

# „Es kann Jeden in jedem Alter treffen“

**GESUNDHEIT** Dagmar Wieland, Leiterin der Fachstelle für Suchtprävention im AWO-Kreisverband, über die Natur der Sucht und Wege aus dem Teufelskreis

Von Peter Völker

**LINSENGERICHT.** Erfolglosigkeit, Lebenskrisen, psychische Erkrankungen und Einsamkeit können süchtig machen. Es geht nicht nur um Drogen-substanzen, letztendlich kann alles süchtig machen. Suchtverhalten ist in den hoch entwickelten Industriegesellschaften ein zunehmendes Problem. Dagmar Wieland wurde 1960 in Frankfurt geboren und verbrachte dort ihre Kindheit bis zum 13. Lebensjahr. Danach zog sie mit ihren Eltern in ein Wochenendhaus nach Somborn. Damit war auch der Schulwechsel an die Freigerichter Kopernikusschule verbunden. Nach dem Abitur studierte sie mit Abschluss Sozialpädagogik an der Johann-Wolfgang-Goethe-Universität in Frankfurt. Im Main-Kinzig-Kreis hat sie nach eigenen Angaben ein neues Zuhause gefunden. Sie lebte viele Jahre in Gelnhausen und seit langer Zeit in Linsengericht. Ihr heutiger Arbeitgeber ist die Fachstelle für Suchtprävention der Arbeiterwohlfahrt (AWO), Berliner Str. 45, 63571 Gelnhausen, Telefon 06051/915588-4.

## Sind sie schon in Ihrer Jugend mit süchtigen Menschen in Berührung bekommen?

Ja, sicher. Sowohl im familiären Umfeld als auch in meinem Bekanntenkreis gab es Menschen, die entweder abhängig waren oder sehr stark konsumiert haben. Da war alles vertreten, angefangen vom Nikotin über Alkohol bis zu illegalen Drogen.

## Was war Ihr Antrieb, Suchtberaterin zu werden?

Das war keine so klare Entscheidung nach dem Motto: Jetzt gehe ich mal in die Drogenberatung, werde Suchtberaterin. Da kamen verschiedene Faktoren zusammen. Nach dem Ende meines Studiums sah die Stellensituation ganz mies aus und ich habe in verschiedenen Bereichen der psychosozialen Arbeit gejobbt – das waren leider nur Honorarjobs. Ich hatte aber im Studium neben einem Praktikum in der Erziehungsberatungsstelle auch eines in Drogenberatung gemacht. Da ich die Kollegen dort sehr mochte – umgekehrt wohl auch – und Kontakt gehalten habe, war ich natürlich hocherfreut, dort eine Stelle zu erhalten. Da ich nun über 30 Jahre dort arbeite, war das offensichtlich eine gute Entscheidung. Ich war während dieser Zeit in verschiedenen Arbeitsbereichen tätig, bin seit 1991 für die Fachstelle für Suchtprävention verantwortlich, was meiner Ausbildung als Diplompädagogin sehr entgegenkommt und mir durch die Vielfalt der damit verbundenen Aufgaben immer noch Spaß macht. Langeweile kommt da nicht auf!

## Ist Sucht im Menschen angelegt oder wird sie erlernt?

Das ist wohl eine Mischung aus beidem. Ich glaube, Sucht ist hauptsächlich ein erlerntes Verhalten, wird aber auch von konstitutionellen Faktoren begünstigt. Manche Menschen vertragen beispielsweise Alkohol sehr viel besser als andere, also sie kriegen keinen Kater, spüren also keine negative körperliche Konsequenz beim Trinken, manche brauchen mehr, um die gleiche Wirkung zu haben – müssen also mehr trinken – was sie wiederum eher schädigen kann. Wir wissen, dass ein Drittel der Kinder aus suchtbelasteten Familien später selbst eine Suchterkrankung entwickeln.

Was ist Sucht?

Zunächst ist Sucht eine anerkannte Krankheit, die durch einen Diagnose-schlüssel und bestimmte Kriterien ge-



Jugendlicher im Alkohol-Koma: Junge Menschen sind in Sachen Suchtanfälligkeit besonders gefährdet.

Foto: dpa

definiert ist. Dies alles aufzuführen würde vermutlich den Rahmen dieses Interviews sprengen. Sehr verkürzt gesagt, ist Sucht das zwanghafte Verlangen bestimmte Substanzen wie beispielsweise Alkohol, Medikamente oder illegale Drogen zu konsumieren, und zwar in einem Ausmaß, das die betroffenen Personen oder ihr Umfeld schädigt. Dies gilt auch für den Bereich der Verhaltenssuchte, am bekanntesten ist dabei vermutlich der Bereich der Glücksspielsucht. Sucht kann jeden treffen und ist keine Frage von Willensstärke, Intelligenz oder Sozialstatus. Wir alle kennen enorm erfolgreiche Menschen, die ein massives Abhängigkeitsproblem haben.

## Was sind die häufigsten Süchte?

An erster Stelle stehen die Substanzabhängigkeiten von Nikotin, Alkohol und Medikamenten, gefolgt von den illegalen Drogen. Derzeit erleben wir einen starken Anstieg im Bereich der Glücksspielsucht. Wohin uns die internetgestützten Medien führen, bleibt abzuwarten.

## Was macht einen „normalen“ Menschen zum Süchtigen?

» Hingucken, ehrlich miteinander umgehen und sich dem stellen, was ist. Die Sucht nicht tabuisieren. Man sollte die suchtkranke Person in den Abstinenz- oder Reduktionsabsichten unterstützen, umsetzen muss die betroffene Person es allerdings selbst und Kontrolle führt erfahrungsgemäß zu Konflikten. «

Dagmar Wieland über familiäre Unterstützung für Suchtkranke

Helfen Sie mir bitte mal, Herr Völker, was ist denn ein normaler Mensch? So ganz richtig Normale kenne ich nicht - Gott sei Dank! Aber vielleicht habe ich auch einen komischen Bekanntenkreis?

Na, ja, Menschen, die sich an die allgemeinen kulturspezifischen Wertvorstellungen und Grundregeln halten....

## Können psychische Störungen Sucht auslösen?

Ja, und umgekehrt genauso. Wir haben in der Suchthilfe kaum noch reine „Suchtpatienten“, sondern vorwiegend Menschen mit einer Doppeldiagnose: Sucht und psychische Erkrankung.

dann nicht rechtzeitig die Reißleine ziehe und starke Hinweise von außen bekomme, stecke ich drin. Je länger und intensiver ich drinstecke, umso schwerer wird der Ausstieg. Manche machen nur weiter, weil sie die körperlichen Entzugserscheinungen nicht aushalten können.

## Sind Jugendliche besonders gefährdet?

Ja, das erklärt sich daraus, dass Jugendliche aufgrund ihres Lebensalters weniger Problembewältigungsstrategien entwickeln und ausprobieren können. Zudem lernen Jugendliche schneller – die neuronalen Verbindungen im Belohnungssystem werden schneller ausgebildet. Und dann kommt noch die Pubertät mit den entsprechenden Verhaltensweisen und Entwicklungsaufgaben dazu. Abgrenzung von Eltern und Gesellschaft, Grenzen überschreiten und so weiter. Na, und wie mache ich das am effektivsten? Genau – Alkohol und Drogen!

## Welche Rolle spielt die Sozialisation beim Thema Sucht?

Eine ganz Große! In welcher Familie wachse ich auf? Wie wird dort miteinander umgegangen? Erfahre ich Zuneigung, Anerkennung und Erfolg auf meinem Lebensweg, im Kindergarten, in der Schule und später im Beruf? Habe ich Freunde und welche? Lebe ich auf dem Land oder in der Stadt, welche Freizeitmöglichkeiten habe ich dort? Welche Rolle spielen Sucht- und Genussmittel in meinem Umfeld und wie gut komme ich an diese Dinge ran? Gelingt mir eine Partnerschaft und Familie? Habe ich genug Geld, um sorgenfrei zu leben? Bin ich gesund? Wie lebe ich im Alter? Ich könnte diese Fragen noch endlos fortsetzen, das sind alles existenzielle Themen, die uns beeinflussen.

## Können psychische Störungen Sucht auslösen?

Ja, und umgekehrt genauso. Wir haben in der Suchthilfe kaum noch reine „Suchtpatienten“, sondern vorwiegend Menschen mit einer Doppeldiagnose: Sucht und psychische Erkrankung.

## Kann eine Sucht auch im fortgeschrittenen Lebensalter auftreten?

Ja, das kommt häufiger vor, als man glaubt und wird zunehmend Thema in der Suchthilfe, der Altenpflege und der Medizin. Viele Menschen sind im Alter allein, einige sind einsam. Dadurch, dass wir länger leben, kommen viele in die Situation, im schon fortgeschrittenen Lebensalter den Partner pflegen und versorgen zu müssen – obwohl

man selbst schon bedürftig ist. Dies führt häufig zu einer Überforderungssituation. Aber auch das Gegenteil gibt es, manche – oft die Männer – fallen nach dem Ausscheiden aus dem Beruf ins berühmte Loch.

## Sind die Angehörigen beim Thema Sucht in ihrer Familie überhaupt in der Lage, dem Betroffenen zu helfen?

Aber selbstverständlich! Hingucken, ehrlich miteinander umgehen und sich dem stellen, was ist. Die Sucht nicht tabuisieren. Die suchtkranke Person in den Abstinenz- oder Reduktionsabsichten unterstützen, umsetzen muss die betroffene Person es allerdings selbst und Kontrolle führt erfahrungsgemäß zu Konflikten. Ich glaube, ein guter Leitsatz ist, den Mensch auf seinem Weg in das gesunde Leben zu unterstützen und nicht das Suchtverhalten zu fördern. Und bei allem Bemühen nicht zu verkennen, dass Sucht eine Rückfallkrankung ist.

## Es gibt viele Alkoholiker. Warum ist diese Droge zum Konsum frei gegeben?

Alkohol spielt in unserer Kultur von jeher eine große Rolle. Denken Sie nur an das Mittelalter, als es wenig sauberes Wasser gab und die Menschen, ob jung oder alt aus hygienischen Gründen Vergorenes getrunken haben, allerdings nicht in der Absicht, sich zu beirachen. Wein und Bier lassen sich hier nicht wegdenken und gehören zum Kulturgut. Das kann man nun finden, wie man will. Ich sage immer, die Dosis macht das Gift und wir müssen zwischen dem genusshaften Gebrauch und dem riskanten oder auch süchtigen Nutzungsverhalten unterscheiden. Und rein theoretisch haben wir ja durch das Jugendschutzgesetz auch Konsum-Einschränkungen. Fatal finde ich eher, dass für Alkohol mit einem übermäßigen finanziellen Aufwand erworben wird und man sich diesem Einfluss kaum entziehen kann. Weiterhin wird das Trinken regelrecht glorifiziert und als alternativlos bei bestimmten Freizeitaktivitäten hingestellt.

## Welche Rolle spielen Drogen in der Medizin?

Wenn Sie an Schmerz- und Beruhigungsmittel denken eine Große. Auch in der Anästhesie werden Stoffe eingesetzt, die als Drogen missbraucht werden können. Ritalin, das im Zusammenhang mit ADHS Kindern und Jugendlichen verordnet wird, ist im Grunde ein Amphetamin, eine aufputschende Droge, die bei den jugendlichen Patienten paradox wirkt. In vielen Ländern und eingeschränkt auch mittlerweile hier wird Cannabis medizinisch sehr erfolgreich eingesetzt.

## Welche Medikamente können süchtig machen?

Hauptsächlich Schmerz- und Beruhigungsmittel, aber auch Medikamente die eine aufputschende Wirkung haben.

## Welche Wege gibt es aus der Sucht? Was tun, wenn Hilfe benötigt wird?

Viele Menschen finden auch ohne professionelle Hilfe den Weg aus ihrer Suchterkrankung und vielen bietet die Selbsthilfe das, was sie brauchen. Einem anderen Teil der Suchterkrankten wird in Beratungsstellen geholfen zu entscheiden, wie ihr persönlicher Weg aus der Erkrankung verlaufen soll. Ob die Abstinenz angestrebt wird oder eine Reduzierung des Konsums – ob das in einer Klinik geschehen soll, ambulant oder durch die Begleitung im Betreuten Wohnen. Jeder Mensch ist ein Individuum und somit gibt es nur individuelle Lösungen. Wichtig ist aber aktiv zu werden!

## Sind Sie für die allgemeine Freigabe von Cannabis – Haschisch und Marihuana?

Nein, ich bin nicht für eine allgemeine Freigabe von Cannabis – das muss reguliert erfolgen. Die Vorstellung, dass die Kids jetzt ohne Regulierung Haschisch am Kiosk erhalten, finde ich genauso schrecklich, wie die Vorstellung, dass sie beispielsweise Wodka mit 14 Jahren kaufen können. Ich bin für eine Entkriminalisierung von Cannabiskonsum. Die geschätzt vier Millionen Cannabiskonsumenten in Deutschland sind alleine durch ihren oft nur gelegentlichen Konsum dieser Droge schon potenziell kriminell. Das sollten wir mal auf die Alkoholtrinker übertragen – das gäbe was, nicht wahr? Das Strafrecht hilft uns da gar nicht – im Gegenteil, dem kleinen erwischten Kifferchen das Leben durch einen Eintrag im Strafregister lebenslang zu erschweren oder sie deswegen in den Jugendarrest oder gar -strafvollzug zu schicken, finde ich regelrecht grotesk. Dort lernen sie sicher fürs Leben, aber vermutlich nicht das, was zuträglich ist. Dann sollten wir noch unterscheiden, wie stark der Cannabiskonsum einer Person ist, ist es ein Gelegenheitskonsum oder schon ein Dauerkonsum. Bei Letzterem haben wir ein Suchtproblem, was nach unserem Verständnis eine Erkrankung aber kein Straftatbestand mit entsprechenden Folgen sein kann. Auch die Ungleichheit, wie Cannabiskonsumenten und Alkoholkonsumenten im Zusammenhang mit der Fahrtüchtigkeit im Straßenverkehr behandelt werden entbehrt oft jeglicher wissenschaftlicher Grundlage. Die Arbeiterwohlfahrt, die ja mein Arbeitgeber ist, hat zu dieser Frage eine sehr differenzierte Stellungnahme abgegeben, der ich mich gerne anschließe. Zu finden auf unserer Website: [www.suchthilfe-awo-mk.de](http://www.suchthilfe-awo-mk.de)



Dagmar Wieland.

Foto: Völker