



Wenn Sehnsucht süchtig macht: Sucht als Lösungsstrategie

ExpertInnen aus Seelsorge, Beratung und Medizin erläuterten bei einer Pressekonferenz am 5. Oktober 2020 im OÖ. Presseclub Risikofaktoren für bzw. Auswirkungen von Suchterkrankungen – sowohl auf die Betroffenen als auch auf deren Umfeld.

Alkohol-, Medikamenten- und Drogenabhängigkeit sowie Kauf-, Spiel- und Internetsucht: Suchterkrankungen betreffen nicht nur die Erkrankten, sondern auch deren soziales Umfeld. Probleme innerhalb der Familie oder am Arbeitsplatz sind häufig die Folge.

Doch unter welchen Faktoren wird die Sehnsucht zur Sucht? Wie können Risikogruppen rechtzeitig identifiziert und Betroffenen Hilfe angeboten werden? Mit welchen Auswirkungen ist zu rechnen? Und welche Rolle spielt die Corona-Krise dabei? Diesen Fragen gingen ExpertInnen aus Medizin, Beratung und Seelsorge bei einer Pressekonferenz am 5. Oktober 2020 im OÖ. Presseclub auf den Grund, darunter Prim. Dr. Kurosch Yazdi (Klinikzentrum Psychiatrie am Kepler Universitätsklinikum), Mag.^a Ulrike Kneidinger-Peherstorfer (SPIEGEL-Elternbildung), Josef Hölzl, MSc (**BEZIEHUNGLEBEN.AT**) sowie Mag.^a Silvia Breitwieser (TelefonSeelsorge OÖ – Notruf 142). Anlässlich des Welttages der seelischen Gesundheit am 10. Oktober nahmen sie Suchterkrankungen genauer unter die Lupe.

Suchtverhalten erkennen

Die Herausforderung besteht vor allen Dingen darin, tatsächliches Suchtverhalten zu identifizieren, denn: „Die Grenzen zwischen normalem Konsum zu übermäßigem Konsum bis hin zur Suchterkrankung sind fließend“, betonte **Prim. Dr. Kurosch Yazdi**, Vorstand der Klinik für Psychiatrie mit Schwerpunkt Suchtmedizin und Leiter des Klinikzentrums Psychiatrie am Kepler Universitätsklinikum. „Häufig werden Suchtmittel – Substanzen oder auch bestimmte Verhaltensweisen beim Glücksspiel – benutzt, um kurzfristig seelischen Stress erträglicher zu machen“, erklärte der Experte.

Stress stellen zum Beispiel starke Arbeitsbelastung, konflikthafte familiäre Situationen, finanzielle Sorgen sowie Einsamkeit, Depression und Ängste dar – all diese Faktoren begünstigen das seelische Ungleichgewicht und können in eine Suchterkrankung münden. „Häufig erkennt der/die Betroffene die Tragweite des übermäßigen Konsums nicht“, warnt Yazdi. Er rät dem sozialen Umfeld dazu, das Thema wertschätzend, aber konkret anzusprechen.

Zur Prävention von Suchterkrankungen äußerte sich **Mag.^a Ulrike Kneidinger-Peherstorfer**, Leiterin von SPIEGEL-Elternbildung, einem Geschäftsfeld des Katholischen Bildungswerks Oberösterreich. Sie hob die Bedeutung von Familienstrukturen hervor. „Positive Beziehungserfahrungen und dadurch eine sichere Bindung zu den Bezugspersonen bilden die Basis für die Entwicklung des Selbstwertgefühls, der Selbstwirksamkeit und des Selbstvertrauens“, so Kneidinger-Peherstorfer.

„Reden hilft!“

Auf das soziale Umfeld verwies auch **Josef Hölzl, MSc**, Referent für Beratung bei **BEZIEHUNGLEBEN.AT** und bei der Männerberatung der Diözese Linz. „Vor allem Angehörige bzw. LebenspartnerInnen kommen in die Beratung, weil sie mit der Belastung eines von Sucht Betroffenen im familiären Umfeld nicht mehr leben können oder wollen“, schilderte Hölzl.

Tatsächlich würden viele Menschen, die sich an die Beratungsstelle wenden, das erste Mal über ihre Probleme sprechen. „Reden hilft“, bekräftigte Hölzl. Darüber hinaus appelliert er an Betroffene, Rückhalt bei Freunden bzw. der Familie zu suchen.

Herausforderung Corona-Krise

Besonders in Krisenzeiten sind Menschen mit einer Suchterkrankung gefordert, Rückfälle in die Sucht zu verhindern, unterstrich **Mag.^a Silvia Breitwieser**, Leiterin der TelefonSeelsorge OÖ – Notruf 142. Seit März führten die BeraterInnen der TelefonSeelsorge OÖ viele Beratungsgespräche am Telefon, via Mail und Chat, in denen das Thema „Sucht“ eine Rolle spielte.

Bei vielen sei das Suchtmittel damit assoziiert, in schwierigen Situationen Stress und negative Emotionen zu reduzieren – sei es der Griff zum Alkohol, Medikamenten oder Drogen oder das exzessive Spielen und Kaufen. „Suchtmittel sind aber ein schlechter Ratgeber bei Sorgen“, hob die Leiterin der TelefonSeelsorge hervor, denn diese „können nur kurzfristig Stress minimieren, führen mittel- und langfristig aber zu noch größeren Problemen“. Wesentlich sei, den Ursachen des jeweiligen Suchtverhaltens auf den Grund zu gehen. „Hinter jeder Sehnsucht steckt ein Suchen und ein Sehnen“, erklärte Breitwieser.

Aus diesem Grund sei es wichtig, sowohl eigene Risiko-, aber auch Schutzfaktoren gut zu kennen, ist Breitwieser überzeugt. „Für Betroffene von Suchterkrankungen und deren Angehörige kann dieses Wissen dafür genutzt werden, die eigene Krisenfestigkeit zu stärken und gut gerüstet durch die Krise zu kommen.“

Im Anhang befinden sich die Statements von Prim. Dr. Kurosch Yazdi, Mag.^a Ulrike-Kneidinger-Peherstorfer, Josef Hölzl, MSc und Mag.^a Silvia Breitwieser.

Foto: © Diözese Linz (honorarfrei)

V. l.: Prim. Dr. Kurosch Yazdi (Klinikzentrum Psychiatrie am Kepler Universitätsklinikum), Mag.^a Ulrike Kneidinger-Peherstorfer (SPIEGEL-Elternbildung), Josef Hölzl, MSc (**BEZIEHUNGLEBEN.AT**) und Mag.^a Silvia Breitwieser (TelefonSeelsorge OÖ – Notruf 142)