

Mario Ionescu

Sucht und Gefühl

*Ein anderer Zugang zur Suchtproblematik –
Entwicklung und Evaluation eines
Behandlungsprogramms zur Verbesserung der
Gefühlswahrnehmung und Emotionsregulation
bei Suchtkranken*

Verlag Dr. Kovač

**Hamburg
2010**

I Einleitung

In den letzten 25 Jahren ist in den modernen Industrieländern ein sozioökonomischer Umbruch geschehen (Schröder, 2003). Ein Wandel, indem das 'langsame Alte' durch das 'schnelle Neue' ersetzt wird. Er ist Teil der für eine Konsumgesellschaft charakteristischen Entwicklung. Sie ist in der Gesellschaft u.a. durch ein Auseinandertreiben von disziplinierenden und regressiven Merkmalen geprägt (Schmidbauer, 2000). Die damit verbundenen strukturellen Probleme können grundsätzlich nur langfristig gelöst werden. Bereits jetzt hat dieser Wandel jedoch „gravierende Veränderungen der sozialen Lebenswelt und des Anforderungsuniversums“ (Schröder, 2003, S.243) der Menschen zur Folge und „greift tief in die Lebensgestaltung der Menschen ein“ (Schröder, 2003, S.244). Besonders in den neuen Bundesländern zeichnete sich nach 1990 eine solche Entwicklung rasant und deutlich spürbar ab. Viele Umgestaltungen setzten sich durch, die neben zahlreichen positiven auch vielfältige negative Konsequenzen mit sich brachten.

Schröder (2003) sieht eine besondere Notwendigkeit bei der Betrachtung der gesundheitlichen und auch persönlichkeitspsychologischen Dimensionen dieses epochalen Wandels, der sich als anhaltender Veränderungsprozess, als eine „permanente Transition“ (Schröder, 2003, S.248) darstellt. Alle Menschen der modernen Industriegesellschaft sind in diesen Wandlungsprozess einbezogen, auch wenn sich hinsichtlich des Ausmaßes und der Formen des Gefordertseins Unterschiede nachweisen lassen. Die sich verändernden Anforderungslagen, Bewältigungs- und Gestaltungsbedingungen „verkörpern in ihrer Essenz riskante Chancen, denn sie eröffnen einerseits mannigfaltige Entwicklungsräume für individuelle Selbstgestaltung, tragen aber auch andererseits das Element potentiellen Scheiterns in sich“ (Schröder, 2003, S.249). Ausdrucksformen des Misslingens dieser Anforderungsbewältigung reichen „von sozialem Abstieg bis hin zur Verelendung und zu pathogenetisch relevanten Existenzformen“ (Schröder, 2003, S.249).

Besonders das Suchtproblem wird in der zeitgenössisch gesellschaftskritischen Literatur häufig im Zusammenhang mit der allgemeinen gesellschaftlichen Ent-

wicklung gesehen und stellt für unsere Gesellschaft hinsichtlich der verursachten direkten und indirekten Kosten ein bedeutsames Problem dar (Bühlinger, Augustin, Bergmann, Bloomfield, Funk, Junge, Kraus, Merfert-Diete, Rumpf, Simon & Töppich, 2000; Müller-Fahrnow, 2002; Salize, Merkel, Schubert & Stamm, 2002). Verschiedene Medien wie Fernsehen, Radio, Internet oder Zeitschriften vermitteln, dass Identität vor allem als spezialisierte Leistung oder als Teilhabe an hochidealisierten Konsumgütern erlebt wird (Schmidbauer, 2000). Den Folgen für die Persönlichkeits-, Leistungs- und Gesundheitsentwicklung des Einzelnen wird kaum Aufmerksamkeit geschenkt (Schröder, 2003). Im 'immer mehr' ohne Rücksicht auf die Folgen sieht Rost (1999) eine tendenzielle Autodestruktion und den Ersatz von Trieb- und Bedürfnisbefriedigung durch Kauf und Konsum. Lange vor jeder pädagogischen Absicht werde Kindern vermittelt, nicht aus dem Konkurrenzsystem herauszufallen, jede Niederlage zu vermeiden oder mit schlechtem Gewissen zu bezahlen (Böner, 1999).

Der Erwerb dieser übermächtigen Disziplinierung und Leistungszwänge beginnt früh und ist so ungerichtet, dass bedrohlich gegensteuernde Regressionsbedürfnisse geweckt werden. Es besteht die Gefahr, dass Bedürfnisse nach Liebe und Verständnis, nach Ablenkung und Entspannung, aber auch nach Anstrengung und Auseinandersetzung schon früh statt durch persönliche Aktivität durch unpersonliche Ersatzmittel (u.a. Konsumgüter wie Spielzeug, Süßigkeiten) befriedigt werden. Nicht selten führt das Streben nach diesem rasch eintretenden Gefühl der Befriedigung zu einer Gewöhnung an ein passiv konsumierendes, ausweichendes Verhalten. Rost (1999) spricht von einem „Supermarkt der Drogen und Süchte“ (Rost, 1999, S.126), welcher auch Ausdruck gesellschaftlicher Rahmenbedingungen und Entwicklungen ist. In diesem kann jeder das auf seine Prädisposition und Essbedürfnisse zugeschnittene Präparat als Ausdruck eines Rückzugs i.S. von 'zudröhnen' oder mit dem Ziel einer intensiven emotionalen Erfahrung finden. Neuere neurobiologische Untersuchungen zur Aktivierung des 'Belohnungssystems' im Gehirn durch verschiedene Substanzen oder Verhaltensweisen bestätigen diese Aussagen (Bergh, Eklund, Sördersten & Nordin, 1997; Böning, 1999; Couppis & Kennedy, 2007; Grüsser & Rosemeier, 2004; Grüsser, Thalemann & Albrecht, 2004; Grüßer-Sinopoli, 2005; Reuter, Raedler, Rose, Hand, Gläscher & Büchel, 2005).

Zahlreiche Veröffentlichungen u.a. der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (Noack et al., 1990; Noack et al., 1992; Sommer, 1996) beschäftigen sich mit den Gefahren des Ersatzmittelkonsums für das Kindes- und Jugendalter. Sie versuchen dafür zu sensibilisieren sowie Auswege aufzuzeigen und bilden die Grundlage verschiedener präventiver Interventionen u.a. im Rahmen von Lebenskompetenzprogrammen (Maiwald & Reese, 2000). Die Frage, ob unkritisch konsumierende Verhaltensweisen generalisiert werden, hängt davon ab, inwieweit Wünsche, Ängste und Gefühle verarbeitet werden können. Zudem ist entscheidend, ob in Konfliktsituationen eine unmittelbare Auseinandersetzung mit anstehenden Problemen möglich ist oder ob unter Zuhilfenahme von Ersatzmitteln ausgewichen wird. Nicht selten sind Abhängigkeitserkrankungen die Folge.

Es gibt viel Arbeit und Verdienst für die Konkurrenzfähigen und Kompetenten, während breite Bevölkerungsschichten aus dem Wettbewerb herausfallen. Bönner (1999) weist u.a. im Zusammenhang mit dem Konkurrenzsystem auf dem Arbeitsmarkt auf die bestehende Gefahr des wachsenden Suchtrisikos hin. Nach seiner Aussage werden die Erfolgreichen süchtig nach Erfolg. Die Erfolglosen, die sich 'nicht gebraucht' oder sich den Leistungsvorgaben der Gesellschaft nicht gewachsen fühlen, resignieren und verlieren immer mehr Perspektiven. Der Konsum von Alkohol oder Drogen dient dem Versuch sich zu betäuben, um einer drückend erlebten Disziplinierung und eigenen Ohnmacht zu entfliehen (Schmidbauer, 2000). Fixierungen, Eingrenzungen und fehlende Alternativen erschweren oder verhindern es, sich situationsbezogen und angemessen verschiedene Ressourcen zu erschließen und effektive Bewältigungsformen zu leben.

Missbrauch und Sucht sind ein multifaktorielles Geschehen, welches durch ein Wechselspiel von biologischen, psychologischen und sozialen Faktoren beeinflusst wird. Die 'Trias Person - Droge/Verhalten - Umwelt' (Schneider, 1985, S.25; Meyer, G., & Bachmann, 1993, S.43) beeinflusst wechselseitig die Entstehung und Aufrechterhaltung von Suchtverhaltensweisen (Schneider, 1985; Meyer, G., & Bachmann, 1993; Schmidt, B., 1998). Entscheidend ist, wie viele Risiko- und Auslösebedingungen in welcher Kombination vor dem Hintergrund

entsprechender Vulnerabilitäten kritisch zusammenwirken. Dabei können die Mechanismen des Beginns und des weiteren Verlaufs einer Suchterkrankung unterschiedlich sein. Entwicklungspsychologische und entwicklungsbiologische Einflüsse spielen dabei eine große Rolle.

Es zeigen sich dabei Ansätze für verschiedene Interventionsmöglichkeiten. Sowohl die personalen Voraussetzungen jedes Einzelnen als auch die von der Gesellschaft gegebenen Verhältnisse und verfügbar gemachten Ressourcen bilden grundsätzlich interventive Ansatzpunkte (Schröder, 2003). Eine Utopie wäre es sicherlich, radikale gesellschaftliche Veränderungen herbeiführen zu wollen. Konsum- und Suchtverhalten mit dem damit verbundenen Leid werden sich nicht aus unserer Gesellschaft verbannen lassen. So liegt in der Wahrnehmung, der Sensibilisierung und dem Wirken gegen verschiedene, die Persönlichkeitsentwicklung einschränkende Tendenzen der modernen Gesellschaft eine wichtige aktuelle Aufgabe der Psychologie, der Pädagogik und der Sozialwissenschaft.

Besonders unter dem Aspekt der sich wandelnden gesellschaftlich-kulturellen Gegebenheiten, veränderter Wertestrukturen und insbesondere unter dem Aspekt der Ausbildung unzureichender emotionaler Kompetenzen sind neue Zielorientierungen und Maßnahmepläne dringend notwendig. Im präventiven Bereich soll dies der Zunahme, Verbreitung und Entwicklung von Suchterkrankungen entgegenwirken. Zentrale Ansatzpunkte dieser Vorbeugungsprogramme zur „Schulung der Gefühle“ (Goleman, 1998, S.328) bilden die Einschränkung der emotionalen Erlebnisfähigkeit, das Leistungsstreben, die damit verbundene soziale Isolierung und die Unfähigkeit im Umgang mit eigenen Grenzen. Versuche, diesen Problemen auf breiter Ebene bereits im Kinder- und Jugendalter entgegenzuwirken, sind besonders in verschiedenen Kampagnen der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung zu beobachten (Suckfüll & Stillger, 1999; Brinkhoff & Gomolinsky, 2003). Zahlreiche Evaluationsergebnisse von Programmen zur Entwicklung sozialer wie emotionaler Kompetenzen und von Lebenskompetenztrainings in den USA (vgl. hierzu vertiefend u.a. Goleman, 1998) und einige erste Studien aus Deutschland belegen deren Effektivität (Abhauer & Hanewinkel, 2000; Mittag & Jerusalem,

2000; Petermann & Fischer, 2000). Aber auch in der Sekundärprävention, in der Therapie wie in der Rehabilitation bei Missbrauch und Abhängigkeit von Suchtmitteln oder Suchtverhaltensweisen bedarf es einer wachsenden Auseinandersetzung mit intraindividuellen Schwierigkeiten und Inkompetenzen in der Emotionsregulation.

In den 80er und 90er Jahren zeigte sich ein stetig wachsendes Interesse für diesen Forschungsbereich, der aktuell stärker in Richtung biochemischer und neurophysiologischer Grundlagenforschung von Suchterkrankungen tendiert. Die biologischen Faktoren in der Entwicklung und Aufrechterhaltung von Suchterkrankungen, die derzeit stark in den Vordergrund des wissenschaftlichen Interesses gerückt sind, werden bei den Fragestellungen der vorliegenden Untersuchung jedoch von untergeordneter Bedeutung sein. Sie bilden jedoch eine wichtige Grundlage dieser praxisorientierten Arbeit. In dieser Arbeit werden vor allem die persönlichkeitsbezogenen Bedingungsfaktoren der Suchtgenese analysiert. Diese bekommen u.a. in der Prävention und in der Behandlung von Abhängigkeitserkrankungen eine zunehmende zentrale Bedeutung.

Schröder (2001) sieht menschliches Fühlen, Erleben und Verhalten als Ergebnisse eines Wechselspiels von vier Faktoren: Anforderungen, Fähigkeiten, Ressourcen und Wertmaßstäbe. Das Verhältnis aus diesen vier Faktoren ergibt eine spezifische, individuelle und situative Widerspruchslage, die ihren Ausdruck in den Emotionen und in den diesen zugrundeliegenden physischen Reaktionsmustern (physiologische, biochemische, immunbiologische) findet (Schröder & Petry, 2003). Die Wechselwirkung der Faktoren bildet die Grundlage eines „emotionalen Informationssystems“ (Schröder & Petry, 2003, S.20), welches auch bei der Verursachung und Aufrechterhaltung von Abhängigkeitserkrankungen von zentraler Bedeutung ist (vgl. Abbildung 1).

Verschiedene Einflüsse von Umfeld (u.a. soziales und räumliches Umfeld, Rituale und Sanktionsmuster bezüglich spezifischen Suchtverhaltens), Person bzw. Persönlichkeit (u.a. prämorbid bzw. prädisponierte Persönlichkeitsstruktur, Einstellungen, Werthaltungen) und Suchtmittel bzw. Suchtverhalten (u.a. Verfügbarkeit, pharmakologische Eigenschaften der konsumierten Substanz, Fähigkeit zur kurzfristigen Verleugnung eines gestörten inneren Gleichgewichtes von

bestimmten Verhaltensweisen) sind an der Entwicklung, Ausprägung und Aufrechterhaltung spezifischer Ausdrucksformen von Suchterkrankungen beteiligt.

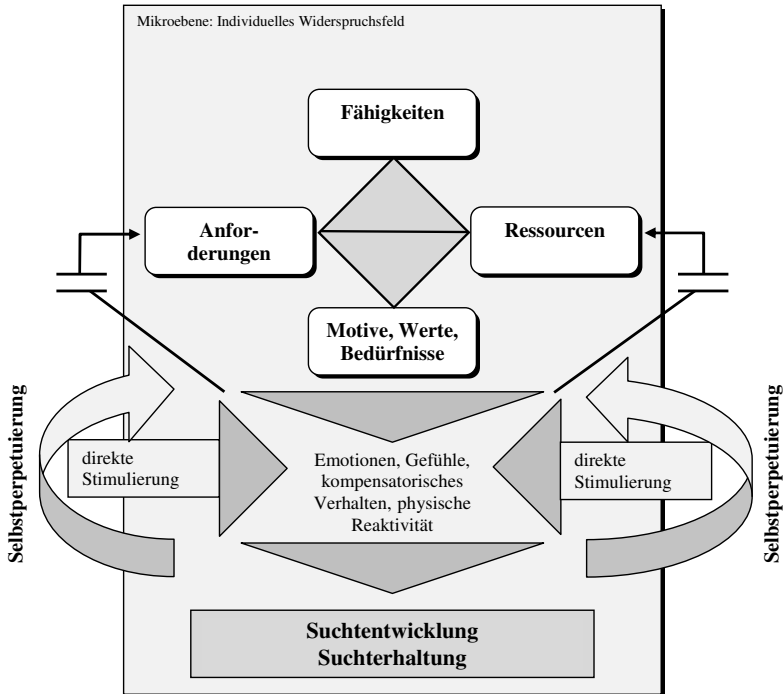


Abbildung 1: Emotionsdynamik im Suchtgeschehen (Schröder & Petry, 2003)

Diese Arbeit soll durch die Konzentration auf die persönlichkeitsbezogenen Faktoren dieser Erkrankungsform keineswegs den Eindruck erwecken, dass Sucht hier als monodirektionales Geschehen ohne Berücksichtigung der gesellschaftlichen Basisbedingungen und des sozioökologischen Lebensumfeldes einer Person verstanden wird. Das persönliche Widerspruchsfeld ist „(...) wesentlich von meso- und makrosozialen Lebensbedingungen in Form von materiellen, sozialen und kulturellen Handlungs- und Entwicklungsspielräumen beeinflusst“ (Schröder, 2003, S.251). Diese haben Einfluss auf individuelle Anforderungsmuster, Verfügbarkeit von Ressourcen, Chancen zur Kompetenzer-

höhung und effektive Kompetenznutzung. Suchterkrankungen sind letztendlich nur unter der Berücksichtigung aller Eckpunkte der Wechselwirkungstrias von Umwelt, Person und Suchtmittel/Suchtverhalten zu verstehen.

Ein zentrales Anliegen dieses Buches ist es, sich den allgegenwärtig scheinenden Suchtgefahren auf persönlichkeitsbezogener Ebene zu nähern. Dabei liegt der Schwerpunkt der Untersuchungen in einer ersten empirischen Studie auf der Suche nach Zusammenhängen zwischen Störungen in der Emotionsregulation und dem Suchtgeschehen. Eine zweite empirische Studie zielt auf die Erarbeitung sowie Evaluation eines Interventionsprogramms zur Verbesserung von Gefühlswahrnehmung und Emotionsregulation bei Suchtkranken. Das Programm soll über die Vermittlung von instrumentellen, situationsbezogenen Handlungskompetenzen der Belastungs- und Suchtbewältigung hinausgehen. Gegenstand des im Rahmen dieser Untersuchung entwickelten Interventionsprogramms ist die Auseinandersetzung mit Sinn- und Bedeutungszusammenhängen in der Entwicklung und von Lebenssituationen der Teilnehmer. Dabei steht die Förderung selbstreflexiver Fähigkeiten im Mittelpunkt. So kann die Entwicklung von „komplexeren Befähigungsstrukturen für die Bewältigung anhaltender transitorischer Veränderungen“ (Schröder, 2003, S.246) gefördert werden.

In der Literatur wird der Zusammenhang zwischen Inkompetenzen in der Wahrnehmung, der Akzeptanz sowie der Regulation von Gefühlen und der Entwicklung sowie Aufrechterhaltung von Suchterkrankungen in vielfältiger Weise beschrieben. Aktuelle neurobiologische Forschungen bestätigen diese Aussagen. Auch Untersuchungen zu Wirkungserwartungen, insbesondere beim Alkoholkonsum, belegen den Zusammenhang zwischen dem Trinken und dem Wunsch, dadurch die Gefühle ´zu manipulieren´. Strukturierte emotionsfokussierte Interventionsansätze scheinen bei der Vielzahl von verschiedenen Verfahren und Behandlungsorientierungen in der Suchtherapie jedoch unterrepräsentiert. Diese Beobachtung wirft die Frage auf, warum solche Zusammenhänge in der Behandlung so wenig Berücksichtigung finden. Deshalb wird in dieser Arbeit anhand einer empirischen Untersuchung der Frage nach den emotionsbezogenen Nutzungsanlässen, den Erwartungen an eine gefühlsregulierende Wirkung bei

drogenkonsumierenden Jugendlichen und der Notwendigkeit eines emotionsfokussierten Interventionsansatzes nachgegangen. Geprüft werden soll, ob und welche dementsprechenden Behandlungsansätze in der Suchttherapie existieren und welche Zielorientierungen dabei von Bedeutung sind. In einer zweiten Untersuchung erfolgt die Entwicklung eines emotionsorientierten Interventionsprogramms, welches anschließend auf dessen Effizienz in einer Pilot-Evaluationsstudie geprüft wird.

Dabei ist die vorliegende Untersuchung mit folgenden konkreten Zielstellungen verbunden:

1. Empirische Prüfung der Annahme, wonach jugendliche Konsumenten beim Drogengebrauch eine Veränderung der Befindlichkeit bewusst anzielen und die Wirkung der Drogen zur Regulierung bestimmter Gefühlszustände nutzen.
2. Entwicklung eines Interventionsansatzes zur Sensibilisierung der Wahrnehmung von Gefühlen, zur Akzeptanz emotionalen Erlebens und zur Kompetenzerweiterung emotionsregulierender Fähigkeiten.
3. Pilot-Studie zur Evaluation des Interventionsprogramms hinsichtlich seiner spezifisch emotionsorientierten Wirksamkeit.

Vor der Beschreibung der empirischen Untersuchungen werden die theoretischen Voraussetzungen dieses Forschungsvorhabens dargelegt. In einem ersten Teil (vgl. Abschnitt II 1.) wird dabei den Fragen nachgegangen, was Gefühle sind, was sie von Emotionen unterscheiden, was ihre Wahrnehmung und Regulation beeinflusst und wie sie erfasst werden können. Es erfolgt eine Darstellung von in der psychologischen und neurobiologischen Forschungsliteratur verwendeten Emotionsbegriffen. In diesem Zusammenhang werden die Auffassungen zur phylogenetischen und ontogenetischen Entwicklung von Emotionen referiert. Die Vorstellungen zur Verbindung von Emotion und Kognition werden dargestellt.

In den folgenden Einführungsteilen (vgl. Abschnitt II 2.) werden die theoretischen Annahmen und der Forschungsstand zum Zusammenhang zwischen Emotionsregulationskompetenzen und Suchtverhalten aufgezeigt. Referiert werden hierbei zunächst derzeit verwendete Suchtdefinitionen und Angaben zur

Epidemiologie der Suchterkrankung in Deutschland. In einem weiteren Schritt erfolgt eine Darstellung verschiedener theoretischer Auffassungen zur Entstehung und Aufrechterhaltung von Suchterkrankungen unter neurobiologischen, verhaltenstherapeutischen und psychodynamischen Gesichtspunkten. Besondere Berücksichtigung finden hierbei die jeweiligen Vorstellungen über den Zusammenhang von Emotionsregulierung und Suchtverhalten.

In einem weiteren Teil (vgl. Abschnitt III) werden spezielle theoretische Grundlagen für die Entwicklung eines strukturierten emotionsorientierten Behandlungsansatzes aufgezeigt. Dazu werden zunächst die bisher in der Literatur zur Suchttherapie verwendeten Zielvorstellungen und Interventionsmethoden dargestellt. Ausgehend von einem modernen Gesundheitsbegriff und von neuen Ansätzen in der Auffassung zur Entstehung und Aufrechterhaltung von Suchtverhalten und von deren therapeutischen Konsequenzen werden die Grundlagen und die Zielvorstellungen eines modular aufgebauten Therapieprogramms zur Verbesserung der Kompetenzen in der Emotionsregulation vorgestellt. Besondere Beachtung finden hierbei wiederum verschiedene Aspekte aus neurobiologischen, lerntheoretischen und psychodynamischen Konzepten.

In diesem Buch werden aus Gründen der besseren Lesbarkeit nur grammatisch maskuline Formen zur Bezeichnung von Personen verwendet. Diese schließen solche weiblichen und männlichen Geschlechts gleichermaßen ein.