

Workshop W6

Detlef Haikalis SCARABÄUS e.V.

Abstinenz vs. Konsumkompetenz

Diskussion gegensätzlicher Denkweisen in der
Suchthilfe

6 Grundannahmen, wieso es zur
Abstinenz keine Alternative gibt:

Ein bisschen süchtig gibt es nicht.

Daher kann es auch nicht ein bisschen
abstinent geben.

Ebenso wenig wie ein bisschen schwanger
oder ein bisschen tot.

Die Sucht ist stärker als du.
Kontrolle kann funktionieren,
geht in der Regel jedoch schief.

Die Illusion eine Ausnahme zu sein ist gefährlich.

Einmal süchtig – immer süchtig.

Wenn du süchtig bist, bleibst du dies
ein Leben lang.

Du kannst mit deiner Sucht nur lernen
zu leben.

(Abstinenz ist die Grundlage förderlicher Lernprozesse)

Es gibt keine Grenze zwischen süchtig und nicht süchtig.

Du merkst es erst, wenn du es bist.

Dann gibt es kein zurück.

Hinsichtlich eines abstinenten Lebens
lässt sich ein Suchtmittel nicht
durch ein anderes ersetzen.

Willst du ein autonomes und
zufriedenes Leben,
hat dein Suchtmittel keinen Platz mehr.

Kontrollierter Konsum bedeutet:

- Kontrolle durch Dritte (betreutes Konsumieren).
- Kontrolle wird einen großen Raum einnehmen.
- Sowohl im Denken als auch im Erleben und im Tun.
- Selbstkontrolle wird versagen.

Kontrollierter Konsum bedeutet auch:

- Fehlende realistische Betrachtungsweise (Selbstbetrug)
- Kontrolle durch Dritte (Fremdbestimmung)
- Gefahr einer Verschlimmerung abseits der Kontrolle
- Abbau von Eigenverantwortung
- Dauerhafter Verbleib im Hilfesystem

Abhängigkeit

WHO-Definition:

...ein Zustand, der dadurch charakterisiert ist, dass ein Mensch trotz körperlicher, seelischer oder sozialer Nachteile ein

- **unüberwindbares Verlangen** nach einer bestimmten Substanz oder einem bestimmten Verhalten empfindet,
- das er **nicht mehr steuern** kann und von dem er beherrscht wird.
- Durch zunehmende Gewöhnung an das Suchtmittel besteht die Tendenz, die Dosis zu steigern.
- Einer Abhängigkeit liegt der Drang zugrunde, die psychischen Wirkungen des Suchtmittels zu erfahren,
- zunehmend auch das Bedürfnis, unangenehme Auswirkungen ihres Fehlens (Entzugserscheinungen wie Unruhe, Schlafstörungen, Kopfschmerzen, Angstzustände, Schweißausbrüche) zu vermeiden.

Abhängigkeit wird heute als Krankheit angesehen.

Daraus folgt:

***wenn eine Steuerung nicht möglich,
das Verlangen unüberwindbar,
dann ist auch kein autonom kontrollierter
Konsum möglich.***

ICD-Code F10-F19

International Classification of Diseases

Psychische und Verhaltensstörungen durch psychotrope Substanzen

Psychische Verhaltensstörungen durch:

- F10.- Alkohol
- F11.- Opioide
- F12.- Cannabinoide
- F13.- Sedativa oder Hypnotika
- F14.- Kokain
- F15.- andere Stimulanzien, einschließlich Koffein
- F16.- Halluzinogene
- F17.- Tabak
- F18.- flüchtige Lösungsmittel
- F19.- multiplen Substanzgebrauch und Konsum anderer psychotroper Substanzen.

Psychische Verhaltensstörungen durch Alkohol:

- F10.0 - Akute Intoxikation [akuter Rausch]
- F10.1 - Schädlicher Gebrauch
- F10.2 - Abhängigkeitssyndrom
- F10.3 - Entzugssyndrom
- F10.4 - Entzugssyndrom mit Delir
- F10.5 - Psychotische Störung
- F10.6 - Amnestisches Syndrom (Gedächtnisstörung)
- F10.7 - Restzustand und verzögert auftretende psychotische Störung
- F10.8 - Sonstige psychische und Verhaltensstörungen
- F10.9 - Nicht näher bezeichnete psychische und Verhaltensstörung

Psychische Verhaltensstörungen durch Opioide:

- Schädlicher Gebrauch
- Abhängigkeitssyndrom
- Entzugssyndrom
- Entzugssyndrom mit Delir
- Psychotische Störung
- Amnestisches Syndrom (Gedächtnisstörung)
- Restzustand und verzögert auftretende psychotische Störung
- Sonstige psychische und Verhaltensstörungen
- Nicht näher bezeichnete psychische und Verhaltensstörung

Fazit:

- Sucht lässt keine Experimente zu.
- Konsequenter kontrollierter Konsum ist illusorisch.

Das bedeutet:

- Im Hinblick auf ein förderliches soziales Leben (Familie, Arbeit, Soziale Kontakte)
Konsequente Abstinenz ist ein autonomer Umgang mit seiner Sucht.

SCARABÄUS

HOHER FLÄMING e.V.



Dem Leben wieder näher!

SCARABÄUS Hoher Fläming e.V.

OT Schmerwitz 37

14827 Wiesenburg / Mark

Tel: 033849 9000-24

Fax: 033849 548-56

www.scarabaeus-schmerwitz.de