

entwicklung verantwortlich gemacht werden. Bei Süchtigen steht am Anfang meistens eine erhöhte Gesamtbelastung, der sie mit den ihnen zur Verfügung stehenden Ressourcen, insbesondere ihrer Konfliktfähigkeit und ihrem Selbstwertgefühl, nicht gewachsen sind. Eine solche zu hohe Belastung führt zu einer Überforderungssituation, und die Suchtentwicklung ist dann der problematische Versuch, weitere Ressourcen zu erschliessen für eine Stabilisierung der Lebenssituation. Am Anfang scheint das auch tatsächlich zu funktionieren: Dank dem Suchtmittel oder Suchtverhalten fühlt sich die Person vorerst besser – bis sie von den zunehmenden Problemen eingeholt wird.

Überforderungssituationen kommen häufig bei Jugendlichen vor, die sich den vielen Entwicklungsaufgaben ihres Alters nicht gewachsen fühlen. Das Suchtproblem ist aber nicht einfach ein Jugendproblem. Auch spätere Lebensphasen (z.B. midlife crisis) können mit einer erhöhten Suchtanfälligkeit einhergehen. Nur ist eine Suchtentwicklung dann oft weniger spektakulär, weil selten illegale Drogen im Spiel sind. Eine Putzsucht oder eine Medikamentensucht kann über lange Zeit heimlich und unauffällig verlaufen und erhält bei weitem nicht soviel Publizität wie eine illegale Sucht.

Sowohl für legale und illegale, heimliche und auffällige Süchte gilt aber:

Lange vor dem Manifestwerden der Sucht sind in der Regel psychische Auffälligkeiten und Störungen im Sozialverhalten als Zeichen einer Überlastung erkennbar und könnten als Signale für die Prävention genutzt werden. ■

Rolf Harten: Sucht, Begierde, Leidenschaft. Annäherung an ein Phänomen. München: Ehrenwirth 1991.

Der Weg in die Sucht:

EINE STETE VERENGUNG DER MÖGLICHKEITEN

■ Interview: Christian Urech

Was ist Sucht, wie entsteht sie? Welche Funktion hat sie für den Süchtigen, welchen «Sinn»? Was für Suchtformen gibt es und wie wirken sie sich aus? Welche Bedeutung hat die Legalität oder Illegalität eines Stoffes für das Suchtverhalten? – Ein Gespräch mit dem Psychologen Eugen Polli, Leiter des Beratungsdienstes für Suchtprobleme in Winterthur.

pro juventute-Thema: Was ist Sucht? Können Sie uns eine Definition geben?

Eugen Polli: Es gibt viele Definitionen. Wir können Sucht zum Beispiel unterteilen in den Bereich «Missbrauch» und den Bereich «Abhängigkeit». Von Abhängigkeit reden wir dann, wenn die Betroffenen beim Absetzen eines Stoffes

Entzugssymptome haben oder eine konstante Steigerung der konsumierten Menge benötigen, um dieselbe Wirkung zu erzielen. Von Missbrauch sprechen wir, wenn eine Substanz zu ungünstigen Zeiten – zum Beispiel Alkohol beim Autofahren – oder der Gebrauch zu persönlichen und sozialen Problemen führt. Die Übergänge vom Gebrauch über die Gewöhnung und den Missbrauch bis zur Abhängigkeit sind fließend und stellen gewissermassen die Stufen dar auf dem Weg in die Sucht. Es muss jedoch betont werden, dass nicht jeder, der gelegentlich einen Stoff mit einem Abhängigkeitspotential konsumiert, auch süchtig wird – das hängt von weiteren Faktoren wie der Persönlichkeit, der Menge und der sozialen Situation ab.

Es wird vom sogenannten «Suchtdreieck» gesprochen, welches die Faktoren Persönlichkeit (psychische Bedingungen), Umwelt und situative Einflüsse berücksichtigt.

Ich würde dieses Dreieck um einen weiteren Faktor ergänzen: die Marktsituation. Um es simpel zu sagen: wenn es für einen Stoff keinen Markt gibt, dann gibt es auch keine Abhängigen von diesem Stoff. Das wird gerne unterschlagen: wegen der legalen Drogen – da wird der Markt toleriert – und weil man nicht weiss, was man gegen den illegalen Drogenmarkt tun kann.

Die tendenzielle Zunahme süchtigen Verhaltens bei Jugendlichen hat natürlich verschiedene Gründe. Einerseits sind Zukunftsangst und Perspektivlosigkeit (zum Beispiel durch Jugendarbeitslosigkeit) nicht folgenlos, andererseits haben auch die Verarmung des Umfelds und mangelnde Freiräume ihre Wirkung auf das Suchtverhalten von Jugendlichen. Noch vor 20, 30 Jahren

Alles kann zum «Sucht-Mittel» werden. Entscheidend ist das «Wie» und «Warum» des Gebrauchs.



gab es für Jugendliche rein räumlich viel mehr Möglichkeiten, sich zu bewegen. Heute müssen sie sich fast zwangsläufig nach innen orientieren – und je nachdem, wieviele Ressourcen ihnen zur Verfügung stehen, kommen die einen oder anderen eben auf Lösungen, die ungünstig sind. Das hat damit zu tun, dass es heute zwar viele Konsummöglichkeiten gibt, dass andere Angebote aber eher rar sind und ein gewisses Mass beispielsweise an Kreativität und an sozialen Fähigkeiten voraussetzen, während der Weg in den Drogenkonsum relativ einfach zu gehen ist. Dazu kommt natürlich der Einfluss der peer-Gruppe. In den jugendlichen Kreisen, in denen Drogen angeboten werden, ist man «etwas Besonderes», wenn man eine bestimmte Substanz konsumiert – es gehört dazu, um dazuzugehören.

Was die Persönlichkeit betrifft, so ist es vor allem die grosse Empfindlichkeit gegenüber frustrierenden Erfahrungen, die für die Suchtgefährdung eine Rolle

zu einem Mittelchen zu greifen. Drogenkonsum hat deshalb auch mit unserer zunehmenden Unfähigkeit des Aushaltenskönnens und -wollens zu tun.

Gilt das, was sie von der Verstärkerfunktion der Drogen gesagt haben, auch für die Süchte ohne Stoff?

Ja. Wir haben natürlich bei den Süchten ohne Stoff die etwas andere Situation, dass kein Mittel da ist, das von aussen in den chemischen Haushalt eingreift. Aber auch bei dieser Form des Suchtverhaltens beobachten wir eine Verengung der Möglichkeiten. Bei der Spielsucht dreht sich schliesslich alles nur noch um die Frage des Spielens und um den Reiz, den das Spielen auslöst – es findet dabei gewissermassen eine innere Auslösung von Suchtstoffen statt. Es gibt Untersuchungen, die besagen, dass durch ein bestimmtes Verhalten – etwa durch exzessives Spielen oder Rennen – im Hirn die Produktion von körpereigenen Drogen ausgelöst wird, zum Beispiel Dopamin oder Endorphine.

Das könnte doch eigentlich auf eine positive Art ausgenützt werden, beispielsweise mittels Meditation.

Natürlich. Ich habe noch nie von «Meditationssüchtigen» gehört (nicht zu verwechseln mit «Meditationsgeschädigten», die es durchaus gibt, z.B. durch falsche Anwendung). Das hat damit zu tun, dass durch Meditation die chemischen Veränderungen im Körper schrittweise, in einem natürlichen Prozess, ablaufen, dass der Körper sich diesen Veränderungen anpassen, sie sich antrainieren kann. Anders bei den Suchtmitteln, die der Körper in seinen Stoffwechsel einbauen muss, um mit ihnen fertig zu werden – wodurch er abhängig wird. Meditation ist ein gutes Beispiel dafür, wie man zu gesteigerten Erlebnissen kommen kann, ohne dass es schlimme Folgen hat. Wobei es sicher sinnvoll ist, wenn man eine gute Begleitung hat.

Es gibt den modischen Trend zu betonen, dass wir ja alle süchtig seien. Diese Haltung hat wohl ihre Berechtigung darin, dass durch sie die Trennung der Menschheit in «Süchtige» und «Nicht-süchtige» relativiert wird. Kann sie aber nicht auch gefährlich sein, indem sie das unterschiedliche Gefahrenpotential der verschiedenen Suchtmittel auf eine allzu simple Art nivelliert?

Genausogut könnte man sagen, die ganze Welt sei irr – was bis zu einem gewissen Grad ja auch stimmt. Es gibt aber solche, die irrer sind als andere – das ist beobachtbar. Und bei der Sucht ist es genauso. Es ist im Grunde genommen eine Definitionsfrage: der Unterschied zwischen «süchtig» und «nicht-süchtig» hängt davon ab, wo man in quantitativer und qualitativer Hinsicht die Grenze zieht. Natürlich kann man sa-

«Den nächsten Planeten bewohnte ein Säufer. Dieser Besuch war sehr kurz, aber er tauchte den kleinen Prinzen in eine tiefe Schwermut. «Was machst du da?» fragte der den Säufer, den er stumm vor einer Reihe leerer und einer Reihe voller Falschen sitzend antraf.

«Ich trinke», antwortete der Säufer mit düsterer Miene.

«Um zu vergessen?» fragte der kleine Prinz.

«Um zu vergessen», antwortete der Säufer.

«Um was zu vergessen?» erkundigte sich der kleine Prinz, der ihn schon bedauerte.

«Um zu vergessen, dass ich mich schäme», gestand der Säufer und senkte den Kopf.

«Weshalb schämst du dich?» fragte der kleine Prinz, der den Wunsch hatte, ihm zu helfen.

«Weil ich saufe!» endete der Säufer und verschloss sich endgültig in sein Schweigen.

Und der kleine Prinz verschwand bestürzt.

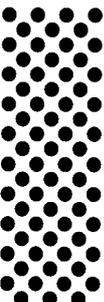
Die grossen Leute sind entschieden sehr, sehr wunderbar, sagte er zu sich auf seiner Reise.

Antoine de Saint-Exupéry, Der kleine Prinz.

gen, dass wir alle süchtig sind. Das ist aber letztlich nicht sehr sinnvoll. Immerhin stellen wir ganz klare Unterschiede fest zwischen einem stark süchtigen Alkoholiker, der unter Umständen seinen Körper, seinen Geist und sein Leben ruiniert, und jemandem, der ab und zu ein Glas Wein trinkt. Es ist ungünstig, diese Grenze zu verwischen, weil es uns dadurch verunmöglicht wird, gezielt zu helfen – ohne natürlich, was häufig damit verbunden ist, moralische Wertungen vornehmen zu wollen.

Es ist also eine Frage des Masses, ob man von einer Sucht sprechen kann und ob ein Hilfebedarf besteht?

Ja. Noch ein paar Worte zur qualitativen Unterscheidung der verschiedenen Suchtstoffe. Es gibt auf der einen Seite die hirntoxischen Substanzen wie Kokain und Alkohol, die ich für besonders gefährlich halte, eben gerade weil sie das Hirn schädigen und der Mensch sich doch in erster Linie im Hirn lokalisiert. Und dann gibt es Substanzen, die durch ein hohes Suchtpotential auffallen wie das Heroin, das aber nicht hirntoxisch ist. Andere Formen stoffgebundenen Suchtverhaltens wiederum schädigen den Körper wie zum Beispiel das Rauchen. Auch Kaffee und Tee enthalten im Grunde genommen drogenähnliche



«Die Übergänge vom Gebrauch über die Gewöhnung und den Missbrauch bis zur Abhängigkeit sind fließend und stellen gewissermassen die Stufen dar auf dem Weg in die Sucht.»

spielt. Das gilt vor allem für jene Süchtigen, die eine «beruhigende» Substanz wie Heroin oder Alkohol konsumieren. Wenn jemand vor allem Anregung sucht, wird er eher zu stimulierenden Substanzen wie Amphetamin oder Kokain greifen, um so die innere Leere zu füllen.

Ich habe gelesen, Sucht sei ein missglückter Selbstheilungsversuch.

Ja, das könnte man so sagen. Ich möchte noch einen anderen Aspekt betrachten. Der Einsatz von Suchtmitteln ist immer der Versuch, im Inneren etwas zu verringern oder zu verstärken, indem von aussen etwas zugeführt wird: die Ekstase zu vergrössern zum Beispiel oder den Frust zu verkleinern. In diesem Sinn könnte man den Suchtmittelkonsum als Versuch bezeichnen, zu einer Instant-«Lösung» zu kommen. Wir sind es gewohnt, bei jedem Problem – sei es körperlicher oder seelischer Art – sofort

Anmerkung: Eugen Polli ist Mitautor des Beobachter-Ratgebers «Sucht. Hilfe für Süchtige und ihre Angehörigen». Beachten Sie den Hinweis auf Seite 40.

Substanzen (Coffein und Tein), die aber vergleichsweise harmlos sind (wobei es über die Schädlichkeit des Coffeins unterschiedliche Meinungen gibt).

Bei der Sucht ohne Stoff gibt es natürlich keine Hirntoxizität, hingegen lassen sich ebenfalls körperliche Schädigungen als Wirkung dieses Verhaltens feststellen, wie etwa im extremen Fall des Arbeitssüchtigen, der auch nach dem zweiten Herzinfarkt noch nicht zurückstecken kann. Auch bei diesen Suchtformen gibt es also das Kriterium der Gefahr körperlicher Schädigung – einmal abgesehen von den sozialen Folgen, etwa für Angehörige und Familienmitglieder. Nehmen Sie die Bulimie (Ess-Brech-Sucht) oder die Anorexie (Magersucht): beide können, wie die Heroin- und Kokainsucht, mit dem Tode enden. Von den Auswirkungen her kann man da also eigentlich keine Unterscheidung treffen – höchstens in bezug auf das spezifische Gefahrenpotential. Natürlich spielt auch das Einnahmesetting, die Bedingungen, unter denen ein Stoff eingenommen wird, eine Rolle.

Und dann gibt es ja auch Suchtformen – wie zum Beispiel die Fernsehsucht –, bei denen die Folgen vielleicht nicht so klar definierbar sind, weil sie nicht nur über das Individuum laufen, sondern auch gesellschaftlich Auswirkungen haben.

Richtig. Als weitere Beispiele fallen mir die Computerstüchtigen ein, die nicht mehr vom Bildschirm wegzubringen sind, wodurch das Familienleben schliesslich total am Boden liegt.

Kann man es vielleicht so sagen: Sucht besteht in einer Verengung des Blickwinkels?

...in der Verengung des Interesses, in seiner Fixierung auf einen Punkt. Diese Verengung finden Sie bei allen Süchtigen. Ein ganz klares Merkmal der Sucht ist die Verarmung der Möglichkeiten.

In gewissem Sinn ein Zwangsverhalten...

Ja, Sucht hat etwas mit Zwang zu tun, ganz klar.

«Es ist das Hirn, welches die Wirkung produziert»

Früher (und zum Teil heute noch in anderen Kulturen) war der Gebrauch von Drogen oftmals eingebunden in religiöse Rituale. Ich kann mir vorstellen, dass es einen ziemlichen Unterschied macht, ob man eine berauschende Substanz als etwas Religiöses betrachtet oder als reines Konsummittel.

Die Erwartung, die man von der Wirkung eines Suchtmittels hat, spielt im Grunde die viel grössere Rolle als das Suchtmittel selbst. Versuche bei Alkoholikern haben ergeben, dass sie Substanzen ohne Alkohol, die geschmacklich gleich gehalten wurden wie alkoholische Getränke, nicht von diesen unterscheiden konnten. Mehr noch: die Leute gaben den Substanzen ohne Alkohol sogar den Vorzug und wurden von ihnen subjektiv stärker berauscht als jene, die alkoholische Getränke konsumiert hatten. Die Wirkung von Drogen hängt entscheidend davon ab, was kulturell in ihnen und durch sie gesucht wird. Wenn zum Beispiel mystische Ekstase oder grössere Göttlichkeitsnähe angestrebt werden, dann bewirkt die Droge diese Dinge auch, einfach deshalb, weil das Hirn dazu den Auftrag gibt. Es ist das

«Die Wirkung von Drogen hängt entscheidend davon ab, was kulturell in ihnen und durch sie gesucht wird.»

Hirn, welches die Wirkung «produziert». Die Substanz selbst ist nur der Träger. Dazu gibt es eine Menge Forschungsmaterial. Beispielsweise wurden Leute informiert, dass Heroin so und nicht anders wirke. Diese Leute hatten genau die beschriebene Wirkung, obwohl diese vom Heroin her gar nicht gegeben ist.

Eine Art Placeboeffekt?

Ein Super-Placeboeffekt; ein gerichteter Placebo-Effekt mit einer hohen Potenz.

Wie wirkt sich die Legalität oder Illegalität eines Stoffes auf das Suchtverhalten aus? Konkret: fördert oder vermindert Ihrer Ansicht nach der Umstand, dass eine Substanz legal oder illegal konsumiert wird, die Suchtgefahr?

Die wissenschaftlichen Ergebnisse sind ganz klar. Man kennt ja viele Beispiele von Substanzen, die früher einmal verboten waren und heute zu unserem Alltag gehören – Kakao etwa oder Kaffee, Tabak, Alkohol während der Prohibitionszeit. Man hört immer wieder dasselbe Märchen, nämlich dass in der Prohibitionszeit mehr Alkohol getrunken worden sei als nachher. Das ist schlicht nicht wahr. Wenn ein Stoff legalisiert wird, dann wird mehr von diesem Stoff konsumiert. Allerdings ist der

Suche und Sucht

Auch bei den Süchten ist das zentrale Problem die Flucht. «Sucht» hängt nicht nur sprachlich mit «Suchen» zusammen. Alle Süchtigen suchen etwas, machen jedoch auf ihrer Suche zu früh halt und bleiben so auf einer Ersatzebene stecken. Suchen sollte zum Finden führen und dadurch erlöst werden.

Alle grossen Helden aus Mythologie und Literatur sind auf der Suche – Odysseus, Don Quichotte, Parzival, Faust –, doch sie hören nicht auf zu suchen, bis sie gefunden haben. Die Suche führt den Helden durch Gefahr, Wirrsal, Verzweiflung und Dunkelheit. Doch wenn er findet, lässt ihn das Gefundene alle Anstrengungen nichtig erscheinen. Jeder Mensch ist auf der Irrfahrt und wird dabei zu den eigenartigsten Gestaden der Seele verschlagen – doch er sollte nirgends hängen- und haftenbleiben, sollte

nicht aufhören zu suchen, bis er gefunden hat.

«Suchet, und ihr werdet finden...», heisst es im Evangelium. Wer sich aber von den Prüfungen und Gefahren, den Mühen und Wirrnissen des Weges abschrecken lässt, wird süchtig. Er projiziert das Ziel seiner Suche auf etwas, was er auf dem Weg bereits gefunden hat, und beendet seine Suche. Er verleibt sich sein Ersatzziel ein und wird nicht satt. Den Hunger versucht er durch immer mehr der «gleichen» Ersatznahrung zu stillen und bemerkt dabei nicht, dass mit dem Essen der Hunger wächst. Er ist süchtig geworden und gesteht sich nicht ein, dass er sich im Ziel geirrt hat und dass er weiter suchen müsste. Angst, Bequemlichkeit und Verblendung halten ihn fest. Jedes Verweilen auf dem Weg kann süchtig machen. (...)

Alle Formen machen süchtig, wenn

man sie nicht durchschaut: Geld, Macht, Ruhm, Einfluss, Wissen, Vergnügen, Essen, Trinken, Askese, religiöse Vorstellungen, Drogen. Was immer es ist – alles hat seine Berechtigung als Erfahrung, und alles kann zum Suchtmittel werden, wenn wir versäumen, uns davon wieder zu lösen. (...) Nicht die Suchtmittel sind das Problem, sondern unsere Bequemlichkeit beim Suchen. Die Betrachtung der Suchtmittel zeigt uns bestenfalls das dominante Thema, nach dem sich ein Mensch sehnt. Dabei wird unser Blick leicht einseitig, wenn wir die kollektiv akzeptierten Suchtmittel (Reichtum, Fleiss, Erfolg, Wissen etc.) aus dem Auge verlieren. *Thorwald Dethlefsen/Rüdiger Dahlke, Krankheit als Weg. Deutung und Bedeutung der Krankheitsbilder. Goldmann-Taschenbuch.*

Schaden der kleineren Menge, die in prohibitiven Systemen konsumiert wird, wesentlich grösser, weil die Ware zum Beispiel nicht sauber ist oder unter unhygienischen Bedingungen abgeben wird. In der Prohibitionszeit gab es Leute, die blind wurden, weil sie Methylalkohol getrunken hatten – das gab es nachher nicht mehr, als der Alkohol frei bezogen werden konnten.

Ähnlich, wie es heute noch in Indien ist...

Richtig, ja. Und ähnlich, wie es bei uns in der illegalen Drogenszene ist, wo das Heroin mit weiss der Teufel was gemixt wird. Tatbestand ist aber: wenn Sie das Heroin freigeben, wird die Konsummenge zunehmen. Das lehrt die Erfahrung. Der durch den Konsum verursachte Schaden wird dagegen abnehmen.

Ein Dilemma...

Es ist ein echtes Dilemma, ja. Ich denke deshalb, dass mit Extremlösungen nie Sinnvolles erreicht wird. Man wird einen Mittelweg wählen müssen. Für die, die bereits abhängig sind, werden andere Lösungen gefunden werden müssen als für die Einsteiger. Mit dieser Differenziertheit hat die Bevölkerung offensichtlich Mühe. Aber es gibt keine generellen Lösungen für so komplexe Probleme. Einfachlösungen kann man zwar gut postulieren, aber sie stimmen nie.

«Nicht alle Konsumenten werden abhängig»

Hat die Art der Drogen, die Jugendliche vor allem konsumieren, etwas zu tun mit dem Drang dieses Alters, Grenzerfahrungen zu machen, auszureizen, wieweit man gehen kann?

Früher hat man, etwas simpel gesagt, die jungen Leute nach Amerika «zu neuen Ufern» geschickt, damit sie etwas erleben, ihren jugendlichen Abenteuerdrang ausleben konnten. Heute werden Grenzerfahrungen in der Tat zum Teil im Drogenkonsum gesucht. Einige überleben dieses «Experiment» allerdings nicht, andere tragen massive Schädigungen davon.

Existiert also so etwas wie ein «entwicklungspsychologischer Aspekt» des Drogenkonsums? Es gibt den Begriff des «Aging out», des «Herausalters» aus dem Konsum illegaler Drogen.

Ja. Die Abhängigen machen ja nicht den Hauptteil der Konsumenten aus. Viel häufiger sind jene, die eine illegale Substanz vielleicht zwei, drei Mal konsumieren und dann die Finger davon lassen. Wenn zum Beispiel in den Medien von Drogenkonsumenten gesprochen wird, dann meist mit Blick auf die marginalisierte Gruppe der körperlich abhängigen Schwersüchtigen. Das gibt

ein falsches Bild. Die verwehrtesten Schwersüchtigen sind nur die Spitze des Eisbergs.

Mit den Schwersüchtigen allein lassen sich die Umsatzzahlen im Drogengeschäft nicht erklären...

In der Tat. Man darf nicht vergessen: der Drogenhandel ist das zweitgrösste «Unternehmen» der Welt! – Es ist ja auch bei den Spielern so: man beachtet die auffälligen Spieler und übersieht den grossen Rest der Gelegenheitspieler genauso, wie man die Gelegenheitskonsumenten welcher Suchtmittel auch immer übersieht. Wie schon gesagt: nicht jeder Konsument, nicht jede Konsumentin wird auch abhängig. Das ist ein Märchen. Der Übergang zwischen nichtsuchtigem und süchtigem Verhalten ist fliessend.

Könnte man die Palette von gelegentlichen Konsumenten und Konsumentinnen bis hin zu den Schwersüchtigen graphisch als Pyramide darstellen?

Ich denke, ja. Gerade deshalb ist es ja sinnvoll, süchtiges von nichtsuchtigem Verhalten definitorisch zu unterscheiden. Ich glaube nicht an eine suchtmittelfreie Gesellschaft, zumindest nicht bei uns im zentraleuropäischen Raum – selbst wenn wir uns das wünschen.

Gibt es Hinweise auf frühkindliche Prägungen von Suchtverhalten? Gibt es für Eltern Erziehungsmöglichkeiten, eine Suchtgefahr bei ihren Kindern zu reduzieren?

Darüber gibt es in der Wissenschaft verschiedene Meinungen. Zwillingsstudien lassen den Schluss zu, dass Suchtverhalten nicht direkt vererbt wird, dass aber wohl Dispositionen dazu weitergegeben werden. Natürlich spielt das Vor-

bild der Eltern eine ganz entscheidende Rolle. Wenn die Eltern rauchen und trinken, ist es für ihre Kinder relativ nahelegend, zu Cannabis oder Heroin zu greifen, also im Grunde das elterliche (Flucht-)Verhalten zu kopieren, sich aber gleichzeitig davon abzugrenzen, indem eben zu illegalen Substanzen gegriffen wird. Das Hauptmittel, um die Suchtgefahr bei ihren Kindern zu reduzieren, besteht meiner Meinung nach für Eltern darin, ihnen ein möglichst vielfältiges Leben zu bieten und auf emotionaler Ebene möglichst zugänglich für sie zu sein. Ein einmaliger Drogenkontakt kann damit möglicherweise zwar auch nicht verhindert werden – da ist der Einfluss der peer-Gruppe wahrscheinlich grösser als der der Eltern –, aber ein späterer dauernder Suchtmittelkonsum (oder sonst ein selbstschädigendes Verhalten) wird unwahrscheinlicher. Allerdings: die Gefährdung kann wohl verkleinert, aber nie ganz beseitigt werden. Selbst wenn das Elternhaus die optimalsten Voraussetzungen bietet, kann das Kind einmal abhängig werden. Es fällt jedoch auf, dass Menschen, die aus broken home-Familien kommen, häufiger in der (legalen oder illegalen) Suchtszene vertreten sind als andere.

Welches sind die Möglichkeiten und Grenzen der Suchtprophylaxe?

Um es pointiert zu sagen: eine Suchtprophylaxe, die diesen Namen verdient, müsste bei den legalen Süchten beginnen – denn diese sind die «Hauptsüchte» in unserer Gesellschaft. Man braucht bloss die Zahlen zu vergleichen: 6000 - 7000 Todesfälle durch Alkohol und Tabak gegen etwa 400 Tote durch illegale Drogen, vor allem Heroin. Das Problem ist nur: die legalen Drogen werden bei uns hergestellt, und zwar nicht gera-

«Das Hauptmittel, um die Suchtgefahr bei ihren Kindern zu reduzieren, besteht meiner Meinung nach für Eltern darin, ihnen ein möglichst vielfältiges Leben zu bieten und auf emotionaler Ebene möglichst zugänglich für sie zu sein.»



de in kleinen Mengen. Sie werden sogar vom Staat subventioniert. Nehmen wir zum Beispiel den Wein: er wird im Rebbaubau subventioniert, bei der Lagerung und schliesslich noch einmal beim Vertrieb. Beim Tabak haben wir eine ähnliche Situation. Wenn das Problem nicht an der Wurzel gepackt werden kann, bleibt für die Suchtprophylaxe eigentlich nur noch der Weg der Aufklärung, deren Wirkung sehr beschränkt und zum Teil schlecht belegt ist. Meiner Meinung nach müssten die legalen Suchtmittel massiv verteuert werden, bis das durch sie verursachte Schadenpotential gedeckt wäre. Zudem sollten die Bezugsmöglichkeiten reduziert werden. Zu Alkohol kommt man ja heute leichter als zu Brot.

Sie schlagen also ein ähnliches Vorgehen wie in gewissen skandinavischen Ländern vor?

Es geht in diese Richtung. Ich bin nicht für Extrem Lösungen, und ein Verbot halte ich für ungünstig. Aber ich bin davon überzeugt, dass durch eine solche Verteuerung und die Erschwerung der Bezugsmöglichkeiten eine Konsumsenkung von etwa einem Drittel und eine Halbierung der Anzahl Todesopfer erreicht werden könnte.

Solche Massnahmen würden aber wahrscheinlich am Widerstand in Politik und Wirtschaft scheitern.

Das ist leider anzunehmen.

Alles ersetzbar?

Wie können Kinder und Jugendliche lernen, zu sich selbst Sorge zu tragen?

Erstens: Wir überhäufen Kinder und Jugendliche derart mit materiellen Dingen, dass sie nicht mehr lernen können, sorgsam mit diesen umzugehen. Das hat eine Rückwirkung auf ihren Umgang mit sich selbst. Damit sind wir bei der Problematik der Konsumgesellschaft. Alles ist ersetzbar, zumindest in der Vorstellung – und das stimmt eben beim Körper nicht. Aber diese Erfahrung macht man dann meistens zu spät. Das zweite, was mir zu diesem Thema in den Sinn kommt, ist die mangelnde Konfliktfähigkeit – etwas, das neben der Familie vor allem in der Schule trainiert werden müsste. Es ist erschreckend, wie wenig in dieser Hinsicht geschieht. Da wird eigentlich alles andere gelernt als Konfliktfähigkeit und solidarisches Verhalten. Es wird gelernt, wie ich den anderen übervorteile, besser ankomme beim Lehrer oder der Lehrerin usw. Das hat Folgen. Gerade jetzt, in Zeiten der Rezession, bekommt diese Konkurrenz- und Kampfhaltung noch zusätzliches Gewicht und führt zu einem rücksichtslosen Verhalten gegen andere, aber auch gegen sich selbst. ■

Wenn etwas Neues beginnen soll:

KRITISCHE ÜBERGÄNGE UND IHRE BEDEUTUNG FÜR DIE SUCHTENTWICKLUNG

■ Antonio Gattoni, Zürich

Auf der Suche nach einem Wort, welches unser Zeitalter am prägnantesten umschreibt, fällt mir das Wort «Übergang» ein. Übergang bezeichnet eine Phase, in der etwas Bestehendes aufgegeben oder wesentlich verändert wird und etwas Neues im Aufbau steht. Wir leben heute in einer Zeit der kritischen Übergänge, in der die grossen traditionellen «Sicherheitssysteme» der Gesellschaft nach dem alten Muster nicht mehr funktionieren, aber noch keine gefestigten alternativen Systeme da sind, die als Ersatz dienen könnten.

Die bürgerliche Familie als «Keimzelle der Gesellschaft» hat sich in vielfältige Lebensformen mit verschiedenen Personenkonstellationen auseinanderdividiert, die traditionellen Religionen verlieren ihre Klientel an neu religiöse Bewegungen, fundamentalistische Gruppen, esoterische Zirkel, Sekten usw. und selbst die politischen Systeme mit ihrer Parteienstruktur kranken am politischen Desinteresse der Bürger/innen. Der Zerfall der alten Ordnung hängt u.a. mit der Unfähigkeit oder Starrheit der alten Systeme zusammen, sich an neue Gegebenheiten anpassen zu können, und hat zu einer breiten Individualisierung der Wertvorstellungen geführt.

Für den Einzelnen ist die Freiheit scheinbar grösser geworden. Gleichzeitig hat aber die Verunsicherung zuge-

nommen, da mit mehr Wahlmöglichkeiten die Angst grösser wird, sich falsch zu entscheiden oder nicht entscheiden zu können. Wo früher kollektive Lebenspläne und gesellschaftliche Regeln für den Einzelnen bestanden, kritische Übergänge zu meistern (der Sohn übernimmt den Beruf des Vaters, Hochzeit, Taufe usw.), sind diese in unserer Zeit einer Vielfalt von Lebensplänen gewichen. Die aktuelle Gesundheitsforschung weist im Zusammenhang mit dem heute fehlenden Bezugs- und Sicherheitsnetz auf die Bedeutung psychosozialer Risiken für das psychische und körperliche Wohlbefinden (Gesundheit) des Einzelnen hin. So sind Leute, die in kritischen Lebensphasen vor schwierigen Neubestimmungen stehen oder solche, die mit unvorhersehbaren belastenden Lebensereignissen (Krankheit, Trennung, Tod) umgehen müssen, besonders gesundheitsgefährdet.

Als kritische Phasen der Individualentwicklung gelten Übergänge zwischen verschiedenen Lebenszyklen wie Kindheit und Jugend, Jugend und Erwachsensein oder zwischen verschiedenen gesellschaftlichen Funktionen wie der Übertritt von zu Hause in die Schule, von der Schule in die Arbeitswelt, von der Arbeitswelt in die Pension. Nicht selten führen solche Übergänge zu Unsicherheiten bezüglich der eigenen Identität. Der Begriff Identität wurde in der Psychologie lange Zeit als eine gewachsene innerpsychische Grösse im Sinne von Einheit und Kontinuität der eigenen Existenz verstanden (Erikson). Im Zuge neuerer sozialpsychologischer Theorien ist das eher statische Konzept einer mehrdimensionalen Selbstdefinition (verschiedene Persönlichkeitsdimen-

Antonio Gattoni ist zuständiger Mitarbeiter bei der Pro Juventute für den Bereich Gesundheit, Drogen, Religion.