

# Zeitschrift für Beratung und Studium

Handlungsfelder, Praxisbeispiele und Lösungskonzepte

## Gesundheit der Studierenden im empirischen Fokus

- Substanzkonsum im Studienkontext –  
Verbreitung, Motive und Determinanten
- Prävention von riskantem Alkoholkonsum bei  
Studierenden im Setting Hochschule durch  
eCHECKUP TO GO und Peer-Beratung
- Soziale Normen-Interventionen zur Reduktion des  
Substanzkonsums bei Studierenden: Einsatz eines in  
Deutschland noch neuartigen Präventionsansatzes
- „Dein-Masterplan.de“: Konzeption und Evaluationsergebnisse  
eines Präventionsangebots für Studierende
- Das Heidelberger ABCDE integrativer Beratung –  
ein schulenübergreifendes Modell für  
psychosoziale Beratungsstellen
- „Wer kann mich denn noch beraten?“  
Beratungsangebote von Hochschulen  
und deren Folgen

1 | 2016

# Zeitschrift für Beratung und Studium

Handlungsfelder, Praxisbeispiele und Lösungskonzepte

## Einführung der geschäftsführenden Herausgeberin

1

## Empirische Studien

*Elke Middendorff, Jonas Poskowsky & Karsten Becker*  
Substanzkonsum im Studienkontext –  
Verbreitung, Motive und Determinanten

3

*Marion Laging, Thomas Heidenreich,  
Michael Braun & Thomas Ganz*  
Prävention von riskantem Alkoholkonsum bei  
Studierenden im Setting Hochschule durch  
eCHECKUP TO GO und Peer-Beratung

8

*Stefanie Helmer, Claudia Pischke & Hajo Zeeb*  
Soziale Normen-Interventionen zur Reduktion des  
Substanzkonsums bei Studierenden: Einsatz eines in  
Deutschland noch neuartigen Präventionsansatzes

11

*Peter Tossmann & Renate Soellner*  
„Dein-Masterplan.de“: Konzeption und  
Evaluationsergebnisse eines Präventionsangebots  
für Studierende

14

*Michael Sperth, Frank-Hagen Hofmann &  
Rainer Mathias Holm-Hadulla*  
Das Heidelberger ABCDE integrativer  
Beratung – ein schulenübergreifendes  
Modell für psychosoziale Beratungsstellen

18

## Anregungen für die Praxis/ Erfahrungsberichte

*Jochen O. Ley & Paul Stähler*  
„Wer kann mich denn noch beraten?“  
Beratungsangebote von Hochschulen  
und deren Folgen

25

## Rezension

*Irina Ferencz, Kristina Hauschildt, Irma Garam (Hg.) (2013):  
Mobility Windows. From Concept to Practice.*  
(Manfred Kaluza)

30

## Tagungsankündigungen

32

## Seitenblick auf die Schwesterzeitschriften

Hauptbeiträge der aktuellen Hefte  
Fo, HSW, HM, P-OE und QiW

IV

1 | 2016

Liebe Leserinnen und Leser,  
Heft 1 des neuen Jahrgangs 2016 legt den Schwerpunkt auf die Gesundheit von Studierenden und deren Gefährdung durch Substanz- und Drogenkonsum und vereint zudem Beiträge, die durch empirische Untersuchungen fundiert werden. Die Beiträge dazu beschränken sich nicht auf Informationen über Formen und Verbreitung der Drogen. Sie untersuchen Motive und Determinanten des Konsums und berichten erfreulicherweise über wirkungsvolle Präventionsprojekte an verschiedenen Hochschulen, die Studierende zum reflektierten und selbstkontrollierten Umgang mit den Substanzen anregen. Zu diesen Projekten werden positive Evaluationsergebnisse vorgelegt. Eine ganz andere empirische Studie ist auf die Wirksamkeit psychologischer Beratung selbst gerichtet und stellt damit eine der ganz wenigen wissenschaftlichen Untersuchungen zu diesem Gegenstand dar. Ausgehend von einem Modell integrativer Beratung konnten nachweislich verschiedene Aspekte der seelischen Gesundheit erfolgreich beeinflusst werden.

In welchem Maße Studierende Drogen und Substanzen konsumieren und aus welchen Motiven heraus, berichten *Elke Middendorff, Jonas Poskowsky und Karsten Becker* in ihrem Artikel **Substanzkonsum im Studienkontext – Verbreitung, Motive und Determinanten**, der sich auf die repräsentativen Studien des HISBUS-Panels (von 2010 und 2014) zu „Formen der Stresskompensation und Leistungssteigerung unter Studierenden“ stützt. Eine weite Verbreitung des sogenannten Hirndopings, der Einnahme von rezeptpflichtigen Drogen wie Schlaf- und Beruhigungsmitteln, Amphetaminen, und illegalen Drogen wie z.B. Cannabis, wurde nicht bestätigt. Aber immerhin 6% der Studierenden riskieren mit ihrer Substanzaufnahme einen gesundheitsgefährdenden Konsum. Unterschieden wird davon eine Gruppe der „Soft Enhancer“ (8%), die frei verkäufliche Substanzen (pflanzliche Mittel, Koffeintabletten etc.) einnimmt. In beiden Gruppen steht das Motiv der Leistungssteigerung und – laut jüngster Studie – des Leistungserhalts im Vordergrund. Hirndopende äußern ein vergleichsweise hohes Stress- und Belastungsempfinden, das auf Studienanforderungen wie auch auf äußere Lebensbedingungen gerichtet ist.

Seite 3

*Marion Laging, Thomas Heidenreich, Michael Braun und Thomas Ganz*, ein Team der Hochschule Esslingen in der Fakultät Soziale Arbeit, Gesundheit und Pflege, stellen ihr dort erprobtes Projekt **Prävention von riskantem Alkoholkonsum bei Studierenden im Setting Hochschule durch eCHECKUP TO GO und Peer-Beratung** vor. Sie haben ein US-amerikanisches Online-Präventionsprogramm adaptiert und durch eine Peer-Beratung ergänzt. Dafür wurden Studierende ausgebildet, um das Programm auf dem Campus bekannt zu machen und sich als Ansprechpartner für Fragen und Erfahrungen mit Alkohol anzubieten. Die Evaluation zeigte eine gute Akzeptanz des Programms bei den Studierenden und konnte auch positiven Einfluss auf riskante Konsumformen verzeichnen.

Seite 8

Eine Projektgruppe des Leibniz-Instituts für Präventionsforschung und Epidemiologie (BIPS) an der Univer-

sität Bremen berichtet über das Projekt INSIST. *Stefanie Helmer, Claudia Pischke und Hajo Zeeb* stellen einen anderen webgestützten Interventionsansatz vor: **Soziale Normen-Interventionen zur Reduktion des Substanzkonsums bei Studierenden: Einsatz eines in Deutschland neuartigen Präventionsansatzes**. Untersucht wird in dieser Studie der Einfluss von mitgeteilten sozialen Normen der Peer-Gruppen auf das Substanzkonsumverhalten der Teilnehmenden. Für die Durchführung wurden acht deutsche Hochschulen randomisiert ausgewählt, die in jeweils vier Interventionshochschulen und Kontrollhochschulen unterteilt wurden. Bei den Interventionshochschulen wurde aufgrund der Befragung der gesamten Studierenden ein Web-basiertes, hochschul- und geschlechtsspezifisches Feedback entwickelt, das den Studierenden der Kontrollhochschulen zunächst vorenthalten wurde, um den Unterschied in den Reaktionen feststellen zu können.

Seite 11

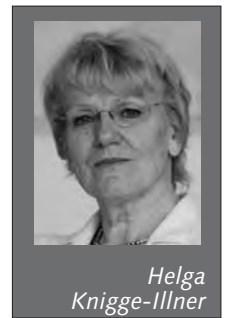
Ein weiteres Präventionsangebot, vermittelt über eine umfangreiche Website, die ein breites Spektrum von Substanz- und Drogenkonsum abdeckt, stellen *Peter Tossmann und Renate Soellner* in dem Beitrag **„Dein-Masterplan.de“: Konzeption und Evaluationsergebnisse eines Präventionsangebots für Studierende** vor. Ihre Zielsetzungen richten sich nicht nur auf Vermittlung von Information und Reflexion des eigenen Drogenkonsums durch Selbsttests, sie regen auch mit speziellen Programmen zur Verhaltensänderung an. Da sie Drogenkonsum im Kontext von studienbezogenen Belastungssituationen sehen, verweisen sie auch auf Module zur Bewältigung von Prüfungsangst, Lernstress, Konzentrationsstörungen und Motivationsproblemen. Die Auswertung der Nutzerdaten zeigt eine hohe Akzeptanz und positive Beurteilung der Website-Qualität und lässt – interessanterweise – feststellen, dass die studienbezogenen Themen eine höhere Beachtung erfahren als die substanzbezogenen Themen.

Seite 14

Mit der Effizienz psychologischer Beratung befassen sich die Mitarbeiter/innen der psychosozialen Beratungsstelle für Studierende in Heidelberg. *Michael Sperth, Frank-Hagen Hofmann und Rainer Mathias Holm-Hadulla* stellen ihr Beratungskonzept vor unter dem Titel: **Das Heidelberger ABCDE integrativer Beratung – ein schulübergreifendes Modell für psychosoziale Beratungsstellen**. Sie beschreiben ihr interaktives Modell als ein übergreifendes Rahmenmodell, das verschiedene, empirisch fundierte Ansätze in eklektizistischer Weise kombiniert, und geben einen intensiven Einblick in ihre Studie zur Wirksamkeit ihrer Beratung. Eine ausführliche Schilderung des Untersuchungsablaufs, der angewendeten Instrumente sowie der erfreulich positiven Ergebnisse trägt dazu bei, zu weiterer Forschung im Bereich der psychologischen Beratung anzuregen.

Seite 18

Aus der Praxis der Allgemeinen Studienberatung an der Humboldt-Universität zu Berlin kommt ein Bericht von

Helga  
Knigge-Illner

Jochen O. Ley und Paul Stähler. Sie fragen „**Wer kann mich denn noch beraten?**“ **Beratungsangebote von Hochschulen und deren Folgen** und thematisieren verschiedene Aspekte wie: Wie differenziert und zielgruppenorientiert muss ein Beratungssystem an der Hochschule sein? Wie kommen die unterschiedlichen Generationen in der Hochschule miteinander aus? Auf Seiten der Studierenden wie auch auf Beraterseite? Schließlich plädieren sie für eine starke zentrale Allgemeine Studienberatung mit breiter Expertise für differenzierte Anliegen und einem Mix aus Alt und Jung sowie aus professionellem und studentischem Personal. **Seite 25**

Abschließend rezensiert **Manfred Kaluza** das Buch von **Irina Ferencz, Kristina Hauschildt, Irma Garam (Hg.): Mobility Windows. From Concept to Practice**, erschienen in der Lemmens Verlags- und Mediengesellschaft 2013. Darin geht es um das Problem der rückläufigen Auslandsmobilität von Studierenden sowie dem abnehmenden Angebot an Internationalen Studiengängen. Die Autorinnen stellen eine Typologie der sogenannten Mobilitätsfenster auf, womit der in einen Studiengang integrierte Auslandsanteil gemeint ist. **Seite 30**

Helga Knigge-Illner

## Heinz W. Bachmann Hochschuldidaktik mit Wirkung Evidenzbasierte Hochschuldidaktik – eine Evaluationsstudie



Was ist nötig, damit Kurse zum Aus- und Aufbau von Lehrkompetenz zu nachhaltigen Verhaltensveränderungen im Lehralltag der Dozierenden führen im Sinne des shifts from teaching to learning und der Kompetenzorientierung in der Lehre?

In der vorliegenden Publikation wird ein Zertifikatslehrgang für Hochschuldidaktik (CAS HD) im Umfang von 10 ECTS-Punkten vorgestellt. Neben Überlegungen zum Design und der Vorstellung der einzelnen Module kommen vor allem die betroffenen Dozierenden zu Wort. Über Jahre wurden entsprechende Evaluationen zum CAS HD gesammelt und hier in einer Synopsis zusammengeführt. Des Weiteren wird eine Absolventenbefragung vorgestellt, die in zeitlichem Abstand zur eigentlichen Kursdurchführung gemacht worden ist. Zusammen ergeben diese Rückmeldungen fundierte Hinweise, was nötig ist, damit Hochschuldidaktik in Hochschulen Wirkung entfaltet.

Ziel der Arbeit ist nicht, extensiv wissenschaftliche Befunde zu präsentieren oder umfassende Literatur zu rezipieren, sondern eine Erfahrungsaufbereitung vorzulegen. Neben

einer Reflexion der langjährigen Erfahrungen werden konkrete und ausführliche Beispiele dargestellt, um vertiefte Einblicke in die Arbeitsweise zu ermöglichen. Dabei besteht die Absicht, Verantwortlichen von hochschuldidaktischen Angeboten direkte Handlungshinweise zu geben, wie erfolgreiche hochschuldidaktische Angebote entwickelt, gelehrt und institutionell verankert werden können, um wirksam zu sein. Dies immer unter dem Aspekt, dass die Absolventinnen und Absolventen entsprechender Kurse in der Lage sein sollten, kompetenzorientierte Lehre zu gestalten und den viel diskutierten shift from teaching to learning nachhaltig zu vollziehen.

*ISBN 978-3-937026-95-4, Bielefeld 2015, 96 Seiten, 15.40 Euro zzgl. Versandkosten*

Erhältlich im Fachbuchhandel und direkt beim Verlag – auch im Versandbuchhandel (aber z.B. nicht bei Amazon).

Bestellung – E-Mail: [info@universitaetsverlagwebler.de](mailto:info@universitaetsverlagwebler.de), Fax: 0521/ 923 610-22

Reihe: Hochschulwissen Wissenschaft und Praxis