Sprach- und Kulturwissenschaften</td>
<td>1</td>
</tr>
<tr>
<td>Männer</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td>Frauen</td>
<td>1</td>
</tr>
<tr>
<td>Mathematik, Naturwissenschaften</td>
<td>1</td>
</tr>
<tr>
<td>Männer</td>
<td>1</td>
</tr>
<tr>
<td>Frauen</td>
<td>0,4</td>
</tr>
<tr>
<td>Medizin (Human- und Veterinärmedizin)/Gesundheitswissenschaften</td>
<td>0,2</td>
</tr>
<tr>
<td>Männer</td>
<td>0,1</td>
</tr>
<tr>
<td>Frauen</td>
<td>0,2</td>
</tr>
<tr>
<td>Rechts- und Wirtschaftswissenschaften</td>
<td>1</td>
</tr>
<tr>
<td>Männer</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td>Frauen</td>
<td>0,3</td>
</tr>
<tr>
<td>Sozialwissenschaften/Sozialwesen/ Psychologie/Pädagogik</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td>Männer</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td>Frauen</td>
<td>2</td>
</tr>
</tbody>
</table>

1 einschl. Kunst, Kunstwissenschaften und Sport, aber ohne die Studienbereiche Psychologie und Pädagogik
2 einschl. Agrar- Forst- und Ernährungswissenschaften
Männern hingegen lediglich 27 %. Auch bei den Studierenden der Fächergruppe Rechts- und Wirtschaftswissenschaften unterscheiden sich die Anteile der Frauen und Männer, die einen sehr starken Leistungsdruck verspüren, erheblich (39 % vs. 30 %). Eine Erklärung für diesen geschlechtspezifischen Unterschied dürfte auch hier das Persönlichkeitsmerkmal Neurotizismus bieten. Der durchschnittliche Neurotizismuswert liegt bei den Frauen der verschiedenen Fächergruppen jeweils signifikant höher als bei den entsprechenden Männern (vgl. Kap. 2.3.3).

Am häufigsten wird von den Studierenden jeder Fächergruppe der im Studium verspürte Leistungsdruck auf der vorgegebenen Antwortskala mit 4 (= stark) eingeschätzt; dieser Anteil variiert zwischen 45 % (Medizin/Gesundheitswissenschaften) und 51 % (Mathematik, Naturwissenschaften). Während bei der Fächergruppe Mathematik, Naturwissenschaften anteilig mehr Männer als Frauen den Leistungsdruck als stark empfinden (53 % vs. 47 %), ist es bei der Fächergruppe Medizin/Gesundheitswissenschaften umgekehrt (39 % vs. 47 %).

Die für die Gesamtheit der Studierenden aufgestellte These, dass stark empfundener Leistungsdruck die Einnahmewahrscheinlichkeit von leistungssteigernden Mitteln offensichtlich erhöht, bestätigt sich auch dann, wenn die Enhancenden differenziert nach Fächergruppen betrachtet werden (Bild 3.7). Der höchste Anteil an Hirndopenden findet sich in jeder Fächergruppe unter

### Bild 3.7 Anteil der Hirndopenden und Soft-Enhancenden abhängig vom gespürten Leistungsdruck im Studium nach Fächergruppen

Studierende, Anteil von allen je Zeile in %

<table>
<thead>
<tr>
<th>Fächergruppe</th>
<th>Leistungsdruck im Studium</th>
<th>1 - 3 (1= überhaupt nicht)</th>
<th>4 = stark</th>
<th>5 = sehr stark</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>Hirndopende</td>
<td>Soft-Enhancende</td>
<td>Hirndopende</td>
<td>Soft-Enhancende</td>
</tr>
<tr>
<td>Ingenieurwissenschaften</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Männer</td>
<td>2,1</td>
<td>2,4</td>
<td>4,8</td>
<td>2,1</td>
</tr>
<tr>
<td>Frauen</td>
<td>3,8</td>
<td>2,0</td>
<td>1,9</td>
<td>6,5</td>
</tr>
<tr>
<td>Sprach- und Kulturwissenschaften¹</td>
<td>4,4</td>
<td>4,4</td>
<td>3,2</td>
<td>5,7</td>
</tr>
<tr>
<td>Männer</td>
<td>3,8</td>
<td>1,6</td>
<td>5,1</td>
<td>1,4</td>
</tr>
<tr>
<td>Frauen</td>
<td>5,0</td>
<td>6,6</td>
<td>2,2</td>
<td>8,3</td>
</tr>
<tr>
<td>Mathematik, Naturwissenschaften²</td>
<td>3,0</td>
<td>1,7</td>
<td>3,5</td>
<td>3,8</td>
</tr>
<tr>
<td>Männer</td>
<td>3,2</td>
<td>0,9</td>
<td>4,1</td>
<td>3,6</td>
</tr>
<tr>
<td>Frauen</td>
<td>2,4</td>
<td>4,0</td>
<td>2,3</td>
<td>4,3</td>
</tr>
<tr>
<td>Medizin (Human- und Veterinärmedizin)/Gesundheitswissenschaften</td>
<td>2,3</td>
<td>0,8</td>
<td>7,8</td>
<td>4,0</td>
</tr>
<tr>
<td>Männer</td>
<td>1,2</td>
<td>-</td>
<td>12,6</td>
<td>1,0</td>
</tr>
<tr>
<td>Frauen</td>
<td>3,4</td>
<td>1,6</td>
<td>5,7</td>
<td>5,4</td>
</tr>
<tr>
<td>Rechts- und Wirtschaftswissenschaften</td>
<td>2,6</td>
<td>1,1</td>
<td>4,3</td>
<td>6,4</td>
</tr>
<tr>
<td>Männer</td>
<td>2,8</td>
<td>-</td>
<td>3,6</td>
<td>5,3</td>
</tr>
<tr>
<td>Frauen</td>
<td>2,2</td>
<td>2,9</td>
<td>5,3</td>
<td>7,9</td>
</tr>
<tr>
<td>Sozialwissenschaften/Sozialwesen/Psychologie/Pädagogik</td>
<td>2,7</td>
<td>2,6</td>
<td>4,7</td>
<td>3,8</td>
</tr>
<tr>
<td>Männer</td>
<td>3,9</td>
<td>1,7</td>
<td>3,2</td>
<td>1,4</td>
</tr>
<tr>
<td>Frauen</td>
<td>2,0</td>
<td>3,0</td>
<td>5,2</td>
<td>4,7</td>
</tr>
</tbody>
</table>

¹ einschl. Kunst, Kunstwissenschaften und Sport, aber ohne die Studienbereiche Psychologie und Pädagogik
² einschl. Agrar- Forst- und Ernährungswissenschaften
den Studierenden, die einen sehr starken Leistungsdruck im Studium verspüren. Zum Teil erhebliche Unterschiede sind dabei zwischen Männern und Frauen festzustellen. Während in der Fächergruppe Medizin/Gesundheitswissenschaften von den Männern, die sich sehr stark gestresst fühlen, 22 % leistungssteigernde Mittel einnehmen sind es von den entsprechenden Frauen lediglich 6 %. Deutlich ist dieser Unterschied auch bei der Fächergruppe Sozialwissenschaften/Sozialwesen/Psychologie/Pädagogik, hier sind 14 % der Männer, die sich sehr stark unter Leistungsdruck gesetzt sehen, und 7 % der entsprechenden Frauen als Hirndopende zu bezeichnen.

Auf die geschlechtsspezifischen Unterschiede beim Umgang mit Leistungsdruck wird im Kapitel 4.1 ausführlicher eingegangen.

Schwierigkeiten im Studium

In Bild 3.8 ist dargestellt, welche Anteile der Studierenden nach eigener Einschätzung mit fünfzehn studienbezogenen Sachverhalten keine bzw. große Schwierigkeiten haben. Die dort gewählte Rangfolge orientiert sich an dem Anteil der Studierenden mit großen Schwierigkeiten (aufsteigend sortiert). Bei den meisten Sachverhalten fällt unter den Frauen der Anteil mit Schwierigkeiten (Skalenwerte 4+5 zusammengefasst) höher aus als unter den Männern.


Bild 3.8 Schwierigkeiten im Studium – Studierende insgesamt und nach Geschlecht
Beurteilung anhand einer 5er-Skala von „keine Schwierigkeiten“ (=1) bis „große Schwierigkeiten“ (=5), Anteil der Studierenden in %

<table>
<thead>
<tr>
<th>Was bereitet Ihnen persönlich Schwierigkeiten?</th>
<th>Skala „Schwierigkeiten im Studium“</th>
<th>Anteil mit Schwierigkeiten (Skalenwerte 4+5)</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>1 (= keine)</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td>der Umgang mit Lehrenden</td>
<td>34</td>
<td>34</td>
</tr>
<tr>
<td>Kontakt zu anderen Studierenden zu finden</td>
<td>48</td>
<td>24</td>
</tr>
<tr>
<td>mich für mein Fachgebiet zu begeistern und zu engagieren</td>
<td>40</td>
<td>27</td>
</tr>
<tr>
<td>die Konkurrenz unter Studierenden</td>
<td>42</td>
<td>26</td>
</tr>
<tr>
<td>das Fehlen fester Lern- und Arbeitsgruppen</td>
<td>38</td>
<td>25</td>
</tr>
<tr>
<td>Orientierungsprobleme im Studium</td>
<td>31</td>
<td>27</td>
</tr>
<tr>
<td>Beteiligung an Diskussionen in Lehrveranstaltungen</td>
<td>32</td>
<td>27</td>
</tr>
<tr>
<td>die Leistungsanforderungen im Fachstudium</td>
<td>11</td>
<td>22</td>
</tr>
<tr>
<td>Lehrveranstaltungen in englischer Sprache*</td>
<td>43</td>
<td>22</td>
</tr>
<tr>
<td>schriftliche Arbeiten wie Referate, Hausarbeiten abzufassen</td>
<td>16</td>
<td>26</td>
</tr>
<tr>
<td>Prüfungen effizient vorzubereiten</td>
<td>11</td>
<td>22</td>
</tr>
<tr>
<td>mangelnder Freiraum zur Aufarbeitung von Wissenslücken</td>
<td>20</td>
<td>20</td>
</tr>
<tr>
<td>Bewältigung des Stoffumfangs im Semester</td>
<td>10</td>
<td>19</td>
</tr>
<tr>
<td>Sicherung der Studienfinanzierung</td>
<td>29</td>
<td>17</td>
</tr>
<tr>
<td>Auslandsaufenthalte ohne zeitliche Verzögerung durchzuführen**</td>
<td>34</td>
<td>9</td>
</tr>
</tbody>
</table>

1 Bei den einzelnen Vorgaben machten in der Regel weniger als ein Prozent der Studierenden keine Angabe. Ausgenommen die mit * und ** gekennzeichneten Vorgaben. Hier liegt der k. A.-Anteil bei 6 % bzw. 11 %.

HISBUS-Befragung Hirndoping
ist offensichtlich, dass in der Regel mit dem verspürt Leistungsdruck auch der Anteil der Studierenden steigt, der bei dem jeweiligen studienbezogenen Sachverhalt Schwierigkeiten konstatiert.

So steigt der Anteil der Studierenden, der Schwierigkeiten mit der Bewältigung des Stoffumfangs hat, von 14 % unter den Studierenden, die keinen oder nur geringen Leistungsdruck im Studium verspüren, über 40 % unter denen, die starken Druck empfinden, bis auf 72 % bei denen, die den Leistungsdruck als sehr stark einschätzen. Ähnlich deutlich steigt in Abhängigkeit vom verspürt Leistungsdruck der Anteil der Studierenden, die Schwierigkeiten mit den Leistungsanforderungen im Fachstudium haben (von 7 % über 29 % auf 60 %).

Häufiger sieht sich bereits in der Gruppe derjenigen, die keinen oder nur geringen Leistungsdruck verspüren, ein erheblicher Teil mit einer studienbezogenen Schwierigkeit konfrontiert. So geben beispielsweise 30 % dieser Studierenden an, dass ihnen die Sicherung der Studienfinanzierung Schwierigkeiten bereitet. Aber auch hier ist noch eine, wenn auch weniger deutliche Steigerung dieses Anteils in Abhängigkeit vom empfundenen Leistungsdruck zu beobachten – auf 36 % bei starkem und 44 % bei sehr starkem Leistungsdruck.

Es gibt aber auch Sachverhalte, z. B. Orientierungsprobleme im Studium oder Kontakt zu anderen Studierenden zu finden, bei denen der Anteil der Studierenden, die damit Schwierigkeiten haben, mit dem verspürt Leistungsdruck nur wenig bis gar nicht korreliert.

In Bild 3.10 sind die Anteile der Studierenden, welche Schwierigkeiten mit den einzelnen studienbezogenen Sachverhalten einräumen (Skalenwerte 4 und 5), differenziert nach denen, die keine leistungssteigernden Mittel einnehmen und den Hirndopenden sowie den Soft-Enhancenden dargestellt. Dabei fällt auf, dass der Anteil derjenigen, die bei den einzelnen Sachverhalten Schwierigkeiten haben, in der Regel in den Teilgruppen der Hirndopenden und der Soft-Enhancen-

| Bild 3.9 Schwierigkeiten im Studium in Abhängigkeit vom verspürt Leistungsdruck |
|------------------------------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| Was bereitet Ihnen persönlich Schwierigkeiten? | Leistungsdruck im Studium | Insgesamt |
| | nicht | stark | sehr stark | Anteile mit Schwierigkeiten (Skalenwerte 4+5) |
| Bewältigung des Stoffumfangs im Semester | 14 | 40 | 72 | 44 |
| Auslandsaufenthalte ohne zeitliche Verzögerung durchzuführen | 33 | 40 | 47 | 40 |
| Prüfungen effizient vorzubereiten | 26 | 38 | 52 | 40 |
| Sicherung der Studienfinanzierung | 30 | 36 | 44 | 37 |
| mangelnder Freiraum zur Aufarbeitung von Wissenslücken | 20 | 33 | 54 | 37 |
| die Leistungsanforderungen im Fachstudium | 7 | 29 | 60 | 34 |
| schriftliche Arbeiten wie Referate, Hausarbeiten abzufassen | 24 | 31 | 38 | 31 |
| Orientierungsprobleme im Studium | 19 | 21 | 26 | 22 |
| Beteiligung an Diskussionen in Lehrveranstaltungen | 16 | 21 | 23 | 20 |
| Lehrveranstaltungen in englischer Sprache | 18 | 19 | 22 | 20 |
| das Fehlen fester Lern- und Arbeitsgruppen | 16 | 17 | 24 | 19 |
| die Konkurrenz unter Studierenden | 8 | 13 | 28 | 17 |
| mich für mein Fachgebiet zu begeistern und zu engagieren | 13 | 13 | 18 | 15 |
| Kontakt zu anderen Studierenden zu finden | 13 | 12 | 17 | 14 |
| der Umgang mit Lehrenden | 7 | 9 | 17 | 11 |
Anforderungen im Studium

Mittels einer 5er-Skala von „zu niedrig“ (=1) bis „zu hoch“ (=5) sollten die Befragten ihr Urteil abgeben, wie sie für fünf vorgegebene Sachverhalte (vgl. Bild 3.11) die Anforderungen in ihrem Studiengang einschätzen.

Bild 3.10 Schwierigkeiten im Studium in Abhängigkeit vom Hirndoping-Typ

<table>
<thead>
<tr>
<th>Was bereitet Ihnen persönlich Schwierigkeiten?</th>
<th>Hirndoping-Typ</th>
<th>Nicht-Anwender(innen)</th>
<th>Hirndopende</th>
<th>Soft-Enhancende</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Bewältigung des Stoffumfangs im Semester</td>
<td></td>
<td>43</td>
<td>58</td>
<td>59</td>
</tr>
<tr>
<td>Auslandsaufenthalte ohne zeitliche Verzögerung durchzuführen</td>
<td></td>
<td>40</td>
<td>43</td>
<td>38</td>
</tr>
<tr>
<td>Prüfungen effizient vorzubereiten</td>
<td></td>
<td>38</td>
<td>61</td>
<td>42</td>
</tr>
<tr>
<td>Sicherung der Studienfinanzierung</td>
<td></td>
<td>36</td>
<td>56</td>
<td>37</td>
</tr>
<tr>
<td>mangelnder Freiraum zur Aufarbeitung von Wissenslücken</td>
<td></td>
<td>35</td>
<td>48</td>
<td>48</td>
</tr>
<tr>
<td>die Leistungsanforderungen im Fachstudium</td>
<td></td>
<td>32</td>
<td>48</td>
<td>47</td>
</tr>
<tr>
<td>schriftliche Arbeiten wie Referate, Hausarbeiten abzufassen</td>
<td></td>
<td>31</td>
<td>39</td>
<td>33</td>
</tr>
<tr>
<td>Orientierungsprobleme im Studium</td>
<td></td>
<td>21</td>
<td>31</td>
<td>27</td>
</tr>
<tr>
<td>Beteiligung an Diskussionen in Lehrveranstaltungen</td>
<td></td>
<td>20</td>
<td>22</td>
<td>22</td>
</tr>
<tr>
<td>Lehrveranstaltungen in englischer Sprache</td>
<td></td>
<td>19</td>
<td>20</td>
<td>23</td>
</tr>
<tr>
<td>das Fehlen fester Lern- und Arbeitsgruppen</td>
<td></td>
<td>18</td>
<td>30</td>
<td>20</td>
</tr>
<tr>
<td>die Konkurrenz unter Studierenden</td>
<td></td>
<td>16</td>
<td>23</td>
<td>22</td>
</tr>
<tr>
<td>mich für mein Fachgebiet zu begeistern und zu engagieren</td>
<td></td>
<td>14</td>
<td>22</td>
<td>15</td>
</tr>
<tr>
<td>Kontakt zu anderen Studierenden zu finden</td>
<td></td>
<td>13</td>
<td>20</td>
<td>15</td>
</tr>
<tr>
<td>der Umgang mit Lehrenden</td>
<td></td>
<td>10</td>
<td>23</td>
<td>13</td>
</tr>
</tbody>
</table>

HISBUS-Befragung Hirndoping
Leistungsdruck und Stresswahrnehmung

Bild 3.12 Anforderungen im Studium in Abhängigkeit vom verspürten Leistungsdruck

Mit Abstand am häufigsten wird von den Studierenden die Stofffülle als zu hoch eingeschätzt (17 %). Studierende der Fächergruppen Medizin/Gesundheitswissenschaften und Rechts- und Wirtschaftswissenschaften äußern sich deutlich häufiger entsprechend (23 % bzw. 21 %), weniger häufig hingegen solche der Sprach- und Kulturwissenschaften sowie der Fächergruppe Sozialwissenschaften/Sozialwesen/Psychologie/Pädagogik (13 % bzw. 10 %).

Differenziert nach dem angestrebten Abschluss, beurteilen diejenigen, die ein Staatsexamen (ohne Lehramt) anstreben, am häufigsten die Stofffülle als zu hoch (32 %). Deutlich geringer ist dieser Anteil unter denen, die den Bachelor oder Master anstreben (18 % bzw. 13 %). Wird der Bachelor- oder Master-Studiengang mit dem Ziel Lehramt absolviert, liegen diese Anteile allerdings weit über dem Durchschnitt (28 % bzw. 22 %).

Das fachliche Anforderungsniveau wird von lediglich 4 % der Studierenden als zu hoch angesehen. Auch hier sind es die Studierenden der Fächergruppe Medizin/Gesundheitswissenschaften, die überdurchschnittlich oft ein zu hohes Anforderungsniveau anmerken (8 %), und sind es diejenigen der Fächergruppe Sozialwissenschaften/Sozialwesen/Psychologie/Pädagogik, die dies unterdurchschnittlich oft behaupten (2 %).

Die Selbständigkeit bei der Studiengestaltung wird von 2 % der Studierenden als zu hoch wahrgenommen. Hier dürfte interessanter sein, dass mit 14 % weit mehr Studierende die Selbständigkeit bei der Studiengestaltung als zu niedrig einschätzen. Überdurchschnittlich oft wird dies von Studierenden der Fächergruppe Medizin/Gesundheitswissenschaften moniert (26 %),

Bild 3.11 Anforderungen im Studium – Studierende insgesamt und nach Geschlecht

Beurteilung anhand einer Ser-Skala von „zu niedrig“ (=1) bis „zu hoch“ (=5), Anteil der Studierenden in %

<table>
<thead>
<tr>
<th>Wie beurteilen Sie die folgenden Merkmale bzw. Anforderungen in Ihrem Studium insgesamt?</th>
<th>Skala „Anforderungen im Studium“</th>
<th>Anteile „hoch“ + „zu hoch“ (Skalenwerte 4+5)</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>1 (= zu niedrig)</td>
<td>2</td>
<td>3</td>
</tr>
<tr>
<td>fachliches Anforderungsniveau</td>
<td>2</td>
<td>9</td>
</tr>
<tr>
<td>Selbständigkeit in der Studiengestaltung</td>
<td>14</td>
<td>22</td>
</tr>
<tr>
<td>Stofffülle</td>
<td>1</td>
<td>6</td>
</tr>
<tr>
<td>Verstehen zugrunde liegender Prinzipien</td>
<td>3</td>
<td>16</td>
</tr>
<tr>
<td>Analyse komplexer Sachverhalte/Themenbereiche</td>
<td>3</td>
<td>17</td>
</tr>
</tbody>
</table>

HISBUS-Befragung Hirndoping
unterdurchschnittlich von denen der Fächergruppe Rechts- und Wirtschaftswissenschaften (11 %) Bei den Studierenden der übrigen Fächergruppen variiert dieser Anteil zwischen 12 % und 17 %.

Bei den Studierenden, die im Studium einen sehr starken Leistungsdruck verspüren, fallen die Anteile, die das fachliche Leistungsniveau und die Stofffülle mit zu hoch beurteilen, mehr als doppelt bzw. doppelt so hoch aus als im Durchschnitt aller Studierenden (Bild 3.12).


Schließlich ist noch darauf hinzuweisen, dass von annähernd gleich großen Anteilen der Nicht-Anwender(innen) sowie der Hirndopenden und der Soft-Enhancenden, die Selbständigkeit in der Studiengestaltung als zu niedrig beurteilt wird (14 % bzw. 15 % bzw. 13 %).

### 3.2.2 Zeitaufwand für das Studium und Leistungsdruck

Die Studierenden wurden auch danach gefragt, wie viel Zeit sie in den Besuch von Lehrveranstaltungen, das Selbstdstudium und ggf. eine Tätigkeit zum Geldverdienen investierten. Aus den gemachten Angaben wurde der durchschnittliche zeitliche Aufwand für die drei genannten Arten der Zeitverwendung bezogen auf die nach Einschätzung der Studierenden im Wintersemester 2010/11 typische Semesterwoche in Stunden/Woche ermittelt:
Zeitaufwand pro Woche: 44,6 40,3 47,2

- für Tätigkeiten gegen Bezahlung: 8,7 - 13,9
- für das Selbststudium: 18,2 20,0 17,2
- für den Besuch von Lehrveranstaltungen: 17,7 20,3 16,2

Danach fällt der Zeitaufwand für das Studium sowohl für den Besuch von Lehrveranstaltungen als auch das Selbststudium bei den 33 % der Studierenden, die keiner Erwerbstätigkeit im Wintersemester 2010/11 nachgingen, signifikant höher aus als bei den 62 % der Studierenden, die nebenbei jobbten. Durch das Jobben fällt allerdings bei diesen Studierenden die pro Woche gebundene Zeit um knapp sieben Stunden höher aus.

Um zu überprüfen inwieweit der in das Studium investierte Zeitaufwand und der im Studium verspürte Leistungsdruck korrelieren, bietet sich an, die Studierenden zu gruppieren. Die erste Gruppe umfasst die Studierenden, die das Studium mit einem wöchentlichen Zeitaufwand von bis zu 30 Stunden betreiben (35 %). Die zweite Gruppe wird gebildet durch die Studierenden, die mehr als 30 Stunden bis 45 Stunden pro Woche in das Studium investieren (40 %) und die dritte Gruppe durch jene, die dafür mehr als 45 Stunden/Woche aufbringen (25 %). Wird für die Studierenden dieser drei Gruppen der Mittelwert ihrer Einschätzung auf der „Leistungsdruckskaala“ [verspürter Leistungsdruck von „überhaupt nicht“ (=1) bis „sehr stark“ (=5)] berechnet, zeigt sich eine deutliche Abhängigkeit vom Zeitaufwand, mit dem das Studium betrieben wird (Bild 3.14).


Bild 3.14 Im Studium verspürter Leistungsdruck in Abhängigkeit von der in das Studium investierten Zeit

<table>
<thead>
<tr>
<th>Zeitaufwand für das Studium</th>
<th>Im Studium verspürter Leistungsdruck</th>
<th>Anteil, der sehr starken Leistungsdruck verspürt, in %</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>Studierende insgesamt</td>
<td>ohne Job</td>
</tr>
<tr>
<td>bis 30 Stunden/Woche</td>
<td>3,75</td>
<td>3,78</td>
</tr>
<tr>
<td>31 bis 45 Stunden/Woche</td>
<td>4,09</td>
<td>4,05</td>
</tr>
<tr>
<td>Konfidenzintervall</td>
<td>4,05 - 4,13</td>
<td>3,98 - 4,12</td>
</tr>
<tr>
<td>über 45 Stunden/Woche</td>
<td>4,33</td>
<td>4,35</td>
</tr>
<tr>
<td>Konfidenzintervall</td>
<td>4,28 - 4,37</td>
<td>4,29 - 4,40</td>
</tr>
</tbody>
</table>


**Hirndoping**
Der Leistungsdruck, den Studierende verspüren, die keine leistungssteigernden Mittel einnehmen, unterscheidet sich in Abhängigkeit vom zeitlichen Aufwand mit dem das Studium betrieben wird, erheblich von dem der Hirndopenden und der Soft-Enhancenden (Bild 3.15).


Bild 3.15 Im Studium verspürter Leistungsdruck in Abhängigkeit von der in das Studium investierten Zeit nach Hirndoping-Typ

<table>
<thead>
<tr>
<th>Zeitaufwand für das Studium</th>
<th>Im Studium verspürter Leistungsdruck</th>
<th>Anteil, der sehr starken Leistungsdruck verspürt, in %</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>Studierende insgesamt</td>
<td>ohne Job</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Nicht-Anwender(innen)</strong></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>bis 30 Stunden/Woche</td>
<td>3,70</td>
<td>3,75</td>
</tr>
<tr>
<td>Konfidenzintervall</td>
<td>3,66 - 3,74</td>
<td>3,67 - 3,82</td>
</tr>
<tr>
<td>31 bis 45 Stunden/Woche</td>
<td>4,06</td>
<td>4,02</td>
</tr>
<tr>
<td>Konfidenzintervall</td>
<td>4,02 - 4,10</td>
<td>3,95 - 4,09</td>
</tr>
<tr>
<td>über 45 Stunden/Woche</td>
<td>4,29</td>
<td>4,33</td>
</tr>
<tr>
<td>Konfidenzintervall</td>
<td>4,24 - 4,34</td>
<td>4,27 - 4,39</td>
</tr>
<tr>
<td>Nicht-Enhancende insgesamt</td>
<td>3,99</td>
<td>4,05</td>
</tr>
<tr>
<td>Konfidenzintervall</td>
<td>3,96 - 4,01</td>
<td>4,01 - 4,10</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Hirndopende</strong></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>bis 30 Stunden/Woche</td>
<td>4,19</td>
<td>4,05</td>
</tr>
<tr>
<td>Konfidenzintervall</td>
<td>4,016 - 4,37</td>
<td>3,67 - 4,42</td>
</tr>
<tr>
<td>31 bis 45 Stunden/Woche</td>
<td>4,16 - 4,47</td>
<td>4,37</td>
</tr>
<tr>
<td>Konfidenzintervall</td>
<td>4,16 - 4,47</td>
<td>4,08 - 4,66</td>
</tr>
<tr>
<td>über 45 Stunden/Woche</td>
<td>4,56</td>
<td>4,49</td>
</tr>
<tr>
<td>Konfidenzintervall</td>
<td>4,42 - 4,70</td>
<td>4,26 - 4,72</td>
</tr>
<tr>
<td>Hirndopende insgesamt</td>
<td>4,35</td>
<td>4,35</td>
</tr>
<tr>
<td>Konfidenzintervall</td>
<td>4,25 - 4,44</td>
<td>4,18 - 4,51</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Soft-Enhancende</strong></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>bis 30 Stunden/Woche</td>
<td>4,12</td>
<td>3,94</td>
</tr>
<tr>
<td>Konfidenzintervall</td>
<td>3,99 - 4,25</td>
<td>3,74 - 4,15</td>
</tr>
<tr>
<td>31 bis 45 Stunden/Woche</td>
<td>4,35</td>
<td>4,37</td>
</tr>
<tr>
<td>Konfidenzintervall</td>
<td>4,21 - 4,49</td>
<td>4,10 - 4,64</td>
</tr>
<tr>
<td>über 45 Stunden/Woche</td>
<td>4,57</td>
<td>4,58</td>
</tr>
<tr>
<td>Konfidenzintervall</td>
<td>4,45 - 4,69</td>
<td>4,40 - 4,77</td>
</tr>
<tr>
<td>Soft-Enhancende insgesamt</td>
<td>4,35</td>
<td>4,36</td>
</tr>
<tr>
<td>Konfidenzintervall</td>
<td>4,27 - 4,43</td>
<td>4,23 - 4,50</td>
</tr>
</tbody>
</table>

HISBUS-Befragung Hirndoping
4 Umgang mit Leistungsdruck und Gesundheitsverhalten

4.1 Umgang mit Leistungsdruck

4.1.1 Formen des Ausgleichs bei Leistungsdruck


Die meisten Studierenden treffen sich mit Freunden, um auszuspannen (69 %, Bild 4.1) Fast ebenso häufig (67 %) werden mediale Formen der Zerstreuung wie Fernsehen, Kino, Musik hören oder Computerspielen genutzt. Eine ebenfalls typische Anti-Stress-Strategie (63 %) ist es zu schlafen. Die Gegenstrategie – Sport treiben – wenden 58 % der Studierenden an. Daneben dienen Entspannungsformen wie Wellness oder Sauna (46 %), Lesen (41 %), Kontakt mit der Familie (38 %) und Kochen (32 %) zur Bewältigung von Leistungsdruck. Eine anderen Formen der Bewältigung sind über Bewältigungsstrategien nachdenken (21 %) und Medikamente einnehmen (4 %).

Bild 4.1 Formen des Ausgleichs von Leistungsdruck in % aller Studierenden, Mehrfachnennungen möglich
Schlafen. Die Gegenstrategie – Sport treiben – wenden 58 % der Studierenden an. Daneben die-
en Entspannungsformen wie Wellness oder Sauna (46 %), Lesen (41 %), Kontakt mit der Fa-
mie (38 %) und Kochen (32 %) ebenfalls häufig als Ausgleich bei Leistungsdruck. Etwa jeder Fün-
fte (21 %) gibt an, bei Leistungsdruck über Bewältigungsstrategien nachzudenken. Es kann nicht
aufgeklärt werden, ob dieses Nachdenken eine Form der Suche nach geeigneten Ausgleichs-
techniken ist oder nach eher prinzipiellen Wegen zur Vermeidung von Stress und Leistungsdruck.

Unter den Studierenden sind 4 %, die auf Medikamente wie Aspirin o. ä. zurück greifen, 3 %
nehmen Mittel zur Beruhigung (z. B. Betablocker) und 3 % Mittel zur Leistungssteigerung wie me-
thylphenidathaltige Mittel oder Antidepressiva. Da Mehrfachnennungen möglich waren, tau-
chen auch Kombinationen verschiedener Präparate (und selbstverständlich auch anderer Formen
der Stressbewältigung) auf. Insgesamt ist die Einnahme von Medikamenten, Beruhigungsmitteln
oder leistungssteigern den Mitteln für 8 % der Studierenden ein gewohntes Mittel zur Bewälti-
gung von Leistungsdruck. Von ihnen beschränken sich die meisten auf die Einnahme einer einzi-
gen Substanz. Fast jeder Fünfte (19 %) nimmt zwei oder mehr unterschiedliche Mittel ein. Bezö-
gen auf alle Befragten entspricht das einem Anteil von 1 %. Üblicherweise jedoch kombinieren
Konsument(in)n/en von Substanzen diese mit anderen Wegen des Ausgleichs von Leistungsdruck.

Männer und Frauen haben unterschiedliche Prioritäten beim Umgang mit Leistungsdruck. Für
Frauen stehen das Treffen von Freunden und die Entspannung durch Schlaf an vorderster Stel-
le (72 % bzw. 71 %, Bild 4.2). Männer hingegen nennen am häufigsten Formen der medienbasierten

Bild 4.2 Formen des Ausgleichs von Leistungsdruck nach Geschlecht

<table>
<thead>
<tr>
<th>Formen des Ausgleichs</th>
<th>Männer</th>
<th>Frauen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Freunde treffen</td>
<td>66</td>
<td>72</td>
</tr>
<tr>
<td>mediale Unterhaltung</td>
<td>55</td>
<td>69</td>
</tr>
<tr>
<td>Schlafen</td>
<td>71</td>
<td>55</td>
</tr>
<tr>
<td>Sport treiben</td>
<td>48</td>
<td>41</td>
</tr>
<tr>
<td>Entspannung</td>
<td>51</td>
<td>48</td>
</tr>
<tr>
<td>Lesen</td>
<td>48</td>
<td>33</td>
</tr>
<tr>
<td>Familie</td>
<td>48</td>
<td>29</td>
</tr>
<tr>
<td>Kochen</td>
<td>36</td>
<td>27</td>
</tr>
<tr>
<td>über Bewältigungsstrategien nachdenken</td>
<td>27</td>
<td>18</td>
</tr>
<tr>
<td>Sonstiges</td>
<td>24</td>
<td>8</td>
</tr>
<tr>
<td>Medikamente einnehmen</td>
<td>8</td>
<td>8</td>
</tr>
<tr>
<td>Getränke / Mittel zur Beruhigung</td>
<td>8</td>
<td>8</td>
</tr>
<tr>
<td>Getränke / Mittel zur Leistungssteigerung</td>
<td>8</td>
<td>8</td>
</tr>
<tr>
<td>nichts</td>
<td>8</td>
<td>8</td>
</tr>
</tbody>
</table>

HISBUS-Befragung Hirndoping
Unterhaltung (69%) gefolgt von „Freunde treffen“ (66 %) und „Sport treiben“ (62 %). Die größten Unterschiede zwischen Studentinnen und Studenten bestehen bei „ruhigen“ bzw. auf die Wohnung oder sonstige Innenräume bezogenen Stresskompensationsstrategien. Frauen nennen anteilig deutlich häufiger als Männer, dass sie im Zusammensein mit der Familie Ausgleich finden (48 % vs. 29 %), dass sie Lesen (48 % vs. 33 %), in die Sauna gehen bzw. andere Wellnessangebote wahrnehmen (51 % vs. 41 %) oder dass sie kochen (36 % vs. 27 %). Ein im Vergleich zu den Männern größerer Anteil der Frauen konsumiert bei Leistungsdruck leistungsstimulierende oder beruhigende Medikamente, Substanzen und/oder Getränke (9 % aller Frauen vs. 7 % aller Männer). Für Frauen spielen Medikamente einer größeren Rolle als andere Substanzen oder Getränke – auch im Vergleich zu den Männern (5 % aller Nennungen vs. 3 % aller Nennungen der Männer, Bild 4.2).

### 4.1.2 Dimensionen des Stressausgleichs


#### Bild 4.3 Dimensionen des Umgangs mit Leistungsdruck

<table>
<thead>
<tr>
<th>Dimension</th>
<th>Variablen¹</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Sport</td>
<td>Sport treiben (.83)</td>
</tr>
<tr>
<td>Medien</td>
<td>am Computer spielen (.79)</td>
</tr>
<tr>
<td>Substanzen</td>
<td>Fernsehen gucken, ins Kino gehen (.64)</td>
</tr>
<tr>
<td>Outdoor</td>
<td>Getränke, Mittel zur Leistungssteigerung einnehmen (.70)</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Medikamente einnehmen (.68)</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Getränke, Mittel zur Beruhigung einnehmen (.66)</td>
</tr>
<tr>
<td>Indoor</td>
<td>Lesen (.62)</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Kochen (.61)</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Schlafen (.54)</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>mit der Familie zusammensein (.53)</td>
</tr>
</tbody>
</table>

¹ in Klammern: Faktorladung (Korrelationskoeffizient zwischen Faktor und Variable)

In Kapitel 3.1 wurde gezeigt, dass die verschiedenen Bereiche des Leistungsdrucks bzw. die empfundene Stärke des Drucks mit dem Hirndoping in Zusammenhang steht. Gleiches bestätigt sich auch in Bezug auf die Ausgleichsformen. Je nach Bereich des Leistungsdrucks stehen unterschiedliche Bewältigungsstrategien im Vordergrund. Zu Substanzen greifen Studierende eher, wenn sie sehr starken Leistungsdruck im familiären Bereich haben (Faktorladung 0,44; Bild 4.4). Leistungsdruck durch Jobben neben dem Studium korreliert ebenfalls vergleichsweise hoch mit der Ein-
nahme von Substanzen (0,33). Auch bei sehr starkem Leistungsdruck im Studium ist die Einnahme von Substanzen eher typisch als beispielsweise Strategien wie „Indoor“-Ausgleichsformen.


4.1.3 Unterstützung bei der Anforderungsbewältigung

Auf welche Personen und Institutionen können Studierende zurückgreifen, wenn sie Unterstützung bei der Bewältigung von Anforderungen des Studiums und des Alltags benötigen? Stehen diesbezügliche Ressourcen einzelnen Studierendengruppen in unterschiedlicher Weise zur Verfügung? Ist Hirndoping unter Umständen auch ein Substitut für die Unterstützung von Personen oder Institutionen?

Die Befragten wurden gebeten anzugeben, wie stark sie von ihrem Partner/ihrer Partnerin, von Eltern, Verwandten, (besten) Freund(inn)en, Bekannten, Kommiliton(inn)en, Hochschulpersonal oder professionellen Berater(inn)en bzw. Therapeut(inn)en unterstützt werden. Das größte Unterstützungspotential haben offenbar Partnerschaften. Mehr als die Hälfte der Befragten sagen, dass sie von ihrem Partner/ihrer Partnerin (sehr) starke Unterstützung erfahren (Bild 4.5). Prozentuierter Ausschluss derjenigen, die keine(n) Partner(in) haben (33 % Antwortposition „trifft nicht zu“), sagen sogar mehr als drei Viertel aller Studierenden in Partnerschaft, dass sie sehr stark (42 %) bzw. stark (34 %) von ihrem Partner/ihrer Partnerin unterstützt werden.
An zweiter Stelle steht die Hilfe von Eltern und anderen Verwandten. Mehr als jeder zweite Studierende (52 %) fühlt sich (sehr) stark von ihnen unterstützt. Die beste Freundin/der beste Freund sind ebenfalls ein hochwertiges soziales Kapital, von dem sich ein Sechstel sehr stark unterstützt fühlt. Kommiliton(innen)en rangieren noch vor anderen Freunden und Bekannten. 40 % aller Studierenden beschreibt die Unterstützung, die sie durch ihre Kommiliton(innen) erfahren als (sehr) stark. Gleiches bescheinigen 32 % der Studierenden ihren Freunden und Bekannten.

Vergleichsweise wenige Studierenden benennen Dozent(in)en und anderes Personal an der Hochschule als (sehr) stark unterstützend in Studium und/oder Alltag (13 %). Fast ein Viertel der Studierenden (24 %) fühlt sich von Angehörigen der Hochschule bei der Bewältigung von Anforderungen des Studiums und des sonstigen Alltags expressiv verbis „überhaupt nicht“ unterstützt. Die professionelle Hilfe von Beratungsstellen oder therapeutischen Einrichtungen spielt insgesamt keine große Rolle. Zwei Drittel der Befragten (63 %) verzicherten hier auf eine Bewertung, weil diese Unterstützungsmöglichkeit auf sie nicht zutrifft. Diejenigen, die eine Bewertung vorgenommen haben, lassen eine kritische Sicht auf das Angebot professioneller Hilfe erkennen: Die meisten (25 % aller Studierenden bzw. 69 % derjenigen, die hierzu eine Einstufung vorgenommen haben) sagen, dass sie hiervon „überhaupt keine“ Unterstützung erfahren.


Zwischen der Sicht auf das Unterstütztwerden und Hirndoping(Typ) gibt es offenbar einen mehr oder weniger starken Zusammenhang: Soft-Enhancende sagen anteilig etwas häufiger als Nicht-Anwender(innen) und vor allem häufiger als Hirndopende, dass sie (sehr) starke Unterstützung erhalten (Bild 4.6). Ausgenommen ist hier wiederum die Bewertung der Unterstützungs-
leistung durch das Hochschulpersonal, von dem sich die Nicht-Anwender(innen) etwas häufiger (sehr) stark unterstützt sehen als die Soft-Enhancenden.


stüzt (40%), von ihren Dozent(inn)en hingegen vergleichsweise selten (9%). Für Studierende mit starkem Leistungsdruck im familiären Bereich ist der hohe Anteil derer auffällig, die in der professionellen Hilfe eine (sehr) starke Unterstützungsleistung sehen (16%).

**Dimensionen der Unterstützung**


Studierende aus akademischem Elternhaus verfügen offenbar über ein stärker unterstützendes „soziales Netz“ als Studierende mit nicht-akademischen Eltern. Dafür bewerten letztere die Unterstützung seitens der „Hochschule“ positiver als Studierende mit akademischem Hintergrund. Ähnliche Unterschiede zeigen sich zwischen den Studierenden an Universitäten und solchen an Fachhochschulen – was selbstverständlich auch mit den unterschiedlichen sozialen Gruppen zusammenhängt, die sich typischerweise an Universitäten bzw. an Fachhochschulen immatrikulieren.

Im Verlauf des Studiums verschlechtert sich offenbar das Unterstützungspotential der „Hochschule“ während die professionelle Hilfe an Bedeutung und Wertschätzung gewinnt. Differenziert nach Fächergruppen fällt auf, dass Studierende der Rechtswissenschaften und der Medizin, Gesundheitswissenschaften offenbar über ein vergleichsweise großes Kapital in Form eines „sozialen

---

**Bild 4.7** Dimensionen der Unterstützung durch Personen oder Institutionen bei der Bewältigung von Studienanforderungen und im sonstigen Alltag Faktoranalyse

<table>
<thead>
<tr>
<th>Dimension</th>
<th>Variablen¹</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td><strong>Soziales Netz</strong></td>
<td>beste Freundin/ bester Freund (.77)</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Freunde, Bekante (.72)</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Eltern, Verwandte (.71)</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Partner(in) (.64)</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Hochschule</strong></td>
<td>Dozent(innen), Universitäts- bzw. Hochschulpersonal (.78)</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Kommiliton(inn)en (.74)</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Professionell</strong></td>
<td>professionelle Hilfe (z. B. Berater(innen), Therapeut(inn)en) (.95)</td>
</tr>
</tbody>
</table>

¹ in Klammern: Faktorladung (Korrelationskoeffizient zwischen Faktor und Variable)

Umgekehrt verhält es sich mit der „Hochschule“ als Quelle für Hilfestellungen. Hier fallen die Urteile der Studierenden der letztgenannten Fächergruppen deutlich günstiger aus als die der Studierenden in den Rechtswissenschaften oder der Medizin, Gesundheitswissenschaften.

**Bild 4.8 Unterstützung bei der Bewältigung von Studienanforderungen und im sonstigen Alltag nach ausgewählten Merkmalen**

*Faktorladungen*

<table>
<thead>
<tr>
<th>Merkmal</th>
<th>soziales Netz</th>
<th>Hochschule</th>
<th>Professionell</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Alter in Jahren</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>&lt;= 21</td>
<td>0,04</td>
<td>0,20</td>
<td>-0,22</td>
</tr>
<tr>
<td>22 - 23</td>
<td>0,11</td>
<td>0,09</td>
<td>-0,18</td>
</tr>
<tr>
<td>24 - 25</td>
<td>-0,01</td>
<td>-0,02</td>
<td>-0,06</td>
</tr>
<tr>
<td>26 - 27</td>
<td>0,01</td>
<td>-0,11</td>
<td>0,10</td>
</tr>
<tr>
<td>28 - 29</td>
<td>-0,17</td>
<td>-0,12</td>
<td>0,16</td>
</tr>
<tr>
<td>&gt;= 30</td>
<td>-0,28</td>
<td>-0,11</td>
<td>0,11</td>
</tr>
<tr>
<td>sozialer Hintergrund</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>akademisch</td>
<td>0,05</td>
<td>-0,04</td>
<td>-0,00</td>
</tr>
<tr>
<td>nicht-akademisch</td>
<td>-0,13</td>
<td>0,02</td>
<td>-0,05</td>
</tr>
<tr>
<td>Hochschulart</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Universitäten</td>
<td>0,03</td>
<td>-0,10</td>
<td>0,01</td>
</tr>
<tr>
<td>Fachhochschulen</td>
<td>-0,16</td>
<td>0,16</td>
<td>-0,09</td>
</tr>
<tr>
<td>Anzahl Hochschulsemester</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>1. - 4.</td>
<td>-0,11</td>
<td>0,16</td>
<td>-0,18</td>
</tr>
<tr>
<td>5. - 8.</td>
<td>0,03</td>
<td>0,07</td>
<td>-0,06</td>
</tr>
<tr>
<td>9. - 12.</td>
<td>0,00</td>
<td>-0,09</td>
<td>0,06</td>
</tr>
<tr>
<td>&gt;= 13.</td>
<td>-0,07</td>
<td>-0,22</td>
<td>0,11</td>
</tr>
<tr>
<td>Fächergruppe</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Sprach-, Kulturwiss.</td>
<td>0,01</td>
<td>-0,09</td>
<td>0,23</td>
</tr>
<tr>
<td>Rechtswiss.</td>
<td>0,35</td>
<td>-0,28</td>
<td>-0,05</td>
</tr>
<tr>
<td>Sozialwiss., -wesen</td>
<td>-0,02</td>
<td>0,05</td>
<td>0,09</td>
</tr>
<tr>
<td>Wirtschaftswiss.</td>
<td>-0,15</td>
<td>0,01</td>
<td>-0,15</td>
</tr>
<tr>
<td>Mathematik, Naturwiss.</td>
<td>-0,11</td>
<td>0,06</td>
<td>-0,13</td>
</tr>
<tr>
<td>Medizin, Gesundheitswiss.</td>
<td>0,20</td>
<td>-0,17</td>
<td>-0,11</td>
</tr>
<tr>
<td>Agrar-, Forst-, Ern.wiss.</td>
<td>0,12</td>
<td>-0,12</td>
<td>0,25</td>
</tr>
<tr>
<td>Ingenieurwiss.</td>
<td>-0,22</td>
<td>0,10</td>
<td>-0,15</td>
</tr>
<tr>
<td>Lehramt</td>
<td>-0,01</td>
<td>0,00</td>
<td>-0,07</td>
</tr>
<tr>
<td>Extraversion</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>sehr hoch</td>
<td>0,35</td>
<td>0,19</td>
<td>-0,04</td>
</tr>
<tr>
<td>sehr niedrig</td>
<td>-1,08</td>
<td>-0,54</td>
<td>-0,02</td>
</tr>
<tr>
<td>Verträglichkeit</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>sehr hoch</td>
<td>-0,04</td>
<td>0,04</td>
<td>0,41</td>
</tr>
<tr>
<td>sehr niedrig</td>
<td>-0,54</td>
<td>0,04</td>
<td>-0,03</td>
</tr>
<tr>
<td>Gewissenhaftigkeit</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>sehr hoch</td>
<td>0,10</td>
<td>-0,11</td>
<td>-0,05</td>
</tr>
<tr>
<td>sehr niedrig</td>
<td>-0,15</td>
<td>0,17</td>
<td>0,07</td>
</tr>
<tr>
<td>Neurotizismus</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>sehr hoch</td>
<td>-0,28</td>
<td>-0,54</td>
<td>0,71</td>
</tr>
<tr>
<td>sehr niedrig</td>
<td>-0,13</td>
<td>-0,07</td>
<td>-0,45</td>
</tr>
<tr>
<td>Offenheit</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>sehr hoch</td>
<td>0,04</td>
<td>-0,09</td>
<td>0,17</td>
</tr>
<tr>
<td>sehr niedrig</td>
<td>-0,54</td>
<td>-0,23</td>
<td>0,16</td>
</tr>
</tbody>
</table>

HISBUS-Befragung Hirndoping
Professionelle Unterstützung wird von Studierenden der Fächergruppen Agrar-, Forst-, Ernährungswissenschaften bzw. der Sprach-, Kulturwissenschaften vergleichsweise stark positiv hervorgehoben. Mit dieser Dimension negativ korrelieren vor allem die Einschätzungen von Studierenden, die in Wirtschafts- bzw. Ingenieurwissenschaften immatrikuliert sind.


4.2 Gesundheitsverhalten und Hirndoping


4.2.1 Sportliche Aktivität

Fast zwei Drittel aller Studierenden sind nach eigenen Aussagen über das tägliche Radfahren oder Spazierengehen hinaus sportlich aktiv (65 %, Bild 4.9). Mit dieser Quote unterscheiden sich die Studierenden nicht von der Gesamtbevölkerung ab 18 Jahren, von denen 64 % Sport treiben.15

Die meisten sportlich aktiven Studierenden organisieren sich ihren Sport selbst (38 %). Jeder Fünfte treibt Sport im Rahmen des Hochschulsports (21 %). Das Trainieren in einem Fitnessstudio und die Mitgliedschaft im Sportverein sind etwa gleich stark verbreitet (19 % und 18 %).

Männer geben signifikant häufiger als Frauen an, dass sie Sport treiben (67 % vs. 61 %). Wie alt die Studierenden sind, spielt in Bezug auf die sportliche Aktivität offensichtlich erst ab einem

15 Robert Koch Institut 2010, S. 80
Alter von 30 Jahren eine Rolle. Studierende dieser Altersgruppe treiben anteilig seltener Sport als ihre jüngeren Kommiliton(inn)en.

**Bild 4.9** Sportlich Aktive nach ausgewählten Merkmalen

Antwortposition „ja“ auf die Frage „Treiben Sie Sport?“ in %

<table>
<thead>
<tr>
<th>Merkmal</th>
<th>Sportlich Aktiv in %</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>insgesamt</td>
<td>65</td>
</tr>
<tr>
<td>Geschlecht***</td>
<td>weiblich 61</td>
</tr>
<tr>
<td>Männlich 67</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Alter in Jahren***</td>
<td>&lt;=21 65</td>
</tr>
<tr>
<td>22-23 67</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>24-25 65</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>26-27 65</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>28-29 66</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>&gt;=30 56</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>sozialer Hintergrund***</td>
<td>akademisch 69</td>
</tr>
<tr>
<td>nicht-akademisch 60</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Hochschulart***</td>
<td>Universitäten 66</td>
</tr>
<tr>
<td>Fachhochschulen 61</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Fächergruppe***</td>
<td>Medizin, Gesundheitswiss. 71</td>
</tr>
<tr>
<td>Wirtschaftswiss. 71</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Rechtswiss. 69</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Agrar-, Forst-, Ernährungswiss. 68</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Ingenieurwiss. 67</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Mathematik, Naturwiss. 65</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Lehramt 62</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Sprach-, Kulturwiss. 60</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Sozialwiss., -wesen 54</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Hirndoping**</td>
<td>Nicht-Anwender(innen) 65</td>
</tr>
<tr>
<td>Soft-Enhancende 57</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Hirndopende 59</td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

**HISBUS-Befragung Hirndoping**

** Unterschiede zwischen den Hirndoping-Typen sind hoch signifikant (p < 0,01, Irrtumswahrscheinlichkeit: 1 %)

*** Unterschiede zwischen den Hirndoping-Typen sind höchst signifikant (p < 0,001, Irrtumswahrscheinlichkeit: 0,1 %)


Die Fächerkultur impliziert auch gesundheitsrelevante Verhaltensweisen wie Sporttreiben. Anteilig am aktivsten erweisen sich hierbei erwartungskonform Studierende der Medizin, Gesundheitswissenschaften und der Wirtschaftswissenschaften (jeweils 71 %, Bild 4.9), gefolgt von ihren Kommiliton(inn)en, die Rechtswissenschaften bzw. Agrar-, Forst-, Ernährungswissenschaften studieren. Von den Studierenden der Sprach-, Kulturwissenschaften bzw. der Fächergruppe Sozialwissenschaften, Sozialwesen treiben vergleichsweise wenige Sport (60 % bzw. 54 %). Auch der Anteil der anliegenden Lehrer(innen), die insgesamt vergleichsweise jung sind, liegt mit 62 % sportlich Aktiven unterhalb des Durchschnitts aller Studierenden. Diese Befunde sind auch vor dem Hintergrund zu interpretieren, dass in diesen Fächergruppen Frauen überproportional stark vertreten sind.

Studierende, die zu den Hirndopenden gehören, treiben anteilig signifikant seltener Sport (59 %) als im Durchschnitt bzw. als Studierende, die keine leistungssteigernden bzw. leistungserhaltenden Mittel einnehmen. Der Anteil der sportlich aktiven Soft-Enhancenden liegt noch darunter (57 %), was auch mit dem hohen Frauenanteil in dieser Gruppe zusammenhängt (67 %).

Diese Unterschiede lassen sich keineswegs ausschließlich auf das unterschiedliche Alter dieser Gruppen zurückführen. Hirndopende sind um durchschnittlich 1,3 Jahre älter als Soft-Enhancende und dennoch anteilig sportlich aktiver. Soft-Enhancende hingegen sind im Durchschnitt
4.2.2 Konsum von Kaffee und koffeinhaltigen Getränken

Der Konsum von Kaffee oder koffeinhaltigen Getränken ist eine weit verbreitete, alltägliche Gewohnheit, die auch mit dem Ziel nachgegangen wird, wach und „einsatzfähig“ zu werden oder zu bleiben. Studierende sind von dieser Gepflogenheit nicht ausgenommen: Befragt nach der Häufigkeit, mit der sie Kaffee, Kaffeegetränke oder schwarzen Tee trinken, gibt jeder zweite an, das täglich zu tun (50%, Bild 4.10). Ein weiteres Sechstel konsumiert Kaffee und/oder Tee zwei- bis drei Mal in der Woche. Den „Viel-Kaffee-Trinker(inne)n“ steht die mit einem Fünftel vergleichsweise große Gruppe Studenten gegenüber, die diese Getränke selten oder nie zu sich nehmen (20%). Im Vergleich der Studierenden nach Hirndoping-Typ zeigt sich, dass sowohl die Hirndopenden als auch die Soft-Enhancenden mit einer deutlichen Mehrheit zu den täglichen Konsument(innen) von Kaffee, Kaffeegetränke oder schwarzem Tee gehören (62% bzw. 59%) und der Anteil derer, die auf diese Getränke weitgehend verzichten, unterdurchschnittlich gering ist (13% bzw. 16%).

Energy-Drinks sind wenig verbreitet. Die große Mehrheit von 82% aller Studierenden sagt, dass sie diese Art Getränk selten oder nie zu sich nimmt. Hirndopende verhalten sich nach eigener Auskunft auch hier tendenziell anders als die übrigen beiden Gruppen: Unter ihnen gibt es vergleichsweise wenige, die selten oder nie auf Energy-Drinks zurückgreifen (66%), dafür um so mehr in den anderen Häufigkeitsklassen.

Zusätzlich zu der Auskunft über die allgemeine Gewohnheit, koffeinhaltige Getränke zu sich zu nehmen, wurden die Studierenden danach gefragt, ob sie diese Art Getränk ganz gezielt ein-

Bild 4.10 Häufigkeit des Konsums koffeinhaltiger Getränke

<table>
<thead>
<tr>
<th>Welche der folgende Getränke konsumieren Sie in welcher Häufigkeit?</th>
<th>insgesamt</th>
<th>Nicht-Anwender(innen)</th>
<th>Soft-Enhancernde</th>
<th>Hirndopende</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Kaffee, Kaffeegetränke, schwarzer Tee **</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>selten oder nie</td>
<td>20</td>
<td>21</td>
<td>16</td>
<td>13</td>
</tr>
<tr>
<td>1x pro Monat</td>
<td>3</td>
<td>3</td>
<td>3</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td>2 - 3x pro Monat</td>
<td>4</td>
<td>4</td>
<td>4</td>
<td>4</td>
</tr>
<tr>
<td>1x pro Woche</td>
<td>7</td>
<td>7</td>
<td>5</td>
<td>6</td>
</tr>
<tr>
<td>2 - 3x pro Woche</td>
<td>16</td>
<td>17</td>
<td>13</td>
<td>13</td>
</tr>
<tr>
<td>täglich</td>
<td>50</td>
<td>48</td>
<td>59</td>
<td>62</td>
</tr>
<tr>
<td>Energy-Drinks ***</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>selten oder nie</td>
<td>82</td>
<td>83</td>
<td>79</td>
<td>66</td>
</tr>
<tr>
<td>1x pro Monat</td>
<td>8</td>
<td>8</td>
<td>7</td>
<td>12</td>
</tr>
<tr>
<td>2 - 3x pro Monat</td>
<td>5</td>
<td>5</td>
<td>6</td>
<td>8</td>
</tr>
<tr>
<td>1x pro Woche</td>
<td>3</td>
<td>3</td>
<td>4</td>
<td>6</td>
</tr>
<tr>
<td>2 - 3x pro Woche</td>
<td>1</td>
<td>1</td>
<td>3</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td>täglich</td>
<td>1</td>
<td>0</td>
<td>1</td>
<td>3</td>
</tr>
</tbody>
</table>

** Unterschiede zwischen den Hirndoping-Typen sind hoch signifikant (p < 0,01, Irrtumswahr- scheinlichkeit: 1 %)

*** Unterschiede zwischen den Hirndoping-Typen sind höchst signifikant (p < 0,001, Irrtumswahr- scheinlichkeit: 0,1 %)
setzen, um den Studienalltag meistern zu können. Erwartungsgemäß spielt auch hierbei der Kaffee die wichtigsten Rolle: Ein Fünftel aller Studierenden trinkt ihn regelmäßig, um fit für das Studium zu sein (20 %, Bild 4.11). Mehr als doppelt so groß jedoch ist der Anteil der Studierenden, die sagen, dass sie nie aus dieser Motivation heraus Kaffee trinken (44 %). Hirndopende setzen Kaffee mehr als zweieinhalf Mal so häufig regelmäßig zur Unterstützung im Studium ein im Vergleich zu Nicht-Anwendenden (47 % vs. 18 %). Auch für vergleichsweise viele Soft-Enhancende gehört Kaffee zu den regelmäßigen „Aufputzmitteln“ (34 %). Im Vergleich zum Kaffee spielen Tee und andere koffeinhaltige Getränke eine untergeordnete Rolle beim mentalen Empowerment für das Studium. Unübersehbar jedoch wiederholen sich auch bei diesen Getränken die typischen Unterschiede in der Verwendungshäufigkeit durch die einzelnen Hirndoping-Typen. Insbesondere die Hirndopenden fallen als tendenziell „Alles-Verwendende“ auf.

**Bild 4.11** Konsum ausgewählter Getränke mit dem Ziel, den Studienalltag zu meistern
5-stufige Antwortskala von nie (=1) bis regelmäßig (=5), in %

<table>
<thead>
<tr>
<th>Getränk</th>
<th>insges.</th>
<th>Nicht-Anwender(innen)</th>
<th>Soft-Enhancende</th>
<th>Hirndopende</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Kaffee ***</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>nie</td>
<td>44</td>
<td>46</td>
<td>31</td>
<td>22</td>
</tr>
<tr>
<td>2</td>
<td>11</td>
<td>11</td>
<td>11</td>
<td>11</td>
</tr>
<tr>
<td>3</td>
<td>13</td>
<td>13</td>
<td>10</td>
<td>7</td>
</tr>
<tr>
<td>4</td>
<td>12</td>
<td>12</td>
<td>14</td>
<td>13</td>
</tr>
<tr>
<td>regelmäßig</td>
<td>20</td>
<td>18</td>
<td>34</td>
<td>47</td>
</tr>
<tr>
<td>schwarzer Tee ***</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>nie</td>
<td>70</td>
<td>72</td>
<td>56</td>
<td>52</td>
</tr>
<tr>
<td>2</td>
<td>11</td>
<td>11</td>
<td>11</td>
<td>13</td>
</tr>
<tr>
<td>3</td>
<td>8</td>
<td>8</td>
<td>12</td>
<td>12</td>
</tr>
<tr>
<td>4</td>
<td>5</td>
<td>5</td>
<td>9</td>
<td>9</td>
</tr>
<tr>
<td>regelmäßig</td>
<td>6</td>
<td>4</td>
<td>12</td>
<td>14</td>
</tr>
<tr>
<td>andere koffeinhaltige Getränke ***</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>nie</td>
<td>76</td>
<td>78</td>
<td>64</td>
<td>54</td>
</tr>
<tr>
<td>2</td>
<td>9</td>
<td>9</td>
<td>12</td>
<td>12</td>
</tr>
<tr>
<td>3</td>
<td>7</td>
<td>6</td>
<td>9</td>
<td>12</td>
</tr>
<tr>
<td>4</td>
<td>4</td>
<td>4</td>
<td>8</td>
<td>12</td>
</tr>
<tr>
<td>regelmäßig</td>
<td>4</td>
<td>3</td>
<td>7</td>
<td>10</td>
</tr>
<tr>
<td>Energy-Drinks ***</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>nie</td>
<td>84</td>
<td>86</td>
<td>73</td>
<td>64</td>
</tr>
<tr>
<td>2</td>
<td>7</td>
<td>6</td>
<td>10</td>
<td>11</td>
</tr>
<tr>
<td>3</td>
<td>4</td>
<td>4</td>
<td>7</td>
<td>10</td>
</tr>
<tr>
<td>4</td>
<td>3</td>
<td>3</td>
<td>6</td>
<td>8</td>
</tr>
<tr>
<td>regelmäßig</td>
<td>2</td>
<td>1</td>
<td>4</td>
<td>7</td>
</tr>
</tbody>
</table>

*** Unterschiede zwischen den Hirndoping-Typen sind höchst signifikant
\( p < 0,001, \text{ Irrtumswahrscheinlichkeit:} 0,1 \% \)
4.2.3 Konsum von Alkohol


Um die Selbsteinschätzung der Studierenden zu ihrem Alkoholkonsum besser erfassen und somit auch das unter Umständen bestehende Gefährdungspotential durch Alkoholmissbrauch erkennen zu können, wurden den Studierenden drei Statements vorgelegt, denen sie zustimmen oder die sie ablehnen konnten. Sie sollten Auskunft darüber geben, ob sie denken, auf Alkohol verzichten zu können, ob sie den Eindruck haben, ihren Alkoholkonsum verringern zu sollen und ob sie dazu neigen, bei Stress im Studium mehr Alkohol zu trinken als sonst. In Bild 4.13 ist jeweils die Antwortvariante dargestellt, die auf ein Problem in Bezug auf den Umgang mit Alkohol hinweist.


Im Vergleich zwischen Männern und Frauen fällt auf, dass Studenten anteilig häufiger als Studentinnen glauben, nicht auf Alkohol verzichten zu können (13 % vs. 8 %, Bild 4.13). Die Männer

Bild 4.12 Häufigkeit des Konsums alkoholhaltiger Getränke in % aller Studierenden

<table>
<thead>
<tr>
<th>Welche der folgende Getränke konsumieren Sie in welcher Häufigkeit?</th>
<th>insgesamt</th>
<th>Nicht-Anwender(innen)</th>
<th>Hirndopende</th>
<th>Soft-Enhancer</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Bier, Wein, Sekt, Cocktails, andere alkoholische Getränke **</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>selten oder nie</td>
<td>17</td>
<td>17</td>
<td>17</td>
<td>13</td>
</tr>
<tr>
<td>1x pro Monat</td>
<td>13</td>
<td>13</td>
<td>10</td>
<td>14</td>
</tr>
<tr>
<td>2 - 3x pro Monat</td>
<td>20</td>
<td>20</td>
<td>16</td>
<td>25</td>
</tr>
<tr>
<td>1x pro Woche</td>
<td>27</td>
<td>27</td>
<td>25</td>
<td>26</td>
</tr>
<tr>
<td>2 - 3x pro Woche</td>
<td>21</td>
<td>21</td>
<td>29</td>
<td>21</td>
</tr>
<tr>
<td>täglich</td>
<td>2</td>
<td>2</td>
<td>3</td>
<td>1</td>
</tr>
</tbody>
</table>

* ** Unterschiede zwischen den Hirndoping-Typen sind hoch signifikant (p < 0,01, Irrtumswahrscheinlichkeit: 1 %)
*** Unterschiede zwischen den Hirndoping-Typen sind höchst signifikant (p < 0,001, Irrtumswahrscheinlichkeit: 0,1 %)
sind sich ihrer Gefährdung offenbar durchaus bewusst, denn fast zwei Fünftel (38 %) bekennen, dass sie schon einmal das Gefühl hatten, den Alkoholkonsum verringern zu sollen. Das gleiche Gefühl hat jede vierte (24 %) Studentin. Bei Studienstress greifen Studentinnen zu fast gleich hohem Anteil wie die Studenten vermehrt auf Alkohol zurück (11 % vs. 12 %). Insgesamt jedoch gehören anteilig deutlich mehr Männer als Frauen zu den Studierenden mit einem Alkoholproblem (44 % vs. 30 %).


Unter den Studierenden, die ein Lehramt anstreben, finden sich vergleichsweise wenige, die durch Alkohol gefährdet sind (27 %), was sich auch mit dem durchschnittlich geringen Alter dieser Studieren erklären lässt. Am Gegenpol befinden sich Studierende, deren Studiengang zur Fachgruppe Sozialwissenschaften, Sozialwesen gehört. Von ihnen zählen 44 % zu den durch Alkohol Gefährdeten.

Der Zusammenhang zwischen den Aussagen zum Alkoholkonsum und Hirndoping ist überdeutlich: Hirndopende haben häufiger einen problematischen Umgang mit Alkohol als Studierende, die keine leistungsbeeinflussenden Substanzen nehmen bzw. solche, die zu den Soft-Enhancern gehören. Mehr als ein Fünftel der Hirndopenden kann nach eigenen Aussagen nicht auf Alkohol verzichten (22 %), 46 % hatten schon einmal das Gefühl, dass sie weniger Alkohol trinken sollten und ein Drittel von ihnen neigt dazu, bei Studienstress mehr Alkohol zu sich zu nehmen als normalerweise. In der Bilanz dieser Statements müssen 58 % der Hirndopenden als mit einem Alkoholproblem behaftet eingestuft werden. Dieser Anteil ist 1,6-mal größer als unter den Nicht-Anwender(innen) und sogar 1,8-mal größer im Vergleich zu den Soft-Enhancenden.

4.2.4 Konsum von Nikotin

Zu den zentralen Gesundheitsindikatoren gehört die Rauchquote, das heißt der Anteil der Raucher(innen) in einer bestimmten Gruppe. Von den Studierenden rauchen 28 % – jeweils die Hälfte davon gelegentlich bzw. regelmäßig (Bild 4.14). Drei Fünftel der Studierenden hat nach eigener Auskunft noch nie geraucht (60 %) und mehr als jeder zehnte (12 %) hat sich das Rauchen abgewöhnt.

Die Rauchquote der Studentinnen ist fast genauso hoch wie die der Studenten (27 % vs. 28 %). Im Vergleich zu allen Frauen im Alter zwischen 18 und 29 Jahren rauchen die Studentinnen anteilig seltener (37,9 % vs. 27 %). Die Rauchquote der Studenten hingegen liegt mit einer Differenz
von fünfzehn Prozentpunkten noch deutlicher unterhalb des Anteils rauchender Männer im Alter zwischen 18 und 29 Jahren (28 % vs. 43,2 %). 16

Mit dem Alter der Studierenden nimmt der Anteil an Raucher(inne)n zu. Von den Studierenden im Alter bis zu 21 Jahren raucht jeder Fünfte. Unter jenen im Alter ab 28 Jahre beträgt die Rauchquote bereits eine Drittel. Gleichzeitig steigt sowohl der Anteil derer, die sich als ehema-

16 Robert Koch Institut 2010, S. 18
lige Raucher(innen) beschreiben als auch der Prozentsatz an Raucher(inne)n, die gern aufhören möchten (Bild 4.14).

Die Verbreitung der Gewohnheit zu rauchen steht auch unter Studierenden in Zusammenhang mit sozialstrukturellen Merkmalen. Die Rauchquote ist unter jenen aus einer akademischen Familie nur um einen signifikanten Prozentpunkt geringer als unter Studierenden, die aus einem nicht-akademischen Elternhaus kommen. Deutlicher ausgeprägt ist dieser Unterschied zwischen Studierenden an Fachhochschulen im Vergleich zu ihren Kommilitonen(innen) an Universitäten. An Fachhochschulen rauchen 31%, an Universitäten hingegen lediglich 26%.

Vor dem Hintergrund der dargestellten Altersabhängigkeit des Nikotinkonsums ist es erwartungskonform, dass Studierende der unteren Semester seltener zu den Raucher(inne)n gehören als Studierende höherer Semester. Im Verlauf des Studiums steigen vor allem der Anteil an Gelegenheitsraucher(inne)n und der Anteil derer, die das Rauchen zwischenzeitlich wieder aufge geben haben.

Im Vergleich der Fächergruppen variiert der Anteil an Raucher(inne)n zwischen 19% unter Studierenden, die ein Fach der Medizin oder Gesundheitswissenschaften studieren auf der einen Seite und Studierenden der Sozialwissenschaften bzw. des Sozialwesens auf der anderen Seite, von denen mehr als jede/r dritte raucht (34%).

Noch größer sind die Disparitäten, wenn nach Hirndoping-Typ differenziert wird. Die Rauchquote der Nicht-Anwender(innen) beträgt 26% (Bild 4.14). Jede(r) zweite Raucher(in) zählt sich zu den Gelegenheitsraucher(inne)n. Mehr als drei Fünftel (62%) der Nicht-Anwender(innen) hat gemäß Selbstinstufung nie zu den Raucher(inne)n gezählt. Von den Soft-Enhancenden raucht mehr als ein Drittel (35%); der Anteil derjenigen, die in ihrem Leben noch nie geraucht haben, ist um neun Prozentpunkte geringer (53%) als bei den Nicht-Anwender(inne)n. Die höchste Rauchquote weisen Studierende auf, die den Hirndopingen zugeordnet wurden; 46% von ihnen rauchen, 14% haben auch nicht vor, damit aufzuhören. Lediglich knapp zwei Fünftel der Hirndopenden haben noch keinerlei Erfahrung mit Nikotinkonsum gemacht (39%).

4.2.5 Polyvalenz und Leistungsdruck

Anhand aller beschriebenen Einzelindikatoren zum gesundheitsrelevanten Verhalten ist deutlich geworden, dass Studierende, die zu den Hirndopenden gerechnet werden, sich jeweils stärker risikohaft verhalten als Studierende, die per definitionem zu den Soft-Enhancenden gehören und vor allem auch im Vergleich zu den Studierenden, die keine leistungssteigernden Mittel einnehmen. In Bild 4.15 sind diese Befunde auf einen Blick zusammengefasst.


Gemäß dieser Gruppierung zeigt mehr als die Hälfte aller Studierenden kein gesundheitsgefährdendes Verhalten (Bild 4.16). Mehr als jeder vierte (28%) nimmt entweder regelmäßig Kaf-
Umgang mit Leisungsdruck und Gesundheitsverhalten

Formen der Stresskompensation und Leistungssteigerung bei Studierenden

fee (6 %) zu sich oder er/sie raucht (9 %) oder er/sie hat ein Alkoholproblem (13 %). Jeder fünfte Studierende missbraucht mindestens zwei der hier betrachteten Substanzen. Erwartungsgemäß ist der polyvalente Missbrauch unter den Nicht-Anwendenden vergleichsweise gering verbreitet und unter den Hirndopenden hingegen am stärksten vertreten. Von den Hirndopenden sind lediglich ein Drittel abstinent in Bezug auf Kaffee, Nikotin und Alkohol. 13 % von ihnen rauchen und haben ein Alkoholproblem. 18 % trinken darüber hinaus noch regelmäßig Kaffee, um den Studienalltag zu bewältigen.

Es wurde bereits vielfach dargestellt, dass es zwischen Männern und Frauen beim Umgang mit Leistungsdruck typische Disparitäten gibt. Entsprechend erwartungsgemäß unterscheiden sie sich auch bei der polyvalenten Anwendung von Kaffee, Nikotin und Alkohol – und zwar sowohl insgesamt als auch innerhalb der drei Hirndoping-Typen.

Die Befunde zum gesundheitsrelevanten Verhalten zeigen insgesamt, dass die Lebensweise der Studierenden, die Erfahrungen mit der Einnahme von leistungssteigernden und/oder leistungs- 
erhaltenen Substanzen haben, zum Teil deutlich weniger gesund und stärker risikobehaftet ist 
as das ihrer Kommiliton(inn)en, die weder Soft-Enhancement noch Hirndoping betreiben. Poly- 
valentes Verhalten ist unter den Hirndopenden weit stärker verbreitet als unter den übrigen 
Studierenden. Die Polyvalenz von Substanzmissbrauch, Nikotin und Alkohol in Kombination mit 
kritischem Gebrauch von Koffein und fehlendem sportlichem Ausgleich lässt darauf schließen, 
dass es sich bei einem Teil der Hirndopenden um eine gesundheitlich stark gefährdete Gruppe handelt.
5 Blick in die eigene Zukunft


Insgesamt am optimistischsten sind die Studierenden in Bezug auf ihren Studienfolg. Mehr als drei Viertel (77 %) sind diesbezüglich (sehr) stark zuversichtlich (Bild 5.1). Der Mittelwert beträgt

<table>
<thead>
<tr>
<th>Lebensaspekte</th>
<th>Studierende insgesamt</th>
<th>Frauen</th>
<th>Männer</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Studienerfolg</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>(sehr) starke Zuversicht (4 - 5)</td>
<td>77</td>
<td>76</td>
<td>79</td>
</tr>
<tr>
<td>mittlere Zuversicht (3)</td>
<td>15</td>
<td>17</td>
<td>13</td>
</tr>
<tr>
<td>(sehr) geringe Zuversicht (1 - 2)</td>
<td>8</td>
<td>7</td>
<td>8</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Mittelwert</strong></td>
<td><strong>4,05</strong></td>
<td><strong>4,01</strong></td>
<td><strong>4,08</strong></td>
</tr>
<tr>
<td>Berufliche Zukunft</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>(sehr) starke Zuversicht (4 - 5)</td>
<td>64</td>
<td>60</td>
<td>69</td>
</tr>
<tr>
<td>mittlere Zuversicht (3)</td>
<td>23</td>
<td>25</td>
<td>20</td>
</tr>
<tr>
<td>(sehr) geringe Zuversicht (1 - 2)</td>
<td>13</td>
<td>15</td>
<td>11</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Mittelwert</strong></td>
<td><strong>3,72</strong></td>
<td><strong>3,61</strong></td>
<td><strong>3,82</strong></td>
</tr>
<tr>
<td>Persönliches Wohlergehen</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>(sehr) starke Zuversicht (4 - 5)</td>
<td>63</td>
<td>64</td>
<td>62</td>
</tr>
<tr>
<td>mittlere Zuversicht (3)</td>
<td>25</td>
<td>25</td>
<td>25</td>
</tr>
<tr>
<td>(sehr) geringe Zuversicht (1 - 2)</td>
<td>12</td>
<td>11</td>
<td>13</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Mittelwert</strong></td>
<td><strong>3,71</strong></td>
<td><strong>3,74</strong></td>
<td><strong>3,68</strong></td>
</tr>
<tr>
<td>materielles/finanzielles Auskommen</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>(sehr) starke Zuversicht (4 - 5)</td>
<td>54</td>
<td>50</td>
<td>58</td>
</tr>
<tr>
<td>mittlere Zuversicht (3)</td>
<td>28</td>
<td>31</td>
<td>26</td>
</tr>
<tr>
<td>(sehr) geringe Zuversicht (1 - 2)</td>
<td>18</td>
<td>19</td>
<td>16</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Mittelwert</strong></td>
<td><strong>3,49</strong></td>
<td><strong>3,39</strong></td>
<td><strong>3,59</strong></td>
</tr>
<tr>
<td>Durchschnittliche Zuversicht über alle vier Aspekte</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>(sehr) starke Zuversicht (3,75 - 5)</td>
<td>59</td>
<td>56</td>
<td>63</td>
</tr>
<tr>
<td>mittlere Zuversicht (2,5 - 3,5)</td>
<td>35</td>
<td>38</td>
<td>32</td>
</tr>
<tr>
<td>(sehr) geringe Zuversicht (1 - 2,25)</td>
<td>6</td>
<td>6</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Mittelwert</strong></td>
<td><strong>3,74</strong></td>
<td><strong>3,69</strong></td>
<td><strong>3,79</strong></td>
</tr>
</tbody>
</table>

* Die Mittelwerte der Männer und Frauen weichen signifikant voneinander ab.
bei diesem Aspekt 4,05. Nahezu gleich auf rangiert an zweiter Stelle die Zuversicht bezogen auf die berufliche Zukunft bzw. das persönliche Wohlergehen. Jeweils knapp zwei Drittel bekunden hier (sehr) starke Zuversicht. Das materielle/finanzielle Auskommen wird weniger zuversichtlicher gesehen, dennoch ist mehr als jede(r) zweite Studierende in dieser Hinsicht (sehr) zuversichtlich (54 %).

Männer äußern sich in Bezug auf den Studienerfolg, insbesondere jedoch in Bezug auf ihre berufliche Zukunft sowie das materielle/finanzielle Auskommen zuversichtlicher als Frauen (Bild 5.1). Lediglich mit Blick auf das persönliche Wohlergehen äußern geringfügig mehr Frauen als Männer (sehr) starke Zuversicht. Die Unterschiede zwischen den Geschlechtern sind bei diesem Aspekt jedoch weder für die Mittelwertunterschiede noch für die Verteilung der Skalenwerte signifikant.

Wird aus den Angaben zu den vier Aspekten der Zuversicht der Mittelwert gebildet, so zeigen sich drei von fünf Studieren (59 %) (sehr) zuversichtlich (Bild 5.1). Ein weiteres Drittel (35 %) der Studierenden gehört zu den auf mittlerem Niveau Zuversichtlichen. Geringe oder sehr geringe Zuversicht ist mit 6 % vergleichsweise selten. Auch hier erweisen sich die Männer insgesamt etwas optimistischer als Frauen, wobei (sehr) geringe Zuversicht bei beiden Geschlechtern anteilig etwa gleich häufig vorkommt.

Es liegt nahe, dass die Zuversicht auch von Persönlichkeitsdimensionen beeinflusst wird, wie sie in Kapitel 2.3.3 beschrieben sind. Für die Dimensionen Extraversion, Verträglichkeit, Gewissenhaftigkeit und Neurotizismus gibt es jeweils zwischen den Studierenden, die (sehr) hohe Werte aufweisen und jenen mit (sehr) niedrigen Werten, signifikante Unterschiede in der Zuversicht bei allen betrachteten Aspekten des Lebens. Bei der Persönlichkeitsdimension Offenheit für neue Erfahrungen trifft die beschriebene Disparität zwischen den Ausprägungsgruppen nur auf die Zuversicht in punkto materielles/finanzielles Auskommen bzw. persönliches Wohlergehen zu.

Wird der Mittelwert aus den Angaben zu den vier Zuversichts-Aspekten betrachtet, so zeigt sich, dass diejenigen mit (sehr) hohen Werten in den Persönlichkeitsdimensionen Extraversion, Verträglichkeit und Gewissenhaftigkeit sich anteilig häufiger optimistisch zeigen und seltener über (sehr) geringe Zuversicht verfügen als jene mit (sehr) niedrigen Werten (Bild 5.2). Für die Persönlichkeitsdimension Neurotizismus gilt das Umgekehrte: Von den Studierenden mit (sehr) niedrigem Neurotizismuswert ist ein mehr als doppelt so großer Anteil (sehr) stark zuversichtlich im Vergleich zu jenen, die einen (sehr) hohen Neurotizismuswert aufweisen.

Bild 5.2   Zuversicht der Studierenden nach Persönlichkeitsdimensionen
Beurteilung der Zuversicht anhand einer Ser-Skala von „gar nicht zuversichtlich“ (=1) bis „sehr zuversichtlich“ (=5), Anteil der Studierenden in %

<table>
<thead>
<tr>
<th>Persönlichkeitsdimensionen</th>
<th>Durchschnittliche Zuversicht über alle vier Aspekte (s. Bild 5.1)</th>
<th>Extraversion</th>
<th>Verträglichkeit</th>
<th>Gewissenhaftigkeit</th>
<th>Neurotizismus</th>
<th>Offenheit</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>(sehr) starke Zuversicht (4 - 5)</td>
<td>hoch</td>
<td>hoch</td>
<td>hoch</td>
<td>hoch</td>
<td>hoch</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>mittlere Zuversicht (2,25 - 3,75)</td>
<td>hoch</td>
<td>hoch</td>
<td>hoch</td>
<td>hoch</td>
<td>hoch</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>(sehr) geringe Zuversicht (1 - 2)</td>
<td>hoch</td>
<td>hoch</td>
<td>hoch</td>
<td>hoch</td>
<td>hoch</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>in %</td>
<td>50</td>
<td>79</td>
<td>79</td>
<td>79</td>
<td>79</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>arithmetisches Mittel</td>
<td>3,48</td>
<td>3,93</td>
<td>3,64</td>
<td>3,81</td>
<td>3,52</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Mittelwert</td>
<td>3,43</td>
<td>3,89</td>
<td>3,58</td>
<td>3,76</td>
<td>3,43</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Konfidenzintervall 95 %</td>
<td>-3,53</td>
<td>-3,97</td>
<td>-3,69</td>
<td>-3,85</td>
<td>-3,61</td>
</tr>
</tbody>
</table>

HISBUS-Befragung Hirndoping
Zuversicht und psychische Gesundheit


Die durchschnittliche Zuversicht ist bei 16 % der Studierenden, deren psychisches Befinden als „ungesund“ eingestuft wurde, (sehr) gering (Bild 5.3). Von denjenigen, deren psychische Gesundheit als „optimal“ oder „gesund“ gelten kann, trifft dies auf nur jeweils 1 % zu. Der Anteil derer, die insgesamt (sehr) starke Zuversicht äußern, ist unter denen mit „optimaler“ psychischer Gesundheit 2,5 mal so hoch im Vergleich zu den psychisch „Ungesunden“. Die Mittelwerte für durchschnittliche Zuversicht beider Gruppen liegen mehr als einen Skalenwert auseinander.

**Bild 5.3 Zuversicht der Studierenden nach Status der psychischen Gesundheit**

Beurteilung der Zuversicht anhand einer 5er-Skala von „gar nicht zuversichtlich“ (=1) bis „sehr zuversichtlich“ (=5), Anteil der Studierenden in %

| Durchschnittliche Zuversicht über alle vier Aspekte (s. Bild 5.1) | psy kindliche Gesundheit (Definition s. Bild 2.14) in % |
|---|---|---|---|---|---|
| opt mal | gesund | gemischt | beeinträchtigt | ungesund |
| (sehr) starke Zuversicht (3,75 - 5) | 86 | 69 | 62 | 50 | 34 |
| mittlere Zuversicht (2,5 - 3,5) | 13 | 30 | 35 | 45 | 50 |
| (sehr) geringe Zuversicht (1 - 2,25) | 1 | 1 | 3 | 5 | 16 |
| arithmetisches Mittel | 4,25 | 3,92 | 3,76 | 3,6 | 3,22 |
| Mittelwert | 4,21 - 4,28 | 3,88 - 3,97 | 3,72 - 3,80 | 3,56 - 3,65 | 3,17 - 3,27 |
| Konfidenzintervall 95 % | 4,13 | 3,87 | 3,68 | 3,54 | 3,15 |

HISBUS-Befragung Hirndoping

Zuversicht und Leistungsdruck

Der empfundene Leistungsdruck ist ebenfalls von Bedeutung für die Zuversicht hinsichtlich einzelner Aspekte. Stress in unterschiedlichen Lebensbereichen wirkt sich dabei erwartungsgemäß auf die einzelnen Aspekte der Zuversicht jeweils verschieden stark aus. So sind beispielsweise Studierende, die (sehr) starken Leistungsdruck im Studium empfinden, deutlich weniger zuversichtlich bezogen auf den Erfolg ihres Studiums als solche, die sich vom Studium nicht gestresst fühlen. Auch insgesamt blicken Studierende, die wenig oder keinen Leistungsdruck im Studium verspüren, am häufigsten optimistisch in die Zukunft (69 % (sehr) starke Zuversicht, Bild 5.4).

Die durchschnittliche Zuversicht wird jedoch am stärksten durch Stress beeinflusst, der im familiären Bereich empfunden wird. Während sich fast zwei Drittel (65 %) derjenigen, die in diesem Bereich wenig bis gar keinen Leistungsdruck verspüren, (sehr) zuversichtlich äußern, trifft dies nur auf knapp die Hälfte (49 %) derjenigen mit (sehr) starkem Leistungsdruck im familiären Bereich zu (Bild 5.4). Auch die Mittelwerte der durchschnittlichen Zuversicht weichen zwischen (sehr) stark Gestressten und wenig bis überhaupt nicht Gestressten bei diesem Bereich des Leistungsdrucks am stärksten voneinander ab.
**Bild 5.4 Zuversicht nach verspürtem Leistungsdruck in verschiedenen Lebensbereichen**

Beurteilung der Zuversicht anhand einer 5er-Skala von „gar nicht zuversichtlich“ (=1) bis „sehr zuversichtlich“ (=5), Anteil der Studierenden in %

<table>
<thead>
<tr>
<th>Verspürter Leistungsdruck ... (Antwortpositionen s. Bild 3.1)</th>
<th>im Studium</th>
<th>Job neben dem Studium</th>
<th>Freizeit/Hobbys</th>
<th>im familiären Bereich</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>wenig/ gar nicht (sehr) stark</td>
<td>69 57</td>
<td>63 54</td>
<td>60 55</td>
<td>65 49</td>
</tr>
<tr>
<td>mittlere Zuversicht (2,5 - 3,5)</td>
<td>26 37</td>
<td>33 38</td>
<td>35 36</td>
<td>31 40</td>
</tr>
<tr>
<td>(sehr) geringe Zuversicht (1 - 2,25)</td>
<td>5 6</td>
<td>4 8</td>
<td>5 9</td>
<td>4 11</td>
</tr>
</tbody>
</table>

(Mittelwert, arithmetisches Mittel, Konfidenzintervall 95 %)

Zuversicht und Hirndoping

Zwischen Hirndopenden und anderen Studierenden bestehen deutliche Unterschiede in Bezug auf die Zuversicht für verschiedene Aspekte: Der Anteil der (sehr) zuversichtlichen Studierenden in Bezug auf den Studienereffekt, die berufliche Zukunft, das persönliche Wohlergehen und das materielle Auskommen ist unter den Hirndopenden durchgängig deutlich geringer als unter den Studierenden, die keine leistungsbeeinflussenden Substanzen nehmen bzw. solchen, die „weiche“ Mittel anwenden (Bild 5.5). Die Umkehrung gilt ebenso: Hirndopende sind anteilig häufiger als die übrigen Studierenden nur wenig optimistisch in Bezug auf alle vier erhobenen Aspekte.

Am stärksten zeigen sich diese Unterschiede bei der Zuversicht bezüglich des persönlichen Wohlergehens. Die Differenz zwischen dem Anteil der Nicht-Anwender(innen) mit (sehr) starker Zuversicht für das persönliche Wohlergehen und dem entsprechenden Anteil Hirndopender ist mit 26 Prozentpunkten größer als bei allen anderen Zuversichts-Aspekten (Bild 5.5). Auch die Mittelwertdifferenz zwischen den beiden Enhancement-Typen ist hier am größten. Zudem ist dies

**Bild 5.5 Zuversicht nach Hirndoping-Typ**

Beurteilung der Zuversicht anhand einer 5er-Skala von „gar nicht zuversichtlich“ (=1) bis „sehr zuversichtlich“ (=5), Studierende je Hirndoping-Typ in %

<table>
<thead>
<tr>
<th>Aspekte der Zuversicht</th>
<th>Nicht-Anwender(innen)</th>
<th>Hirndopende</th>
<th>Soft-Enhancende</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>(sehr) starke Zuversicht</td>
<td>(sehr) geringe Zuversicht</td>
<td>(sehr) starke Zuversicht</td>
</tr>
<tr>
<td>Studienerfolg</td>
<td>79 7</td>
<td>59 20</td>
<td>75 7</td>
</tr>
<tr>
<td>berufliche Zukunft</td>
<td>66 12</td>
<td>52 26</td>
<td>59 14</td>
</tr>
<tr>
<td>persönliches Wohlergehen</td>
<td>65 11</td>
<td>39 29</td>
<td>54 13</td>
</tr>
<tr>
<td>materielles/finanzielles Auskommen</td>
<td>55 17</td>
<td>37 35</td>
<td>51 16</td>
</tr>
</tbody>
</table>

(arithmetisches Mittel)


Wird die durchschnittliche Zuversicht über alle Aspekte betrachtet, so ist festzustellen, dass der Anteil derjenigen mit (sehr) starker durchschnittlicher Zuversicht bei den Nicht-Anwender(inne)n anderthalb mal so hoch wie bei den Hirndopenden ist (61 % vs. 38 %, Bild 5.6). 21 % der Hirndopenden äußern nur (sehr) geringe Zuversicht mit Blick auf die eigene Zukunft. Bei den Nicht-Anwender(inne)n und den Soft-Enhancenden sind es jeweils 5 %. Der Mittelwert für die durchschnittliche Zuversicht der Hirndopenden liegt mit 3,26 signifikant unter dem aller anderen Gruppen.

Diese Unterschiede zwischen den Typen des Hirndopings zeigen sich gleichermaßen auch innerhalb der Geschlechtergruppen. Im Vergleich von Männern und Frauen zeigt sich, dass Frauen jedes Hirndoping-Typs eine geringere Zuversicht bekunden als Männer desselben Typs (Bild 5.6).

Bild 5.6  Zuversicht der Studierenden nach Hirndoping-Typ und Geschlecht

<table>
<thead>
<tr>
<th>Durchschnittliche Zuversicht über alle vier Aspekte (s. Bild 5.1)</th>
<th>Hirndoping-Typ</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>Nicht-Anwender(inne)n</td>
</tr>
<tr>
<td>Studierende insgesamt (sehr) starke Zuversicht (4 - 5) in %</td>
<td>61</td>
</tr>
<tr>
<td>mittlere Zuversicht (2,25 - 3,75) (1 - 2)</td>
<td>34</td>
</tr>
<tr>
<td>(sehr) geringe Zuversicht (1)</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td>Mittelwert</td>
<td>3,78</td>
</tr>
<tr>
<td>Konfidenzintervall 95 %</td>
<td>3,75 - 3,80</td>
</tr>
<tr>
<td>Frauen</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>(sehr) starke Zuversicht (4 - 5) in %</td>
<td>58</td>
</tr>
<tr>
<td>mittlere Zuversicht (2,25 - 3,75) (1 - 2)</td>
<td>37</td>
</tr>
<tr>
<td>(sehr) geringe Zuversicht (1)</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td>Mittelwert</td>
<td>3,73</td>
</tr>
<tr>
<td>Konfidenzintervall 95 %</td>
<td>3,70 - 3,76</td>
</tr>
<tr>
<td>Männer</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>(sehr) starke Zuversicht (4 - 5) in %</td>
<td>64</td>
</tr>
<tr>
<td>mittlere Zuversicht (2,25 - 3,75) (1 - 2)</td>
<td>31</td>
</tr>
<tr>
<td>(sehr) geringe Zuversicht (1)</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td>Mittelwert</td>
<td>3,82</td>
</tr>
<tr>
<td>Konfidenzintervall 95 %</td>
<td>3,79 - 3,86</td>
</tr>
</tbody>
</table>
Literaturverzeichnis


Anhang
Fragebogen zur Online-Befragung des HISBUS-Panels zu Formen der Stresskompensation und Leistungssteigerung

1. Wie stark spüren Sie in den nachfolgend genannten Bereichen Leistungsdruck?
(5-stufige Skala: „überhaupt nicht“ bis „sehr stark“)
   a. Studium
   b. Job neben dem Studium
   c. Freizeit/Hobbys
   d. familiärer Bereich
   e. sonstiger, und zwar: ______________

2. Was tun Sie gewöhnlich zum Ausgleich, wenn Sie Leistungsdruck spüren?
(Mehrfachnennung möglich)
   a. Sport treiben
   b. mich entspannen (z. B. Sauna, Wellness)
   c. Freunde treffen
   d. mit der Familie zusammen sein
   e. Kochen
   f. Lesen
   g. Schlafen
   h. Fernsehen gucken, ins Kino gehen
   i. am Computer spielen
   j. Medikamente einnehmen (z. B. Aspirin, Ibuprofen)
   k. Getränke oder Mittel zur Beruhigung einnehmen
   (z. B. Betablocker)
   l. Getränke oder Mittel zur Leistungssteigerung einnehmen
   (z. B. Ritalin, Antidepressiva)
   m. über Bewältigungsstrategien nachdenken
   n. sonstiges und zwar: ______________
   o. nichts

3. Hat Ihr Leistungsdruck nach Ihrem Empfinden in den letzten Jahren zugenommen?
(5-stufige Skala: „überhaupt nicht“ bis „sehr stark“)
4. Wie sehr werden Sie von den unten aufgeführten Personen oder Institutionen bei der Bewältigung der Anforderungen im Studium und im sonstigen Alltag unterstützt?  
(6-stufige Skala: „überhaupt nicht“ bis „sehr stark“, „trifft nicht zu“)

a. Partner/in  
b. Eltern, Verwandte  
c. bester Freund/beste Freundin  
d. Freunde, Bekannte  
e. Kommiliton/inn/en  
f. Dozent/inn/en, Universitäts- bzw. Fachhochschulpersonal  
g. professionelle Hilfe (z. B. Berater/innen, Therapeut/inn/en)  
h. sonstiges und zwar: ____________________________

5. Die Studiensituation wird von Studierenden unterschiedlich erlebt. Was bereitet Ihnen persönlich Schwierigkeiten?  
(5-stufige Skala: „keine Schwierigkeiten“ bis „große Schwierigkeiten“)

a. die Leistungsanforderungen im Fachstudium  
b. Orientierungsprobleme im Studium  
c. das Fehlen fester Lern- und Arbeitsgruppen  
d. die Konkurrenz unter Studierenden  
e. Kontakt zu anderen Studierenden zu finden  
f. der Umgang mit Lehrenden  
g. Prüfungen effizient vorzubereiten  
h. schriftliche Arbeiten wie Referate, Hausarbeiten abzufassen  
i. Beteiligung an Diskussionen in Lehrveranstaltungen  
j. Lehrveranstaltungen in englischer Sprache  
k. Sicherung der Studienfinanzierung  
l. Bewältigung des Stoffumfangs im Semester  
m. Auslandsaufenthalte ohne zeitliche Verzögerung durchzuführen  
n. mich für mein Fachgebiet zu begeistern und zu engagieren (Fachidentifikation)  
o. mangelnder Freiraum zur Aufarbeitung von Wissenslücken (z. B. bei länger zurückliegender Schulzeit)

6. Wie beurteilen Sie die folgenden Merkmale bzw. Anforderungen in Ihrem Studium insgesamt?  
(5-stufige Skala: „zu niedrig“ bis „zu hoch“)

a. fachliches Anforderungs niveau  
b. Selbständigkeit in der Studiengestaltung  
c. Stofffülle  
d. Verstehen zugrunde liegender Prinzipien  
e. Analyse komplexer Sachverhalte/Themenbereiche
7. Wie viele Stunden haben Sie im Wintersemester 2010/11 während der letzten für Sie typischen Semesterwoche täglich für folgende Aktivitäten aufgewandt?
(Angaben für jeden Wochentag in Stunden, bitte auf volle Stunden runden)
(Offene Skala für jeden Tag zu beantworten: Montag bis Sonntag)

   a. Lehrveranstaltungen
      (Vorlesungen, Seminare, Praktika usw.)
   b. Sonstiger studienbezogener Aufwand
      (Vor- und Nachbereitung, Fachlektüre, Studien-, Haus- und Abschlussarbeiten, Bücher ausleihen, Sprechstunden usw.)
   c. Tätigkeiten gegen Bezahlung
      (Job, freiberufliche oder selbständige Tätigkeit)

8. Treiben Sie Sport?
   Damit sind nicht nur die klassischen Sportarten (z. B. Fußball, Schwimmen) gemeint, sondern auch alle Fitness- und Gesundheitssportaktivitäten (z. B. Jogging, Besuch im Fitnessstudio). Das alltägliche Radfahren oder Spazierengehen zählen wir nicht zu den Sportaktivitäten.

   a. ja
   b. nein

Filter: „ja“ => Frage 9
       „nein“ => Frage 10

9. In welchem Rahmen sind Sie sportlich aktiv?
   (Mehrfachnennung möglich)

   a. Sportverein
   b. Fitnessstudio
   c. Hochschulsport
   d. selbstorganisiert
   e. sonstiges, und zwar: __________________________________________________________________________

10. Wie oft waren Sie in den vergangenen vier Wochen ...
    (Skala: „nie“/„selten“/„manchmal“/„ziemlich oft“/„meistens“/„immer“)

    a. …ruhig und gelassen?
    b. …voller Energie?
    c. …entmutigt und traurig?
    d. …gestresst und überfordert?
11. Welche der folgenden Getränke konsumieren Sie in welcher Häufigkeit?
(Skala: „sehr selten oder nie“/ „1x pro Monat“/ „2-3x pro Monat“/ „1x pro Woche“/ „2-3x pro Woche“/ „täglich“)

a. (Mineral-)Wasser
b. Fruchtschorlen
c. Limonade, Brause, Eistee, Cola
d. Kräutertee, Früchtetee
e. Kaffee, Kaffeegetränke, schwarzen Tee
f. Bier, Wein, Sekt, Cocktails, andere alkoholische Getränke
g. Energy-Drinks
h. Sportlergetränke, isotonische Getränke

Filter:
Alkoholkonsum ja (wenigstens 1x pro Monat) => Frage 12
Alkoholkonsum nein (selten oder nie) => Frage 13

(Antwortmöglichkeiten: „ja“, „nein“)

a. Glauben Sie, dass Sie jederzeit auf alkoholische Getränke verzichten können?
b. Haben Sie schon einmal das Gefühl gehabt, dass Sie Ihren Alkoholkonsum verringern sollten?
c. Neigen Sie dazu, bei Stress im Studium mehr Alkohol zu trinken?

(5-stufige Skala: „nie“ bis „regelmäßig“)

a. Energy-Drinks
b. Kaffee
c. schwarzer Tee
d. andere koffeinhaltige Getränke

14. Sind Sie Raucher/in (Zigaretten, Zigarren, Pfeife etc.)?

a. Ich bin Nichtraucher/in. Ich habe noch nie geraucht.
b. Ich rauche nicht mehr, habe aber mal geraucht.
c. Ich bin Gelegenheitsraucher/in (z. B. auf einer Party).
d. Ich rauche regelmäßig, möchte aber gern aufhören.
e. Ich rauche regelmäßig und habe auch nicht vor, damit aufzuhören.
15. **Stichwort „Gehirndoping“:** Haben Sie jemals davon gehört, dass Substanzen zur geistigen Leistungssteigerung eingenommen werden (Gehirndoping)?
   a. ja
   b. nein

16. **Kennen Sie jemanden, der schon einmal Substanzen zur geistigen Leistungssteigerung eingenommen hat?**
   *(Mehrfachnennung möglich)*
   a. nein
   b. ja, im Hochschulbereich
   c. ja, im Freundes-/Familienkreis außerhalb der Hochschule

17. **Haben Sie seit Beginn Ihres Studiums Substanzen eingenommen, die Ihnen die Bewältigung der studienbedingten Anforderungen erleichtert haben (z. B. Mittel zur Beruhigung oder Leistungssteigerung)?**
   a. Nein, das kommt für mich nicht in Frage.
   c. Ja, aber nur ganz selten.
   d. Ja, das kommt ab und zu vor.
   e. Ja, das kommt häufig vor.

   **Filter:** Substanzen „nein“ (a., b.) => Frage 25
   Substanzen „ja“ (c., d., e.) => Frage 18

18. **Aus welchem Grund genau haben Sie diese Substanz(en) eingenommen?**
   *(Mehrfachnennung möglich)*
   a. Schmerzbekämpfung
   b. aus anderen gesundheitlichen Gründen
   c. Bekämpfung von Nervosität/Lampenfieber
   d. mit dem Ziel der geistigen Leistungssteigerung
   e. unter anderem zur Leistungssteigerung
   f. high werden/Suche nach dem „Kick“
   g. Leistungsdruck/Konkurrenzdruk
   h. Neugier
   i. weil es andere auch nehmen
   j. sonstiges, und zwar: ____________________
19. Aus welcher Quelle haben Sie von der/den Substanz/en erfahren?  
(*Mehrfachnennung möglich*)

a. Freunde/Bekannte  
b. Verwandte  
c. Kommilitonen/inn/en  
d. Arzt/Arztin oder medizinisches Personal  
e. Apotheker/in  
f. Drogeriemärkte  
g. Einzelhandel  
h. Internet  
i. Printmedien  
j. TV  
k. Sonstiges, und zwar:_________________

20. Woher haben Sie die Substanz(en) bekommen?  
(*Mehrfachnennung möglich*)

a. Freunde/Bekannte  
b. Verwandte  
c. Kommilitonen/inn/en  
d. ärztliche Verschreibung  
e. Apotheke  
f. Drogeriemärkte  
g. Einzelhandel  
h. Internet  
i. sonstiges, und zwar:_________________

21. In welchen Situationen haben Sie die Substanz(en) eingenommen/nehmen Sie die Substanz(en) ein?  
(*Mehrfachnennung möglich*)

a. Prüfungssituation  
b. Prüfungsvorbereitung  
c. generell Stress  
d. sonstiges, und zwar:_________________

22. Hat/haben die Substanz/en den gewünschten Effekt – Beruhigung oder Leistungssteigerung – erzielt?  

a. nein  
b. ja  
c. kann ich nicht genau sagen

Filter: „ja“ => Frage 23  
„nein“/„kann ich nicht genau sagen“ => Frage 24
23. Wie stark schätzen Sie den Effekt ein?
(6-stufige Skala: „sehr schwach“ bis „sehr stark“, „keine Angaben“)

24. Welche Substanz(en) haben Sie zur eigenen geistigen Leistungssteigerung und/oder zur Beruhigung (nicht aus Genussgründen oder im Rahmen ärztlicher Verordnung) eingenommen?
(Mehrfachnennung möglich)

   a. Ritalin (Methylphenidat, MPH)
   b. Vigil/Provigil (Modafinil)
   c. Amphetamin
   d. Betablocker
   e. Ecstasy (MDMA)
   f. Kokain
   g. Cannabis
   h. sonstiges, und zwar: __________________
   i. eine mir unbekannte Substanz
   j. keine Angabe

25. Zum Schluss bitten wir Sie noch um eine kurze Selbsteinschätzung:
Inwieweit treffen die folgenden Aussagen auf Sie zu?
(5-stufige Skala: „trifft voll und ganz zu“ bis „trifft überhaupt nicht zu“)

   a. Ich bin eher zurückhaltend, reserviert.
   b. Ich schenke anderen leicht Vertrauen, glaube an das Gute im Menschen.
   c. Ich erledige Aufgaben gründlich.
   d. Ich bin entspannt, lasse mich durch Stress nicht aus der Ruhe bringen.
   e. Ich habe eine aktive Vorstellungskraft, bin phantasievoll.
   f. Ich gehe aus mir raus, bin gesellig.
   g. Ich neige dazu, andere zu kritisieren.
   h. Ich bin bequem, neige zur Faulheit.
   i. Ich werde leicht nervös und unsicher.
   j. Ich habe nur wenig künstlerisches Interesse.

26. Wie zuversichtlich sind Sie hinsichtlich der folgenden Aspekte Ihres Lebens?
(5-stufige Skala: „gar nicht zuversichtlich“ bis „sehr zuversichtlich“)

   a. Studienerfolg
   b. berufliche Zukunft
   c. persönliches Wohlergehen
   d. materielles/finanzielles Auskommen

27. Haben Sie Fragen, Anregungen oder Verbesserungsvorschläge zu dem Fragebogen?
1. Wie stark verspüren Sie in den nachfolgend genannten Bereichen Leistungsdruck?

2. Was tun Sie gewöhnlich zum Ausgleich, wenn Sie Leistungsdruck verspüren?

3. Hätten Sie Leistungsaufgaben nach Ihren Erwartungen in den letzten Jahren zugezogen?

4. Wie sehr werden Sie von den unten genannten Leistungsaufgaben beruhigt?

5. Die Studienlauflauf wird von Studierenden unterschiedlich erlebt. Was bereitet Ihnen persönlich Schwierigkeiten?

6. Wie verhalten Sie sich in der folgenden Meinung bezüglich Ihrer Anforderungen im Studium insgesamt?

7. Wie viele Stunden haben Sie im Wintersemester 2010/11 während der vorletzten 8 Wochen für die typische Semesterwoche täglich für folgende Aktivitäten aufgewandt?

8. Trinken Sie Sport?

9. In welchem Rahmen sind Sie sportlich aktiv?

10. Wie oft waren Sie in den vergangenen vier Wochen ... ruhig und gelassen? ... voller Energie? ... entmutigt und traurig? ... gestresst und überfordert?

11. Welche der folgenden Getränke konsumieren Sie in welcher Häufigkeit?


14. Sind Sie Raucher/in (Zigaretten, Zigarren, Pfeife etc.)?

15. Stichwort „Gehirndoping“. Haben Sie jemals davon gehört, dass Substanzen zur geistigen Leistungsfähigkeit eingenommen werden (Gehirndoping)?

16. Kennen Sie jemanden, der schon einmal Substanzen zur geistigen Leistungsfähigkeit eingenommen hat?

17. Haben Sie seit Beginn Ihres Studiums Substanzen eingenommen, die Ihnen die Erleichterung der aufgabenbezogenen Anforderungen erleichtert haben (z. B. Mittel zur Beruhigung ohne Leistungsaufgaben)?

18. Aus welchem Grund genau haben Sie diese Substanzen eingenommen?

19. Aus welcher Quelle haben Sie von der/den Substanz(en) erfahren?

20. Wohin haben Sie die Substanzen bekommen?

21. In welchen Situationen haben Sie die Substanzen(e) eingenommen?

22. Hat/haben die Substanzen den gewünschten Effekt – Beruhigung oder Leistungssteigerung – erzielt?

23. Wie stark schätzen Sie den Effekt ein?

24. Welche Substanz(en) haben Sie zur eigenen geistigen Leistungserhöhung und/oder zur Beruhigung (mehr als nur aus Gozynski oder im Rahmen ärztlicher Verordnung) eingenommen?

25. Juli: Sollen Ihnen die folgenden Merkmale bzw. Anforderungen im Studium und im sonstigen Alltag unterstellt?

26. Wie zuversichtlich sind Sie hinsichtlich der folgenden Aspekte Ihres Lebens?

27. Haben Sie Fragen, Anregungen oder Verbesserungsvorschläge zu dem Fragebogen?
### Wie stark verspüren Sie in den nachfolgend genannten Bereichen Leistungsdruck?

<table>
<thead>
<tr>
<th>Bereich</th>
<th>Insgesamt</th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>weiblich</td>
<td>männlich</td>
<td>weiblich</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Studium</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>nicht beantwortet</td>
<td>7.989</td>
<td>2.747</td>
<td>2.532</td>
</tr>
<tr>
<td>überhaupt nicht</td>
<td>13.0</td>
<td>4.8</td>
<td>4.4</td>
</tr>
<tr>
<td>sehr stark</td>
<td>15.6</td>
<td>5.5</td>
<td>5.1</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Job neben dem Studium</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>nicht beantwortet</td>
<td>7.989</td>
<td>2.747</td>
<td>2.532</td>
</tr>
<tr>
<td>überhaupt nicht</td>
<td>13.0</td>
<td>4.8</td>
<td>4.4</td>
</tr>
<tr>
<td>sehr stark</td>
<td>15.6</td>
<td>5.5</td>
<td>5.1</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Freizeit/Hobbies</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>nicht beantwortet</td>
<td>7.989</td>
<td>2.747</td>
<td>2.532</td>
</tr>
<tr>
<td>überhaupt nicht</td>
<td>13.0</td>
<td>4.8</td>
<td>4.4</td>
</tr>
<tr>
<td>sehr stark</td>
<td>15.6</td>
<td>5.5</td>
<td>5.1</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>familiärer Bereich</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>nicht beantwortet</td>
<td>7.989</td>
<td>2.747</td>
<td>2.532</td>
</tr>
<tr>
<td>überhaupt nicht</td>
<td>13.0</td>
<td>4.8</td>
<td>4.4</td>
</tr>
<tr>
<td>sehr stark</td>
<td>15.6</td>
<td>5.5</td>
<td>5.1</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>sonstiges</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>nicht beantwortet</td>
<td>7.989</td>
<td>2.747</td>
<td>2.532</td>
</tr>
<tr>
<td>überhaupt nicht</td>
<td>13.0</td>
<td>4.8</td>
<td>4.4</td>
</tr>
<tr>
<td>sehr stark</td>
<td>15.6</td>
<td>5.5</td>
<td>5.1</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Partnerschaft/Freunde</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>nicht genannt</td>
<td>7.989</td>
<td>2.720</td>
<td>2.504</td>
</tr>
<tr>
<td>überhaupt nicht</td>
<td>13.0</td>
<td>4.8</td>
<td>4.4</td>
</tr>
<tr>
<td>sehr stark</td>
<td>15.6</td>
<td>5.5</td>
<td>5.1</td>
</tr>
</tbody>
</table>
## HISBUS-Befragung zur Einnahme von leistungssteigernden Mitteln, nach Hochschulart und Geschlecht

<table>
<thead>
<tr>
<th>persönliche Situation (aus sonstiges nachkodiert)</th>
<th>insgesamt</th>
<th>Universitäten weiblich</th>
<th>Universität männlich</th>
<th>Fachhochschulen weiblich</th>
<th>Fachhochschulen männlich</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>noch genannt</td>
<td>7.939</td>
<td>99,4</td>
<td>2.726</td>
<td>99,2</td>
<td>2.516</td>
</tr>
<tr>
<td>überhaupt nicht</td>
<td>0,0</td>
<td>0,0</td>
<td>0,0</td>
<td>0,0</td>
<td>0,0</td>
</tr>
<tr>
<td>sehr stark</td>
<td>21,0</td>
<td>0,3</td>
<td>10,0</td>
<td>0,3</td>
<td>5,0</td>
</tr>
</tbody>
</table>

### Was tun Sie gewöhnlich zum Ausgleich, wenn Sie Leistungsdruck verspüren? (Mehrfachnennung)

<table>
<thead>
<tr>
<th>Tätigkeit</th>
<th>Anzahl der Personen, die sich geäußert haben: Anzahl der Personen, die sich geäußert haben:</th>
<th>Universität weiblich</th>
<th>Universität männlich</th>
<th>Fachhochschule weiblich</th>
<th>Fachhochschule männlich</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Sport treiben</td>
<td>4.603</td>
<td>57,6</td>
<td>1.502</td>
<td>54,7</td>
<td>1.566</td>
</tr>
<tr>
<td>mich entspannen (z. B. Sauna, Wellness)</td>
<td>3.665</td>
<td>45,9</td>
<td>1.393</td>
<td>50,7</td>
<td>977</td>
</tr>
<tr>
<td>Freunde treffen</td>
<td>5.537</td>
<td>69,3</td>
<td>1.986</td>
<td>72,3</td>
<td>1.677</td>
</tr>
<tr>
<td>mit der Familie zusammen sein</td>
<td>3.060</td>
<td>38,3</td>
<td>1.261</td>
<td>45,9</td>
<td>708</td>
</tr>
<tr>
<td>Kochen</td>
<td>2.528</td>
<td>31,6</td>
<td>994</td>
<td>36,2</td>
<td>671</td>
</tr>
<tr>
<td>Lesen</td>
<td>3.247</td>
<td>40,6</td>
<td>1.333</td>
<td>48,5</td>
<td>903</td>
</tr>
<tr>
<td>Schlafen</td>
<td>5.022</td>
<td>62,9</td>
<td>1.933</td>
<td>70,4</td>
<td>1.377</td>
</tr>
<tr>
<td>Fernsehen gehen, ins Kino gehen</td>
<td>4.218</td>
<td>52,8</td>
<td>1.553</td>
<td>56,5</td>
<td>1.198</td>
</tr>
<tr>
<td>am Computer spielen</td>
<td>2.969</td>
<td>37,2</td>
<td>734</td>
<td>26,7</td>
<td>1.204</td>
</tr>
<tr>
<td>Medikamente einnehmen (z. B. Aspirin, Ibuprofen)</td>
<td>309</td>
<td>3,9</td>
<td>123</td>
<td>4,5</td>
<td>69</td>
</tr>
<tr>
<td>Getränke oder Mittel zur Beruhigung einnehmen (z. B. Betablocker)</td>
<td>251</td>
<td>3,1</td>
<td>96</td>
<td>3,5</td>
<td>79</td>
</tr>
<tr>
<td>Getränke oder Mittel zur Leistungssteigerung einnehmen (z. B. Ritalin, Anti-depressiva)</td>
<td>197</td>
<td>2,5</td>
<td>62</td>
<td>2,3</td>
<td>53</td>
</tr>
<tr>
<td>über Bewältigungsstrategien nachdenken</td>
<td>1.656</td>
<td>20,7</td>
<td>674</td>
<td>24,5</td>
<td>484</td>
</tr>
<tr>
<td>nichts</td>
<td>130</td>
<td>1,6</td>
<td>29</td>
<td>1,1</td>
<td>51</td>
</tr>
<tr>
<td>sonstiges:</td>
<td>937</td>
<td>11,7</td>
<td>322</td>
<td>11,7</td>
<td>310</td>
</tr>
<tr>
<td>Musik/ kreativ sein (nachkodiert)</td>
<td>266</td>
<td>3,3</td>
<td>98</td>
<td>3,6</td>
<td>97</td>
</tr>
<tr>
<td>spazieren/ verreisen/ putzen/ and. Freizeitaktivitäten (nachkodiert)</td>
<td>182</td>
<td>2,3</td>
<td>61</td>
<td>2,2</td>
<td>57</td>
</tr>
<tr>
<td>Süßigkeiten/ Kaffee/ Alkohol (nachkodiert)</td>
<td>122</td>
<td>1,5</td>
<td>27</td>
<td>1,0</td>
<td>54</td>
</tr>
<tr>
<td>Therapie/ Meditation/ spirituelle Angebote (nachkodiert)</td>
<td>99</td>
<td>1,2</td>
<td>39</td>
<td>1,4</td>
<td>27</td>
</tr>
<tr>
<td>weitermachen/ verdrängen/ zurückziehen (nachkodiert)</td>
<td>77</td>
<td>1,0</td>
<td>32</td>
<td>1,2</td>
<td>18</td>
</tr>
<tr>
<td>Pläne machen/ Problem angehen (nachkodiert)</td>
<td>26</td>
<td>0,3</td>
<td>10</td>
<td>0,4</td>
<td>8</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Anzahl der Personen, die sich geäußert haben: 7.989
| Hat Ihr Leistungsdruck nach Ihrem Empfinden in den letzten Jahren zugenommen? |
|---------------------------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
|                                 | insgesamt      | Universitäten   | Fachhochschulen |
|                                 | weiblich       | männlich        | weiblich        | männlich        |
| nicht beantwortet               | 94  1,2        | 34  1,2         | 33  1,3         | 13  1,1         | 14  0,9 |
| überhaupt nicht                 | 344 4,3        | 88  3,2         | 138  5,5        | 46  4,1         | 63  4,3 |
| überhaupt nicht                 | 694 8,7        | 229 8,3         | 252 10,0        | 83  7,4         | 119 8,1 |
| sehr stark                      | 1.617 20,2     | 531 19,3        | 534 21,1        | 211 18,7        | 312 21,3 |
| überhaupt nicht                 | 3.403 42,6     | 1.181 43,0      | 1.068 42,2      | 484 42,8        | 627 42,9 |
| sehr stark                      | 1.837 23,0     | 685 24,9        | 506 20,0        | 294 26,0        | 328 22,4 |
| überhaupt nicht                 | 7.989 100,0    | 2.747 100,0     | 2.532 100,0     | 1.130 100,0     | 1.463 100,0 |

| Wie sehr werden Sie von den unten aufgeführten Personen oder Institutionen bei der Bewältigung der Anforderungen im Studium und im sonstigen Alltag unterstützt? |
|---------------------------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
|                                 | insgesamt      | Universitäten   | Fachhochschulen |
|                                 | weiblich       | männlich        | weiblich        | männlich        |
| nicht beantwortet               | 130  1,6       | 37  1,3         | 37  1,5         | 24  2,1         | 30  2,0 |
| überhaupt nicht                 | 191  2,4       | 56  2,0         | 54  2,1         | 33  3,0         | 48  3,3 |
| überhaupt nicht                 | 332  4,2       | 99  3,6         | 111 4,4         | 45  4,0         | 69  4,7 |
| sehr stark                      | 732  9,2       | 219 8,0         | 232 9,2         | 110 9,7         | 161 11,0 |
| überhaupt nicht                 | 1.704 21,3     | 591 21,5        | 539 21,3        | 247 21,9        | 313 21,4 |
| sehr stark                      | 2.130 26,7     | 894 32,6        | 556 22,0        | 348 30,8        | 300 20,5 |
| trifft nicht zu                 | 2.770 34,7     | 851 31,0        | 1.003 39,6      | 323 28,6        | 542 37,1 |
| überhaupt nicht                 | 7.989 100,0    | 2.747 100,0     | 2.532 100,0     | 1.130 100,0     | 1.463 100,0 |

| Eltern, Verwandte                |----------------|----------------|----------------|----------------|
|                                 | insgesamt      | Universitäten   | Fachhochschulen |
|                                 | weiblich       | männlich        | weiblich        | männlich        |
| nicht beantwortet               | 25  0,3        | 7   0,3         | 9   0,3         | 2   0,2         | 6   0,4 |
| überhaupt nicht                 | 488  6,1       | 149  5,4        | 136  5,4        | 72  6,4         | 124  8,5 |
| überhaupt nicht                 | 1.256 15,7     | 386 14,0        | 468 18,5        | 154 13,6        | 238 16,3 |
| sehr stark                      | 1.967 24,6     | 651 23,7        | 672 26,6        | 259 22,9        | 354 24,2 |
| überhaupt nicht                 | 2.476 31,0     | 844 30,7        | 780 30,8        | 355 31,4        | 462 31,6 |
| sehr stark                      | 1.638 20,5     | 677 24,6        | 432 17,1        | 264 23,4        | 233 15,9 |
| trifft nicht zu                 | 141  1,8       | 34  1,2         | 34  1,3         | 24  2,2         | 47  3,2 |
| überhaupt nicht                 | 7.989 100,0    | 2.747 100,0     | 2.532 100,0     | 1.130 100,0     | 1.463 100,0 |

| bester Freund/beste Freundin   |----------------|----------------|----------------|----------------|
|                                 | insgesamt      | Universitäten   | Fachhochschulen |
|                                 | weiblich       | männlich        | weiblich        | männlich        |
| nicht beantwortet               | 66  0,8        | 20  0,7         | 16  0,6         | 14  1,2         | 16  1,1 |
| überhaupt nicht                 | 439  5,5       | 112  4,1        | 132  5,2        | 69  6,1         | 118  8,0 |
| überhaupt nicht                 | 1.143 14,3     | 311 11,3        | 422 16,7        | 136 12,0        | 264 18,0 |
| sehr stark                      | 2.125 26,6     | 698 25,4        | 714 28,2        | 260 23,0        | 426 29,2 |
| überhaupt nicht                 | 2.490 31,2     | 924 33,6        | 756 29,9        | 385 34,0        | 387 26,5 |
| sehr stark                      | 1.166 14,6     | 524 19,1        | 299 11,8        | 192 16,9        | 125  8,5 |
| trifft nicht zu                 | 560  7,0       | 159  5,8        | 192  7,6        | 75  6,6         | 127  8,7 |
| überhaupt nicht                 | 7.989 100,0    | 2.747 100,0     | 2.532 100,0     | 1.130 100,0     | 1.463 100,0 |

| Freunde, Bekannte               |----------------|----------------|----------------|----------------|
|                                 | insgesamt      | Universitäten   | Fachhochschulen |
|                                 | weiblich       | männlich        | weiblich        | männlich        |
| nicht beantwortet               | 85  1,1        | 27  1,0         | 20  0,8         | 13  1,1         | 25  1,7 |
| überhaupt nicht                 | 599  7,5       | 150  5,5        | 176  6,9        | 110  9,8        | 158 10,8 |
| überhaupt nicht                 | 1.784 22,3     | 575 20,9        | 608 24,0        | 225 19,9        | 355 24,3 |
| sehr stark                      | 2.787 34,9     | 982 35,7        | 888 35,1        | 369 32,7        | 511 34,9 |
| überhaupt nicht                 | 2.035 25,5     | 773 28,1        | 647 25,5        | 278 24,6        | 294 20,1 |
| sehr stark                      | 418  5,2       | 171  6,2        | 111  4,4        | 76  6,7         | 52  3,5 |
| trifft nicht zu                 | 282  3,5       | 70  2,6         | 83  3,3         | 59  5,2         | 68  4,6 |
| überhaupt nicht                 | 7.989 100,0    | 2.747 100,0     | 2.532 100,0     | 1.130 100,0     | 1.463 100,0 |
### HISBUS-Befragung zur Einnahme von leistungssteigernden Mitteln, nach Hochschulart und Geschlecht

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>insgesamt</th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>weiblich</td>
<td>männlich</td>
<td>weiblich</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Komiliton/inn/en</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>nicht beantwortet</td>
<td>58</td>
<td>0,7</td>
<td>23</td>
</tr>
<tr>
<td>überhaupt nicht</td>
<td>656</td>
<td>8,2</td>
<td>229</td>
</tr>
<tr>
<td>sehr stark</td>
<td>1,520</td>
<td>19,0</td>
<td>506</td>
</tr>
<tr>
<td>trifft nicht zu</td>
<td>2,341</td>
<td>29,3</td>
<td>772</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>2,507</td>
<td>31,4</td>
<td>877</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Dozent/inn/en, Universitäts-bzw. Fachhochschulpersonal</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>nicht beantwortet</td>
<td>69</td>
<td>0,9</td>
<td>21</td>
</tr>
<tr>
<td>überhaupt nicht</td>
<td>1,915</td>
<td>24,0</td>
<td>762</td>
</tr>
<tr>
<td>sehr stark</td>
<td>2,513</td>
<td>31,5</td>
<td>896</td>
</tr>
<tr>
<td>trifft nicht zu</td>
<td>1,938</td>
<td>24,3</td>
<td>577</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>903</td>
<td>11,3</td>
<td>271</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>professionelle Hilfe (z. B. Berater/innen, Therapeut/inn/en)</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>nicht beantwortet</td>
<td>175</td>
<td>2,2</td>
<td>48</td>
</tr>
<tr>
<td>überhaupt nicht</td>
<td>2,000</td>
<td>25,0</td>
<td>707</td>
</tr>
<tr>
<td>sehr stark</td>
<td>200</td>
<td>2,5</td>
<td>83</td>
</tr>
<tr>
<td>trifft nicht zu</td>
<td>249</td>
<td>3,1</td>
<td>110</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>268</td>
<td>3,4</td>
<td>115</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>183</td>
<td>2,3</td>
<td>77</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>sonstiges</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>nicht beantwortet</td>
<td>7,172</td>
<td>89,8</td>
<td>2,522</td>
</tr>
<tr>
<td>überhaupt nicht</td>
<td>51</td>
<td>0,6</td>
<td>15</td>
</tr>
<tr>
<td>sehr stark</td>
<td>3</td>
<td>0,0</td>
<td>0,0</td>
</tr>
<tr>
<td>trifft nicht zu</td>
<td>24</td>
<td>0,3</td>
<td>12</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>36</td>
<td>0,5</td>
<td>15</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>29</td>
<td>0,4</td>
<td>13</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>673</td>
<td>8,4</td>
<td>170</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Die Studiensituation wird von Studierenden unterschiedlich erlebt. Was bereitet Ihnen persönlich Schwierigkeiten?</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>die Leistungsanforderungen im Fachstudium</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>nicht beantwortet</td>
<td>58</td>
<td>0,7</td>
<td>20</td>
</tr>
<tr>
<td>keine Schwierigkeiten</td>
<td>901</td>
<td>11,3</td>
<td>243</td>
</tr>
<tr>
<td>große Schwierigkeiten</td>
<td>1,763</td>
<td>22,1</td>
<td>525</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>2,596</td>
<td>32,5</td>
<td>885</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>2,090</td>
<td>26,2</td>
<td>819</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>582</td>
<td>7,3</td>
<td>254</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>7,989</td>
<td>100,0</td>
<td>2,747</td>
</tr>
<tr>
<td>Orientierungsprobleme im Studium</td>
<td>Universitäten weiblich</td>
<td>Universitäten männlich</td>
<td>Fachhochschulen weiblich</td>
</tr>
<tr>
<td>---------------------------------</td>
<td>------------------------</td>
<td>------------------------</td>
<td>--------------------------</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>nicht beantwortet</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>keine Schwierigkeiten</td>
<td>2.471</td>
<td>839</td>
<td>378</td>
</tr>
<tr>
<td>große Schwierigkeiten</td>
<td>1.304</td>
<td>474</td>
<td>446</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>insgesamt</strong></td>
<td>7.989</td>
<td>2.747</td>
<td>2.532</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>das Fehlen fester Lern- und Arbeitsgruppen</th>
<th>Universitäten weiblich</th>
<th>Universitäten männlich</th>
<th>Fachhochschulen weiblich</th>
<th>Fachhochschulen männlich</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td><strong>nicht beantwortet</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>keine Schwierigkeiten</td>
<td>3.041</td>
<td>1.024</td>
<td>961</td>
<td>342</td>
</tr>
<tr>
<td>große Schwierigkeiten</td>
<td>938</td>
<td>387</td>
<td>299</td>
<td>122</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>insgesamt</strong></td>
<td>7.989</td>
<td>2.747</td>
<td>2.532</td>
<td>1.130</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>die Konkurrenz unter Studierenden</th>
<th>Universitäten weiblich</th>
<th>Universitäten männlich</th>
<th>Fachhochschulen weiblich</th>
<th>Fachhochschulen männlich</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td><strong>nicht beantwortet</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>keine Schwierigkeiten</td>
<td>3.155</td>
<td>990</td>
<td>632</td>
<td>183</td>
</tr>
<tr>
<td>große Schwierigkeiten</td>
<td>938</td>
<td>387</td>
<td>299</td>
<td>122</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>insgesamt</strong></td>
<td>7.989</td>
<td>2.747</td>
<td>2.532</td>
<td>1.130</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>Kontakt zu anderen Studierenden zu finden</th>
<th>Universitäten weiblich</th>
<th>Universitäten männlich</th>
<th>Fachhochschulen weiblich</th>
<th>Fachhochschulen männlich</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td><strong>nicht beantwortet</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>keine Schwierigkeiten</td>
<td>3.784</td>
<td>1.336</td>
<td>1.089</td>
<td>361</td>
</tr>
<tr>
<td>große Schwierigkeiten</td>
<td>908</td>
<td>397</td>
<td>299</td>
<td>122</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>insgesamt</strong></td>
<td>7.989</td>
<td>2.747</td>
<td>2.532</td>
<td>1.130</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>der Umgang mit Lehrenden</th>
<th>Universitäten weiblich</th>
<th>Universitäten männlich</th>
<th>Fachhochschulen weiblich</th>
<th>Fachhochschulen männlich</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td><strong>nicht beantwortet</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>keine Schwierigkeiten</td>
<td>2.720</td>
<td>882</td>
<td>820</td>
<td>342</td>
</tr>
<tr>
<td>große Schwierigkeiten</td>
<td>691</td>
<td>266</td>
<td>227</td>
<td>92</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>insgesamt</strong></td>
<td>7.989</td>
<td>2.747</td>
<td>2.532</td>
<td>1.130</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>Prüfungen effizient vorzubereiten</th>
<th>Universitäten weiblich</th>
<th>Universitäten männlich</th>
<th>Fachhochschulen weiblich</th>
<th>Fachhochschulen männlich</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td><strong>nicht beantwortet</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>keine Schwierigkeiten</td>
<td>859</td>
<td>308</td>
<td>273</td>
<td>108</td>
</tr>
<tr>
<td>große Schwierigkeiten</td>
<td>2.191</td>
<td>767</td>
<td>712</td>
<td>245</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>insgesamt</strong></td>
<td>7.989</td>
<td>2.747</td>
<td>2.532</td>
<td>1.130</td>
</tr>
</tbody>
</table>
## HISBUS-Befragung zur Einnahme von leistungssteigernden Mitteln, nach Hochschulart und Geschlecht

<table>
<thead>
<tr>
<th>schriftliche Arbeiten wie Referate, Hausarbeiten abzufassen</th>
<th>insgesamt</th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>nicht beantwortet</td>
<td>80</td>
<td>31</td>
<td>1,0</td>
</tr>
<tr>
<td>keine Schwierigkeiten</td>
<td>1.272</td>
<td>416</td>
<td>15,9</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>2.068</td>
<td>659</td>
<td>25,9</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>2.090</td>
<td>700</td>
<td>26,2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1.677</td>
<td>619</td>
<td>21,0</td>
</tr>
<tr>
<td>große Schwierigkeiten</td>
<td>803</td>
<td>322</td>
<td>10,0</td>
</tr>
<tr>
<td>insgesamt</td>
<td>7.989</td>
<td>2.747</td>
<td>100,0</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>Beteiligung an Diskussionen in Lehrveranstaltungen</th>
<th>insgesamt</th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>nicht beantwortet</td>
<td>99</td>
<td>43</td>
<td>1,2</td>
</tr>
<tr>
<td>keine Schwierigkeiten</td>
<td>3.237</td>
<td>1.084</td>
<td>39,5</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1.616</td>
<td>550</td>
<td>20,2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1.188</td>
<td>379</td>
<td>14,9</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>853</td>
<td>296</td>
<td>10,7</td>
</tr>
<tr>
<td>große Schwierigkeiten</td>
<td>623</td>
<td>239</td>
<td>6,0</td>
</tr>
<tr>
<td>insgesamt</td>
<td>7.989</td>
<td>2.747</td>
<td>100,0</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>Lehrveranstaltungen in englischer Sprache</th>
<th>insgesamt</th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>nicht beantwortet</td>
<td>471</td>
<td>197</td>
<td>5,9</td>
</tr>
<tr>
<td>keine Schwierigkeiten</td>
<td>3.237</td>
<td>1.084</td>
<td>39,5</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1.616</td>
<td>550</td>
<td>20,2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1.188</td>
<td>379</td>
<td>14,9</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>853</td>
<td>296</td>
<td>10,7</td>
</tr>
<tr>
<td>große Schwierigkeiten</td>
<td>623</td>
<td>239</td>
<td>6,0</td>
</tr>
<tr>
<td>insgesamt</td>
<td>7.989</td>
<td>2.747</td>
<td>100,0</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>Sicherung der Studienfinanzierung</th>
<th>insgesamt</th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>nicht beantwortet</td>
<td>80</td>
<td>31</td>
<td>1,0</td>
</tr>
<tr>
<td>keine Schwierigkeiten</td>
<td>2.286</td>
<td>715</td>
<td>28,6</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1.363</td>
<td>493</td>
<td>17,1</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1.322</td>
<td>466</td>
<td>16,5</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1.454</td>
<td>529</td>
<td>18,2</td>
</tr>
<tr>
<td>große Schwierigkeiten</td>
<td>1.484</td>
<td>514</td>
<td>18,6</td>
</tr>
<tr>
<td>insgesamt</td>
<td>7.989</td>
<td>2.747</td>
<td>100,0</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>Bewältigung des Stoffumfangs im Semester</th>
<th>insgesamt</th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>nicht beantwortet</td>
<td>75</td>
<td>30</td>
<td>1,1</td>
</tr>
<tr>
<td>keine Schwierigkeiten</td>
<td>826</td>
<td>220</td>
<td>8,0</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1.465</td>
<td>476</td>
<td>18,3</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>2.110</td>
<td>680</td>
<td>26,4</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>2.162</td>
<td>807</td>
<td>27,1</td>
</tr>
<tr>
<td>große Schwierigkeiten</td>
<td>1.351</td>
<td>535</td>
<td>16,9</td>
</tr>
<tr>
<td>insgesamt</td>
<td>7.989</td>
<td>2.747</td>
<td>100,0</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>Auslandsaufenthalte ohne zeitliche Verzögerung durchzuführen</th>
<th>insgesamt</th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>nicht beantwortet</td>
<td>909</td>
<td>305</td>
<td>11,1</td>
</tr>
<tr>
<td>keine Schwierigkeiten</td>
<td>2.423</td>
<td>795</td>
<td>30,3</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>649</td>
<td>228</td>
<td>8,1</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1.146</td>
<td>382</td>
<td>14,3</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1.124</td>
<td>382</td>
<td>14,1</td>
</tr>
<tr>
<td>große Schwierigkeiten</td>
<td>1.739</td>
<td>655</td>
<td>21,8</td>
</tr>
<tr>
<td>insgesamt</td>
<td>7.989</td>
<td>2.747</td>
<td>100,0</td>
</tr>
</tbody>
</table>
**HISBUS-Befragung zur Einnahme von leistungssteigernden Mitteln, nach Hochschulart und Geschlecht**

<table>
<thead>
<tr>
<th>Fachhochschulen</th>
<th>Universitäten</th>
<th>insgesamt</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>männlich</td>
<td>weiblich</td>
<td>weiblich</td>
</tr>
</tbody>
</table>

| nicht beantwortet | 78 1,0 | 23 0,8 | 28 1,1 | 13 1,1 | 13 0,9 |

| keine Schwierigkeiten | 3.177 39,8 | 1.105 40,2 | 1.023 40,4 | 420 37,2 | 583 39,8 |
| zu niedrig | 2.097 26,2 | 711 25,9 | 647 25,5 | 281 24,8 | 424 29,0 |
| zu hoch | 1.461 18,3 | 517 18,8 | 466 18,4 | 219 19,4 | 245 16,8 |
| große Schwierigkeiten | 846 10,6 | 288 10,5 | 271 10,7 | 129 11,4 | 142 9,7 |
| zu niedrig | 330 4,1 | 104 3,8 | 96 3,8 | 69 6,1 | 55 3,7 |

**mangelnder Freiraum zur Aufarbeitung von Wissenslücken (z.B. bei länger zurückliegender Schulzeit)**

| nicht beantwortet | 149 1,9 | 53 1,9 | 38 1,5 | 22 2,0 | 33 2,3 |
| keine Schwierigkeiten | 1.589 19,9 | 502 18,3 | 568 22,4 | 216 19,1 | 272 18,6 |
| zu niedrig | 1.604 20,1 | 534 19,4 | 521 20,6 | 212 18,8 | 317 21,7 |
| zu hoch | 1.767 22,1 | 575 20,9 | 580 22,9 | 248 21,9 | 336 23,0 |
| große Schwierigkeiten | 1.126 14,1 | 436 15,9 | 303 12,0 | 180 15,9 | 195 13,3 |

Wie beurteilen Sie die folgenden Merkmale bzw. Anforderungen in Ihrem Studium insgesamt?

| fachliches Anforderungsniveau | 13 0,2 | 2 0,1 | 2 0,1 | 0,0 | 7 0,5 |
| zu niedrig | 158 2,0 | 18 0,7 | 30 1,4 | 55 4,9 | 44 3,0 |
| zu hoch | 742 9,3 | 164 6,0 | 205 8,1 | 148 13,1 | 223 15,2 |
| große Schwierigkeiten | 4.352 54,5 | 1.477 53,8 | 1.353 53,4 | 654 57,8 | 793 54,2 |

Selbständigkeit in der Studiengestaltung

| nicht beantwortet | 32 0,4 | 9 0,3 | 8 0,3 | 2 0,1 | 14 0,9 |
| zu niedrig | 1.121 14,0 | 320 11,6 | 318 12,6 | 225 19,9 | 242 16,5 |
| zu hoch | 1.786 22,4 | 522 19,0 | 544 21,5 | 285 25,2 | 400 27,4 |
| große Schwierigkeiten | 3.592 45,0 | 1.477 53,8 | 1.353 53,4 | 654 57,8 | 793 54,2 |

Stofffülle

| nicht beantwortet | 43 0,5 | 18 0,6 | 7 0,3 | 6 0,5 | 11 0,8 |
| zu niedrig | 76 1,0 | 13 0,5 | 17 0,7 | 27 2,4 | 19 1,3 |
| zu hoch | 466 5,8 | 100 3,6 | 137 5,4 | 90 8,0 | 129 8,8 |
| große Schwierigkeiten | 3.225 40,4 | 1.063 38,7 | 1.027 40,6 | 475 42,0 | 615 42,1 |

Verstehen zugrunde liegender Prinzipien

| nicht beantwortet | 62 0,8 | 29 1,1 | 7 0,3 | 6 0,5 | 16 1,1 |
| zu niedrig | 241 3,0 | 70 2,6 | 98 3,9 | 24 2,1 | 43 2,9 |
| zu hoch | 1.297 16,2 | 385 14,0 | 499 19,7 | 155 13,7 | 242 16,5 |
| große Schwierigkeiten | 5.000 62,6 | 1.731 63,0 | 1.509 59,6 | 769 68,0 | 922 63,0 |

Verstehen zugrunde liegender Prinzipien

| nicht beantwortet | 1.227 15,4 | 477 17,3 | 360 14,2 | 155 13,7 | 217 14,8 |
| zu hoch | 163 2,0 | 55 2,0 | 58 2,3 | 22 1,9 | 23 1,5 |
| große Schwierigkeiten | 7.989 100,0 | 2.747 100,0 | 2.532 100,0 | 1.130 100,0 | 1.463 100,0 |
### Analyse komplexer Sachverhalte/Themenbereiche

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>weiblich</td>
<td>männlich</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>nicht beantwortet</strong></td>
<td>87 1,1</td>
<td>31 1,1</td>
</tr>
<tr>
<td>zu niedrig</td>
<td>254 3,2</td>
<td>60 2,2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1.336 16,7</td>
<td>380 13,8</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>4.582 57,3</td>
<td>1.626 59,2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1.559 19,5</td>
<td>588 21,4</td>
</tr>
<tr>
<td>zu hoch</td>
<td>172 2,2</td>
<td>63 2,3</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>7.989 100,0</td>
<td>2.747 100,0</td>
</tr>
</tbody>
</table>

### Wie viele Stunden haben Sie im Wintersemester 2010/11 während der letzten für Sie typischen Semesterwoche täglich für folgende Aktivitäten aufgewandt?

#### Lehrveranstaltungen

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>weiblich</td>
<td>männlich</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>nicht beantwortet</strong></td>
<td>1.855 23,2</td>
<td>657 23,9</td>
</tr>
<tr>
<td>keine Zeit investiert</td>
<td>1.914 24,0</td>
<td>753 27,4</td>
</tr>
<tr>
<td>1 bis 10 Stunden</td>
<td>553 6,9</td>
<td>222 8,1</td>
</tr>
<tr>
<td>11 bis 20 Stunden</td>
<td>1.677 21,0</td>
<td>563 20,5</td>
</tr>
<tr>
<td>21 bis 30 Stunden</td>
<td>1.372 17,2</td>
<td>375 13,6</td>
</tr>
<tr>
<td>31 bis 40 Stunden</td>
<td>456 5,7</td>
<td>126 4,6</td>
</tr>
<tr>
<td>mehr als 40 Stunden</td>
<td>162 2,0</td>
<td>53 1,9</td>
</tr>
<tr>
<td>arithm. Mittel</td>
<td>14,5</td>
<td>12,8</td>
</tr>
</tbody>
</table>

#### sonstiger studienbezogener Aufwand

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>weiblich</td>
<td>männlich</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>nicht beantwortet</strong></td>
<td>1.855 23,2</td>
<td>657 23,9</td>
</tr>
<tr>
<td>keine Zeit investiert</td>
<td>516 6,5</td>
<td>147 5,3</td>
</tr>
<tr>
<td>1 bis 10 Stunden</td>
<td>1.265 15,8</td>
<td>304 11,1</td>
</tr>
<tr>
<td>11 bis 20 Stunden</td>
<td>1.822 22,8</td>
<td>626 22,8</td>
</tr>
<tr>
<td>21 bis 30 Stunden</td>
<td>1.326 16,6</td>
<td>549 20,0</td>
</tr>
<tr>
<td>31 bis 40 Stunden</td>
<td>646 8,1</td>
<td>252 9,2</td>
</tr>
<tr>
<td>mehr als 40 Stunden</td>
<td>556 7,0</td>
<td>214 7,8</td>
</tr>
<tr>
<td>arithm. Mittel</td>
<td>19,8</td>
<td>21,8</td>
</tr>
</tbody>
</table>

#### Tätigkeiten gegen Bezahlung

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>weiblich</td>
<td>männlich</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>nicht beantwortet</strong></td>
<td>1.855 23,2</td>
<td>657 23,9</td>
</tr>
<tr>
<td>keine Zeit investiert</td>
<td>3.549 44,4</td>
<td>1.195 43,5</td>
</tr>
<tr>
<td>1 bis 10 Stunden</td>
<td>1.162 14,6</td>
<td>463 16,9</td>
</tr>
<tr>
<td>11 bis 20 Stunden</td>
<td>847 10,6</td>
<td>274 10,0</td>
</tr>
<tr>
<td>21 bis 30 Stunden</td>
<td>312 3,9</td>
<td>100 3,6</td>
</tr>
<tr>
<td>31 bis 40 Stunden</td>
<td>143 1,8</td>
<td>32 1,2</td>
</tr>
<tr>
<td>mehr als 40 Stunden</td>
<td>122 1,5</td>
<td>26 1,0</td>
</tr>
<tr>
<td>arithm. Mittel</td>
<td>6,4</td>
<td>5,7</td>
</tr>
</tbody>
</table>

#### Treiben Sie Sport?

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>weiblich</td>
<td>männlich</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>nicht beantwortet</strong></td>
<td>42 0,5</td>
<td>15 0,5</td>
</tr>
<tr>
<td>ja</td>
<td>5.140 64,3</td>
<td>1.769 64,4</td>
</tr>
<tr>
<td>nein</td>
<td>2.807 35,1</td>
<td>963 35,1</td>
</tr>
<tr>
<td>arithm. Mittel</td>
<td>7.989 100,0</td>
<td>2.747 100,0</td>
</tr>
</tbody>
</table>
### In welchem Rahmen sind Sie sportlich aktiv? (Mehrfachnennung)

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>insgesamt</th>
<th>Universität weiblich</th>
<th>Universität männlich</th>
<th>Fachhochschule weiblich</th>
<th>Fachhochschule männlich</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>rausgefiltert, da nicht zutreffend</td>
<td>2.807</td>
<td>963</td>
<td>806</td>
<td>518</td>
<td>485</td>
</tr>
<tr>
<td>nicht beantwortet</td>
<td>42</td>
<td>0,5</td>
<td>9</td>
<td>0,3</td>
<td>8</td>
</tr>
<tr>
<td>Sportverein</td>
<td>1.385</td>
<td>385</td>
<td>523</td>
<td>128</td>
<td>330</td>
</tr>
<tr>
<td>Fitnessstudio</td>
<td>1.484</td>
<td>433</td>
<td>497</td>
<td>172</td>
<td>354</td>
</tr>
<tr>
<td>Hochschulsport</td>
<td>1.577</td>
<td>730</td>
<td>505</td>
<td>152</td>
<td>154</td>
</tr>
<tr>
<td>selbstorganisiert</td>
<td>2.916</td>
<td>919</td>
<td>1.043</td>
<td>344</td>
<td>564</td>
</tr>
<tr>
<td>sonstiges</td>
<td>327</td>
<td>129</td>
<td>78</td>
<td>65</td>
<td>52</td>
</tr>
</tbody>
</table>

**Anzahl der Personen, die sich geäußert haben:**

7.989 | 2.747 | 2.532 | 1.130 | 1.463 |
<table>
<thead>
<tr>
<th>Getränk</th>
<th>nicht beantwortet</th>
<th>weiblich</th>
<th>männlich</th>
<th>weiblich</th>
<th>männlich</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td><strong>(Mineral-) Wasser</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>selten oder nie</td>
<td>24 0,3</td>
<td>4 0,1</td>
<td>7 0,3</td>
<td>2 0,1</td>
<td>11 0,7</td>
</tr>
<tr>
<td>1x pro Monat</td>
<td>247 3,1</td>
<td>75 2,7</td>
<td>69 2,7</td>
<td>35 3,1</td>
<td>67 4,6</td>
</tr>
<tr>
<td>2-3x pro Monat</td>
<td>81 1,0</td>
<td>20 0,7</td>
<td>35 1,4</td>
<td>8 0,7</td>
<td>18 1,2</td>
</tr>
<tr>
<td>1x pro Woche</td>
<td>115 1,4</td>
<td>27 1,0</td>
<td>31 1,2</td>
<td>15 1,4</td>
<td>40 2,7</td>
</tr>
<tr>
<td>2-3x pro Woche</td>
<td>167 2,1</td>
<td>46 1,7</td>
<td>78 3,1</td>
<td>16 1,4</td>
<td>26 1,7</td>
</tr>
<tr>
<td>täglich</td>
<td>513 6,4</td>
<td>138 5,0</td>
<td>180 7,1</td>
<td>69 6,1</td>
<td>122 8,3</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>6.842 85,6</td>
<td>2.437 88,7</td>
<td>2.132 84,2</td>
<td>986 87,2</td>
<td>1.180 80,7</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>7.989 100,0</td>
<td>2.747 100,0</td>
<td>2.532 100,0</td>
<td>1.130 100,0</td>
<td>1.463 100,0</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Fruchtschorlen</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>selten oder nie</td>
<td>115 1,4</td>
<td>38 1,4</td>
<td>40 1,6</td>
<td>10 0,9</td>
<td>27 1,8</td>
</tr>
<tr>
<td>1x pro Monat</td>
<td>1.603 20,1</td>
<td>564 20,5</td>
<td>486 19,2</td>
<td>204 18,1</td>
<td>330 22,6</td>
</tr>
<tr>
<td>2-3x pro Monat</td>
<td>798 10,0</td>
<td>258 9,4</td>
<td>259 10,2</td>
<td>132 11,7</td>
<td>129 8,8</td>
</tr>
<tr>
<td>1x pro Woche</td>
<td>1.089 13,6</td>
<td>384 14,0</td>
<td>365 14,4</td>
<td>145 12,8</td>
<td>180 12,3</td>
</tr>
<tr>
<td>2-3x pro Woche</td>
<td>1.234 15,4</td>
<td>428 15,6</td>
<td>391 15,4</td>
<td>184 16,2</td>
<td>215 14,7</td>
</tr>
<tr>
<td>täglich</td>
<td>1.811 22,7</td>
<td>618 22,5</td>
<td>594 23,5</td>
<td>258 22,8</td>
<td>315 21,5</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>7.989 100,0</td>
<td>2.747 100,0</td>
<td>2.532 100,0</td>
<td>1.130 100,0</td>
<td>1.463 100,0</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Limonade, Brause, Eistee, Cola</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>selten oder nie</td>
<td>90 1,1</td>
<td>29 1,1</td>
<td>14 0,6</td>
<td>20 1,8</td>
<td>25 1,7</td>
</tr>
<tr>
<td>1x pro Monat</td>
<td>2.096 26,2</td>
<td>873 31,8</td>
<td>488 19,3</td>
<td>397 35,1</td>
<td>305 20,8</td>
</tr>
<tr>
<td>2-3x pro Monat</td>
<td>1.224 15,3</td>
<td>464 16,9</td>
<td>369 14,6</td>
<td>196 17,3</td>
<td>181 12,4</td>
</tr>
<tr>
<td>1x pro Woche</td>
<td>1.535 19,2</td>
<td>517 18,8</td>
<td>542 21,4</td>
<td>182 16,1</td>
<td>266 18,2</td>
</tr>
<tr>
<td>2-3x pro Woche</td>
<td>1.389 17,4</td>
<td>450 16,4</td>
<td>474 18,7</td>
<td>171 15,1</td>
<td>272 18,6</td>
</tr>
<tr>
<td>täglich</td>
<td>1.050 13,1</td>
<td>255 9,3</td>
<td>422 16,7</td>
<td>115 10,2</td>
<td>245 16,8</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>7.989 100,0</td>
<td>2.747 100,0</td>
<td>2.532 100,0</td>
<td>1.130 100,0</td>
<td>1.463 100,0</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Kräutertee, Früchtetee</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>selten oder nie</td>
<td>60 0,8</td>
<td>12 0,5</td>
<td>18 0,7</td>
<td>11 1,0</td>
<td>17 1,2</td>
</tr>
<tr>
<td>1x pro Monat</td>
<td>1.197 15,0</td>
<td>198 7,2</td>
<td>574 22,7</td>
<td>75 6,6</td>
<td>332 22,7</td>
</tr>
<tr>
<td>2-3x pro Monat</td>
<td>559 7,0</td>
<td>108 3,9</td>
<td>234 9,2</td>
<td>60 5,3</td>
<td>153 10,5</td>
</tr>
<tr>
<td>1x pro Woche</td>
<td>768 9,6</td>
<td>179 6,5</td>
<td>326 12,9</td>
<td>77 6,8</td>
<td>172 11,8</td>
</tr>
<tr>
<td>2-3x pro Woche</td>
<td>918 11,5</td>
<td>283 10,3</td>
<td>304 12,0</td>
<td>117 10,4</td>
<td>203 13,9</td>
</tr>
<tr>
<td>täglich</td>
<td>1.958 24,5</td>
<td>713 26,0</td>
<td>608 24,0</td>
<td>296 26,2</td>
<td>309 21,1</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>7.989 100,0</td>
<td>2.747 100,0</td>
<td>2.532 100,0</td>
<td>1.130 100,0</td>
<td>1.463 100,0</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Kaffee, Kaffeegetränke, schwarzen Tee</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>selten oder nie</td>
<td>32 0,4</td>
<td>10 0,4</td>
<td>8 0,3</td>
<td>6 0,6</td>
<td>8 0,5</td>
</tr>
<tr>
<td>1x pro Monat</td>
<td>1.601 20,0</td>
<td>489 17,8</td>
<td>551 21,8</td>
<td>234 20,7</td>
<td>305 20,9</td>
</tr>
<tr>
<td>2-3x pro Monat</td>
<td>260 3,3</td>
<td>85 3,1</td>
<td>90 3,6</td>
<td>32 2,8</td>
<td>51 3,5</td>
</tr>
<tr>
<td>1x pro Woche</td>
<td>345 4,3</td>
<td>122 4,5</td>
<td>100 3,9</td>
<td>53 4,7</td>
<td>70 4,8</td>
</tr>
<tr>
<td>2-3x pro Woche</td>
<td>536 6,7</td>
<td>205 7,5</td>
<td>171 6,7</td>
<td>64 5,7</td>
<td>88 6,0</td>
</tr>
<tr>
<td>täglich</td>
<td>3.933 49,2</td>
<td>1.345 48,9</td>
<td>1.198 47,3</td>
<td>568 50,2</td>
<td>759 51,9</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>7.989 100,0</td>
<td>2.747 100,0</td>
<td>2.532 100,0</td>
<td>1.130 100,0</td>
<td>1.463 100,0</td>
</tr>
</tbody>
</table>
### Bier, Wein, Sekt, Cocktails, andere alkoholische Getränke

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>insgesamt</th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>weiblich</td>
<td>männlich</td>
<td>weiblich</td>
</tr>
<tr>
<td>nicht beantwortet</td>
<td>22 0,3</td>
<td>6 0,2</td>
<td>9 0,4</td>
</tr>
<tr>
<td>selten oder nie</td>
<td>1.376 17,2</td>
<td>525 19,1</td>
<td>379 15,0</td>
</tr>
<tr>
<td>1x pro Monat</td>
<td>1.037 13,0</td>
<td>452 16,4</td>
<td>260 10,3</td>
</tr>
<tr>
<td>2-3x pro Monat</td>
<td>1.621 20,3</td>
<td>628 22,9</td>
<td>413 16,3</td>
</tr>
<tr>
<td>1x pro Woche</td>
<td>2.112 26,4</td>
<td>725 26,4</td>
<td>685 27,1</td>
</tr>
<tr>
<td>2-3x pro Woche</td>
<td>1.670 20,9</td>
<td>394 14,3</td>
<td>708 28,0</td>
</tr>
<tr>
<td>täglich</td>
<td>151 1,9</td>
<td>17 0,6</td>
<td>78 3,1</td>
</tr>
</tbody>
</table>

### Energy-Drinks

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>insgesamt</th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>weiblich</td>
<td>männlich</td>
<td>weiblich</td>
</tr>
<tr>
<td>nicht beantwortet</td>
<td>45 0,6</td>
<td>14 0,5</td>
<td>5 0,2</td>
</tr>
<tr>
<td>selten oder nie</td>
<td>6.512 81,5</td>
<td>2.426 88,3</td>
<td>1.949 77,0</td>
</tr>
<tr>
<td>1x pro Monat</td>
<td>621 7,8</td>
<td>125 4,5</td>
<td>270 10,7</td>
</tr>
<tr>
<td>2-3x pro Monat</td>
<td>410 5,1</td>
<td>100 3,6</td>
<td>160 6,3</td>
</tr>
<tr>
<td>1x pro Woche</td>
<td>235 2,9</td>
<td>49 1,8</td>
<td>78 3,1</td>
</tr>
<tr>
<td>2-3x pro Woche</td>
<td>125 1,6</td>
<td>27 1,0</td>
<td>49 1,9</td>
</tr>
<tr>
<td>täglich</td>
<td>41 0,5</td>
<td>7 0,2</td>
<td>21 0,8</td>
</tr>
</tbody>
</table>

### Sportlergetränke, isotonische Getränke

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>insgesamt</th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>weiblich</td>
<td>männlich</td>
<td>weiblich</td>
</tr>
<tr>
<td>nicht beantwortet</td>
<td>52 0,7</td>
<td>20 0,7</td>
<td>5 0,2</td>
</tr>
<tr>
<td>selten oder nie</td>
<td>6.816 85,3</td>
<td>2.535 92,2</td>
<td>2.034 80,4</td>
</tr>
<tr>
<td>1x pro Monat</td>
<td>468 5,9</td>
<td>85 3,1</td>
<td>199 7,9</td>
</tr>
<tr>
<td>2-3x pro Monat</td>
<td>282 3,5</td>
<td>53 1,9</td>
<td>128 5,1</td>
</tr>
<tr>
<td>1x pro Woche</td>
<td>164 2,1</td>
<td>28 1,0</td>
<td>81 3,2</td>
</tr>
<tr>
<td>2-3x pro Woche</td>
<td>169 2,1</td>
<td>21 0,8</td>
<td>67 2,6</td>
</tr>
<tr>
<td>täglich</td>
<td>37 0,5</td>
<td>5 0,2</td>
<td>17 0,7</td>
</tr>
</tbody>
</table>

### Bitte beantworten Sie die folgenden Fragen zu Ihrem Alkoholkonsum.

#### Glauben Sie, dass Sie jederzeit auf alkoholische Getränke verzichten können?

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>insgesamt</th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>weiblich</td>
<td>männlich</td>
<td>weiblich</td>
</tr>
<tr>
<td>rausgefiltert, da nicht zutreffend</td>
<td>1.394 17,4</td>
<td>531 19,3</td>
<td>388 15,3</td>
</tr>
<tr>
<td>nicht beantwortet</td>
<td>13 0,2</td>
<td>5 0,2</td>
<td>4 0,2</td>
</tr>
<tr>
<td>ja</td>
<td>5.901 73,9</td>
<td>2.060 75,0</td>
<td>1.860 73,5</td>
</tr>
<tr>
<td>nein</td>
<td>681 8,5</td>
<td>152 5,5</td>
<td>279 11,0</td>
</tr>
</tbody>
</table>

#### Haben Sie schon einmal das Gefühl gehabt, dass Sie Ihren Alkoholkonsum verringern sollten?

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>insgesamt</th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>weiblich</td>
<td>männlich</td>
<td>weiblich</td>
</tr>
<tr>
<td>rausgefiltert, da nicht zutreffend</td>
<td>1.394 17,4</td>
<td>531 19,3</td>
<td>388 15,3</td>
</tr>
<tr>
<td>nicht beantwortet</td>
<td>11 0,1</td>
<td>4 0,2</td>
<td>1 0,0</td>
</tr>
<tr>
<td>ja</td>
<td>2.049 25,6</td>
<td>509 18,5</td>
<td>855 33,8</td>
</tr>
<tr>
<td>nein</td>
<td>4.535 56,8</td>
<td>1.704 62,0</td>
<td>1.287 50,8</td>
</tr>
</tbody>
</table>

#### Neigen Sie dazu, bei Stress im Studium mehr Alkohol zu trinken?

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>insgesamt</th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>weiblich</td>
<td>männlich</td>
<td>weiblich</td>
</tr>
<tr>
<td>rausgefiltert, da nicht zutreffend</td>
<td>1.394 17,4</td>
<td>531 19,3</td>
<td>388 15,3</td>
</tr>
<tr>
<td>nicht beantwortet</td>
<td>17 0,2</td>
<td>7 0,3</td>
<td>3 0,1</td>
</tr>
<tr>
<td>ja</td>
<td>750 9,4</td>
<td>235 8,6</td>
<td>269 10,6</td>
</tr>
<tr>
<td>nein</td>
<td>5.828 73,0</td>
<td>1.975 71,9</td>
<td>1.871 73,9</td>
</tr>
</tbody>
</table>
### Haben Sie seit Beginn Ihres Studiums Energy-Drinks, Kaffee, schwarzen Tee oder andere koffeinhaltige Getränke mit dem Ziel konsumiert, Ihren Studienalltag zu meistern?

#### Energy-Drinks

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>insgesamt</th>
<th>weiblich</th>
<th>männlich</th>
<th>weiblich</th>
<th>männlich</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td><strong>nicht beantwortet</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>nie</td>
<td>58  0,7</td>
<td>14  0,5</td>
<td>16  0,6</td>
<td>15  1,3</td>
<td>13  0,9</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>6.658 83,3</td>
<td>2.388 86,9</td>
<td>2.068 81,7</td>
<td>971 85,9</td>
<td>1.137 77,7</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>514  6,4</td>
<td>133  4,8</td>
<td>193  7,6</td>
<td>54  4,8</td>
<td>125  8,6</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>350  4,4</td>
<td>90  3,3</td>
<td>115  4,5</td>
<td>41  3,6</td>
<td>97  6,6</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>264  3,3</td>
<td>78  2,8</td>
<td>89  3,5</td>
<td>30  2,7</td>
<td>63  4,3</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>regelmäßig</strong></td>
<td>144  1,8</td>
<td>45  1,7</td>
<td>51  2,0</td>
<td>19  1,7</td>
<td>27  1,8</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>7.989 100,0</td>
<td>2.747 100,0</td>
<td>2.532 100,0</td>
<td>1.130 100,0</td>
<td>1.463 100,0</td>
</tr>
</tbody>
</table>

#### Kaffee

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>insgesamt</th>
<th>weiblich</th>
<th>männlich</th>
<th>weiblich</th>
<th>männlich</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td><strong>nicht beantwortet</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>nie</td>
<td>39  0,5</td>
<td>8  0,3</td>
<td>8  0,3</td>
<td>11  1,0</td>
<td>9  0,6</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>3.491 43,7</td>
<td>1.101 40,1</td>
<td>1.164 46,0</td>
<td>488 43,2</td>
<td>695 47,5</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>856 10,7</td>
<td>317 11,5</td>
<td>309 12,2</td>
<td>104 9,2</td>
<td>117 8,0</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1.019 12,8</td>
<td>396 14,4</td>
<td>279 11,0</td>
<td>161 14,3</td>
<td>167 11,4</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>regelmäßig</strong></td>
<td>964 12,1</td>
<td>360 13,1</td>
<td>318 12,5</td>
<td>111 9,8</td>
<td>154 10,5</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1.621 20,3</td>
<td>565 20,6</td>
<td>453 17,9</td>
<td>255 22,6</td>
<td>321 22,0</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>7.989 100,0</td>
<td>2.747 100,0</td>
<td>2.532 100,0</td>
<td>1.130 100,0</td>
<td>1.463 100,0</td>
</tr>
</tbody>
</table>

#### schwarzen Tee

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>insgesamt</th>
<th>weiblich</th>
<th>männlich</th>
<th>weiblich</th>
<th>männlich</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td><strong>nicht beantwortet</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>nie</td>
<td>54  0,7</td>
<td>13  0,5</td>
<td>11  0,4</td>
<td>14  1,2</td>
<td>16  1,1</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>5.540 69,3</td>
<td>1.807 65,8</td>
<td>1.778 70,2</td>
<td>795 70,4</td>
<td>1.099 75,2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>872 10,9</td>
<td>318 11,6</td>
<td>302 11,9</td>
<td>98  8,6</td>
<td>132  9,0</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>655  8,2</td>
<td>282  9,6</td>
<td>196  7,7</td>
<td>92  8,1</td>
<td>94  6,4</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>regelmäßig</strong></td>
<td>430  5,4</td>
<td>166  6,1</td>
<td>131  5,2</td>
<td>56  5,0</td>
<td>67  4,6</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>439  5,5</td>
<td>182  6,6</td>
<td>114  4,5</td>
<td>75  6,6</td>
<td>55  3,7</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>7.989 100,0</td>
<td>2.747 100,0</td>
<td>2.532 100,0</td>
<td>1.130 100,0</td>
<td>1.463 100,0</td>
</tr>
</tbody>
</table>

#### andere koffeinhaltige Getränke

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>insgesamt</th>
<th>weiblich</th>
<th>männlich</th>
<th>weiblich</th>
<th>männlich</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td><strong>nicht beantwortet</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>nie</td>
<td>109  1,4</td>
<td>29  1,1</td>
<td>44  1,7</td>
<td>15  1,4</td>
<td>18  1,2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>6.007 75,2</td>
<td>2.056 74,8</td>
<td>1.911 75,5</td>
<td>860 76,1</td>
<td>1.101 75,3</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>718  9,0</td>
<td>235  8,6</td>
<td>248  9,8</td>
<td>90  7,9</td>
<td>128  8,7</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>509  6,4</td>
<td>187  6,8</td>
<td>152  6,0</td>
<td>73  6,4</td>
<td>95  6,5</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>regelmäßig</strong></td>
<td>349  4,4</td>
<td>124  4,5</td>
<td>101  4,0</td>
<td>57  5,0</td>
<td>61  4,1</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>295  3,7</td>
<td>116  4,2</td>
<td>76  3,0</td>
<td>36  3,2</td>
<td>61  4,2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>7.989 100,0</td>
<td>2.747 100,0</td>
<td>2.532 100,0</td>
<td>1.130 100,0</td>
<td>1.463 100,0</td>
</tr>
</tbody>
</table>

#### Sind Sie Raucher/in (Zigaretten, Zigarren, Pfeife etc.)?

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>insgesamt</th>
<th>weiblich</th>
<th>männlich</th>
<th>weiblich</th>
<th>männlich</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td><strong>nicht beantwortet</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>nie</td>
<td>11  0,1</td>
<td>3  0,1</td>
<td>3  0,1</td>
<td>2  0,2</td>
<td>3  0,2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>4.791 60,0</td>
<td>1.717 62,5</td>
<td>1.586 62,7</td>
<td>636 56,3</td>
<td>773 52,9</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>984 12,3</td>
<td>303 11,0</td>
<td>292 11,5</td>
<td>166 14,7</td>
<td>209 14,3</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1.081 13,5</td>
<td>369 13,4</td>
<td>335 13,2</td>
<td>144 12,8</td>
<td>218 14,9</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>regelmäßig</strong></td>
<td>583  7,3</td>
<td>164  6,0</td>
<td>154  6,1</td>
<td>92  8,1</td>
<td>168 11,5</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>540  6,8</td>
<td>191  7,0</td>
<td>161  6,4</td>
<td>90  7,9</td>
<td>91  6,2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>7.989 100,0</td>
<td>2.747 100,0</td>
<td>2.532 100,0</td>
<td>1.130 100,0</td>
<td>1.463 100,0</td>
</tr>
</tbody>
</table>
Stichwort "Gehirndoping": Haben Sie jemals davon gehört, dass Substanzen zur geistigen Leistungssteigerung eingenommen werden (Gehirndoping)?

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>insgesamt</th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>weiblich</td>
<td>männlich</td>
<td>weiblich</td>
</tr>
<tr>
<td>ja</td>
<td>6.627</td>
<td>82,9</td>
<td>2.326</td>
</tr>
<tr>
<td>nein</td>
<td>1.362</td>
<td>17,1</td>
<td>422</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>7.989</td>
<td>100,0</td>
<td>2.747</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Kennen Sie jemanden, der schon einmal Substanzen zur geistigen Leistungssteigerung eingenommen hat? (Mehrfachnennung)

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>insgesamt</th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>weiblich</td>
<td>männlich</td>
<td>weiblich</td>
</tr>
<tr>
<td>nein</td>
<td>5.587</td>
<td>69,9</td>
<td>1.962</td>
</tr>
<tr>
<td>ja, im Hochschulbereich</td>
<td>1.819</td>
<td>22,8</td>
<td>602</td>
</tr>
<tr>
<td>ja, im Freundes-/Familienkreis außerhalb der Hochschule</td>
<td>1.053</td>
<td>13,2</td>
<td>298</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>7.989</td>
<td>100,0</td>
<td>2.747</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Haben Sie seit Beginn Ihres Studiums Substanzen eingenommen, die Ihnen die Bewältigung der studienbedingten Anforderungen erleichtert haben (z. B. Mittel zur Beruhigung oder Leistungssteigerung)?

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>insgesamt</th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>weiblich</td>
<td>männlich</td>
<td>weiblich</td>
</tr>
<tr>
<td>nicht beantwortet</td>
<td>18</td>
<td>0,2</td>
<td>13</td>
</tr>
<tr>
<td>Nein, das kommt für mich nicht in Frage.</td>
<td>5.665</td>
<td>70,9</td>
<td>1.939</td>
</tr>
<tr>
<td>Nein, aber ich kann es mir durchaus vorstellen.</td>
<td>1.340</td>
<td>16,8</td>
<td>409</td>
</tr>
<tr>
<td>Ja, aber nur ganz selten.</td>
<td>594</td>
<td>7,4</td>
<td>258</td>
</tr>
<tr>
<td>Ja, das kommt ab und zu vor.</td>
<td>279</td>
<td>3,5</td>
<td>108</td>
</tr>
<tr>
<td>Ja, das kommt häufig vor.</td>
<td>93</td>
<td>1,2</td>
<td>20</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>7.989</td>
<td>100,0</td>
<td>2.747</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Aus welchem Grund genau haben Sie diese Substanz(en) eingenommen? (Mehrfachnennung)

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>insgesamt</th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>weiblich</td>
<td>männlich</td>
<td>weiblich</td>
</tr>
<tr>
<td>rausgefiltert, da nicht zutreffend</td>
<td>6.990</td>
<td>87,5</td>
<td>2.348</td>
</tr>
<tr>
<td>Schmerzbekämpfung</td>
<td>248</td>
<td>3,1</td>
<td>117</td>
</tr>
<tr>
<td>aus anderen gesundheitlichen Gründen</td>
<td>218</td>
<td>2,7</td>
<td>85</td>
</tr>
<tr>
<td>Bekämpfung von Nervosität/Lampefieber</td>
<td>527</td>
<td>6,6</td>
<td>241</td>
</tr>
<tr>
<td>mit dem Ziel der geistigen Leistungssteigerung</td>
<td>328</td>
<td>4,1</td>
<td>109</td>
</tr>
<tr>
<td>unter anderem zur Leistungssteigerung</td>
<td>163</td>
<td>2,0</td>
<td>52</td>
</tr>
<tr>
<td>&quot;high&quot; werden/Suche nach dem &quot;Kick&quot;</td>
<td>42</td>
<td>0,5</td>
<td>6</td>
</tr>
<tr>
<td>Leistungsdruck/ Konkurrenzdruick</td>
<td>205</td>
<td>2,6</td>
<td>75</td>
</tr>
<tr>
<td>Neugier</td>
<td>57</td>
<td>0,7</td>
<td>12</td>
</tr>
<tr>
<td>weil es andere auch nehmen</td>
<td>22</td>
<td>0,3</td>
<td>7</td>
</tr>
<tr>
<td>sonstiges:</td>
<td>217</td>
<td>2,7</td>
<td>80</td>
</tr>
<tr>
<td>Beruhigung/zum schlafen (nachkodiert)</td>
<td>95</td>
<td>1,2</td>
<td>40</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>7.989</td>
<td>100,0</td>
<td>2.747</td>
</tr>
<tr>
<td>Aus welcher Quelle haben Sie von der/den Substanz/en erfahren? (Mehrfachnennung)</td>
<td>insgesamt</td>
<td>Universitäten</td>
<td>Fachhochschulen</td>
</tr>
<tr>
<td>---</td>
<td>---</td>
<td>---</td>
<td>---</td>
</tr>
<tr>
<td>rausgefiltert, da nicht zutreffend</td>
<td>6.990</td>
<td>87,5</td>
<td>2.348</td>
</tr>
<tr>
<td>Freunde/Bekannte</td>
<td>332</td>
<td>4,2</td>
<td>113</td>
</tr>
<tr>
<td>Verwandte</td>
<td>182</td>
<td>2,3</td>
<td>84</td>
</tr>
<tr>
<td>Kommiliton/inn/en</td>
<td>162</td>
<td>2,0</td>
<td>55</td>
</tr>
<tr>
<td>Arzt/Ärztin oder medizinisches Personal</td>
<td>377</td>
<td>4,7</td>
<td>152</td>
</tr>
<tr>
<td>Apotheker/innen</td>
<td>246</td>
<td>3,1</td>
<td>109</td>
</tr>
<tr>
<td>Drogeriemärkte</td>
<td>131</td>
<td>1,6</td>
<td>73</td>
</tr>
<tr>
<td>Internet</td>
<td>182</td>
<td>2,3</td>
<td>44</td>
</tr>
<tr>
<td>Printmedien</td>
<td>60</td>
<td>0,7</td>
<td>14</td>
</tr>
<tr>
<td>TV</td>
<td>57</td>
<td>0,7</td>
<td>16</td>
</tr>
<tr>
<td>sonstiges</td>
<td>50</td>
<td>0,6</td>
<td>13</td>
</tr>
<tr>
<td>Anzahl der Personen, die sich geäußert haben:</td>
<td>7.989</td>
<td>100,0</td>
<td>2.747</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>Woher haben Sie die Substanz(en) bekommen? (Mehrfachnennung)</th>
<th>insgesamt</th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>rausgefiltert, da nicht zutreffend</td>
<td>7.011</td>
<td>87,8</td>
<td>2.354</td>
</tr>
<tr>
<td>Freunde/Bekannte</td>
<td>150</td>
<td>1,9</td>
<td>40</td>
</tr>
<tr>
<td>Verwandte</td>
<td>77</td>
<td>1,0</td>
<td>38</td>
</tr>
<tr>
<td>Kommiliton/inn/en</td>
<td>63</td>
<td>0,8</td>
<td>16</td>
</tr>
<tr>
<td>ärztliche Verschreibung</td>
<td>295</td>
<td>3,7</td>
<td>117</td>
</tr>
<tr>
<td>Apotheke</td>
<td>478</td>
<td>6,0</td>
<td>204</td>
</tr>
<tr>
<td>Drogeriemärkte</td>
<td>198</td>
<td>2,5</td>
<td>102</td>
</tr>
<tr>
<td>Einzelhandel</td>
<td>67</td>
<td>0,8</td>
<td>28</td>
</tr>
<tr>
<td>Internet</td>
<td>60</td>
<td>0,7</td>
<td>13</td>
</tr>
<tr>
<td>sonstiges</td>
<td>28</td>
<td>0,4</td>
<td>6</td>
</tr>
<tr>
<td>Anzahl der Personen, die sich geäußert haben:</td>
<td>7.989</td>
<td>100,0</td>
<td>2.747</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>In welchen Situationen haben Sie die Substanz(en) eingenommen/nehmen Sie die Substanz(en) ein? (Mehrfachnennung)</th>
<th>insgesamt</th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>rausgefiltert, da nicht zutreffend</td>
<td>7.011</td>
<td>87,8</td>
<td>2.354</td>
</tr>
<tr>
<td>Prüfungssituation</td>
<td>496</td>
<td>6,2</td>
<td>207</td>
</tr>
<tr>
<td>Prüfungsvorbereitung</td>
<td>533</td>
<td>6,7</td>
<td>214</td>
</tr>
<tr>
<td>generell Stress</td>
<td>430</td>
<td>5,4</td>
<td>175</td>
</tr>
<tr>
<td>sonstiges</td>
<td>150</td>
<td>1,9</td>
<td>54</td>
</tr>
<tr>
<td>Anzahl der Personen, die sich geäußert haben:</td>
<td>7.989</td>
<td>100,0</td>
<td>2.747</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>Hat/haben die Substanz/en den gewünschten Effekt - Beruhigung oder Leistungssteigerung - erzielt?</th>
<th>insgesamt</th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>rausgefiltert, da nicht zutreffend</td>
<td>7.014</td>
<td>87,8</td>
<td>2.356</td>
</tr>
<tr>
<td>nicht beantwortet</td>
<td>2</td>
<td>0,0</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td>nein</td>
<td>81</td>
<td>1,0</td>
<td>35</td>
</tr>
<tr>
<td>ja</td>
<td>511</td>
<td>6,4</td>
<td>174</td>
</tr>
<tr>
<td>kann ich nicht genau sagen</td>
<td>382</td>
<td>4,8</td>
<td>180</td>
</tr>
<tr>
<td>Anzahl der Personen, die sich geäußert haben:</td>
<td>7.989</td>
<td>100,0</td>
<td>2.747</td>
</tr>
</tbody>
</table>
### Wie stark schätzen Sie den Effekt ein?

<table>
<thead>
<tr>
<th>Effektgrad</th>
<th>insgesamt</th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>weiblich</td>
<td>männlich</td>
<td>weiblich</td>
</tr>
<tr>
<td>rausgefiltert, da nicht zutreffend</td>
<td>7.476</td>
<td>93,6</td>
<td>2.571</td>
</tr>
<tr>
<td>nicht beantwortet</td>
<td>1</td>
<td>0,0</td>
<td>1</td>
</tr>
<tr>
<td>sehr schwach</td>
<td>0,0</td>
<td>0,0</td>
<td>0,0</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>24</td>
<td>0,3</td>
<td>9</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>154</td>
<td>1,9</td>
<td>68</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>254</td>
<td>3,2</td>
<td>77</td>
</tr>
<tr>
<td>sehr stark</td>
<td>71</td>
<td>0,9</td>
<td>18</td>
</tr>
<tr>
<td>keine Angabe</td>
<td>9</td>
<td>0,1</td>
<td>3</td>
</tr>
</tbody>
</table>

| Anzahl der Personen, die sich geäußert haben: | 7.989 | 100,0 | 2.747 | 100,0 | 2.532 | 100,0 | 1.130 | 100,0 | 1.463 | 100,0 |

### Welche Substanz(en) haben Sie zur eigenen geistigen Leistungssteigerung und/oder zur Beruhigung (nicht aus Genussgründen oder im Rahmen ärztlicher Verordnung) eingenommen? (Mehrfachnennung)

<table>
<thead>
<tr>
<th>Substanz</th>
<th>insgesamt</th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>rausgefiltert, da nicht zutreffend</td>
<td>7.014</td>
<td>87,8</td>
<td>2.356</td>
</tr>
<tr>
<td>Ritalin (Methylphenidat, MPH)</td>
<td>77</td>
<td>1,0</td>
<td>17</td>
</tr>
<tr>
<td>Vigil/ Provigil (Modafinil)</td>
<td>17</td>
<td>0,2</td>
<td>1</td>
</tr>
<tr>
<td>Amphetamine</td>
<td>38</td>
<td>0,5</td>
<td>7</td>
</tr>
<tr>
<td>Betablocker</td>
<td>49</td>
<td>0,6</td>
<td>16</td>
</tr>
<tr>
<td>Ecstasy (MDMA)</td>
<td>8</td>
<td>0,1</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td>Kokain</td>
<td>14</td>
<td>0,2</td>
<td>4</td>
</tr>
<tr>
<td>Cannabis</td>
<td>97</td>
<td>1,2</td>
<td>25</td>
</tr>
<tr>
<td>eine mir unbekannte Substanz</td>
<td>57</td>
<td>0,7</td>
<td>25</td>
</tr>
<tr>
<td>keine Angabe</td>
<td>143</td>
<td>1,8</td>
<td>52</td>
</tr>
<tr>
<td>sonstiges:</td>
<td>574</td>
<td>7,2</td>
<td>267</td>
</tr>
<tr>
<td>pflanzlich/natürlich/homöopatisch (nachkodiert)</td>
<td>344</td>
<td>4,3</td>
<td>186</td>
</tr>
<tr>
<td>Koffein (nachkodiert)</td>
<td>66</td>
<td>0,8</td>
<td>25</td>
</tr>
<tr>
<td>Medikamente (nachkodiert)</td>
<td>100</td>
<td>1,3</td>
<td>30</td>
</tr>
</tbody>
</table>

| Anzahl der Personen, die sich geäußert haben: | 7.989 | 100,0 | 2.747 | 100,0 | 2.532 | 100,0 | 1.130 | 100,0 | 1.463 | 100,0 |

### Zum Schluss bitten wir Sie noch um eine kurze Selbsteinschätzung: Inwieweit treffen die folgenden Aussagen auf Sie zu?

Ich bin eher zurückhaltend, reserviert.

<table>
<thead>
<tr>
<th>Aussage</th>
<th>insgesamt</th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>nicht beantwortet</td>
<td>21</td>
<td>0,3</td>
<td>10</td>
</tr>
<tr>
<td>trifft voll und ganz zu</td>
<td>776</td>
<td>9,7</td>
<td>244</td>
</tr>
<tr>
<td>tritt überhaupt nicht zu</td>
<td>1.968</td>
<td>24,6</td>
<td>566</td>
</tr>
<tr>
<td>tritt überhaupt nicht zu</td>
<td>2.078</td>
<td>26,0</td>
<td>717</td>
</tr>
</tbody>
</table>

| Anzahl der Personen, die sich geäußert haben: | 7.989 | 100,0 | 2.747 | 100,0 | 2.532 | 100,0 | 1.130 | 100,0 | 1.463 | 100,0 |
### HISBUS-Befragung zur Einnahme von leistungssteigernden Mitteln, nach Hochschulart und Geschlecht

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>insgesamt</th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>weiblich</td>
<td>männlich</td>
<td>weiblich</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Ich schenke anderen leicht Vertrauen, glaube an das Gute im Menschen.</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>nicht beantwortet</td>
<td>15</td>
<td>0,2</td>
<td>10</td>
</tr>
<tr>
<td>trifft voll und ganz zu</td>
<td>928</td>
<td>11,6</td>
<td>339</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>2.455</td>
<td>30,7</td>
<td>811</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>2.145</td>
<td>26,9</td>
<td>793</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1.820</td>
<td>22,8</td>
<td>590</td>
</tr>
<tr>
<td>trifft überhaupt nicht zu</td>
<td>625</td>
<td>7,8</td>
<td>205</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>7.989</td>
<td>100,0</td>
<td>2.747</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Ich erledige Aufgaben gründlich.</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>nicht beantwortet</td>
<td>22</td>
<td>0,3</td>
<td>12</td>
</tr>
<tr>
<td>trifft voll und ganz zu</td>
<td>2.752</td>
<td>34,4</td>
<td>1.037</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>3.128</td>
<td>39,2</td>
<td>1.064</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1.444</td>
<td>18,1</td>
<td>435</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>520</td>
<td>6,5</td>
<td>151</td>
</tr>
<tr>
<td>trifft überhaupt nicht zu</td>
<td>123</td>
<td>1,5</td>
<td>48</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>7.989</td>
<td>100,0</td>
<td>2.747</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Ich bin entspannt, lasse mich durch Stress nicht aus der Ruhe bringen.</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>nicht beantwortet</td>
<td>20</td>
<td>0,2</td>
<td>9</td>
</tr>
<tr>
<td>trifft voll und ganz zu</td>
<td>503</td>
<td>6,3</td>
<td>91</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1.779</td>
<td>22,3</td>
<td>412</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>2.600</td>
<td>32,5</td>
<td>856</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>2.320</td>
<td>29,0</td>
<td>995</td>
</tr>
<tr>
<td>trifft überhaupt nicht zu</td>
<td>767</td>
<td>9,6</td>
<td>385</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>7.989</td>
<td>100,0</td>
<td>2.747</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Ich habe eine aktive Vorstellungskraft, bin phantasievoll.</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>nicht beantwortet</td>
<td>18</td>
<td>0,2</td>
<td>8</td>
</tr>
<tr>
<td>trifft voll und ganz zu</td>
<td>2.112</td>
<td>26,4</td>
<td>824</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>2.623</td>
<td>32,8</td>
<td>909</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1.874</td>
<td>23,5</td>
<td>621</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1.104</td>
<td>13,8</td>
<td>305</td>
</tr>
<tr>
<td>trifft überhaupt nicht zu</td>
<td>259</td>
<td>3,2</td>
<td>81</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>7.989</td>
<td>100,0</td>
<td>2.747</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Ich gehe aus mir raus, bin gesellig.</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>nicht beantwortet</td>
<td>28</td>
<td>0,4</td>
<td>13</td>
</tr>
<tr>
<td>trifft voll und ganz zu</td>
<td>1.124</td>
<td>14,1</td>
<td>432</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>2.384</td>
<td>29,8</td>
<td>888</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>2.375</td>
<td>29,7</td>
<td>809</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1.669</td>
<td>20,9</td>
<td>489</td>
</tr>
<tr>
<td>trifft überhaupt nicht zu</td>
<td>409</td>
<td>5,1</td>
<td>117</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>7.989</td>
<td>100,0</td>
<td>2.747</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Ich neige dazu, andere zu kritisieren.</strong></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>nicht beantwortet</td>
<td>33</td>
<td>0,4</td>
<td>12</td>
</tr>
<tr>
<td>trifft voll und ganz zu</td>
<td>594</td>
<td>7,4</td>
<td>191</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>2.251</td>
<td>28,2</td>
<td>738</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>2.563</td>
<td>32,1</td>
<td>900</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1.997</td>
<td>25,0</td>
<td>697</td>
</tr>
<tr>
<td>trifft überhaupt nicht zu</td>
<td>552</td>
<td>6,9</td>
<td>208</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>7.989</td>
<td>100,0</td>
<td>2.747</td>
</tr>
</tbody>
</table>
### HISBUS-Befragung zur Einnahme von leistungssteigernden Mitteln, nach Hochschulart und Geschlecht

<table>
<thead>
<tr>
<th>Ich bin bequem, neige zur Faulheit.</th>
<th>insgesamt</th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td><strong>nicht beantwortet</strong></td>
<td>22 0,3</td>
<td>10 0,4</td>
<td>2 0,1</td>
</tr>
<tr>
<td>tri fft voll und ganz zu</td>
<td>896 11,2</td>
<td>267 9,7</td>
<td>331 13,1</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>2.071 25,9</td>
<td>613 22,3</td>
<td>787 31,1</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>2.158 27,0</td>
<td>762 27,7</td>
<td>660 26,1</td>
</tr>
<tr>
<td>trifft überhaupt nicht zu</td>
<td>1.820 22,8</td>
<td>677 24,6</td>
<td>512 20,2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1.022 12,8</td>
<td>419 15,2</td>
<td>240 9,5</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>181 16,1</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>164 14,2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>7.989 100,0</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>Ich werde leicht nervös und unsicher.</th>
<th>insgesamt</th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td><strong>nicht beantwortet</strong></td>
<td>17 0,2</td>
<td>7 0,2</td>
<td>3 0,1</td>
</tr>
<tr>
<td>tri fft voll und ganz zu</td>
<td>658 8,2</td>
<td>288 10,5</td>
<td>147 5,8</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1.704 21,3</td>
<td>668 24,3</td>
<td>474 18,7</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>2.253 28,2</td>
<td>820 29,9</td>
<td>678 26,8</td>
</tr>
<tr>
<td>trifft überhaupt nicht zu</td>
<td>2.434 30,5</td>
<td>722 26,3</td>
<td>879 34,7</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>923 11,6</td>
<td>242 8,8</td>
<td>350 13,8</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>113 10,0</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>207 14,1</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>7.989 100,0</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>Ich habe nur wenig künstlerisches Interesse.</th>
<th>insgesamt</th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td><strong>nicht beantwortet</strong></td>
<td>26 0,3</td>
<td>13 0,5</td>
<td>7 0,3</td>
</tr>
<tr>
<td>tri fft voll und ganz zu</td>
<td>987 12,4</td>
<td>199 7,2</td>
<td>379 15,0</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1.404 17,6</td>
<td>387 14,1</td>
<td>547 21,6</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1.506 18,8</td>
<td>480 17,5</td>
<td>475 18,8</td>
</tr>
<tr>
<td>trifft überhaupt nicht zu</td>
<td>1.866 23,4</td>
<td>737 26,8</td>
<td>559 22,1</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>2.200 27,5</td>
<td>931 33,9</td>
<td>566 22,4</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>382 33,8</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>283 19,3</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>7.989 100,0</td>
</tr>
</tbody>
</table>

### Wie zuversichtlich sind Sie hinsichtlich der folgenden Aspekte Ihres Lebens?

#### Studienerfolg

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>insgesamt</th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td><strong>nicht beantwortet</strong></td>
<td>10 0,1</td>
<td>2 0,1</td>
<td>2 0,1</td>
</tr>
<tr>
<td>gar nicht zuversichtlich</td>
<td>162 2,0</td>
<td>53 1,9</td>
<td>56 2,2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>437 5,5</td>
<td>160 5,8</td>
<td>153 6,0</td>
</tr>
<tr>
<td>sehr zuversichtlich</td>
<td>1.211 15,2</td>
<td>497 18,1</td>
<td>374 14,8</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>3.216 40,3</td>
<td>1.202 43,7</td>
<td>1.026 40,5</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>2.953 37,0</td>
<td>833 30,3</td>
<td>920 36,4</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>492 43,5</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>662 45,3</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>7.989 100,0</td>
</tr>
</tbody>
</table>

#### berufliche Zukunft

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>insgesamt</th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td><strong>nicht beantwortet</strong></td>
<td>12 0,2</td>
<td>3 0,1</td>
<td>3 0,1</td>
</tr>
<tr>
<td>gar nicht zuversichtlich</td>
<td>262 3,3</td>
<td>104 3,8</td>
<td>72 2,8</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>782 9,8</td>
<td>319 11,6</td>
<td>228 9,0</td>
</tr>
<tr>
<td>sehr zuversichtlich</td>
<td>1.795 22,5</td>
<td>713 26,0</td>
<td>538 21,2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>3.264 40,9</td>
<td>1.096 39,9</td>
<td>1.057 41,7</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1.874 23,5</td>
<td>513 18,7</td>
<td>634 25,1</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>257 22,7</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>444 30,3</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>7.989 100,0</td>
</tr>
</tbody>
</table>

#### persönliches Wohlergehen

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>insgesamt</th>
<th>Universitäten</th>
<th>Fachhochschulen</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td><strong>nicht beantwortet</strong></td>
<td>13 0,2</td>
<td>4 0,2</td>
<td>4 0,2</td>
</tr>
<tr>
<td>gar nicht zuversichtlich</td>
<td>200 2,5</td>
<td>51 1,8</td>
<td>80 3,2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>741 9,3</td>
<td>249 9,0</td>
<td>247 9,8</td>
</tr>
<tr>
<td>sehr zuversichtlich</td>
<td>2.030 25,4</td>
<td>712 25,9</td>
<td>612 24,2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>3.227 40,4</td>
<td>1.137 41,4</td>
<td>1.050 41,5</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1.779 22,3</td>
<td>595 21,7</td>
<td>538 21,3</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>279 24,7</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>325 22,2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>7.989 100,0</td>
</tr>
<tr>
<td>materielles/finanzielles Auskommen</td>
<td>insgesamt</td>
<td>Universitäten</td>
<td>Fachhochschulen</td>
</tr>
<tr>
<td>----------------------------------</td>
<td>-----------</td>
<td>---------------</td>
<td>---------------</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>weiblich</td>
<td>männlich</td>
<td>weiblich</td>
</tr>
<tr>
<td>nicht beantwortet</td>
<td>25 0,3</td>
<td>11 0,4</td>
<td>6 0,2</td>
</tr>
<tr>
<td>gar nicht zuversichtlich</td>
<td>322 4,0</td>
<td>119 4,3</td>
<td>91 3,6</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1.073 13,4</td>
<td>382 13,9</td>
<td>322 12,7</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>2.269 28,4</td>
<td>831 30,2</td>
<td>633 25,0</td>
</tr>
<tr>
<td>sehr zuversichtlich</td>
<td>2.989 37,4</td>
<td>1.046 38,1</td>
<td>975 38,5</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1.311 16,4</td>
<td>359 13,1</td>
<td>505 20,0</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>7.989 100,0</td>
<td>2.747 100,0</td>
<td>2.532 100,0</td>
</tr>
</tbody>
</table>