

Fam. Kurs I 01 vom 29.10.01 über  
**Sucht und Suchtverhalten,  
familietherapeutischer Umgang damit**

---

U. Davatz, www.ganglion.ch

**I. Einleitung**

Sucht und Suchtverhalten sind menschliche Verhaltensweisen, welche dem medizinisch-therapeutischen System grosse Sorge bereiten, um nicht zu sagen grossen Frust verursachen, weil sie sich durch notorische „non-compliance“ auszeichnen. Die frustrierten Helfer kann man sehr häufig antreffen im Suchtbereich. Was müssen sie lernen im Umgang mit Suchtpatienten, damit sie nicht zu frustrierten Helfern werden und ihre eigene Gesundheit schädigen.

**II. Wie entwickelt sich Suchtverhalten ?**

- Sucht und Suchtverhalten als eingeübtes Verhaltensmuster entwickelt sich in der Regel in der Pubertät, erst dann kann bzw. muss der Mensch über sein eigenes Verhalten selbst bestimmen.
- Beim Suchtverhalten wird die Abhängigkeit von einer geliebten und auch gebrauchten Bezugsperson ausgetauscht mit einer Substanz oder einem Verhalten.
- Suchtverhalten ist also ein missglückter, nicht ganz vollzogener Ablösungsprozess.
- Die Bezugsperson versteht in der Regel ihre Rolle in diesem Prozess nicht und dem Therapeuten geht es gleich. Sie gehen gegen das Suchtverhalten vor und somit auch gegen den Patienten.
- Dies hat zur Folge, dass der Süchtige die Beziehung zu seiner Bezugsperson noch mehr verliert und somit noch abhängiger vom Suchtmittel bzw. Suchtverhalten wird, ein Teufelskreis.
- Süchtige Menschen können somit nicht ganz autonom, man könnte auch sagen nicht ganz erwachsen werden, sie behalten ihre Abhängigkeit von der Substanz als Krücke.

### III. Was ist Suchtverhalten

- Suchtverhalten ist Befriedigungsverhalten, bzw. ersetzt und verdrängt mit der Zeit alle natürlichen Befriedigungsverhalten.
- Befriedigung erhält der Mensch natürlicherweise über alle möglichen Tätigkeiten und sozialen Interaktionen, wie z.B. Essen, Trinken, Schlafen, Liebe, Sozialkontakt, Lob von einer geschätzten Person, erfolgreiche Problemlösungsstrategien, Anerkennung, sportliche Leistung etc. etc..
- Befriedigungsverhalten löst im Gehirn einen Prozess aus, der mit Endorphinausschüttung einhergeht, dem körpereigenen Morphium.
- Alle Suchtsubstanzen greifen in diesen Mechanismus ein, der auf emotioneller Ebene dann zum Wohlgefühl führt.
- Tiefe Erschöpfung oder Stress können ebenfalls zur Endorphinausschüttung führen, sodass man bei Erfrieren oder Verhungern auch ein Wohlgefühl verspürt.

### IV. Der therapeutische Umgang mit Sucht

- Der Therapeut sowie die familiären Bezugspersonen dürfen niemals die Verantwortung fürs Suchtverhalten übernehmen sonst werden sie zu Co-Süchtigen und verhindern die Autonomie des Patienten.
- Man darf deshalb auch nicht gegen das Suchtverhalten kämpfen, denn sonst trägt man schon die Verantwortung.
- Somit darf man auch nicht enttäuscht sein, wenn ein Rückfall auftritt und diesen als narzistische Kränkung in der eigenen Helferrolle ansehen.
- Man muss eine absolut emotionell neutrale Haltung zum Suchtverhalten haben, damit der Patient die Verantwortung selbst übernehmen kann über sein Verhalten.
- Jegliche Ablehnung gegen das Suchtverhalten wird als Ablehnung gegen die Person empfunden und kann vom Patienten niemals getrennt wahrgenommen werden.
- Rückfälle können sorgfältig miteinander durchgegangen werden, damit der Betroffene etwas daraus lernen kann.
- Die Umstände im Umfeld und im Leben müssen so verändert werden, dass Beziehungen wieder möglich sind, welche dann die Abhängigkeit von der

Substanz ersetzen, sodass die Sucht überflüssig wird, losgelassen werden kann.

- Nimmt die Sucht zur sehr überhand, so muss die ganze Verantwortung für den Süchtigen übernommen werden und die Bedingungen so geschaffen sein, dass er nicht mehr ans Suchtmittel herankommt, d.h. Hospitalisation.
- Anschliessend muss dem Süchtigen wieder die Möglichkeit gegeben werden, Selbstkontrolle zu übernehmen.