

Mensch SUCHT Leben: 3. Fachtagung dreier Suchtfachkliniken der Deutschschweiz

Ich & die Abhängigkeit – Wege zur Identitätssensiblen Suchttherapie?

In der Therapie mit suchtbetroffenen Menschen sind die Beziehungsgestaltung und ein verständnisvoller Umgang mit der Lebenswelt des Gegenübers entscheidend. Doch was bedeutet es, jemandem adäquat zu begegnen? – Die Fachtagung ging der Frage nach, warum es für Fachpersonen wichtig ist, andere Lebenswelten zu verstehen. Träger der neulichen Veranstaltung in Bern waren die Forel Klinik, Klinik Im Hasel und Klinik Südhang.

Die Einflüsse liegen unter Umständen ausserhalb unseres eigenen Erfahrungsraums und unserer Identität – z.B. im Kontext von Migration, Jugendkultur oder queerer Lebensrealität. Jeder Mensch ist untrennbar Teil eines sozialen und kulturellen Systems, das Denken und Verhalten und damit die Identität prägt. Wer Beziehungen professionell gestaltet, muss dieses System mitdenken. An der Tagung in Bern ging es um folgende Themen:

- Wie wirken sich stereotype Zuschreibungen auf unsere Wahrnehmung aus?
- Warum kann ein fehlender Kontext zu Fehlbehandlungen führen?
- Wie begegnen wir anderen Lebenswelten ohne unangebrachte Pathologisierung?
- Welche Kompetenzen brauchen wir, um gesellschaftliche Vielfalt als Ressource in der Therapie zu nutzen?

Identität – was ist das?

Diese Frage stellte PD Dr. med. Dr. phil. Daniel Sollberger, Stv. Ärztlicher Direktor Erwachsenenpsychiatrie Baselland und Chefarzt SPP. Er zitierte den Philosophen John Locke, der bereits 1694 schrieb: «Das Bewusstsein begleitet stets das Denken und macht jeden zu dem, was er ‚Selbst‘ nennt und unterscheidet ihn dadurch von allen anderen denkenden Wesen; darin allein besteht die persönliche Identität, d.h. die Gleichheit eines vernunftbegabten Wesens; und soweit sich dieses Bewusstsein auf vergangene Handlungen oder Gedanken zurückverfolgen lässt, so weit reicht die Identität dieser Person.»

Psychologisch gibt Erik H. Erikson (1976) weitere Hinweise: «Der Begriff «Identität» drückt eine wechselseitige Beziehung aus, als er sowohl ein dauerndes inneres Sich-Selbst-Gleichsein wie ein dauerndes Teilhaben an bestimmten gruppenspezifischen Charakterzügen umfasst. Es

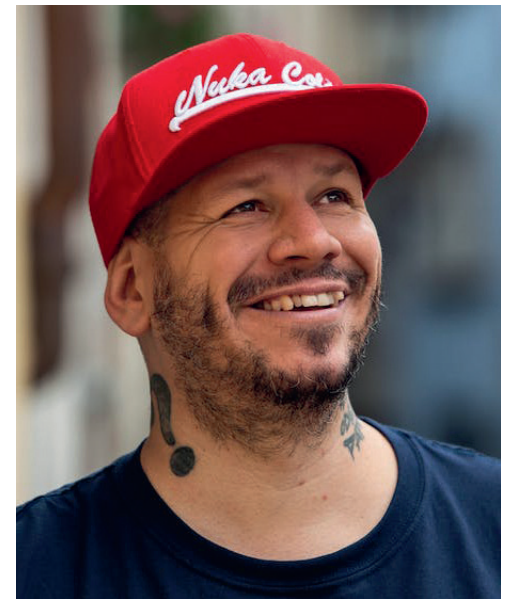
wird sich dadurch einmal um ein bewusstes Gefühl der individuellen Identität handeln, ein andermal um das unbewusste Streben nach einer Kontinuität des persönlichen Charakters; einmal wird die Identität als ein Kriterium der stillschweigenden Akte der Ich-Synthese, dann wieder als das Festhalten an einer inneren Solidarität mit den Idealen und der Identität einer Gruppe erscheinen.» Oder «Identität als psychologische Struktur, die die dynamische Organisation des Charakters bestimmt», wie Otto F. Kernberg meinte.

Im Weiteren bezog sich Sollberger auf Sigmund Freud. Dieser bezeichnete den Konsum psychotroper Substanzen als oft verzweifelte Suche

nach Entspannung, Rausch, Enthemmung und die daraus entstehende Sucht als Ersatzbildung. Das erreicht teilweise oralen Charakter in Form eines regressiven Rückgriffs auf kleinkindliches Lutschen und Saugen. Sucht dient zudem der Vermeidung von Unlust. Es kann zu einer gewollten Vereinsamung führen. «Fernhalten von den andern wird dabei zum nächstliegenden Schutz gegen das Leid, das einem aus menschlichen Beziehungen erwachsen kann», wie es Freud 1930 ausdrückte. «Oralität» in ganzer Breite drückt sich ausserdem neben Gier und Versorgung v.a. auch durch Qualitäten aus, die durch das Suchtverhalten ausgelöst werden: Wärme erleben, Hautsensationen, Gefühl der Sicherheit und Geborgenheit.

Rege Podiumsdiskussion mit (v.l.n.r.) Martin Viehweger, Dr. phil. Corina Salis Gross, Martina Beer und Gian-Marco Schmid, bekannt als Rapper Gimma.





Sie setzen mit ihren Beiträgen erstklassige Akzente (v.l.n.r.): PD Dr. med. Dr. phil. Daniel Sollberger, Prof. Dr. med. Kristina Adorjan, Gian-Marco Schmid, aka Gimma, ...

Personen, die unter einer Persönlichkeitsstörung leiden – und das sind im Schnitt 8 % der gesamten Bevölkerung – erkranken oft komorbid an anderen Störungen. Das Risiko für Alkoholabhängigkeit ist um das Fünffache erhöht, jenes für Drogenabhängigkeit gar ums Zwölfwache. Über 50 % der Menschen mit Borderline-Persönlichkeitsstörung weisen eine substanzbezogene Störung auf, solche mit antisozialer Persönlichkeitsstörung haben zu zwei Dritteln einen Drogen- oder Alkoholmissbrauch, nicht zu vergessen die narzisstische Persönlichkeitsstörung. Die Substanzabhängigkeit kann dabei zu einem Circulus vitiosus ausarten: Im Rausch entsteht ein kindliches Gefühl von Grösse und Unversehrtheit, gefolgt von Ernüchterung und depressiver Verstimmung und erneu-

tem Rausch – umso mehr als der Konsum des Suchtmittels von Süchtigen als Versagen erlebt wird, erfolgt eine Selbstentwertung.

Die weiteren Folgen bei Patient und Therapeutin sind Hilflosigkeit angesichts des wiederholten selbstdestruktiven Verhaltens und Beschämung über die eigene Naivität, weiter eine Abwehr in Form einer Bagatellisierung und rationalisiert als «bedingungslose» Toleranz gegenüber der Selbstdestruktion.

Blick über den Tellerrand

Prof. Dr. med. Kristina Adorjan ist Lehrstuhlinhaberin für Psychiatrie und Psychotherapie an der

Universität Bern und Direktorin der Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie in Bern (UPD). Seit Längerem unterstützt sie die psychiatrische Ausbildung und den Aufbau einer Forschungsinfrastruktur für klinische und biologische Studien in Äthiopien. Der Schwerpunkt ihrer wissenschaftlichen Arbeit liegt auf der Untersuchung der Interaktion genetischer und umweltbedingter Faktoren bei psychischen Erkrankungen. Zudem beschäftigt sie sich mit der Entwicklung von neuartigen Versorgungsmodellen für psychisch kranke Menschen.

Die Untersuchung von Umweltfaktoren, die für Länder mit niedrigem Einkommen spezifisch sind, wie genetische Risikoloci und lokale Risikofaktoren, kann das Verständnis der Pathologie psychiatrischer Störungen verbessern und bessere Therapien in aussereuropäischen Umgebungen ermöglichen. Ein umweltbedingter Risikofaktor in Ländern um das Horn von Afrika ist das Kauen von Khat (*Catha edulis*), das stimulierende Alkaloide enthält und abhängig macht. Das Team von Prof. Adorjan untersucht in Äthiopien, wie der weit verbreitete Konsum von Khat mit dem Auftreten von Psychosen sowie von Traumata zusammenhängt. Auslöser für Traumata in der Bevölkerung sind neben Kriegen und Umweltkatastrophen insbesondere auch Hunger und Armut.

War früher der Khat-Konsum eine kulturell und sozial eingebettete und kontrollierte Angelegenheit von Männern während ihrer Arbeitspausen, haben sich die Verhältnisse mittlerweile geändert. Heute gehören auch vermehrt junge Menschen und Frauen zu den regelmässigen Khat-Konsumenten. Da die Khat-Pflanze in der Region überall wächst, ist das Kraut leicht zu beschaffen, und es wird auch in grossen Mengen in die Nachbarländer exportiert.

In der jüngsten Studie von Prof. Adorjan wurden Untersuchungen zu genetischen Phänotypen,

Grossen Anklang fanden die Workshops am Vormittag, hier mit Martin Viehweger.





... Dr. med. Stephan Kupferschmid und Moderatorin Karin Frei.

Umwelt- und genetischen Risiken durchgeführt. Solche Studie sind Ausdruck des Absicht, ein globales Gesundheitsnetzwerk zu fördern, indem weltweit auf partnerschaftliche Weise Daten und Erfahrungen zum gemeinsamen Nutzen ausgetauscht werden sollen.

Verlust und Suchtverhalten

Dieses Risiko beschrieb der Musiker und Autor Gian-Marco Schmid, eindrücklich in der Lesung aus seinem Buch «Abschiede von Mutter». Der wiederholte Abschied von seiner Mutter in den aufwühlenden Tagen nach ihrem Tod ist des Autors Fokus in seinem ausdrucksstarken und gleichzeitig sensiblen autobiografischen Text, der zwischen Liebeserklärung und Versuch einer Bilanz versucht, seine Mutter, ihre Alkohol- und Drogensucht sowie das Unfassbare darin zu fassen.

Schmid wählte dafür die Form eines Tagebuchs mit Rückblenden auf markante Momente zwischen seiner Mutter und ihm. Darin geht es auch schonungslos um den scheinbar unausweichlichen fatalen Weg in die unheilvolle Sucht, welche jahrelang die ganze Familie wie ein Fluch belastet hatte.

Das Ich im digitalen Kontext

Dr. med. Stephan Kupferschmid, Chefarzt und Leiter des Psychiatriezentrums für junge Erwachsene der Privatklinik Meiringen, beleuchtete den Einfluss digitaler Medien auf die Identität: «Die Adoleszenz ist nach Erikson die entscheidende Phase für die Identitätsbildung. Jugendliche müssen in dieser Zeit die Erfahrungen aus ihrer Kindheit mit den Anforderungen der Gesellschaft und ihren eigenen Zukunftsperspektiven in Einklang bringen. Identitätsdiffusion beschreibt einen Zustand, wenn es nicht gelingt, verschiedene Einflüsse zu einer kohärenten, stabilen und einheitlichen Vorstellung des Selbst zu integrieren.»

Psychische Störungen nehmen bei Jugendlichen in den letzten Jahren stark zu. Während der Anteil Erkrankter in der Gesamtbevölkerung seit 2008 bei 19% stagniert, stieg er bei den 18- bis 24-Jährigen von 19 auf 26%. Daher ist es wichtig, dass von der Zürcher Hochschule für angewandte Wissenschaften seit 2010 alle zwei Jahre eine repräsentative Erhebung zum Freizeit- und Medienverhalten von Jugendlichen durchgeführt wird (JAMES-Studie). Kupferschmid: «Das ist deshalb von besonderer Bedeutung, weil die Identität Jugendlicher heute massgeblich durch digitale Medien geprägt wird.»

In der JAMES-Studie werden jeweils über 1000 Jugendliche im Alter von 12 bis 19 Jahren befragt. Ziel ist es, positive und negative Aspekte der Mediennutzung sowie des Freizeitverhaltens wissenschaftlich fundiert zu dokumentieren.

Stark im Vormarsch sind die TikTok- und Instagram-Nutzung, währenddem z.B. Facebook bei Jugendlichen deutlich abnimmt. Kupferschmid: «Soziale Medien tragen deutlich zur Polarisierung in der Gesellschaft bei, indem sie durch Algorithmen, Echokammern und emotionale Anreize politische und gesellschaftliche Gruppengegensätze verstärken. Das kann süchtig machen, insbesondere weil Schweizer Jugendliche ihr Handy im Durchschnitt 3 bis 4.5 Stunden pro Tag nutzen. 99% aller Jungen besitzen ein solches. Die Gefährdung der jungen NutzerInnen liegt vielfach in Essstörungen und kann bis zum Suizid reichen.»

Andererseits seien auch positive Aspekte zu nennen – vorausgesetzt, der digitale Konsum erfolge in vernünftigen Zeiträumen und selbstbewusst: vielfältige Rollenvorbilder, Selbstwert und Kompetenz erleben, soziale Unterstützung und Reduktion von Stress. Wer also proaktiv und gestalterisch mit digitalen Medien umzugehen wisse, zeichne sich durch eine erstrebenswerte Medienkompetenz aus. Liegen psychische

Störungen vor, ist es ausschlaggebend, die unterschiedlichen negativen Aspekte im Sinne der Neurodiversität zu beachten anstatt bloss das Augenmerk auf die auffallendste Störung zu legen.

Dem Thema «Sucht und Neurodiversität» widmet sich übrigens auch die nächste Fachtagung, die am 5. November 2026 in Zürich (Careum Auditorium) stattfinden wird.

Die Beurteilung der Identität – immer wieder ein «going native»

Spannend verlief auch die abschliessende Podiumsdiskussion unter Leitung der Journalistin Karin Frei. Martina Beer, Leiterin Pflege Klinik Im Hasel, unterstrich, wie wichtig es sei, die unterschiedlichen Identitäten von Patientinnen und Patienten gründlich zu analysieren. Am wirkungsvollsten geschehe das im Team, um alle Facetten exakt beurteilen zu können. Gian-Marco Schmid bejahte das sehr, weil bei ihm erst während einer systematischen Therapie ADHS diagnostiziert wurde. Deshalb sei es entscheidend, alle Aspekte psychischer Störungen zu erfassen. Nur wenn das erfolge, sei die Chance gegeben, vorhandene und meist erhebliche Defizite im zwischenmenschlichen Verhältnis gezielt zu behandeln.

Martin Viehweger, Facharzt für Allgemeine Innere Medizin, Fachperson für Trans-Medizin, ergänzte, dass es äusserst sinnvoll sei, wenn gerade bei komplexen Fällen und Einflüssen ein Identifizierungspunkt zu den Patientinnen und Patienten bestehe, auch eine vertiefte Kenntnis der Szene, welche für negative Einflüsse gesorgt habe. Es gelte, alle diesbezüglichen Zeichen zu verstehen, um unter Wahrung der nötigen Distanz zwischen Arzt und Patient die Therapie optimal zu gestalten. Dr. phil. Corina Salis Gross, Ethnologin und Psychologin, brachte schliesslich deutlich zum Ausdruck, dass es vielfach ein eigentliches «going native» sei, sich mit Identitäten auseinanderzusetzen, was ausreichende Zeit beanspruche. Es gehe immer darum, die betreuten Menschen ganz spezifisch zu begleiten. Dabei gelte es namentlich, Ausgrenzung zu vermeiden und auch einen möglichen Migrationshintergrund der Patientinnen und Patienten zu beachten.

Auch Salis Gross erwähnte die vielen Formen psychischer Störungen, insbesondere den krankmachenden Stress. «Es ist allerdings nicht minder wichtig, die zunehmende Einsamkeit sehr ernst zu nehmen. Sie ist gerade bei Jugendlichen vermehrt vertreten, weil sie in suchtartigem Konsum sozialer Medien einen Beziehungsersatz suchen.»