

Ambulante Suchthilfe und -prävention der Stadtmission Chemnitz e.V.

BASISSEMINAR SUCHT

Marco Dobeck

Glockenstraße 5
09130 Chemnitz

Tel.: 0371/ 4 33 41 80

Fax: 0371/ 43 34 22 21 80

E-Mail: sbb@stadtmission-chemnitz.de

Agenda

1. Was ist Sucht/ Abhängigkeit?
2. Wie und warum wird ein Mensch abhängig?
`Nüchtern betrachtet war es betrunken besser.`
3. Ihre Fragen

Was ist Sucht/ Abhängigkeit?

Begriff und Kriterien

Suchtformen

Suchtformen

stoffungebundene



pathologisches Glücksspiel, Essstörungen,
exzessive Mediennutzung, ...

stoffgebundene



legalisierte



Koffein, Nikotin
Alkohol,
Medikamente, ...



illegalisierte



Kokain, Heroin,
LSD,
Methamphetamin,
...

Drogen

Suchtformen

Unter Sucht bzw. Suchtstörungen werden solche Phänomene zusammengefasst die einhergehen mit

unkontrollierter, selbst schädigender Einnahme psychotroper Substanzen

und/ oder

dem ebenso unkontrollierten, selbst schädigenden Ausführen bestimmter Verhaltensweisen

➤ Sucht ist das unabweisbare Verlangen nach einem bestimmten Gefühls-, Erlebnis- und Bewusstseinszustand.

Man wird nicht von einer Droge abhängig, sondern von dem Gefühls-, Erlebnis- oder Bewusstseinszustand.

Definition Sucht / Abhängigkeit nach ICD 11

Kriterien für das Abhängigkeitssyndrom

- Ein starker bzw. gelegentlich **übermächtige Wunsch** besteht, ein Suchtmittel zu konsumieren
- Eine **verminderte Kontrolle** bezüglich der Konsummenge bzw. Konsumstils besteht
- Fortgesetzter Konsum zur Verhütung von **Entzugssymptomen** stattfindet
- **Toleranz-** und **Dosissteigerung** auftreten
- Zunehmende **Ausrichtung des Verhaltens** auf Substanzkonsum vorhanden ist / Vernachlässigung anderer Interessen
- Konsum fortgesetzt wird trotz **schädlicher** körperlicher, psychischer und sozialer **Folgen**
- **jeweils 2 Kriterien bilden ein Paar/ ist ein Kriterium erfüllt, gilt Paar als erfüllt/ sind 2 von 3 erfüllt dann Diagnose Abhängigkeit**
- **3 oder mehr der folgenden Kriterien müssen innerhalb des letzten Jahres gleichzeitig erfüllt gewesen sein: (alte Definition nach ICD-10 bis 31.12.2022)**

Abhängigkeitssyndrom

- Abhängigkeitssyndrom zu verstehen als **Komplex** von körperlichen, Verhaltens- und kognitiven Phänomenen
- **Konsum** einer Substanz oder Substanzklasse hat für betroffene Person **Vorrang gegenüber anderen Verhaltensweisen**, die früher höher bewertet wurden
- **Toleranzentwicklung**: Abnahme einer Substanzwirkung bei chronischer Zufuhr
- Der Wirkungsabnahme wird durch **Dosiserhöhung** entgegen gewirkt

Differenzierung

Körperliche Abhängigkeit:

- wenn nach Absetzen der Substanz **Entzugssymptome** auftreten (z.B. Tremor, schwitzen/frieren, innerliche Unruhe, Schlafstörung, depressive Verstimmung, Erbrechen, Durchfall)

Psychische Abhängigkeit

- Kognitive Anteile
- Verlust an Selbstkontrolle im Konsummuster (**Kontrollverlust**)
- Unwiderstehliches Verlangen nach der Substanz (**Craving**)

Wie und warum wird ein Mensch abhängig?

Stadien der Entstehung und Aufrechterhaltung
Erklärungsmodell

Aufrechterhaltende Bedingungen

Beispiele

Erfahrungen mit dem Konsum

- Wiederholtes positives Erleben der Substanzwirkung (verstärkt Interesse)
- Lerngelegenheiten, Konsumverhalten zu erlernen
- Gemeinsamer Konsum in peer-group (Anleitung/ Verstärken Konsumverhalten durch Zuwendung und positive Aufmerksamkeit)
- Bestätigung der positiven Wirkungserwartung/ verbesserte Wahrnehmung erwünschter Wirkung

Entstehung und Aufrechterhaltung einer Abhängigkeit

- Vielzahl an Einflussfaktoren bisher ermittelt
- Sucht = biopsychosoziales Phänomen
- multifaktorielle Erklärungsmodelle
- dauerhafter Gebrauch entwickelt sich aus Kombination von Faktorengruppen
- bedingt sich durch individuelles Gefüge von **Risiko- und Schutzfaktoren**

Stadien des riskanten Substanzgebrauchs

Schädlicher Gebrauch/ Missbrauch

Psychische, physische o. soziale Schädigung durch Substanzgebrauch

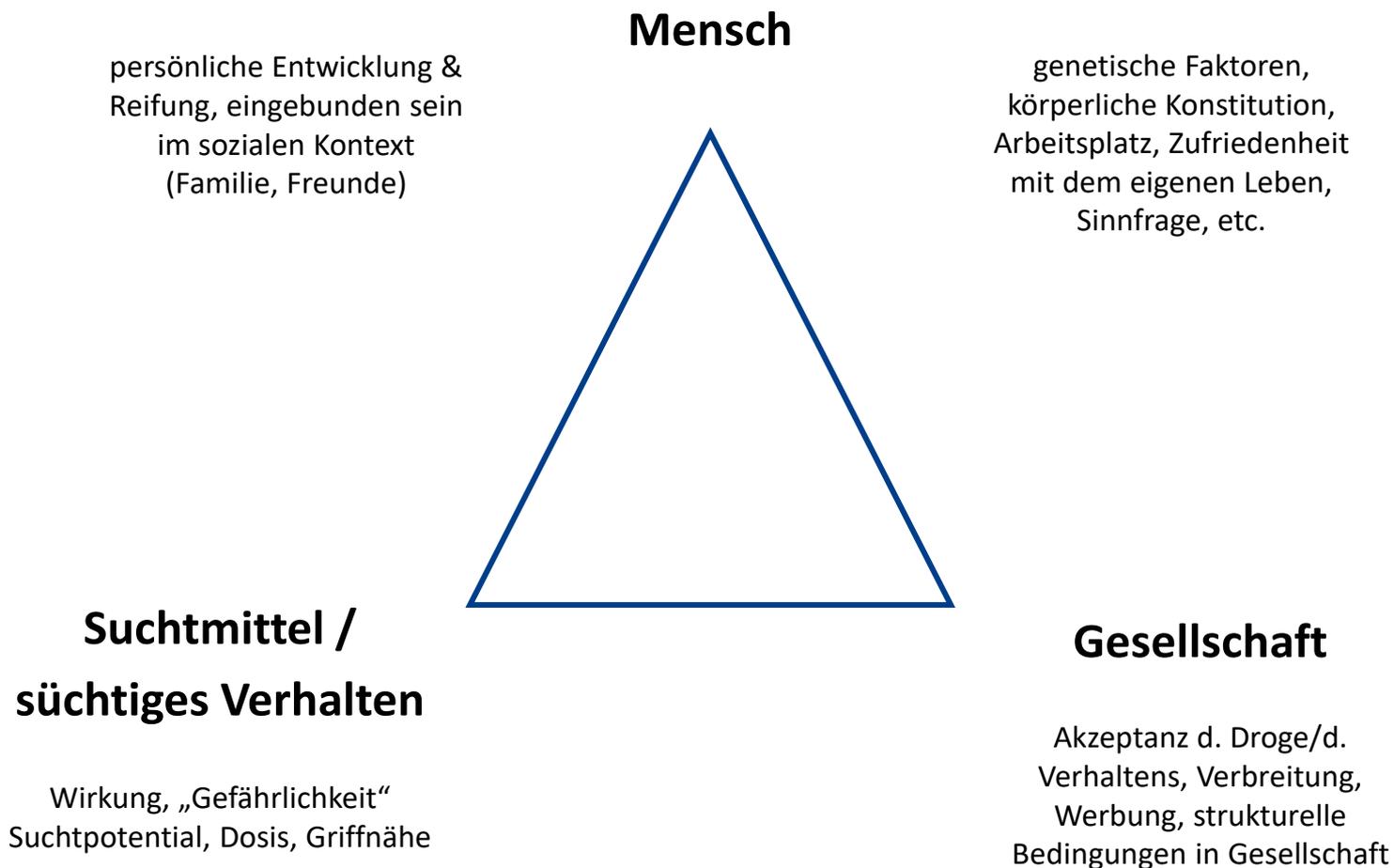
Abhängigkeitssyndrom

➤ Konsummuster entwickeln sich nicht bei jedem gleich!
Verläufe werden von biologischen, sozialen und psychischen Faktoren beeinflusst.

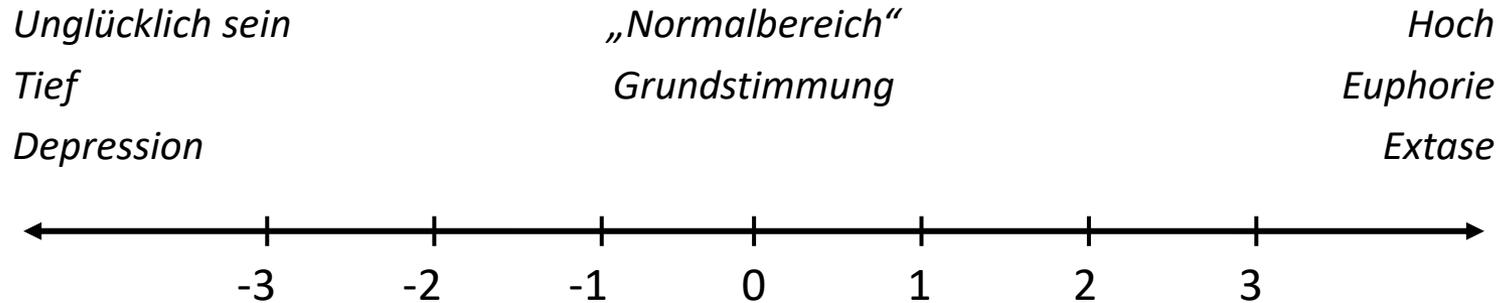
Stadien des riskanten Substanzgebrauchs

Stadium	Merkmale des Kindes bzw. Jugendlichen
1. potenzieller Missbrauch	Herabgesetzte Impulskontrolle Belohnungsaufschub nicht möglich Kommt leicht an Substanz heran Ist von Anerkennung der Peers abhängig
2. Experimentieren	Konsumiert gemeinsam mit Clique Negative Konsequenzen bleiben aus oder werden nicht wahrgenommen Regelmäßiger Konsum Sonstiges Verhalten ist kaum verändert
3. regelmäßiger Gebrauch Die Substanzwirkung suchen	Konsumiert allein Erlebt erste negative Konsequenzen Konsumiert verstärkt (in Häufigkeit und Dosis) Kauft oder stiehlt Substanzen
4. regelmäßiger Gebrauch: ständig an Substanzwirkung denken	Tgl. Konsum Kontrollverlust über Häufigkeit u. Dosis Risiken bei Beschaffung und Konsum Vielfach negative Konsequenzen werden erlebt Entfremdung von Familie und Nichtkonsumenten
5. Substanzgebrauch, um sich normal zu fühlen (in diesen Zusammenhang: Burnout)	Konsumiert polyvalent Erleben von Scham/ Reue/ Depressionen Erleben Abbau körperlicher/ geistiger Leistungsfähigkeit Wird autodestruktiv/ suizidal Risiken bei Beschaffung und Konsum werden in Kauf genommen

Erklärungsmodell: Das Suchtdreieck



Emotionale Ebene der Suchtentwicklung



1. Erste Erfahrungen mit dem Suchtmittel

- Stimmung von Normalbereich in positive Stimmungslage
- nach Abklingen der Wirkung in Normalbereich zurück

2. Gezielter Einsatz des Suchtmittels

- Grundstimmung ohne Suchtmittel tendiert in negativen Bereich
- unter Wirkung des Suchtmittels Verschiebung in den Normalbereich oder
- leicht in positive Stimmungslage

3. süchtiges Konsummuster

- deutlich negative Grundstimmung
- Suchtmittelgebrauch als Versuch, normale Grundstimmung zu erreichen

Ausgewählte Risiko- und Schutzfaktoren bei der Entwicklung substanzbezogener Störungen

Risikofaktoren

- Erziehungsstile
- Missbrauchsverhalten in der Familie
- Disposition (genetische Faktoren)
- Frühe psychische Störung
- Frühes deviantes Verhalten
- Einfluss peer-group
- Verfügbarkeit

Schutzfaktoren

- Optimismus
- Internale Kontrollüberzeugung
- Selbstwirksamkeitserwartung
- Risikowahrnehmung
- Stressbewältigung/Widerstandsfähigkeit
- Kommunikationsfertigkeit
- Verhaltenskompetenz im Umgang mit Substanzen
- Soziale Unterstützung

Risiko- & Schutzfaktoren

Risikofaktoren

- = sind Belastungen, die in den Lebensphasen auftreten können
- Soziale, psychische und körperliche Belastungen führen nicht kausal zu Symptomen oder Auffälligkeiten.
- durch ihre Existenz erhöht sich die Wahrscheinlichkeit dafür

Beispiele

- belastende Lebensereignisse wie Scheidung, Tod eines Angehörigen
- Krankheit
- schwere familiäre Lebensbedingungen
- prekäre Schul- oder Arbeitsbedingungen
- misslingende Persönlichkeitsentwicklung
- ungünstige Wohnbedingungen
- andere psychische oder soziale Belastungen

Risiko- & Schutzfaktoren

Schutzfaktoren oder Ressourcen

= sind personale und soziale Kapazitäten zur Lebensbewältigung
... es wird unterschieden in:

personelle Ressourcen

„die individuell zur Verfügung stehende Handlungskapazitäten der Bewältigung von Lebenssituationen“ (Hurrelmann 1991, S. 93) darstellen.

persönliche Entwicklung, kognitive Faktoren, psychologische Faktoren, verhaltensbezogene Faktoren

soziale Ressourcen

„womit die verschiedenen Unterstützungen aus der sozialen Umwelt und dem Netzwerk der Sozialbeziehungen angesprochen sind, die eine Person zur Verfügung hat oder in Belastungssituationen aktivieren kann“

Co-Abhängiges Verhalten

- Verantwortung für den Abhängigen übernehmen
- dessen Verhalten entschuldigen & rechtfertigen
- Belastungen abnehmen oder ersparen wollen
- Verhalten des Abhängigen kontrollieren
- eigene Bedürfnisse & Gefühle in Bezug auf die Abhängigkeit des anderen verleugnen
- unausgewogene emotionale Situation
- egozentrisches Verschmelzungsbedürfnis
- Verlust der eigenen Moral (Selbstbezug)
- unangemessene starke Außenorientierung
- Beeinträchtigung der eigenen Gesundheit (körperlich/psychisch)

Aufrechterhaltende Bedingungen - Beispiele-

- leichte Verfügbarkeit
- Eltern/ Geschwister als negative soziale Modelle
- Billigende Einstellung der Eltern gegenüber Substanzgebrauch
- Art des Kontrollverhaltens der Eltern und anderen Erwachsenen/ Co-Abhängigkeit
- geringer Bildungsstand/ Arbeitslosigkeit

Besonderheiten des Jugendalters

- Balance von Individuation und Integration -

individuelle Entwicklungsaufgaben

- Individualität entwickeln
- Autonomie
- Selbstfindung
- Selbstverwirklichung
- Geschlechtsidentität
- kulturelle Eigenständigkeit
- Aufbau tragfähiger Beziehungen

gesellschaftlich-soziale Anforderungen

- Ablösung vom Elternhaus
- erfolgreicher Schulabschluss
- Berufsausbildung
- finanzielle Eigenständigkeit
- gesellschaftliche Integration

Fortsetzung folgt...

Basisseminar Hilfesystem

Ihre Fragen

Ursachen und Indikatoren für Gefährdung - im Jugendalter -

- früher Einstieg in den Zigarettenkonsum
- häufiger Drogenkonsum
- misslungene Abstinenzversuche
- auffälliger Drogenkonsum
- Aufenthalt in Freundeskreisen, in denen Drogen konsumiert werden
- Schulschwänzen
- häufige Nicht-Versetzung
- schlechte berufl. Zukunftschancen
- Depressionen
- geringe Anerkennung im Freundeskreis
- wenig Selbstvertrauen
- negative Einstellung zum Körper

Gesundheitsbalance-Modell

nach Hurrelmann / Bründel 1997 (II / II)

