

Zeitschrift: SuchtMagazin

Herausgeber: Infodrog

Band: 47 (2021)

Heft: 1

Artikel: Selbstoptimierung : Perspektiven der Suchthilfe und Suchtprävention

Autor: Springer, Nadja / Wessely, Lisa

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-953574>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 13.04.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Selbstoptimierung: Perspektiven der Suchthilfe und Suchtprävention

2021-1
Jg. 47
S. 26 - 29

Neben dem Konsum psychoaktiver Substanzen im Sinne des Neuro-Enhancement führt der Wunsch, das Leben möglichst gut zu meistern und den Anforderungen gerecht zu werden, in vielen Lebensbereichen zu einem sog. Soft-Enhancement. Ein Ziel der Suchtprävention und der Suchtbehandlung ist das Vermitteln eines Verständnisses zur guten Alltagsbewältigung, womit ein Beitrag zur Stärkung der Lebenskompetenzen, der Selbstwirksamkeit und des Selbstwerts geleistet wird.

NADJA SPRINGER

Mag., Klinische- und Gesundheitspsychologin & Psychotherapeutin, Mitarbeiterin der Suchtprävention und Früherkennung, Verein Dialog, Hegelgasse 8/13, AT-1010 Wien, nadja.springer@dialog-on.at, www.dialog-on.at

LISA WESSELY

Mag., Klinische- & Gesundheitspsychologin & Arbeitspsychologin, Leitung der Suchtprävention und Früherkennung, Verein Dialog, lisa.wessely@dialog-on.at, www.dialog-on.at

Einleitung

«Nichts ist für den genug, dem das Genügende zu wenig ist»

(Epikur)

Die Themen Selbstoptimierung und Leistungsdruck sind gesellschaftlich und medial seit einigen Jahren sehr präsent. Auch die Suchthilfe und Suchtprävention sehen sich zunehmend mit KonsumentInnen von leistungssteigernden Substanzen im Sinne der Selbstoptimierung konfrontiert und müssen in der Weiterentwicklung ihrer Angebote darauf adäquat reagieren.

Laut Merchlewicz und Koeppel (2013: 9) versteht man unter dem Begriff des «pharmakologischen Neuro-Enhancement» den «[...] Versuch gesunder Menschen, die Leistungsfähigkeit des Gehirns durch die Einnahme verschreibungspflichtiger Arzneimittel über das normale, nicht krankhaft veränderte Mass hinaus zu verbessern» (vgl. auch Beitrag von Klein in dieser Ausgabe). In diesem Beitrag stützen sich unsere Überlegungen auf die Definition des Begriffs «pharmakologisches Neuro-Enhancement», wie er von Maier (2015: 2)

formuliert wird: Demnach bezeichnet dieser Begriff «den verschreibungswidrigen Gebrauch von verschreibungspflichtigen Medikamenten, anderen illegalen Drogen oder Alkohol zum Zweck der Verbesserung der Kognition, der Stimmung oder des prosozialen Verhaltens [...]». Diese Erweiterung des klassischen Neuro-Enhancement-Begriffs um die Variablen «Stimmung» und «prosoziales Verhalten» erscheint uns im Kontext der Suchthilfe und Suchtprävention als besonders geeignet. Das Zusammenspiel von Kognitionen, Emotionen und Verhalten wird in den Konsummotiven sichtbar. Schon Sigmund Freud beschreibt in seinem Text «Beitrag zur Kenntnis der Coca-Wirkung» (1885: 129) die «wunderbare Allgemeinwirkung dieses Alkaloids, welche in einer Hebung der Stimmung, der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit und Ausdauer besteht». Wir gehen daher von der Annahme aus, dass es im Bereich des klassischen Neuro-Enhancement für die KonsumentInnen immer auch, jedoch in unterschiedlichem Ausmass und abhängig von der Konsummotivation, um die Beeinflussung der Stimmung oder des dominierenden Affekts geht. Durch den

subjektiven Eindruck der gesteigerten Leistung und des daraus resultierenden, positiv bewerteten Verhaltens wird immer auch die psychische Befindlichkeit beeinflusst.

Auf die Substanzen bezogen, würde man zunächst annehmen, dass zum Zweck der Leistungssteigerung ausschliesslich Amphetamine, Kokain und andere aufputschende Substanzen eingesetzt werden. Dies gilt vor allem für KonsumentInnen, die den direkten Zusammenhang zwischen der Wirkung einer stimulierenden Substanz und der subjektiv erlebten Leistungssteigerung bevorzugen. Jedoch kann auch der Konsum von Cannabis, Alkohol oder Benzodiazepinen am Vorabend einer besonderen Prüfung, eines für die Karriere als wichtig empfundenen Events als eine Spielart des (Psycho-)Neuro-Enhancement verstanden werden, wenn der bessere Schlaf zu einer subjektiv erlebten Optimierung der kognitiven Leistungsfähigkeit am nächsten Morgen beiträgt. Ebenso dient der Substanzkonsum nach erfolgter Leistung zur Stressreduktion, um beispielsweise langfristig im beruflichen Alltag bestehen zu können. Dies zeigt die enge Verschränkung von Neuro-Enhancement

und Mood-Enhancement (vgl. Beitrag von Klein), das eine nicht zu vernachlässigende Rolle im Bereich des selbstoptimierenden Verhaltens spielt. Denn selbst in der Suche nach Entspannung kann das Ziel der Optimierung verborgen sein.

Selbstoptimierung im Kontext der Suchthilfe

Die Zielgruppen der Suchthilfe sind breit gefächert. Neben manifest suchtkranken Menschen, die meist neben dem Abhängigkeitssyndrom unter anderen psychischen Erkrankungen leiden, wenden sich auch psychisch zunächst relativ unauffällig erscheinende Personen, die ihren Konsum psychoaktiver Substanzen als riskant oder schädlich erleben und verändern möchten, an die Suchthilfe. Führende AutorInnen wie Khanzian (2003) sehen die Motivation hinter dem Substanzkonsum meist als einen Versuch der Selbstbehandlung. Sie beschreiben z.B., dass sich Opioidabhängige auf die antiaggressive Wirkung der Substanz verlassen, die desorganisierende und bedrohliche affektive Zustände wie Wut, Schmerz, Scham und Einsamkeit blockiert. Diese Selbstbehandlung bietet als erwünschte Nebenwirkungen einerseits ein Schutzschild gegen übermässige Angst und andererseits die Verbesserung der Kognition, der Stimmung und des prosozialen Verhaltens, auch in arbeitsbezogenen Kontexten, ganz im Sinne des pharmakologischen Neuro-Enhancement.

Insofern kann ebenfalls für opioidabhängige Menschen der Wunsch nach sozialer Integration und dem sowohl psychischen als auch physischen Funktionieren den Substanzkonsum triggern und aufrechterhalten. Unsere Erfahrung aus der praktischen Arbeit mit Suchtkranken zeigt, dass der Konsum eine Strategie ist, um bestimmte Lebenssituationen, von einem gelungenen Berufsalltag bis hin zum tagtäglichen Ertragen der Auswirkungen eines Traumas zu bewältigen und um letztendlich in der Gesellschaft zu bestehen.

Angebote der ambulanten Suchthilfe Wien

Im Verein Dialog, der in der ambulanten Suchthilfe in Wien medizinische und psychosoziale Angebote für konsumie-

rende und suchtkranke Personen und deren Angehörige zur Verfügung stellt, gibt es seit 2008 ein Spezialangebot für KonsumentInnen aufputschender Substanzen. Dies erwies sich als notwendig, da sich in der langjährigen Erfahrung zeigte, dass die herkömmlichen Settings der Suchthilfeinrichtungen kein passendes Angebot für diese Zielgruppe darstellen. Dazu kommen noch weitere Faktoren, wie Berührungsängste mit anderen Suchtkranken und die Ambivalenz hinsichtlich des subjektiven Behandlungsbedarfs, welche die Motivation, eine Suchthilfeinrichtung aufzusuchen, hemmen (Skriboth & Willinger, 2008).

Im Spezialangebot «beyond the line» können die KlientInnen einmal wöchentlich zu einem Zeitfenster, das speziell für diese Zielgruppe reserviert ist, ohne Anmeldung psychosoziale und medizinische Beratung und Behandlung im Rahmen von Kurzinterventionen sowie Suchtakupunktur in Anspruch nehmen. Diese Bedingungen sind notwendig, da oft eine grosse Ambivalenz bezüglich des subjektiv empfundenen Hilfebedarfs von Seiten der KonsumentInnen besteht. Die Erfahrung zeigt auch, dass es eine unkomplizierte, niederschwellige Kontaktmöglichkeit braucht, um dem für diese Zielgruppen typischen, spontan auftretenden Wunsch, rasch Hilfe anzunehmen, nachzukommen. Dieser Wunsch verschwindet jedoch häufig wieder, sobald erneut konsumiert wird. Ein längerfristiges Planen von Seiten der KonsumentInnen ist vor dem Eintritt in ein Behandlungssetting kaum möglich. Der niederschwellige Zugang, die Anonymität und die raschen Hilfestellungen haben sich in diesem Setting bewährt. Letztlich zeigt sich auch bei diesen KlientInnen, dass sie trotz der Vorurteile gegenüber der Betreuung in einer Suchthilfeinrichtung die Behandlung durch SuchtexpertInnen nutzen können.

Wir erreichen im Rahmen von «beyond the line» ebenfalls Personen, die gezielt Substanzen zur Selbstoptimierung im beruflichen Setting einsetzen. Sie wenden sich zu einem Zeitpunkt an die Suchthilfe, an dem sie bereits multiple Problemfelder erkennen. Hier hat die Suchthilfe die Aufgabe, nach der Erreichung einer Stabilisierung des Konsums bei der Konsummotivation an-

zusetzen und ein variabel einsetzbares Spektrum an Verhaltensmöglichkeiten zu erarbeiten, das ebenso wie der Substanzkonsum ein unbefriedigtes Bedürfnis abzudecken bzw. im besten Fall zu sublimieren vermag, um rechtzeitig eine Veränderung des Konsums in Richtung einer Abhängigkeit zu erreichen. Ein gemeinsames Reflektieren mit den KonsumentInnen führt zu einem besseren Verständnis des Konsums, wenn aufgrund besonderer Belastungssituationen die übliche Reflexionsfähigkeit auf der Basis des Mentalisierens im Moment nicht möglich ist. Das Motiv der Selbstwertsteigerung bei KokainkonsumentInnen basiert unserer Erfahrung nach häufig auf der Annahme, dass sie vom Gegenüber positiv, geradezu grossartig wahrgenommen werden. In diesem Zusammenhang ist es relevant, die vermutete und die tatsächliche Wirkung auf andere Personen zu hinterfragen. Dabei wird an der Verbesserung des Selbstwertgefühls gearbeitet und Möglichkeiten der positiven Beziehungsgestaltung zu anderen elaboriert.

«Mentalisieren» in der Suchthilfe Überlegungen zum theoretischen Konstrukt des Mentalisierens wurden 1989 eingeführt und später im Rahmen einer grossen empirischen Studie zu Bindungsstilen im Kindesalter als Konzept weiterentwickelt (Fonagy et al. 1991). Die Mentalisierungsfähigkeit dient der Orientierung im Rahmen von Kommunikation und Beziehung, steht in engem Zusammenhang mit Affekt- und Selbstwertregulation und stellt eine zentrale Voraussetzung für emotionale und soziale Intelligenz dar. Die Mentalisierungsfähigkeit wird durch verschiedene Bedingungen, vor allem jedoch durch Stress, beeinflusst. Nach Luyten erleben Jugendliche, Menschen mit psychischen Erkrankungen und vor allem Menschen mit einer Abhängigkeitserkrankung bereits bei geringer Stressbelastung ein Zusammenbrechen ihrer Mentalisierungsfähigkeit (Luyten et al. 2019 & 2020). Mit anderen Worten unterstützt Gelassenheit den Mentalisierungsprozess, während übermässige Ängstlichkeit und Stress zu einem Versagen führen. Darüber hinaus weiss man, dass Menschen unter Stressbedingungen eine geringere

kognitive Kompetenz aufweisen als im stressfreien Zustand (Uribe-Marino et al. 2016). Die Suchthilfe kann den Prozess der Mentalisierung fördern, indem sie die KlientInnen dabei unterstützt, ihre Gefühle zu benennen, verbale und emotionale Rückmeldungen über ihr Verhalten gibt, einen Perspektivenwechsel anregt und ihnen dabei hilft, über sich selbst nachzudenken. Gerade bei Personen, die Substanzkonsum in einem nicht abhängigen Ausmass zur Selbstoptimierung einsetzen, ist davon auszugehen, dass eine stabile Mentalisierungsfähigkeit die subjektive Notwendigkeit des stressbedingten Konsums verringern kann und somit einer Suchtentwicklung entgegenwirkt.

Selbstoptimierung: ein Thema der schulischen Suchtprävention?

Neuro-Enhancement im schulischen und universitären Bereich hat in den letzten Jahren an Aufmerksamkeit und Bedeutung gewonnen wie an Forschungsberichten und Medienbeiträgen zu erkennen ist (Maier et al. 2013, Bard et al. 2018). Die Anzahl der Studierenden, die psychoaktive Substanzen im Sinne des Neuro-Enhancement nutzen, bewegt sich laut Bard zwischen 5 % und 35 %, abhängig von der jeweiligen Definition von Enhancement und der Erhebungsmethode.

In einer Gesellschaft, in der Leistung, Erfolg und Sich-darstellen-Wollen hohe Prinzipien sind, sind Massnahmen der Verhältnisprävention von gesellschaftspolitischer Seite zu implementieren. Im schulischen Kontext sind beispielsweise verhaltenspräventive Massnahmen wichtig, in dem PräventionsexpertInnen Jugendliche zu einer kritischen Reflexion der vorherrschenden Konsummotive zur Leistungssteigerung oder zur Selbstoptimierung anregen. Das Thema der Selbstoptimierung ist aktiv von Seiten der PräventionsexpertInnen einzubringen, da dieses Konsummotiv von der Zielgruppe selbst kaum genannt wird, weil es als nicht problematisch, sondern gesellschaftlich erwünscht erlebt wird. Um mit den Jugendlichen über Wirkungsweisen und Konsummotive ins Gespräch zu kommen, verwenden die PräventionsexpertInnen des Vereins Dialog vorzugsweise die Methode

«die perfekte Droge». In Kleingruppen kreieren die SchülerInnen die für sie perfekte Droge. Sie geben ihr einen Namen, beschäftigen sich mit der Wirkung, den Nebenwirkungen sowie dem Preis, ähnlich einem Beipackzettel eines Arzneimittels. In den Jahren 2017 bis 2019 haben wir 140 Datenblätter zur «perfekten Droge» gesammelt und hinsichtlich der erwünschten Wirkungsweisen ausgewertet. Hierbei konnten wir feststellen, dass von 194 Wirkungs-Nennungen 47 % den Bereichen «aufputschend» und «leistungssteigernd» zuzuordnen sind. In die Kategorien «beruhigend» fallen 10 %, «halluzinogen» 19 % und «euphorisierend» 24 %. Auch wenn man berücksichtigt, dass die Erhebung im Kontext Schule stattgefunden hat und somit der Fokus der Jugendlichen aufgrund des Settings auf der Leistungsorientierung liegen könnte, fällt auf, dass fast 50 % die Wirkungsweise einer perfekten Droge mit Leistungssteigerung assoziieren und diese positiv besetzt sind. In der Nachbesprechung dieser Übung werden die Themen «Leistungsdruck» und «Neuro-Enhancement» gezielt thematisiert und über aufputschenden Substanzen informiert.

Suchtprävention als Instrument der Leistungsgesellschaft?

In der Suchtprävention, die zum Ziel hat, Gesundheit zu erhalten und zu fördern, sind Kompetenzbegriffe zentral. Es ist Auftrag der schulischen Suchtprävention, Lebenskompetenzen, Risikokompetenz und Digitale Medienkompetenz zu fördern, und trotzdem müssen wir diese Ansätze und die konkrete Arbeit mit den Zielgruppen kontinuierlich hinterfragen. Die WHO definiert Gesundheit als einen Zustand des vollkommenen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens. Damit unterliegen Konsummuster einer ständigen Bewertung. Welches Verhalten als kompetent gelten kann, hängt somit auch davon ab, wie eng die Zielgrösse «Gesundheit» als medizinisch-physiologisches und psychosoziales Phänomen definiert und interpretiert wird (Gallego & Berthel 2013).

Wieviel Leistungsdruck erzeugt die Suchtprävention selbst, wenn die Ansprüche an kompetentes Verhalten für die Jugendlichen zu hoch sind? Unter-

stützen wir damit eventuell Optimierungsansprüche der Gesellschaft?

Einerseits arbeiten wir an der Förderung der Risikokompetenz und wollen, dass Jugendliche sich in Konsumsituationen kompetent verhalten. Sie sollen Risiken erkennen, einschätzen und danach handeln können, um sich und andere nicht zu gefährden. Andererseits verfügt die Jugend über das Privileg, Risiken einzugehen, Neues auszuprobieren und auch einmal unbedachte Entscheidungen zu treffen. Diese Erfahrungen sind wichtige Entwicklungsaufgaben, die bewältigt werden müssen, um zu sicheren, stabilen Erwachsenen zu werden. Dies gilt es zu akzeptieren, ernst zu nehmen und in der Arbeit mit Jugendlichen zu berücksichtigen. Sonst läuft die Suchtprävention Gefahr, durch eine Überbeanspruchung des Kompetenzbegriffs zu entgleisenden Optimierungsbedürfnissen und -prozessen beizutragen, Druck auszuüben und gesellschaftliche Probleme zu individualisieren.

Selbstoptimierung: ein Thema der betrieblichen Suchtprävention?

Viele Betriebe in Österreich haben in den letzten Jahren ihre wesentliche Rolle in Bezug auf Suchtprävention erkannt und arbeiten im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsvorsorge mit ExpertInnen der Suchtprävention zusammen.

Das Erkennen, Ansprechen und Intervenieren ist Führungsaufgabe. Wenn Schlüsselpersonen im Betrieb für das Thema Sucht sensibilisiert sind und kompetent mit dieser Situation umgehen, können Probleme frühzeitig erkannt werden. Die Scheu, die Thematik offen anzusprechen, sinkt und die richtigen Interventionen werden veranlasst, um die Betroffenen zu unterstützen. Neben dem adäquaten Umgang mit einzelnen betroffenen MitarbeiterInnen, gilt es aber auch im Betrieb suchtfördernde Strukturen zu erkennen und zu verändern. Welche Arbeitsbedingungen und welche Leistungsprinzipien herrschen vor? Wie viel Erreichbarkeit wird verlangt? Inwieweit ist ein Betrieb bereit, einen vermuteten Substanzkonsum zu akzeptieren, wenn er der Arbeitsleistung des Einzelnen zuträglich ist oder das Teambuilding fördert? Hier muss die Suchtprävention ansetzen. War früher

alleine der übermässige Alkoholgebrauch ein Thema in den Betrieben, rücken nun vermehrt der Konsum von Cannabis und aufputschenden Substanzen sowie Verhaltenssüchte in den Fokus. Daher muss bei Schulungen speziell auf Leistungsaspekte und das Erkennen von problematischem Konsum von leistungssteigernden Substanzen eingegangen werden.

Auf die «Work-Life Balance» der Mitarbeitenden wird deutlich mehr Wert gelegt als noch vor einigen Jahren. Firmen bieten für die Mitarbeitenden Yoga, Sport, Achtsamkeitstrainings und Ähnliches an, um zur Steigerung des subjektiven Wohlbefindens beizutragen. Letztlich steht bei diesen positiven Massnahmen oft die erhoffte Leistungssteigerung der Einzelnen im Vordergrund, wodurch die Gefahr besteht, strukturelle Probleme im Betrieb unverändert zu lassen und die Problematiken wiederum auf das Individuum selbst zurückzuführen. Auch hier ist die betriebliche Suchtprävention aufgerufen, einen kritischen Blick von aussen zur Verfügung zu stellen und bei der Entwicklung von gesundheitsfördernden Massnahmen mitzuwirken.

Schlussbemerkung und Ausblick

Selbst wenn keine psychoaktiven Substanzen im Sinne des Neuro-Enhancement eingesetzt werden, führt der Wunsch, das Leben möglichst gut zu meistern und den Anforderungen gerecht zu werden, in vielen Lebensbereichen zu einem sog. Soft-Enhancement, etwa durch den Konsum von diversen

nicht verschreibungspflichtigen Arzneimitteln, durch Massnahmen, die zur Optimierung des eigenen Körpers oder zur Entspannung beitragen. Auch Eltern, die als MultiplikatorInnen der Suchtprävention eine besonders wichtige Rolle einnehmen, können dem Selbstoptimierungsdrang unterlegen sein. Neben den Ansprüchen an die Erziehungsfähigkeit sind Eltern auch Vorbilder für den Umgang mit Leistungsdruck und der damit verbundenen Verwendung leistungssteigernder Substanzen.

Eine zukünftige Herausforderung der Suchtprävention und der Suchtbehandlung ist es, allen Zielgruppen ein Verständnis für ein ausreichend gutes Verhalten im Alltag zu vermitteln und damit einen Beitrag zur Stärkung der Lebenskompetenzen, der Selbstwirksamkeit und des Selbstwerts zu leisten. Die Akzeptanz eines ausreichend guten Verhaltens reduziert negative Gefühle der Minderwertigkeit oder der Unzulänglichkeit und wirkt so der Notwendigkeit der Selbstoptimierung entgegen.

Literatur

- Bard, I./Gaskell, G./Zwart, H. et al. (2018): Bottom up ethics – neuroenhancement in education and employment. *Neuroethics* 11: 309-322.
- Fonagy, P./Steele, H./Steele, M. (1991): Maternal representations of attachment during pregnancy predict the organization of infant-mother attachment at one year of age. *Child Development* 62: 891-905.
- Freud, S. (1885): Beitrag zur Kenntnis der Cocainwirkung. *Wiener Medizinische Wochenschrift* 35: 129-133.

- Gallego, S./Berthel, T. (2013): Suchtforschung macht Gesundheitspolitik. *SuchtMagazin* 39(6): 4-9.
- Luyten, P./Malcorps, S./Fonagy, P./Ensink, K. (2019): Assessment of mentalizing. o.S. in: A.W. Bateman/P. Fonagy (Hrsg.), *Handbook of Mentalizing in Mental Health Practice*. 2. Auflage. Washington DC, USA: American Psychiatric Publishing.
- Luyten, P./Campbell, C./Allsion, E./Fonagy, P. (2020): The mentalizing approach to psychopathology: State of the art and future directions. *Annual Review of Clinical Psychology* (16): 9.1-9.29.
- Khantzian, E.J. (2003): Understanding addictive vulnerability: An evolving psychodynamic perspective. *Neuropsychanalysis* 5(1): 5-21.
- Maier, L.J./Schaub, M.P. (2015): The use of prescription drugs and drugs of abuse for neuroenhancement in europe: Not widespread but a reality. *European Psychologist* 20(3): 155-166. <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000228>
- Maier, L.J./Liechti, M.E./Herzig, F./Schaub, M.P. (2013): To Dope or Not to Dope: Neuroenhancement with Prescription Drugs and Drugs of Abuse among Swiss University Students. *PLoS ONE* 8(11): e77967. doi:10.1371/journal.pone.0077967
- Merchlewicz, M./Koeppel, A. (2013): Einführung – Begriffsbestimmung. O.S. in: R. Gassmann, M. Merchlewicz, A. Koeppel (Hrsg.), *Hirndoping – der grosse Schwindel*. Weinheim & Basel: Beltz.
- Skriboth, P./Willinger, C. (2008): Beyond The Line – Ein offenes Beratungs- und Betreuungsangebot für KokainuserInnen. O.S. in: *Jahresbericht 2008, Verein Dialog*.
- Uribe-Mariño A./Gassen N.C./Wiesbeck MF./Schmidt M.V. et al. (2016): Prefrontal Cortex Corticotropin Releasing Factor Receptor 1 Conveys Acute Stress-Induced Executive Dysfunction. *Biological Psychiatry*. 80(10): 743-753. doi:10.1016/j.biopsych.2016.03.2106