

Name: _____ Gruppe: _____ Datum: _____

Sehr geehrte Patientin,
sehr geehrter Patient,

in Kapitel 5 *Die wirkungslosen Kanonenkugeln* ging es um das Krankheitsbild von Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit. Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit sind zwar seit 1968 gesetzlich als Krankheit anerkannt, als Betroffener wird man aber häufig durch vollkommen widersprüchliche Informationen und Auffassungen über das Wesen, die Ursachen und die Heilungschancen einer Abhängigkeitserkrankung verwirrt.

Wir wollen Ihnen jetzt Gelegenheit geben, über Ihr eigenes Verständnis von Alkohol- bzw. Medikamentenabhängigkeit nachzudenken, um Ihre eigenen Überlegungen gegenüber möglicherweise abweichenden Auffassungen Ihrer Umwelt begründen zu können.



Eine Abhängigkeitserkrankung wird häufig zu spät erkannt, weil der Betroffene und seine Bezugspersonen zu drastische und negative Vorstellungen über Alkohol- bzw. Medikamentenabhängigkeit haben (z. B. „Penner unter der Brücke“).

Eine Abhängigkeitserkrankung kann individuell vollkommen unterschiedlich ausgeprägt sein und einen vollkommen unterschiedlichen Krankheitsverlauf haben. Allen Abhängigen gemeinsam ist aber,

- ▶ dass sie die Einnahme eines Suchtmittels nicht beenden können, ohne dass unangenehme Zustände körperlicher oder seelischer Art auftreten
- oder
- ▶ dass sie doch immer wieder so viel von einem Suchtmittel zu sich nehmen, dass sie sich selbst oder andere schädigen.

Hier finden Sie eine Reihe von häufig geäußerten **Ansichten** über Alkohol- bzw. Medikamentenabhängigkeit. Bitte kreuzen Sie jeweils an, welche Auffassung Sie selbst bzw. die verschiedenen hier aufgeführten Bezugspersonen haben. (Sie können mehrere Kreuze pro Aussage machen.)

	So habe ich früher selbst gedacht	So denkt mein Partner/meine Familie	So denkt mein (künftiger) Arbeitgeber	So denkt mein Therapeut	So denken meine Nachbarn	So denke ich heute
Abhängigkeit ist eine Charakter- schwäche. Wer einen starken Willen hat, wird niemals alkohol- oder medikamentenabhängig.						
Ein richtiger Alkoholiker ist man erst, wenn man alles verloren hat und als „Penner unter der Brücke schläft“.						
Abhängigkeit ist angeboren. Wenn die Eltern alkohol- oder medikamentenab- hängig sind, ist es kein Wunder, wenn ihre Kinder später auch so werden.						
Abhängigkeit ist umweltbedingt. In bestimmten Berufen (z.B. auf dem Bau) oder durch die Unachtsamkeit bestimmter Ärzte wird man automa- tisch abhängig, ohne dass man es selbst merkt.						
Alkoholiker ist man erst, wenn man tagelang Rausche hat oder seine Arbeit nicht mehr verrichten kann.						
Abhängigkeit ist eine Krankheit, die nur durch lebenslange Abstinenz von allen Suchtmitteln gestoppt, aber niemals geheilt werden kann.						
Abhängigkeit gibt es in Wirklichkeit gar nicht – wenn der Betroffene wirk- lich wollte, könnte er jederzeit auf- hören.						
Abhängig ist man, wenn man körper- liche Entzugserscheinungen (z. B. Zittern) erlebt.						
Wenn jemand zu viel Alkohol oder Medikamente zu sich nimmt, muss er eben eine Zeitlang kürzer treten, bis sich sein Körper und seine Nerven wieder erholt haben.						
Abhängig wird man durch große Pro- bleme in seinem Leben, mit denen man nie richtig fertig geworden ist.						
Alkohol- und Medikamentenabhängige haben meist eine schwere Kindheit hinter sich, deren Folgen zur Abhängig- keitsentwicklung geführt haben.						

Beschreiben Sie bitte im Folgenden, wie Sie Ihre eigene Abhängigkeit **heute** verstehen.

- (1) **Beschreibung:** Woran können Sie Ihrer Meinung nach erkennen, dass Sie selbst abhängig sind? (Falls Sie nicht glauben, dass Sie abhängig sind, begründen Sie bitte Ihre Meinung.)

- (2) **Das erste Mal:** Versuchen Sie sich an Ihre **erste** bewusste Erfahrung mit Alkohol (oder Medikamenten) zu erinnern. Beschreiben Sie bitte möglichst genau die damalige Situation. Wie hat der Alkohol (bzw. das Medikament) damals gewirkt?

- (3) **Weichen:** Nennen Sie **zwei Situationen**, in denen Sie sich fest angewöhnt haben, Alkohol zu trinken oder ein bestimmtes Medikament einzunehmen. Beschreiben Sie bitte möglichst genau diese Situationen.

(a) _____

(b) _____

- (4) **Rahmenbedingungen:** Was könnte bei Ihnen die Entwicklung einer Abhängigkeit **begünstigt** haben? Erwägen Sie sowohl Besonderheiten Ihrer Person als auch Einflüsse durch Ihre Umwelt. (Falls Sie nicht glauben, abhängig zu sein, was hat dies nach Ihrer Meinung bislang verhindert?)
