STIFTUNG
ANTON PROKSCH-INSTITUT WIEN

Tätigkeitsbericht 2021

Nachfolgend finden Sie einen Überblick über die Aktivitäten der Stiftung Anton Proksch-Institut Wien im abgelaufenen Geschäftsjahr 2021.

1. Sitzungen

Es wurden jeweils zwei Präsidiums- und zwei Kuratoriumssitzungen sowie zwei API Jour-fix abgehalten:

Präsidiums-/Kuratoriumssitzungen	
08.03.2021	API Jour-fix
07.05.2021	Präsidiums- und Kuratoriumssitzung
23.09.2021	API Jour-fix
05.11.2021	Präsidiums- und Kuratoriumssitzung

2. Veranstaltungen

2.1 Festveranstaltung

Die Erfolgsgeschichte des Anton Proksch Instituts, war viele Jahre untrennbar mit Univ.-Prof. Dr. Michael Musalek verknüpft. Sein Ausscheiden als ärztlicher Leiter nach 16 Jahren in dieser Funktion hat die Stiftung Anton Proksch-Institut Wien zum Anlass genommen zu einer Festveranstaltung für und mit Michael Musalek am 28. Juli 2021 ins Palais Ferstel in 1010 Wien einzuladen.

„DER MENSCH IM MITTELPUNKT"

Unter dieser Prämisse unterstützt das Anton Proksch Institut seit mehr als 40 Jahren seine Patientinnen und Patienten dabei, ihren Weg in ein selbstbestimmtes Leben zu finden. Die Erfolgsgeschichte des Hauses, die eigentlich aus zehntausenden individuellen Erfolgsgeschichten besteht, war viele Jahre untrennbar mit Univ.-Prof. Dr. Michael Musalek verknüpft. Sein Ausscheiden als ärztlicher Leiter nach 16 Jahren in dieser Funktion nimmt die Stiftung Anton Proksch-Institut Wien zum Anlass, Sie sehr herzlich zu einer Festveranstaltung für und mit Michael Musalek einzuladen, und zwar am

Mittwoch, den 28. Juli 2021 um 19:00 Uhr
im Palais Ferstel, Strauchgasse 4, 1010 Wien

Wir präsentieren dort die Festschrift „**Auf der Suche nach einem autonomen und freudvollen Leben – Ressourcenorientierte Suchtbehandlung**", die anlässlich von Michael Musaleks Abschied entstanden ist. Außerdem möchten wir bei dieser Gelegenheit über „Das Schöne als heilsame Kraft" diskutieren und die Themen Sucht und psychische Gesundheit unter diesem Aspekt reflektieren. „Das Schöne" steht im Zentrum von Michael Musaleks Wirken – aus der Überzeugung heraus: Wer selbst im Leben das „schönere Lied" singt, für den verliert der Sirenenklang der Suchtmittel seine Anziehungskraft.

Wir freuen uns auf anregende, spannende Stunden!

Mit freundlichen Grüßen
Mag. Richard Gauss
Präsident der Stiftung Anton Proksch-Institut Wien

PROGRAMM

BEGRÜSSUNG
Präsident der Stiftung Anton Proksch-Institut Wien Mag. Richard Gauss

GRUSSADRESSE 1
Bundesminister Dr. Wolfgang Mückstein

GRUSSADRESSE 2
Bürgermeister Dr. Michael Ludwig (angefragt)

PHILOSOPHISCHE KEYNOTE
Ariadne von Schirach

PODIUMSDISKUSSION
DDr. Ida Maria Kister
Dr. Georg Psota
Univ.-Prof. Dr. Christian Haring
Dr. Eva Holzl
Dr. Oliver Scheibenbogen

Beachten Sie insbesondere die 3G-Regel.
Bitte sagen Sie uns bis spätestens 21. Juli 2021 per Email unter symposium@api.or.at oder telefonisch 01 88010-201 zu oder ab.

Im Rahmen dieser wurde die Festschrift „Auf der Suche nach einem autonomen und freudvollen Leben – Ressourcenorientierte Suchtbehandlung“, die anlässlich von Michael Musaleks Abschied entstanden ist, präsentiert. Moderiert wurde die Veranstaltung und eine Podiumsdiskussion über „Das Schöne als heilsame Kraft“, von der Journalistin Corinna Milborn.

Bei einem fachlichen intensiven Austausch ging es um die Themen Sucht und psychische Gesundheit unter diesem besonderen Aspekt reflektiert. „Das Schöne“ stand im Zentrum von Michael Musaleks Wirken im Anton Proksch Institut. Wie er betonte aus der Überzeugung heraus. Wie er ausführte: „Wer selbst im Leben das schönere Lied“ singt, für den verliert der Sirenenklang der Suchtmittel seine Anziehungskraft.

2.2 Wiener Suchtsymposium

Unter dem Titel „Sucht(-behandlung) in Zeiten der Disruption zwischen Digitalisierung und Pandemie“ Herausforderungen und Chancen der Suchtbehandlung im Zeitalter der Digitalisierung und unter CoVid-Bedingungen fand am 18. und 19. November 2021 der Wiener Suchtkongress des Anton Proksch Instituts statt. Am 18. November wurde ein Pre-Congress-Workshop zum Thema „Epidemiologie, Diagnostik und Behandlung der Tabakabhängigkeit – Aus der Praxis für die Praxis“ in kleinem Rahmen in Präsenz abgehalten. Der zweite Kongresstag, am 19. November 2021, fand ausschließlich online statt.

Die Evaluierungsergebnisse der Teilnehmer*innen zeichnete durchgehend eine sehr positive Bewertung. Vor allem die Möglichkeit eines interdisziplinären Austausches in Präsenz und unter erhöhten Sicherheitsvorhaben (2 G +) wurden besonders geschätzt.

3. Publikationen

3.1 Momentum

Seit 2019 gibt die Stiftung Anton Proksch – Institut Wien die Zeitschrift „Momentum“ – Das österreichische Journal für positive Suchttherapie – heraus. Sie erscheint prinzipiell drei Mal im Jahr. Aufgrund der CoVid19-Pandemie und den damit verbundenen Herausforderungen (homeoffice, erschwerte Bedingungen für Redaktionssitzungen, Autor*innen, etc.) sind auch 2021 nur zwei Ausgaben erschienen. „Momentum“ besteht aus Fachartikel zum Thema Sucht und anverwandte Themen. Ein Interview mit Fachexpert*innen bzw. Entscheidungsträger*innen aus Politik, Gesund & Soziales ist fixer Bestandteil der Zeitschrift. Je nach Themenstellung werden auch Interviews von Betroffenen geführt oder sozial-philosophisch-psychologische Texte aus Fachpublikationen veröffentlicht.

Zeitschrift Momentum (siehe Beilage) siehe beiliegende Editorials	
Ausgabe	Themenschwerpunkt
01/2021	**Suchtkranke und ihre Angehörigen: Der ewige Balanceakt**
02/2021	**Viele Zugänge, ein Ziel: Sucht bestmöglich behandeln**

3.2 Festschrift

Anlässlich der Pensionierung des ärztlichen Direktors des Klinikums (API Betriebs gemeinnützige GmbH) wurde eine Festschrift über den Wirkungszeitraum von Prim. Univ. Prof. Dr. Michael Musalek und seine Ansätze in der Suchtbehandlung publizieret und im Rahmen der Festveranstaltung im Palais Ferstel präsentiert.

4. Forschung

Die Fertigstellung der Studie *„Altersdoping in Österreich“* mit der das Institut für Sozialästhetik der Sigmund Freud Universität beauftragt wurde, verzögert sich. Der CoVid19 Pandemie wurde dahingehend Rechnung getragen, dass eine Nacherfassung und die Berücksichtigung der CoVid19-Pandemie Niederschlag finden soll. Eine Fertigstellung ist mit 1. Quartal 2022 zu rechnen.

Vom Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (BMSGPK) wurde im November 2020 eine Studie zu *„genderspezifische Faktoren für die Behandlung von Personen mit Alkoholabhängigkeitssyndrom unter besonderer Berücksichtigung von komorbiden Störungen und weiteren (sekundären) Abhängigkeitserkrankungen.“ (Abk.:*

„Genderstudie") beauftragt. Die Umsetzung der Studie erforderte eine Abklärung mit dem BMSGPK bzgl. der Möglichkeiten der Durchführung. Diese konnte im letzten Quartal 2021 erzielt werden. Eine Beauftragung des Instituts für Sozialästhetik der Sigmund Freud Universität wird im 1. Quartal 2022 umgesetzt werden.

2020 beauftragte die Stiftung Anton Proksch – Institut Wien selbst eine Delphie-Studie bei der Gesundheit Österreich (GÖG) – Fachbereich Sucht, zum Thema „(Sucht-)Behandlung in der Krise". Die Studie wird vom BMSGPK mitfinanziert. Ein erster Bericht wurde im 1. Quartal 2021 unter Beteiligung der GÖG der Presse präsentiert (siehe Anhang).

5. Allgemeines

Auch 2021 war durch die noch immer andauernde Pandemie geprägt. Vernetzung und interdisziplinärer Austausch in Präsenz finden kaum statt. Weiterhin finden die unterschiedlichen Vernetzungstreffen/-sitzungen im Gesundheits-, Sozial- und arbeitsmarktpolitischer Bereich in digitaler Form statt. (Webex, ZOOM, MS Teams, etc.). Dazu gehörten auch 2021 u. a. die Teilnahme an Sitzungen der Österreichischen Armutskonferenz, Vorstandssitzungen des Dachverbandes arbeit plus Wien sowie des DOKLI Beirates der Gesundheit Österreich GmbH - Kompetenzzentrum Sucht. Ebenso der fachliche Austausch mit der Suchtvorbeugung Niederösterreich und der Sucht- und Drogenkoordination Wien gemeinnützige GmbH (SDW).

N° 1/2021

Momentum

Das österreichische Journal für positive Suchttherapie
Herausgegeben vom Anton Proksch Institut

Suchtkranke und ihre Angehörigen: Der ewige Balanceakt

Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser!

Die Planung für die aktuelle Ausgabe von „Momentum" begann mit einer Facebook-Nachricht der Journalistin und Autorin Gabriele Kuhn: Sie habe, so schrieb sie mir, „Momentum" in die Hände bekommen und mit großem Interesse den Text einer stationär aufgenommenen Patientin gelesen – auch aus ihrer eigenen Betroffenheit heraus, als Tochter von zwei alkoholkranken Eltern. Eine alles andere als selbstverständliche Offenheit, die mich umso mehr gefreut hat – kann sie doch Suchtkranke und deren Angehörige dabei unterstützen, selbst den Mut aufzubringen, über ihre Situation zu sprechen. Darum bat ich Frau Kuhn, ihre Geschichte für „Momentum" aufzuschreiben. Das Ergebnis finden Sie ab Seite 4. Ich darf Ihnen diesen berührenden und mutigen Text ans Herz legen und mich auch an dieser Stelle ausdrücklich dafür bedanken, dass wir ihn abdrucken dürfen.

4 **Überleben – eine Kraft**
Gabriele Kuhn

8 **Angehörige zwischen Co-Abhängigkeit und Ressource**
Wolfgang Ferdin

12 **Zwischen Erkenntnis, Geduld und Hilflosigkeit**
Linda Plank

16 **Loslassen heißt nicht Fallenlassen**
Ute Andorfer

20 **Das menschliche Rühren und die Kraft der Verzeihung**
Hartmut Rosa

„Die Sucht hinterlässt nicht nur bei den Süchtigen tiefe Spuren, sondern auch bei jenen, die mit ihnen leben müssen. Wenn ein Familienmitglied suchtkrank ist, sind alle Menschen in dieser Familie betroffen. Man könnte sagen: Alle sind krank." Die Erfahrungen von Gabriele Kuhn decken sich mit dem aktuellen Stand der Wissenschaft, aber auch mit unseren Erfahrungen im Anton Proksch Institut. Drei KollegInnen beschreiben, mit welchen Herausforderungen Angehörige von Suchtkranken konfrontiert sind, wie sie das Suchtverhalten von geliebten Menschen sogar noch befördern können, aber auch, wie sie im Zuge des therapeutischen Prozesses zur Ressource werden.

Wenn wir von Angehörigen sprechen, meinen wir in diesem Kontext nicht nur Partnerinnen und Partner, Töchter und Söhne, Mütter und Väter. Es geht um „concerned significant others", also betroffene, wichtige Menschen aus dem Umfeld des oder der Suchtkranken. Deshalb enthält diese Ausgabe von „Momentum" auch einen Text des bekannten deutschen Soziologen Hartmut Rosa, in dem er über Freundschaften schreibt: „Als Zeugen unseres Lebens haben alte Freunde die Fähigkeit, uns mit unserer eigenen Biographie in Verbindung zu bringen, wenn wir im Durchleben schwieriger Veränderungsphasen den Kontakt zu unserem früheren Selbst verloren zu haben scheinen."

Wir hoffen, Ihnen auch mit dieser Ausgabe von „Momentum" wieder neue Denkanstöße mitzugeben. Kostenlose Abonnements können Sie auch weiterhin per Mail an **abo@api.or.at** bestellen. Empfehlen Sie uns gerne weiter!

Viel Freude beim Lesen!

DSA Gabriele Gottwald-Nathaniel, MAS
Geschäftsführerin

N° 2/2021

Momentum

Das österreichische Journal für positive Suchttherapie
Herausgegeben vom Anton Proksch Institut

Viele Zugänge, ein Ziel: Sucht bestmöglich behandeln

Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser!
Ich hoffe, diese Ausgabe von „Momentum" erreicht Sie in einem für Sie persönlich entspannten Sommer. Die Corona-Pandemie, die uns auf vielen Ebenen fordert, wird uns weiterhin begleiten: Delta-Variante, Impfraten und die Frage der Impflicht beschäftigen uns aktuell besonders.

Zahlreich und folgenschwer sind die Auswirkungen der Pandemie auch für die Behandlung chronisch Suchtkranker. Seit 2020 tauscht sich das Anton Proksch Institut daher mit anderen Einrichtungen für chronisch Suchtkranke in (Ost-)Österreich in regelmäßigen Skype-Calls unter dem Motto #gemeinsamsindwirmehr aus. Es geht u.a. darum, wie wir – trotz unterschiedlicher Aufgabenstellungen – sicherstellen können, dass chronisch Suchtkranke ambulant und stationär COVID-tauglich und trotzdem adäquat betreut und behandelt werden können. Wir überlegen, wie wir gemeinsam Wege der Kommunikation und des notwendigen Austausches für uns aufrechterhalten können und thematisieren dabei auch die ersten wahrnehmbaren Veränderungen für und Anforderungen an unser Klientel durch die Corona-Pandemie. An dieser Stelle ein herzliches Danke an die Geschäftsführungskollegin und -kollegen des Vereins Dialog, des Grünen Kreis, des Vereins Pass und des Schweizer Haus Hadersdorf!

In diesem Heft schreibt jede dieser Einrichtungen über etwas, das ihr besonders wichtig ist. Wir alle mögen unsere eigenen Zugänge und Schwerpunkte haben; doch uns eint die Wertschätzung für unsere Klientinnen und Klienten, Patientinnen und Patienten und der Fokus auf deren bestmögliche Behandlung und Betreuung. Diese wird im Nachgang der Pandemie wichtiger denn je! Wir sehen, dass Menschen, die schon davor psychosozial besonders gefordert waren, nicht nur vermehrt (wieder) Suchtmittel konsumieren, sondern auch Familien und Arbeitsumfelder erhöht belastet sind.

2021 ist für das Anton Proksch Institut ein Umbruchjahr. Seit Jahresbeginn ist Prim. Dr. Wolfgang Preinsperger ärztlicher Direktor des Hauses. Über seine Haltung und Pläne lesen Sie auf den Seiten 16-19. Ende Juli haben wir unseren langjährigen ärztlichen Direktor Univ.-Prof. Dr. Michael Musalek verabschiedet – mit der Präsentation einer Festschrift, einer Podiumsdiskussion und einer Überraschung aus dem Gesundheitsministerium (Seiten 26-27).

4 **Psychotherapie mit Suchtkranken: Ein störungsspezifischer Ansatz**
Birgit Köchl, Michael Schmalhofer

8 **Therapeutische Gemeinschaft und Suchterkrankung**
Human-Friedrich Unterrainer

12 **„Kleiner Leuchtturm" für Kinder aus suchtbelasteten Familien**
Nadja Springer

16 **„Die Leute fangen nicht mehr bei Null an"**
Wolfgang Preinsperger im Interview

20 **Gender und Suchterkrankungen: Sind Frauen anders süchtig?**
Barbara Gegenhuber

26 **Ende einer Ära: Ein Fest für Michael Musalek**
Michael Robausch

Kostenlose „Momentum"-Abos können Sie auch weiterhin per Mail an **abo@api.or.at** bestellen. Empfehlen Sie uns gerne weiter!

Viel Freude beim Lesen!
DSA Gabriele Gottwald-Nathaniel, MAS
Geschäftsführerin

Pressespiegel

Kunde: API

Zeitraum: Jänner bis April 2021

Überblick Clippings

Datum	Medium	Titel
20.01.2021	Kleine Zeitung	Wenn Einkaufen zur Sucht wird
20.01.2021	Kleine Zeitung online	Warnzeichen erkennen Im Lockdown: Wenn Online-Shopping zur Sucht wird
05.02.2021	Gesünder Leben	Stationäre Langzeittherapie – Beratung – Behandlung – Betreuung
06.02.2021	OÖN	Alkohol - Genuss- und Suchtmittel
06.02.2021	ÖON online	Alkohol – Genuss- und Suchtmittel
05.03.2021	Gesünder Leben	Moderne Süchte
27.03.2021	Der Standard	An der Aufnahme
28.03.2021	Der Standard online	Sanitäterinnen, Tester, Pflegerinnen: Ohne sie wäre der Kampf gegen Corona undenkbar
04.04.2021	Die Presse	Abkehr vom Abstinenzparadigma
21.04.2021	ZIB 13	CoV - Psychische Probleme bei einem Drittel der Bevölkerung
29.04.2021	Die Zeit	Gefährlicher Angstlöser
29.04.2021	Die Zeit	»Wir werden eine Welt voller Zocker sein«

1 "Kleine Zeitung" vom 20.01.2021 Seite: 38

Ressort: BESSER_LEBEN
Von Claire Hermann
Steiermark

Wenn Einkaufen zur Sucht wird

Besser leben
Mittwoch, 20. Jänner 2021
RECHT & GELD | STIL & TRENDS | KÖRPER & GEIST | NETZ & TECHNIK | NACHHALTIG LEBEN

Wenn Einkaufen zur Sucht wird

Beim Online-Shopping ist im Lockdown alles nur einen Klick entfernt. Allzu schnell wird das Vergnügen jedoch zur Sucht.

Von Claire Hermann

Gesehen. Geklickt. Gekauft. Der Einkauf via Mausklick erfreut sich wachsender Beliebtheit. 66,3 Prozent der Österreicher im Alter von 16 bis 74 Jahren gaben im Zeitraum April bis Juni 2020 in einer Erhebung an, das Internet innerhalb der letzten zwölf Monate zum Online-Einkauf genutzt zu haben. Kein Wunder: Die virtuellen Shops sind rund um die Uhr geöffnet und vermitteln auch während des Lockdowns das Gefühl, auf nichts verzichten zu müssen.

Für Kaufsüchtige oder Kaufsuchtgefährdete ist genau das verhängnisvoll. Suchtexperten berichten, dass die Zahl der von Kaufsucht Betroffenen durch die Pandemie steige. Weil man sich aufgrund der Ausgangsbeschränkungen mehr zu Hause aufhalte, sei die Verlockung, im Internet einzukaufen, größer geworden. „Kaufsucht hat sehr viel mit Kontrollverlust zu tun", sagt Roland Mader, Abteilungsvorstand der Station für Alkohol- und Medikamentensucht sowie stoffungebundene Süchte wie Kauf- oder Spielsucht am Anton Proksch Institut in Wien. „Kontrollverlust bedeutet dann, nicht aufhören zu können, immer mehr zu kaufen." Während des Einkaufens gehe es Betroffenen gut, danach komme es aber schnell wieder zu negativen Gefühlen. Der vermeintliche Ausweg: Shoppen.

Eine wesentliche Rolle spielt dabei das Belohnungssystem im Gehirn – Glückshormone wie Dopamin und Endorphine werden ausgeschüttet. Das Problem: Das Bestellte zu erhalten oder mit dem Gekauften nach Hause zu gehen, sollte normalerweise glücklich machen. Dies sei bei Kaufsüchtigen jedoch nicht der Fall, häufig werde das Gekaufte nicht einmal ausgepackt: „Den Betroffenen geht es nur um den Akt des Kaufens." Da es Kaufsüchtigen um die Handlung des Kaufens geht, würden Betroffene häufig unnötige Dinge kaufen.

Kaufsucht bringt aber nicht nur finanzielle, sondern auch soziale Probleme mit sich: „Irgendwann kommt die Familie drauf und dann kommt es zu Konflikten", sagt Mader. Kurzfristig mache das Shoppen den Betroffenen glücklich, auf Dauer führe die Sucht jedoch häufig zu sozialem Rückzug oder psychischen Erkrankungen, wie zum Beispiel Depressionen.

Handelt es sich um eine ausgeprägte Kaufsucht, kann sie sogar existenzbedrohend werden: „Verschulden ist in so einem Fall ein typischer Schaden. Dann werden die eigenen finanziellen Möglichkeiten überzogen mit allen Konsequenzen – Beschaffungskriminalität, Lügen, Betrügen, Borgen, nicht Zurückzahlen – ähnlich wie bei einer Glücksspielsucht", weiß Manfred Geishofer, Psychotherapeut und Geschäftsführer der b.a.s. Einer Studie der Arbeiterkammer aus dem Jahr 2017 zufolge sind elf Prozent der Österreicher kaufsüchtig. Als kaufsuchtgefährdet – das sind Menschen mit kompensatorischem Kaufverhalten – gilt sogar jeder Vierte. Obwohl das Problem Kaufsucht weitreichende Folgen hat, wird es bagatellisiert. Kaufsucht gilt zwar als nicht stoffgebundene Sucht, offiziell als Krankheit anerkannt wird sie jedoch nicht.

Roland Mader, Anton Proksch Institut

Dass viele Menschen versuchen, ihre Gefühle über das Shoppen zu regulieren, habe aber auch noch

einen anderen Grund: „Wir leben in einer Kultur, die für Gefühle wie Angst, Wut, Trauer – Gefühle, die wir als ‚negativ' bezeichnen – keinen Platz hat. Wir haben nicht gelernt, entsprechende Mechanismen zu entwickeln, um damit umzugehen." Der Psychotherapeut rät deswegen dazu, sich selbst gegenüber Aufmerksamkeit zu entwickeln und sich darüber bewusst zu werden, inwiefern Verhaltensweisen wie das exzessive Kaufen das Leben bestimmen würden.

Ähnlich sieht das Roland Mader vom Anton Proksch Institut: „Wenn ich kaufe, weil es mir nicht gut geht: Warum geht es mir nicht gut? Was kann ich tun, damit es mir besser geht? Würde es mir helfen, mit jemandem zu reden? Würde mir ein Hobby helfen, vielleicht Sport?" Kommt man aus der Kaufsucht aus eigener Anstrengung nicht heraus, sollte professionelle Hilfe in Anspruch genommen werden (siehe Kasten oben).

Bei allen Risiken, die der Lockdown für Kaufsüchtige oder Kaufsuchtgefährdete mit sich bringt, könne er aber auch einen positiven Effekt haben. Die Überlegung Maders: Infolge der Ausgangsbeschränkungen nehme der soziale Druck durch Vergleiche ab. „Es bringt nichts, wenn ich jetzt zehn Handtaschen bestelle, weil ich sie niemandem zeigen kann." Das Einkaufen sei dadurch weniger wichtig. Für kaufsüchtige oder kaufsuchtgefährdete Personen kann der Lockdown damit auch zur Chance werden.

2 kleinezeitung.at" gefunden am 20.01.2021 05:21 Uhr

Weblink: https://www.kleinezeitung.at/lebensart/gesundheit/5923292/Warnzeichen-erkennen_Im-Lockdown_Wenn-OnlineShopping-zur-Sucht-wird

Warnzeichen erkennen Im Lockdown: Wenn Online-Shopping zur Sucht wird

Online-Shopping boomt. Es ist nicht nur bequem, sondern auch rund um die Uhr verfügbar: Alles scheint bloß einen Klick entfernt zu sein. Allzu schnell wird das vermeintlich harmlose Einkaufsvergnügen jedoch zur Sucht.

Gesehen. Geklickt. Gekauft. Der Einkauf via Mausklick erfreut sich stetig wachsender Beliebtheit. Immerhin 66,3 Prozent der Österreicher im Alter von 16 bis 74 Jahren gaben im Zeitraum April bis Juni 2020 laut einer

Erhebung an, das Internet innerhalb der letzten zwölf Monate zum Online-Einkauf genutzt zu haben. Kein Wunder: Die virtuellen Shops sind nicht nur rund um die Uhr verfügbar, sie vermitteln darüber hinaus auch während des Lockdowns das Gefühl, auf nichts verzichten zu müssen. Barrieren scheint es in der virtuellen Einkaufswelt nicht zu geben, Angebote wie "Jetzt kaufen, später zahlen" oder "Same Day Delivery" machen's möglich.

Für Kaufsüchtige oder Kaufsuchtgefährdete ist jedoch genau das verhängnisvoll. Suchtexperten berichten, dass die Zahl der von Kaufsucht Betroffenen durch die Pandemie steige. Weil man sich aufgrund der Ausgangsbeschränkungen mehr zuhause aufhalte, sei die Verlockung, im Internet einzukaufen, größer geworden.

Wenn Online-Shopping problematisch wird

Hier mal was bei Amazon, da mal was bei Zalando bestellt: Aber wann wird das eigene Kaufverhalten zum Problem? "Kaufsucht hat sehr viel mit Kontrollverlust zu tun", sagt Roland Mader vom

Anton Proksch Institut. In der Wiener Suchtklinik, die als einer der führenden in Europa gilt, ist er Abteilungsvorstand der Station für Alkohol- und Medikamentensucht sowie stoffungebundene Süchte

wie Kauf- oder Spielsucht. "Kontrollverlust bedeutet dann, nicht aufhören zu können, immer mehr zu kaufen." Während des Einkaufens gehe es Betroffenen gut, danach komme es jedoch allzu schnell wieder zu negativen Gefühlen. Der vermeintliche Ausweg : erneutes Shoppen.

Eine wesentliche Rolle spielt dabei das Belohnungssystem im Gehirn. "Zuerst ist da eine Erwartung oder Vorfreude, ein Geschäft zu betreten oder mir etwas im Internet zu bestellen. Ich freue mich darauf, etwas zu bekommen", erklärt der Experte. Das Belohnungssystem werde angeregt, Glückshormone wie Dopamin und Endorphine ausgeschüttet: "Dieses positive Gefühl ist es auch, was gesucht wird." Das Problem: Das Bestellte zu erhalten oder mit dem Gekauften nach Hause zu gehen, sollte normalerweise glücklich machen. Dies sei bei Kaufsüchtigen jedoch nicht der Fall, häufig werde das Gekaufte nicht einmal ausgepackt: "Den Betroffenen geht es nur um den Akt des Kaufens".

Eng damit verbunden ist die beabsichtigte Erhöhung des eigenen Selbstwertes. Das spiegele sich häufig in den erworbenen Produkte wider, so Mader. Frauen würden üblicherweise Dinge erwerben, die ihre soziale Identität betreffen und nach außen wirken, wie zum Beispiel Kleidung, Schmuck oder Kosmetika. "Bei Männern geht es häufig um Prestige und Selbstwerterhöhung. Sie kaufen typischerweise technische Dinge, beispielsweise den noch größeren Fernseher".

Da es Kaufsüchtigen um die Handlung des Kaufens geht, würden Betroffene häufig unnötige Dinge kaufen: "Da wird zum Beispiel das 100. Paar schwarze Schuhe oder die 40. Gucci-Handtasche bestellt." Nicht selten passiere es, dass Angehörige originalverpackte Ware im Kasten versteckt fänden. "Oft schicken Kaufsüchtige das Bestellte aber auch sofort zurück." Aus Scham werde zumeist alleine gekauft, das Kaufen verheimlicht.

Laut dem Gesundheitsportal Österreich müssen unter anderem folgende Kriterien erfüllt sein, um von einer Kaufsucht sprechen zu können:

Abzugrenzen davon ist das kompensatorische Kaufverhalten. Menschen mit kompensatorischem Kaufverhalten sind stärker gefährdet, eine Kaufsucht zu entwickeln.

Kaufsucht bringt nicht nur finanzielle, sondern auch soziale Probleme im privaten Umfeld mit sich: "Irgendwann kommt die Familie drauf und dann kommt es zu familiären Konflikten", sagt Mader. Kurzfristig mache das Shoppen den Betroffenen zwar happy, auf Dauer führe die Sucht jedoch häufig zu sozialem Rückzug oder psychischen Erkrankungen, wie zum Beispiel Depressionen.

Handelt es sich um eine ausgeprägte Kaufsucht, kann sie sogar existenzbedrohend werden: "Verschulden ist in so einem Fall ein typischer Schaden. Dann werden die eigenen finanziellen Möglichkeiten überzogen mit allen entsprechenden Konsequenzen, wie Beschaffungskriminalität, Lügen, Betrügen, Ausborgen, Geld nicht Zurückzahlen - ähnlich wie bei einer Glücksspielsucht", weiß Manfred Geishofer, Psychotherapeut und Geschäftsführer der b.a.s.

Einer Studie der Arbeiterkammer aus dem Jahr 2017 zufolge, sind 11 Prozent der Österreicher kaufsüchtig. Als kaufsuchtgefährdet - das sind Menschen mit kompensatorischem Kaufverhalten - gilt sogar jeder Vierte. Obwohl das Problem Kaufsucht für Betroffene wie für Angehörige weitreichende Folgen hat, wird es bagatellisiert. Kaufsucht gilt zwar als nicht stoffgebundene Sucht, offiziell als Krankheit anerkannt wird sie jedoch nicht.

"Zu kaufen und zu konsumieren ist ja die Grundlage unseres Wirtschaftssystems. Das heißt, wir alle sind ja bis zu einem bestimmten Maß auch Dinge am kaufen, die wir nicht brauchen. Es wird einem ja auch suggeriert, dass das eine lustvolle Angelegenheit ist, sein Geld für irgendwelche Dinge auszugeben", erklärt Geishofer. Dass viele Menschen versuchen, ihre Gefühle über das Shoppen zu regulieren, habe aber auch noch einen anderen Grund: "Wir leben in einer Kultur, die für Gefühle wie

Angst, Wut oder Trauer - Gefühle, die wir als 'negativ'bezeichnen - keinen Platz hat. Wir haben nicht gelernt, entsprechende Mechanismen zu entwickeln, um damit umzugehen." Dadurch suche man nach

vermeintlich 'schnellen' Lösungen, um sich davon abzulenken.

Der Psychotherapeut rät deswegen dazu, sich selbst gegenüber Aufmerksamkeit und Sensibilität zu entwickeln: "Dass ich eben nicht sage 'Mir geht's jetzt nicht gut, schau ich halt schnell mal in Amazon', sondern sich zu überlegen, was eigentlich mit einem los ist." Dabei gehe es nicht darum, Konsum generell abzulehnen, sondern sich darüber bewusst zu werden, inwiefern Verhaltensweisen wie das exzessive Kaufen das eigene Leben zunehmend bestimmen würden.

Ähnlich sieht das Roland Mader vom Anton Proksch Institut : "Natürlich ist das Kaufen für Viele eine Kompensation von Frust, von Depression, von Einsamkeit." Hier gelte es, genauer hinzuschauen: "Wenn ich kaufe, weil es mir nicht gut geht: Warum geht es mir nicht gut? Was kann ich tun, damit es mir besser geht, außer shoppen zu gehen oder online zu bestellen? Würde es mir helfen, mit jemandem über meine Probleme zu reden? Würde mir ein Hobby zur Ablenkung helfen, vielleicht Sport?"

Das Kaufen ist für Viele eine Kompensation von Frust, von Depression, von Einsamkeit.

Kommt man aus der Kaufsucht aus eigener Anstrengung nicht heraus, sollte professionelle Hilfe in Anspruch genommen werden. Im Anton Proksch Institut besteht beispielsweise die Möglichkeit einer ambulanten oder einer stationären Therapie. Das werde mit der betroffenen Person individuell vereinbart, erklärt Mader. Die Therapie selbst beinhalte neben regelmäßigen psychotherapeutischen Einzelgesprächen auch spezifische

Gruppentherapien mit Gleichbetroffenen. Es gehe während der Behandlung auch darum, neue Möglichkeiten und neue Interessen zu entdecken und sich Alternativen zum Kaufen anzueignen.

Auch bei der b.a.s gibt es die Möglichkeit, sich wegen Kaufsucht in Therapie zu begeben. Wesentlich sei es, sich die Ursprünge der Suchterkrankung anzuschauen: "Was ist die Vorgeschichte des Ganzen?", so Geishofer. Zusätzlich bestünde das Angebot der Schuldnerberatung, was auch bei Spielsucht häufig zur Anwendung kommt.

Bei allen Risiken, die der Lockdown für kaufsüchtige oder kaufsuchtgefährdete Personen mit sich bringt, könne er aber auch einen positiven Effekt haben. Die Überlegung Maders: In Folge der Ausgangsbeschränkungen nehme der soziale Druck durch soziale Vergleiche ab. "Es bringt nichts, wenn ich jetzt zehn Handtaschen bestelle, weil ich kann sie niemandem zeigen." Dem Einkaufen käme dadurch eine andere Bedeutung zu, würde weniger wichtig werden. Für kaufsüchtige oder kaufsuchtgefährdete Personen kann der Lockdown damit auch zur Chance werden.

3 "gesünderleben.at" gefunden am 05.02.2021 13:03 Uhr

Weblink: https://gesuenderleben.at/stationaere-langzeittherapie-beratung-behandlung-betreuung/2/

Stationäre Langzeittherapie – Beratung – Behandlung – Betreuung

Langzeittherapiestation Mödling, 39 Plätze
Die Langzeittherapiestation für Drogenabhängige mit schweren Persönlichkeitsstörungen ist das psychotherapeutische Kernstück des Behandlungsangebotes für Drogenabhängige im Anton-Proksch-Institut. Mit einem strukturierten psychotherapeutischen und soziotherapeutischen Angebot werden Drogenabhängige mit schweren Persönlichkeitsstörungen behandelt, um in einem sechs oder zwölf Monate dauernden stationären Aufenthalt Fähigkeiten zur Bewältigung eines drogenfreien Lebens entwickeln und stärken zu können.

Die MitarbeiterInnen arbeiten nach bewährten Konzepten der stationären Psychotherapie: Alle PatientInnen und TherapeutInnen, jede/r auf ihre/seine Weise und im Rahmen ihrer/seiner Aufgabenstellung, gestalten miteinander das stationäre Leben, erproben und erleben Neues in der Gemeinschaft und bearbeiten das Erlebte mit Hilfe der Gruppe und der TherapeutInnen, um es für die persönliche Weiterentwicklung nützen zu können.

Während des Aufenthalts soll eine für PatientIn und TherapeutIn nachvollziehbare Entwicklung stattfinden. Dieser Prozess wird durch ein Phasenmodell veranschaulicht: Der Aufenthalt ist in vier Phasen unterteilt, die alle mit bestimmten Anforderungen, Rechten und Pflichten verbunden sind.

Angebote

- Medizinische Betreuung,
- Psychiatrische Behandlung,
- Psychotherapie erfolgt nach dem Psychodynamischen Konzept in unterschiedlichen Settings: Einzel- und Gruppenpsychotherapie, Wohngruppe und Großgruppe; Angebot einer psychotherapeutischen Frauengruppe,
- Arbeitstherapie: Keramik, Papierwerkstatt, PC-Kurse (ECDL, ECDL advance), Haustechnik, Küche, Telefondienst,
- Aktive Unterstützung bei der Berufsfindung und Arbeitssuche in enger Zusammenarbeit mit der Wiener BerufsBörse,
- Freizeitaktivitäten: Sportplatz, Garten, Kaffeehaus, Musikraum, Bibliothek, Internet/Computer, Spiele und Kreativmaterial; angeleitete Kurse in wechselndem Angebot (Sport, Outdoor, Theater, Philosophie, Alphabetisierung oder Sprachen, Yoga etc.), kulturelle Veranstaltungen, Ausflüge und Wanderungen.

Kontakt:
Die Vorbetreuung/Anmeldung erfolgt in der Regel über den „Treffpunkt" – Drogenberatung und Vorbetreuung, Spezialambulanz für Substitutionen.

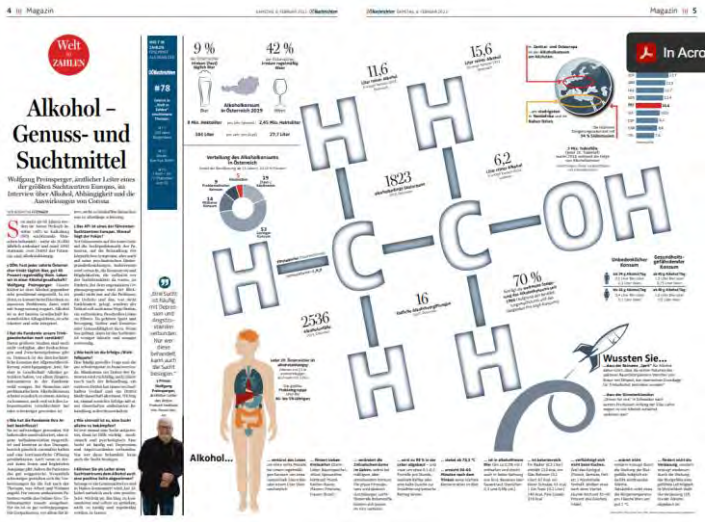
Hinweise:
Die Zielgruppe sind PatientInnen, die bereits körperlich entzogen wurden. Aufnahmekriterien sind eine aufrechte Versicherung oder eine anderweitig geregelte Kostenübernahme, die Bereitschaft zur aktiven Mitarbeit am therapeutischen Geschehen, Interesse und Motivation für die therapeutischen Angebote und eine Zusammenarbeit und Auseinandersetzung sowohl mit sich selbst als auch mit dem Team und den MitpatientInnen.

ADRESSE	Husarentempelgasse 3, 2340 Mödling
TELEFON	02236 222 96
E-MAIL	drogenabteilung@api.or.at
INTERNET	www.antonproksch institut.at

4 "Oberösterreichische Nachrichten" vom 06.02.2021 Seite: 4

Ressort: Magazin
Wochenende

Alkohol - Genuss- und Suchtmittel


Welt der ZAHLEN

Alkohol – Genuss- und Suchtmittel

Wolfgang Preinsperger, ärztlicher Leiter eines der größten Suchtzentren Europas, im Interview über Alkohol, Abhängigkeit und die Auswirkungen von Corona

Von Roswitha Fitzinger

Seit mehr als 60 Jahren werden im Anton Proksch Institut (API) in Kalksburg (NÖ) suchtkranke Menschen behandelt - mehr als 10.000 jährlich ambulant und rund 2000 stationär, zwei Drittel der Patienten sind alkoholabhängig.

OÖN: Fast jeder zehnte Österreicher trinkt täglich Bier, gut 40 Prozent regelmäßig Wein. Leben wir in einer Alkoholgesellschaft?

Wolfgang Preinsperger: Unsere Kultur ist dem Alkohol gegenüber sehr gewährend eingestellt. Es sei denn, es kommt beim Einzelnen zu massiven Problemen, dann wird mit Ausgrenzung reagiert. Alkohol ist in der breiten Gesellschaft Bestandteil des Alltagslebens, ist sehr toleriert und sehr integriert.

Hat die Pandemie unsere Trinkgewohnheiten noch verstärkt?

Daten größerer Studien sind noch nicht verfügbar, aber Beobachtungen und Zwischenergebnisse gibt es. Demnach ist der durchschnittliche Konsum der Allgemeinbevölkerung zurückgegangen. Jene, die eher in Gesellschaft Alkohol getrunken haben, vor allem Jüngere, konsumieren in der Pandemie wohl weniger. Bei Menschen mit problematischem Alkoholkonsum scheint es jedoch zu einem Anstieg zu kommen, auch weil sich ihre Lebenssituation verschlechtert hat oder schwieriger geworden ist.

Wie hat die Pandemie Ihre Arbeit beeinflusst?

Sie ist aufwendiger geworden. Wir haben alles umstrukturiert, eine eigene Aufnahmestation eingerichtet und konnten so den Therapiebereich gänzlich coronafrei halten und eine kontinuierliche Öffnung gewährleisten. Auch wenn es derzeit keine freien und begleiteten Ausgänge gibt, haben die Patienten das gut weggesteckt. Wesentlich schwieriger gestalten sich die Vorbereitungen für die Zeit nach der Therapie, was Arbeit und Wohnen angeht. Für unsere ambulanten Patienten wurde das Online- bzw. Telefonangebot massiv ausgebaut. Für sie ist es gut weitergegangen. Für Erstpatienten, vor allem für ältere, nicht-technikaffine Menschen war es allerdings schwierig.

Das API ist eines der führenden Suchtzentren Europas. Worauf liegt der Fokus?

Wir fokussieren auf der einen Seite auf die Suchtproblematik des Patienten, auf die Behandlung der körperlichen Symptome, aber auch auf seine psychiatrischen Hintergrunderkrankungen. Andererseits wird versucht, die Ressourcen und Möglichkeiten, die vielleicht vor der Suchtkrankheit da waren, zu fördern. Bei dem sogenannten Orpheusprogramm wird der Blickpunkt nicht nur auf die Probleme, die Defizite und das, was nicht funktioniert, gelegt, sondern der Patient soll auch neue Wege finden, ein zufriedenes, freudvolles Leben zu führen. Da gehören Sport und Bewegung, Kultur und Kreatives oder Genussfähigkeit dazu. Wenn das gelingt, dann ist das Suchtmittel weniger lukrativ und weniger

notwendig.

Wie hoch ist die Erfolgs-/Rückfallquote?

Eine häufig gestellte Frage und die am schwierigsten zu beantwortende. Mindestens ein Drittel der Patienten wird rückfällig, auch relativ rasch nach der Behandlung, ein weiteres Drittel hat einen wechselhaften Verlauf und ein Drittel bleibt dauerhaft abstinent. Wichtig ist, einmal erreichte Erfolge mit einer dauerhaften ambulanten Behandlung aufrechtzuerhalten.

Wie sinnvoll ist es, eine Sucht alleine zu bekämpfen?

Ist erst einmal eine Sucht aufgetreten, dann ist Hilfe wichtig - medizinisch und psychologisch. Eine Sucht ist häufig mit Depression und Angstzuständen verbunden. Nur wer diese behandelt, kann auch die Sucht besiegen.

Können Sie als Leiter eines Suchtzentrums dem Alkohol auch eine positive Seite abgewinnen?

Solange er ein Genussmittel ist und in Maßen konsumiert wird, hat Alkohol natürlich auch eine positive Seite. Wichtig ist, ihn klug zu konsumieren und selten zu genießen, nicht zu häufig und regelmäßig werden zu lassen.

5 "nachrichten.at" gefunden am 06.02.2021 00:09 Uhr

Weblink: https://www.nachrichten.at/meine-welt/gesundheit/alkohol-genuss-und-suchtmittel;art114,3346888

Alkohol – Genuss- und Suchtmittel

Wolfgang Preinsperger, ärztlicher Leiter eines der größten Suchtzentren Europas, im Interview über Alkohol, Abhängigkeit und die Auswirkungen von Corona.

Seit mehr als 60 Jahren werden im Anton Proksch Institut (API) in Kalksburg (NÖ) suchtkranke Menschen behandelt – mehr als 10.000 jährlich ambulant und rund 2000 stationär, zwei Drittel der Patienten sind alkoholabhängig.

OÖN: Fast jeder zehnte Österreicher trinkt täglich Bier, gut 40 Prozent regelmäßig Wein. Leben wir in einer Alkoholgesellschaft?

Wolfgang Preinsperger: Unsere Kultur ist dem Alkohol gegenüber sehr gewährend eingestellt. Es sei denn, es kommt beim Einzelnen zu massiven Problemen, dann wird mit Ausgrenzung reagiert. Alkohol ist in der breiten Gesellschaft Bestandteil des Alltagslebens, ist sehr toleriert und sehr integriert.

Hat die Pandemie unsere Trinkgewohnheiten noch verstärkt?

Daten größerer Studien sind noch nicht verfügbar, aber Beobachtungen und Zwischenergebnisse gibt es. Demnach ist der durchschnittliche Konsum der Allgemeinbevölkerung zurückgegangen. Jene, die eher in Gesellschaft Alkohol getrunken haben, vor allem Jüngere, konsumieren in der Pandemie wohl weniger. Bei Menschen mit problematischem Alkoholkonsum scheint es jedoch zu einem Anstieg zu kommen, auch weil sich ihre Lebenssituation verschlechtert hat oder schwieriger geworden ist.

Wie hat die Pandemie Ihre Arbeit beeinflusst?

Sie ist aufwendiger geworden. Wir haben alles umstrukturiert, eine eigene Aufnahmestation

eingerichtet und konnten so den Therapiebereich gänzlich coronafrei halten und eine kontinuierliche Öffnung gewährleisten. Auch wenn es derzeit keine freien und begleiteten Ausgänge gibt, haben die Patienten das gut weggesteckt. Wesentlich schwieriger gestalten sich die Vorbereitungen für die Zeit nach der Therapie, was Arbeit und Wohnen angeht. Für unsere ambulanten Patienten wurde das Online- bzw. Telefonangebot massiv ausgebaut. Für sie ist es gut weitergegangen. Für Erstpatienten, vor allem für ältere, nicht-technikaffine Menschen war es allerdings schwierig.

Das API ist eines der führenden Suchtzentren Europas. Worauf liegt der Fokus?

Wir fokussieren auf der einen Seite auf die Suchtproblematik des Patienten, auf die Behandlung der körperlichen Symptome, aber auch auf seine psychiatrischen Hintergrunderkrankungen. Andererseits wird versucht, die Ressourcen und Möglichkeiten, die vielleicht vor der Suchtkrankheit da waren, zu fördern. Bei dem sogenannten Orpheusprogramm wird der Blickpunkt nicht nur auf die Probleme, die Defizite und das, was nicht funktioniert, gelegt, sondern der Patient soll auch neue Wege finden, ein zufriedenes, freudvolles Leben zu führen. Da gehören Sport und Bewegung, Kultur und Kreatives oder Genussfähigkeit dazu. Wenn das gelingt, dann ist das Suchtmittel weniger lukrativ und weniger notwendig.

Wie hoch ist die Erfolgs-/Rückfallquote?

Eine häufig gestellte Frage und die am schwierigsten zu beantwortende. Mindestens ein Drittel der Patienten wird rückfällig, auch relativ rasch nach der Behandlung, ein weiteres Drittel hat einen wechselhaften Verlauf und ein Drittel bleibt dauerhaft abstinent. Wichtig ist, einmal erreichte Erfolge mit einer dauerhaften ambulanten Behandlung aufrechtzuerhalten.

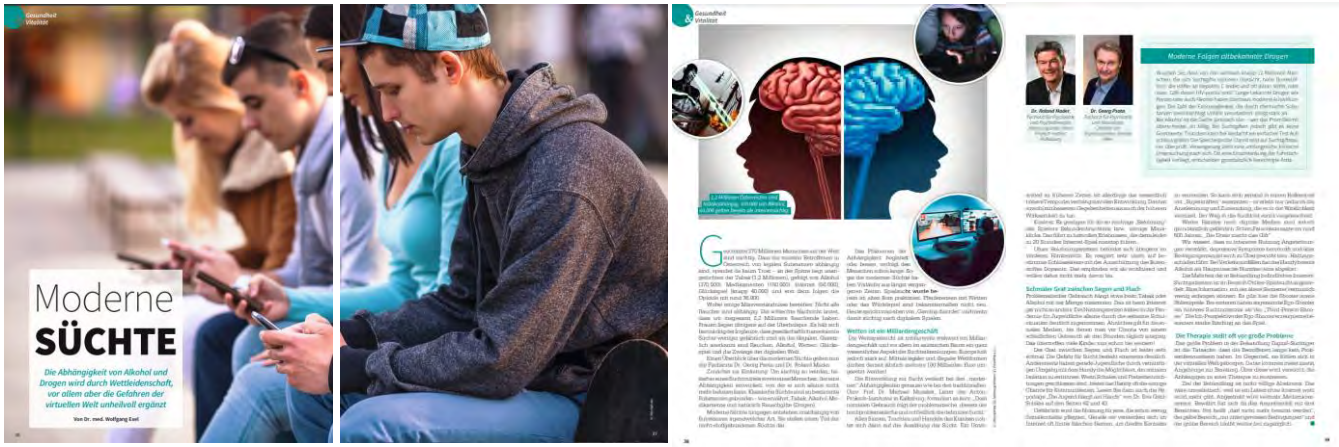
Wie sinnvoll ist es, eine Sucht alleine zu bekämpfen?

Ist erst einmal eine Sucht aufgetreten, dann ist Hilfe wichtig – medizinisch und psychologisch. Eine Sucht ist häufig mit Depression und Angstzuständen verbunden. Nur wer diese behandelt, kann auch die Sucht besiegen.

Können Sie als Leiter eines Suchtzentrums dem Alkohol auch eine positive Seite abgewinnen?

Solange er ein Genussmittel ist und in Maßen konsumiert wird, hat Alkohol natürlich auch eine positive Seite. Wichtig ist, ihn klug zu konsumieren und selten zu genießen, nicht zu häufig und regelmäßig werden zu lassen.

Ressort: Gesundheit & Vitalität
Von Dr. med. Wolfgang Exel



Moderne SÜECHTE

Die Abhängigkeit von Alkohol und Drogen wird durch Wettleidenschaft, vor allem aber die Gefahren der virtuellen Welt unheilvoll ergänzt

Geschätzte 270 Millionen Menschen auf der Welt sind süchtig. Dass die meisten Betroffenen in Österreich von legalen Substanzen abhängig sind, spendet da kaum Trost-an der Spitze liegt unangefochten der Tabak (1,2 Millionen),gefolgt von Alkohol (370.000), Medikamenten (150.000), Internet (60.000), Glücksspiel (knapp 40.000) und erst dann folgen die Opioide mit rund 36.000.

Wobei einige Missverständnisse bestehen: Nicht alle Raucher sind abhängig. Die schlechte Nachricht lautet, dass wir insgesamt 2,2 Millionen Rauchende haben. Frauen liegen übrigens auf der Überholspur. Es hält sich hartnäckig der Irrglaube, dass gesellschaftlich anerkannte Süchte weniger gefährlich sind als die illegalen. Gesetzlich anerkannt sind Rauchen, Alkohol, Wetten, Glücksspiel und die Zwänge der digitalen Welt.

Einen Überblick über die modernen Süchte geben nun die Fachärzte Dr. Georg Psota und Dr. Roland Mader.

Zunächst zur Einleitung: Um süchtig zu werden, bedarf es eines Suchtmittels sowie eines Menschen, der eine Abhängigkeit entwickelt, von der er sich alleine nicht mehr befreien kann. Klassische Süchte sind an bestimmte Substanzen gebunden-wie erwähnt, Tabak, Alkohol, Medikamente und natürlich Rauschgifte (Drogen).

Moderne Süchte hingegen entstehen unabhängig von Substanzen irgendwelcher Art. Sie stellen einen Teil der nicht-stoffgebundenen Süchte dar.

Das Phänomen der Abhängigkeit begleitet oder besser, verfolgt de Menschen schon lange. gar die modernen Sücht ben Vorläufer aus längst genen Zeiten. Spielsucht wurde be reits im alten Rom praktiziert. Pferderennen mit Wetten oder das Würfelspiel sind bekanntermaßen nicht neu. Heute spricht man eben von "Gaming disorder" und meint damit süchtig nach digitalem Spielen.

Wetten ist ein Milliardengeschäft

Die Wettspielsucht ist mittlerweile weltweit ein Milliardengeschäft und vor allem im asiatischen Raum ein ganz wesentlicher Aspekt der Suchterkrankungen. Europa holt jedoch stark auf. Mittels legaler und illegaler Wettformen dürften derzeit jährlich mehrere 100 Milliarden Euro umgesetzt werden!

Die Entwicklung zur Sucht verläuft bei den "modernen" Abhängigkeiten genauso wie bei den traditionellen. Univ. Prof. Dr. Michael Musalek, Leiter des Anton-Proksch-Institutes in Kalksburg, formuliert es kurz: "Dem normalen Gebrauch folgt der problematische, diesem der hochproblematische und schließlich die definitive Sucht."

Alles Sinnen, Trachten und Handeln des Kranken richtet sich dann auf die Ausübung der Sucht. Ein Unterschied zu früheren Zeiten ist allerdings das wesentlich höhere Tempo der verhängnisvollen Entwicklung. Das hat sowohl mit besseren Gegebenheiten als auch der höheren Wirksamkeit zu tun.

Konkret: Es genügen für die so wichtige "Belohnung" des Spielers Sekundenbruchteile bzw. wenige Mausklicks. Das führt zu lustvollen Erlebnissen, die dann leider zu 20 Stunden Internet-Spiel nonstop führen.

Unser Belohnungssystem befindet sich übrigens im vorderen Hirnbereich. Es reagiert sehr rasch auf bestimmte Schlüsselreize mit der Ausschüttung des Botenstoffes Dopamin. Das empfinden wir als wohltuend und wollen daher nicht mehr davon los.

Schmaler Grat zwischen Segen und Fluch Problematischer Gebrauch hängt etwa beim Tabak oder Alkohol mit der Menge zusammen. Das ist beim Internet gar nicht so anders: Die Nutzungszeiten haben in der Pandemie für Jugendliche alleine durch die seltsame Schulsituation deutlich zugenommen. Ähnliches gilt für die sozialen Medien, bei denen man vor Corona von einem schädlichen Gebrauch ab drei Stunden täglich ausging. Das übertreffen viele Kinder nun schon bei weitem!

Der Grat zwischen Segen und Fluch ist leider sehr schmal. Die Gefahr für Sucht besteht einerseits deutlich. Andererseits haben gerade Jugendliche durch vernünftigen Umgang mit dem Handy die Möglichkeit, der sozialen Isolation zu entrinnen. Wenn Schulen und Freizeiteinrichtungen geschlossen sind, bietet das Handy oft die einzige Chance für Kommunikation. Lesen Sie dazu auch die Reportage "Die Jugend hängt am Handy" von Dr. Eva Greil-Schähs auf den Seiten 42 und 43.

Gefährlich wird die Nutzung für jene, die schon wenig Sozialkontakte pflegten. Gerade sie verstecken sich im Internet oft hinter falschen Namen, um direkte Kontakte zu vermeiden. So kann sich jemand in einem Rollenspiel mit "Superkräften" ausstatten-er erlebt nur dadurch die Anerkennung und Zuwendung, die er in der Wirklichkeit vermisst. Der Weg in die Sucht ist somit vorgezeichnet.

Weder Handys noch digitale Medien sind jedoch grundsätzlich gefährlich. Schon Paracelsus sagte vor rund 500 Jahren: "Die Dosis macht das Gift".

Wir wissen, dass zu intensive Nutzung Angststörungen verstärkt, depressive Symptome hervorruft und über Bewegungsmangel auch zu Übergewicht bzw. Haltungsschäden führt. Bei Verkehrsunfällen hat das Handy bereits Alkohol als Hauptursache Nummer eins abgelöst.

Die Mehrheit der in Behandlung befindlichen Internet-Suchtpatienten ist im Bereich Online-Spielsucht angesiedelt. Eine Information, mit der ältere Semester vermutlich wenig anfangen können: Es gibt hier die Shooter sowie Rollenspiele. Bei ersteren haben sogenannte Ego-Shooter ein höheres Suchtpotenzial als die "Third-Person-Shooter".Die Ich-Perspektive der Ego-Shooter erzeugt eine besonders starke Bindung an das Spiel.

Die Therapie stellt oft vor große Probleme Das große Problem in der Behandlung Digital-Süchtiger ist

die Tatsache, dass die Betroffenen lange kein Problembewusstsein haben. Im Gegenteil, sie fühlen sich in der virtuellen Welt geborgen. Daher kommen meist zuerst Angehörige zur Beratung. Über diese wird versucht, die Abhängigen zu einer Therapie zu motivieren.

Ziel der Behandlung ist nicht völlige Abstinenz. Das wäre unrealistisch, weil es ein Leben ohne Internet wohl nicht mehr gibt. Angestrebt wird vielmehr Medienkompetenz. Bewährt hat sich da das Ampelmodell mit drei Bereichen: Rot heißt "darf nicht mehr benutzt werden", der gelbe Bereich,"nur unter gewissen Bedingungen" und der grüne Bereich bleibt weiter frei zugänglich. ê

Moderne Folgen altbekannter Drogen

Wussten Sie, dass von den weltweit knapp 12 Millionen Menschen, die sich Suchtgifte injizieren (Vorsicht, hohe Dunkelziffer!),die Hälfte an Hepatitis C leidet und oft daran stirbt, oder dass 12% davon HIV-positiv sind? Lange bekannte Drogen wie Heroin oder auch Alkohol haben durchaus moderne Auswirkungen. Die Zahl der Fahrzeuglenker, die durch chemische Substanzen beeinträchtigt Unfälle verursachen, steigt stark an.

Bei Alkohol ist die Sache juristisch klar-wer das Promillelimit überschreitet, ist fällig. Bei Suchtgiften jedoch gibt es keine Grenzwerte. Trotzdem kann bei Verdacht ein einfacher Test Aufschluss geben: Die Speichelprobe. Damit wird auf Suchtgiftspuren überprüft. Verweigerung zieht eine umfangreiche klinische Untersuchung nach sich. Ob eine Einschränkung der Fahrtüchtigkeit vorliegt, entscheiden grundsätzlich berechtigte Ärzte.

Dr. Roland Mader, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, Abteilungsleiter Anton Proksch Institut Kalksburg

Dr. Georg Psota, Facharzt für Psychiatrie und Neurologie, Chefarzt der Psychosozialen Dienste Wien

1,2 Millionen Österreicher sind tabakabhängig, 370.000 von Alkohol, 60.000 gelten bereits als internetsüchtig.

7 "Der Standard" vom 27.03.2021 Seite: 6

Ressort: Agenda

Bundesland Abend, Bundesland

An der Aufnahme

Sonja Watzinger stellt sicher, dass Suchtkranke Hilfe finden

Als die Pandemie Österreich überrollte, mussten das Anton-Proksch-Institut und Sonja Watzingers Pflegeteam umdenken. Alle anderen Anstalten für Suchtkranke nahmen keine Patientinnen und Patienten mehr auf, sie wählten einen anderen Weg. Denn bei Suchtkranken könne man die Maßnahmen nicht aufschieben, sagt die Leiterin der Corona-Aufnahmestation: „Im Gegenteil, sie sind durch Corona zum Teil tiefer in die Sucht hineingerutscht." Es ging also darum, eine Lösung zu finden, um weiter stationäre Behandlung anzubieten.

Das einzig freistehende Gebäude auf dem Gelände des Anton-Proksch-Institutes wurde innerhalb kurzer Zeit zur Aufnahmestation umfunktioniert. „Niemand hat damals gewusst, wie wir die Aufnahmen Corona-konform gestalten können, und auch nicht, wie lange wir in dieser Situation sein werden", sagt

sie. Mittlerweile habe es sich gut eingespielt, die Station blieb. Leicht sei das am Anfang nicht gewesen. Das Team musste das Therapieangebot so gestalten, dass es auch Nutzen für die Patientinnen und Patienten hat und Pflegepersonal wie auch Therapeutinnen und Therapeuten gut geschützt sind, sagt die 49-Jährige. In voller Schutzausrüstung wurden beim Check-in PCR-Tests abgenommen, nach fünf Tagen im Einzelzimmer mit Zimmerservice folgte der zweite Test. War auch der negativ, konnte man in den Therapiebereich wechseln.

Besonders im Sommer sei die Schutzkleidung auch körperlich anstrengend gewesen, erzählt Watzinger. Für die Patientinnen und Patienten sei es befremdlich gewesen. „Im Suchtbereich suchen wir das Persönliche – Schutzkleidung verbreitet eher Schrecken als Sicherheit", sagt sie. Seit Herbst sind die Regeln etwas lockerer. Nach dem ersten negativen PCR-Test wechselt man in ein Doppelzimmer. Dort muss dann Maske getragen werden, wenn man das Zimmer verlässt. Das Essen gibt es im Zimmer, und auch die Visite passiert dort.

1100 Patientinnen und Patienten wurden seit dem Start der Station aufgenommen. In ihrer Beobachtung seien Suchterkrankungen durch die Pandemie gestiegen, sagt Watzinger. Menschen würden, wenn sie etwa ihren Job verlieren oder in Beziehungskrisen geraten, oft „in Suchtverhalten rutschen". (ook)

Bild: Foto: Regine Hendrich; Zeichnungen: Armin Karner

8 "Der Standard" vom 27.03.2021 Seite: 6

Ressort: Agenda
Bundesland Abend, Bundesland

AGENDA: Pandemiebekämpfung

Blumen für die Helfer

An der Aufnahme

Am Ende der Leitung

An der Aufnahme

Sonja Watzinger stellt sicher, dass Suchtkranke Hilfe finden

Als die Pandemie Österreich überrollte, mussten das Anton-Proksch-Institut und Sonja Watzingers Pflegeteam umdenken. Alle anderen Anstalten für Suchtkranke nahmen keine Patientinnen und Patienten mehr auf, sie wählten einen anderen Weg. Denn bei Suchtkranken könne man die Maßnahmen nicht aufschieben, sagt die Leiterin der Corona-Aufnahmestation: „Im Gegenteil, sie sind durch Corona zum Teil tiefer in die Sucht hineingerutscht." Es ging also darum, eine Lösung zu finden, um weiter stationäre Behandlung anzubieten.

Das einzig freistehende Gebäude auf dem Gelände des Anton-Proksch-Institutes wurde innerhalb kurzer Zeit zur Aufnahmestation umfunktioniert. „Niemand hat damals gewusst, wie wir die Aufnahmen Corona-konform gestalten können, und auch nicht, wie lange wir in dieser Situation sein werden", sagt sie. Mittlerweile habe es sich gut eingespielt, die Station blieb. Leicht sei das am Anfang nicht gewesen. Das Team musste das Therapieangebot so gestalten, dass es auch Nutzen für die Patientinnen und Patienten hat und Pflegepersonal wie auch Therapeutinnen und Therapeuten gut geschützt sind, sagt die 49-Jährige. In voller Schutzausrüstung wurden beim Check-in PCR-Tests abgenommen, nach fünf Tagen im Einzelzimmer mit Zimmerservice folgte der zweite Test. War auch der negativ, konnte man in den Therapiebereich wechseln.

Besonders im Sommer sei die Schutzkleidung auch körperlich anstrengend gewesen, erzählt Watzinger. Für die Patientinnen und Patienten sei es befremdlich gewesen. „Im Suchtbereich suchen wir das Persönliche – Schutzkleidung verbreitet eher Schrecken als Sicherheit", sagt sie. Seit Herbst sind die Regeln etwas lockerer. Nach dem ersten negativen PCR-Test wechselt man in ein Doppelzimmer. Dort muss dann Maske getragen werden, wenn man das Zimmer verlässt. Das Essen gibt es im Zimmer, und auch die Visite passiert dort.

1100 Patientinnen und Patienten wurden seit dem Start der Station aufgenommen. In ihrer Beobachtung seien Suchterkrankungen durch die Pandemie gestiegen, sagt Watzinger. Menschen würden, wenn sie etwa ihren Job verlieren oder in Beziehungskrisen geraten, oft „in Suchtverhalten rutschen". (ook)

Bild: Foto: Regine Hendrich; Zeichnungen: Armin Karner

9 "www.derstandard.at" vom 28.03.2021 07:00

Ressort: Gesellschaft
Weblink: http://derstandard.at/2000125400170

Sanitäterinnen, Tester, Pflegerinnen: Ohne sie wäre der Kampf gegen Corona undenkbar

Seit mehr als einem Jahr hat Covid-19 Österreich im Griff. Tagtäglich setzen sich Menschen für das Wohl der Bevölkerung ein. DER STANDARD hat mit sieben von ihnen gesprochen

An der Aufnahme - Sonja Watzinger stellt sicher, dass Suchtkranke Hilfe finden

Als die Pandemie Österreich überrollte, mussten das Anton-Proksch-Institut und Sonja Watzingers Pflegeteam umdenken. Alle anderen Anstalten für Suchtkranke nahmen keine Patientinnen und Patienten mehr auf, sie wählten einen anderen Weg.

Denn bei Suchtkranken könne man die Maßnahmen nicht aufschieben, sagt die Leiterin der Corona-Aufnahmestation: "Im Gegenteil, sie sind durch Corona zum Teil tiefer in die Sucht hineingerutscht." Es ging also darum, eine Lösung zu finden, um weiter stationäre Behandlung anzubieten.

Das einzig freistehende Gebäude auf dem Gelände des Anton-Proksch-Institutes wurde innerhalb kurzer Zeit zur Aufnahmestation umfunktioniert. "Niemand hat damals gewusst, wie wir die Aufnahmen Corona-konform gestalten können, und auch nicht, wie lange wir in dieser Situation sein werden", sagt sie. Mittlerweile habe es sich gut eingespielt, die Station blieb. Leicht sei das am Anfang nicht gewesen.

Das Team musste das Therapieangebot so gestalten, dass es auch Nutzen für die Patientinnen und Patienten hat und Pflegepersonal wie auch Therapeutinnen und Therapeuten gut geschützt sind, sagt die 49-Jährige. In voller Schutzausrüstung wurden beim Check-in PCR-Tests abgenommen, nach fünf Tagen im Einzelzimmer mit Zimmerservice folgte der zweite Test. War auch der negativ, konnte man in den Therapiebereich wechseln.

Besonders im Sommer sei die Schutzkleidung auch körperlich anstrengend gewesen, erzählt Watzinger. Für die Patientinnen und Patienten sei es befremdlich gewesen. "Im Suchtbereich suchen wir das Persönliche – Schutzkleidung verbreitet eher Schrecken als Sicherheit", sagt sie. Seit Herbst sind die Regeln etwas lockerer. Nach dem ersten negativen PCR-Test wechselt man in ein Doppelzimmer. Dort

muss dann Maske getragen werden, wenn man das Zimmer verlässt. Das Essen gibt es im Zimmer, und auch die Visite passiert dort.

1100 Patientinnen und Patienten wurden seit dem Start der Station aufgenommen. In ihrer Beobachtung seien Suchterkrankungen durch die Pandemie gestiegen, sagt Watzinger. Menschen würden, wenn sie etwa ihren Job verlieren oder in Beziehungskrisen geraten, oft "in Suchtverhalten rutschen". (Oona Kroisleitner)

Den ganzen Tag am Testen - Viktoria arbeitet im Covid-Labor eines Spitals

Früher machte Viktoria hämatologische Analysen und Lipidanalysen, da untersuchte sie Rückenmarksproben und verfolgte danach, wie sich die Werte der Patientinnen und Patienten entwickelten. Das hat sie gelernt, das macht ihr Spaß.

Nun ist in dem Labor in einem Wiener Krankenhaus, in dem sie arbeitet, Corona das allumfassende Thema. "Und es hört nie auf, man ist nie fertig", erzählt sie. Jetzt kommt am Telefon stets dieselbe Frage: Wie lange dauert der Corona-Test noch? "Wir haben mehrere Telefone, und eins läutet immer", sagt die 28-Jährige: "Der Klingelton macht Albträume."

In dem Labor werden die Corona-Tests aller Patientinnen und Patienten ausgewertet, von Corona-Stationen und von regulären Stationen. "Und am schlimmsten ist, wenn ein Fall auftaucht von einer Station, in der vorher keiner positiv war", sagt Viktoria. "Dann geht es los, dann sind alle involviert, alle werden getestet. Dann läuft vielleicht noch was aus, dann muss alles desinfiziert werden."

Zu alledem kommen Ausfälle, weil eine Kollegin oder ein Kollege zur Kontaktperson wurde: "Spontaner Urlaub, das geht gar nicht mehr." Und doch hat sich im letzten Jahr einiges verändert – nicht zuletzt, weil Viktoria mittlerweile geimpft wurde. Früher fasste sie die Proben von potenziell Infizierten nur mit mehreren Paar Handschuhen an, mittlerweile sank die Angst davor. "Und wenn ich einmal huste, dann denke ich an eine Erkältung, nicht mehr an Corona", sagt sie.

Viktoria meint, die Pflegerinnen und Pfleger hätten die Anerkennung für das, was sie tun, viel mehr verdient als sie. Aber Wertschätzung, so sagt sie, bekomme sie kaum. "Dass jemand sagt: ‚Cool, dass du das machst', das hab ich noch nie gehört." Im Gegenteil: "Am Anfang hatten manche Leute Angst vor mir, weil sie dachten, ich sei ansteckend." Auch für jene, die im Labor anrufen, ist die eigene Arbeit oft unsichtbar: "Keiner weiß, dass die Leute bei uns auch nicht aus dem Boden schießen."

Wenn Viktoria in die Zukunft blickt, dann macht ihr Sorgen, dass die Maskenpflicht bleiben könnte. Zwölf Stunden am Tag, in Nachtschichten sogar 16 Stunden lang die Maske zu tragen, "das schlägt aufs Gemüt", sagt sie. Und: "Ich würde mir wünschen, dass einmal ein paar Stunden vergehen, in denen kein Corona-Test daherkommt." (Gabriele Scherndl)

Am Ende der Leitung - Katharina Marek-Baudisch berät bei der Sorgenhotline

Wenn das Telefon bei Katharina Marek-Baudisch klingelt, hat jemand Sorgen. Seit rund einem Jahr hebt die Psychotherapeutin bei der Corona-Sorgenhotline ab. Mehr als 9800 Anrufe haben sie und ihre Kolleginnen und Kollegen seither entgegengenommen.

Ein Gespräch dauert im Schnitt zwischen 20 und 30 Minuten. Die Nummer wurde von der Stadt Wien wegen der wachsenden Verunsicherung in der Corona-Pandemie ins Leben gerufen. Die Beratung reicht von allgemeinen Fragen rund um die Impfung, Testung und Quarantäne bis hin zu großen oder kleinen psychischen Krisen. "Wir hören den Menschen zunächst einmal nur zu. Sehr oft gelingt es uns, die Situation abzufangen und die Symptome zu lindern."

Welche das sind? Die Anruferinnen und Anrufer beschrieben "vermehrt Angst und Angstzustände". Viele hätten Sorge, dass "das Leben nicht gut weitergehen kann, dass sie sich mit Corona anstecken

könnten oder dass sie ihren Arbeitsplatz verlieren", sagt die 52-Jährige. Durch die Pandemie würden "Ängste getriggert, die oft aber schon geschlummert haben", sagte sie: "Corona ist ein Brennglas für Ängste."

Was man dagegen tun könnte? "Da kann man kein Kochrezept geben", sagt die Psychotherapeutin. Jede Person brauche ein individuelles Vorgehen. Sie biete vor allem einen "bewertungsfreien Raum an" und nehme die Anrufer ernst, sagt sie: "Damit die Enge ein Stückchen an Weite gewinnt und man wieder handlungsfähig wird." Insgesamt rufen etwas mehr Frauen als Männer an, meist im Alter zwischen 20 und 60 Jahren. Wenn Menschen in einer schwereren Krise stecken, organisieren Marek-Baudisch und ihre Kolleginnen und Kollegen längerfristige professionelle Unterstützung. (Oona Kroisleitner)

Corona-Sorgenhotline: 01/400053000
Montag bis Sonntag: 8 bis 20 Uhr

DJs als Lebensretter - Patricia und Daniel testen und reanimieren in Tirol

Gut 6000 Nasenabstriche hat Patricia Peer bereits abgenommen. Seit dem Vorjahr ist sie als hauptberufliche Sanitäterin beim Roten Kreuz in Hall in Tirol – vornehmlich in Teststraßen und dem mobilen Screeningteam – tätig. Ihr Lebensgefährte Daniel Sailer arbeitet seit Jahren als Notfallsanitäter in derselben Dienststelle. Die Pandemie hat das Berufs- und Privatleben der beiden 33-Jährigen nachhaltig verändert. Vor allem ihr wichtigster Ausgleich, als nebenberufliche DJs die Clubs von Innsbruck über Wien bis Berlin zum Beben zu bringen, ist weggefallen.

Daniel ist Mitbegründer des Bonanza-Festivals und der Sonnendeck-Veranstaltungsreihe in Innsbruck. Seit über einem Jahr legen die beiden aber nur mehr im ganz exklusiven Kreis zu Hause, für sich und ihre kleine Tochter Klara, Musik auf. Der Dienst im Notarztwagen ist durch die Schutzmaßnahmen noch stressiger geworden, erzählt Daniel: "In Notfallsituationen muss der Eigenschutz bisweilen hintangestellt werden." Das bereitet ihm Sorgen. "Weniger um mich selbst als um die Familie." Denn auf seine Impfung musste der Notfallsanitäter lange warten.

Patricia hat sich im vergangenen Herbst selbst mit dem Coronavirus infiziert. Zum Glück hatte sie einen milden Verlauf. Zwar vermissen die beiden ihr altes Leben hinter den Turntables. Doch sie versuchen das Beste aus der Krise zu machen: "Die Pandemie hat uns als Familie zusammengeschweißt." Wie wichtig das ist, sehen sie täglich im Job: "Die meisten Menschen haben mehr Angst vor der Einsamkeit in der Isolation daheim oder im Spital als vor einer Corona-Infektion." (Steffen Arora)

Zurück aus der Pension - Dagmar Reinmüller hilft in "ihrem" Spital wieder mit

Sie kommt gerade vom Laufen. "Im Hintergrund der Grimming, schönes Frühlingswetter, es ist herrlich in der Natur", sagt Dagmar Reinmüller. Sie fühle sich "körperlich und geistig total fit".

Deswegen habe sie auch keine Minute gezögert, wieder in den Spitalsdienst zu gehen, als sie von der steirischen Spitals holding Kages gefragt wurde, ob sie im Rottenmanner Spital mithelfen könne.

Seit drei Jahren ist die 61-jährige diplomierte Krankenschwester in Pension. "Aber wenn man mich braucht, bin ich da. Ich hatte eh schon ein schlechtes Gewissen, dass ich fit herumlaufe und nichts mache." Das hat sich jetzt grundlegend verändert. Täglich fährt Frau Reinmüller mit dem Auto von Aigen im steirischen Ennstal zu ihrer Dienststelle nach Rottenmann. Dienstbeginn: sechs Uhr früh. "Es ist wie früher, als sei ich nicht weggewesen." Heute betreut die aus dem Ruhestand zurückgeholte Krankenschwester in der eigens eingerichteten Ambulanz die Covid-Testungen und Impfungen. "Ich sehe, was hier im Spital geleistet wird. Das Gefühl, wieder mithelfen zu können, ist wunderschön", sagt Frau Reinmüller.

Sie begann mit 40 Prozent der alten Arbeitszeit, jetzt sind es schon längst wieder 100 Prozent, und das

werde auch bis auf weiteres so bleiben. "Ich will so lange bleiben, solange man mich braucht. Auch in der Intensivpflege. Ich hab mich jetzt eh drei Jahre ausgerastet." (Walter Müller)

Der fröhliche Tester - Alexander Handl führt einfühlsam das Wattestäbchen

Wenn sich die Tür zum Seiteneingang der Apotheke Dr. Hartl im zweiten Wiener Gemeindebezirk öffnet, ist man gleich ein bisschen besser gelaunt. Denn da, im Türrahmen, steht Alexander Handl, 22 Jahre jung, und strahlt über das ganze Gesicht. Nicht, dass man das direkt sehen könnte – Handl sieht aus wie ein Raumfahrer, er steckt im typischen weißen Seuchenschutzanzug des Gesundheitspersonals, den mittlerweile jedes Kind in Wien kennt. Und er trägt Maske. Aber darunter, das sieht man, ist ein freundliches, fröhliches Gesicht. Und er hat eine Stimme, die skeptische Testpersonen aufmuntert – an jedem Tag, zu jeder Stunde, im Rahmen der Apothekenöffnungszeiten natürlich.

Das ist nicht selbstverständlich, denn Handls momentaner Job ist alles andere als erbaulich. Tag für Tag bohrt er fremden Menschen in der Nase. Der Wiener, Rettungssanitäter beim Samariterbund, ist seit Mitte Dezember an die gut frequentierte Apotheke in der Engerthstraße "ausgeborgt", um dort Corona-Schnelltests durchzuführen. Bis zu neun Stunden täglich steht er im Hinterzimmer der Apotheke und nimmt Proben, immer gut gelaunt. Zwischen 9500 und 10.000 Proben von Nasenschleimhäuten habe er bereits abgenommen, schätzt er selbst. Die Testungen funktionieren einwandfrei: Man meldet sich in der Apotheke an, füllt einmal ein Datenblatt aus – und schon darf man um die Ecke gehen, zu Handl, der einfühlsam das Wattestäbchen führt. Knapp zehn Minuten später kommt das (hoffentlich negative) Testergebnis aufs Handy.

Handl hat die Gabe, dass sich Menschen bei ihm entspannen. "Was darf ich Ihnen heute Gutes tun, welches Nasenloch darf's sein?", fragt er lächelnd. Danach "Kopf nach hinten beugen, darf ich mit meiner Hand stützen?", "Tut gar nicht weh!". Tatsächlich geht's schnell und kratzt nur ein bisschen. Die Kunden würden ihn mögen, weil er ihnen die Angst nehme, erzählen sie in der Apotheke. Handl sagt, das größte Kompliment habe er von einem Kind aus dem Grätzel bekommen: "Du machst das super, ich komm nur mehr zu dir."

Auch Handl freut sich, wenn "das alles" vorbei ist. Dann möchte er Medizin studieren. Die Aufnahmeprüfung hat er bereits geschrieben, jetzt hofft er, anders als seine Kunden, dass dieser Test für ihn nicht negativ ausfällt. (Petra Stuiber)

Pfarrer mit Schutzanzug - Christoph Buchinger kennt Sorgen und Nasenschleim

Wenn Christoph Buchinger als Seelsorger zu Covid-Patienten gerufen wird, fällt ihm das Anlegen der Schutzkleidung nicht schwer. Immerhin ist der 41-jährige Priester auch diplomierter Krankenpfleger – er findet sich in Spitälern ebenso gut zurecht wie in seiner Pfarre im oberösterreichischen Frankenburg. "Seelsorge lebt vom direkten Kontakt, von der Berührung und Begegnung mit Menschen. Im Ganzkörperanzug ist das eine große Herausforderung", erzählt Buchinger.

Medizinische Erfahrung mit dem Virus hat er seit mittlerweile mehr als einem Jahr. Während der ersten Welle meldete er sich als Freiwilliger beim Roten Kreuz, um etwas gegen den wegen Grenzschließungen dräuenden Pflegenotstand zu unternehmen. Im Herbst hatte er dann häufiger mit Nasenschleim als mit Weihwasser zu tun, da er während des zweiten Lockdowns Abstriche in der örtlichen Teststraße abnahm.

An Corona führt auch bei den Predigten in den Gottesdiensten kein Weg vorbei, die derzeit wieder mit physischer Präsenz stattfinden. Dass die Pandemie in Buchingers Gemeinde wie vielerorts gewütet hat, zeigt sich nicht zuletzt den zahlreichen Beerdigungen von Covid-Toten, die er in den vergangenen Monaten leiten musste. Aktuell mache sich eine gewisse Resignation breit, berichtet der Pfarrer – in seinem Beruf gleichsam professioneller Zuhörer. Grund dafür seien etwa geplante Hochzeiten, die wegen der geschlossenen Gastronomie nicht und nicht stattfinden können.

Als Pfarrer sei es aber auch seine Aufgabe, Hoffnung zu geben und eine größere Perspektive zu vermitteln. "Ich versuche daher, in den Predigten ganz bewusst Corona manchmal auszusparen." (Theo Anders, 28.3.2021)

10 "Die Presse" vom 04.04.2021 Seite 72

Ressort: Prävention
SABINE MEZLER

Special
ALKOHOLENTWÖHUNG

Abkehr vom Abstinenzparadigma

Abkehr vom Abstinenzparadigma

Nicht für alle muss das Motto „Nie wieder auch nur ein Tropfen" gelten. Therapieansätze sind heute individueller und machen für manche maßvollen Konsum wieder möglich.

SABINE MEZLER

Nicht für alle muss das Motto "Nie wieder auch nur ein Tropfen" gelten. Therapieansätze sind heute individueller und machen für manche maßvollen Konsum wieder möglich.

Die Zahlen sind nicht schön: Bis zu fünf Prozent der Österreicher über 16 Jahre sind alkoholabhängig, weitere zwölf Prozent konsumieren Alkohol in riskanter Weise; allein in Wien gelten zwischen 35.000 und 75.000 Menschen als alkoholabhängig, weitere 135.000 bis 175.000 als gefährdet. Trotz des Wissens, dass eine Alkoholabhängigkeit nicht nur gravierende soziale und psychische Folgen haben, sondern auch zu schwerwiegenden Krankheiten wie Leberzirrhosen und Leberkrebs führen kann, scheuen viele Betroffene davor zurück, eine Entwöhnung zu beginnen. Eine der psychischen Hemmschwellen könnte dabei künftig für manche wegfallen: der Gedanke, dass man nie wieder einen Tropfen Alkohol anrühren darf. "Es gibt viele, für die das Abstinenzparadigma eine so übermächtige Hürde ist, dass sie es nicht vorstellen können, damit zu leben", weiß Hans Haltmayer, Beauftragter für Sucht-und Drogenfragen der Stadt Wien. "Harm reduction" (Schadensreduzierung) beziehungsweise "cut down drinking" (eingeschränktes Trinken) heißen die englischen Fachbegriffe für alternative Therapieformen, bei denen das Ziel nicht ist, den Patienten bis ans Ende seines Lebens von absolut jedem Alkohol fernzuhalten, sondern einen maßvollen Umgang mit dem Suchtgift zu finden. "Es gibt da zwar immer noch ein gewisses Ringen innerhalb der Community", so der Suchtbeauftragte. "Aber grundsätzlich verlässt man das Abstinenzparadigma schon zunehmend."

REDUKTION STATT ABSTINENZ. "Früher war die Abstinenz das Ziel für alle, jetzt ist die Trinkmengenreduktion eine Domäne der ambulanten Behandlung",berichtet Wolfgang Preinsperger, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapeutische Medizin sowie interimistischer ärztlicher Direktor des Anton-Proksch-Instituts. Allerdings schränkt er ein, sei diese Behandlung leider nicht für alle Alkoholkranken geeignet: "Bei wirklich schwerer Abhängigkeit stimmt es leider, dass man nie wieder trinken darf."

Wobei auch die Rückkehr zum maßvollen Umgang kein "Dann lass ich halt mal ein Glas weg"-Spaziergang ist, wie beide Experten betonen. "Auch wenn Cut Down Drinking noch umstritten ist, ist belegt, dass es funktioniert", betont Haltmayer. "Aber es ist nicht so einfach wie man glaubt."Vielmehr erfordere diese Therapieform eine intensive Beschäftigung mit dem eigenen Konsum. "Das ist eine sehr strukturierte und mit Aufwand verbundene therapeutische Intervention. Dabei muss man sich selbst beobachten, Tagebuch darüber führen, wie viel und wann man trinkt",erklärt er weiter. "Man erfährt viel über das eigene Verhalten, kann sich bewusst machen, wo man am leichtesten mit einer Reduktion beginnen kann."

Und im Zweifelsfall auch lernen, wie man mit einem potenziellen Rückfall umgeht. Denn auch das Denken, dass man es entweder schafft oder scheitert, hat in modernen therapeutischen Modellen keinen Platz. "In der Realität kommt es zu Rückfällen-aber wichtig ist, dass man etwas dagegen tun kann", unterstreicht Preinsperger. Es sei dann nicht alles verloren: "Man kann das ambulant oder mit einem kurzen stationären Aufenthalt abfangen." Wer eine Zeit lang abstinent gewesen sei, könne in einer neuerlichen Therapie den nächsten Schritt tun. "Manche schaffen es beim ersten Mal, für andere ist es ein Auf und Ab",sagt der Primar. "Aber diese Patienten wissen dann, wo sie Unterstützung bekommen können, und erfangen sich wieder." Dafür sei es wichtig, ein Klima zu schaffen, in dem der Betroffene nicht glaubt, er habe nur zwei oder drei Versuche und dann hat er es vergeigt",fügt Haltmayer hinzu.

STÄRKERE DIFFERENZIERUNG. Vielmehr seien alle Suchterkrankungen genau wie der Zeitpunkt, an dem eine Entwöhnung begonnen wird, höchst individuell-und entsprechend bewege sich auch die Entwicklung bei der Therapie in eine immer individuellere Richtung. "Es findet ein Umstrukturierungsprozess statt, bei dem stärker auf individualisierte Zielgruppen eingegangen wird. "Früher war vieles einheitlicher, heute schauen wir genauer, was braucht es für welches Ziel; wann braucht es einen stationären Aufenthalt, wann ist eine ambulante Behandlung besser geeignet",so Preinsperger. Außerdem werde bei den Zielgruppen stärker differenziert, wie ein Projekt zeige, dass gerade im Anton-Proksch-Institut konzipiert wird: "Wir planen mit der Stadt Wien ein ganz neues adoleszenzpsychiatrisches Projekt im ambulanten Bereich, das sich an 16-bis 25-Jährige wendet. Weil diese häufig eine ganz andere Problematik aufweisen als ältere Alkoholkranke. In dieser Altersgruppe geht es häufig um Mehrfach-Abhängigkeiten mit anderen Substanzen oder etwa Spielsucht, da werden wir im tagesklinischen Bereich etwas anbieten",verrät Preinsperger. Was besonders effektiv ist, da mit einem frühen Erreichen der Zielgruppe viel gewonnen werden kann, wie Haltmayer weiß: "Die Patienten, die eine ambulante Behandlung in Anspruch nehmen, werden jünger. Was eine erfreuliche Entwicklung ist, weil sie dann gesundheitlich noch nicht so stark geschädigt sind und die Heilungsraten bei 80 bis 90 Prozent liegen."

11 ZIB 13 vom 21.04.2021 13.00 Uhr

CoV - Psychische Probleme bei einem Drittel der Bevölkerung

Teubenbacher Peter (ORF)
Ja und so eine Entlastung von Familien, die wird es auch brauchen. Denn gerade Frauen, Jugendliche und junge Erwachsene, die leiden psychisch besonders stark unter der Pandemie, das zeigt jetzt auch eine neue Studie. Bereits ein Drittel der Menschen geben demnach an, psychisch belastet zu sein. Und: Die Menschen, die werden auch immer gereizter.

OFF Sprecherin (ORF)
Je länger die Pandemie und die Maßnahmen dagegen dauern, desto größer wird die psychische Belastung. Bereits ein Drittel der Menschen leiden psychisch, und zwar vor allem unter den Einschränkungen. Besonders betroffen sind Frauen.

Scheibenbogen Oliver (Anton Proksch Institut) Zum Beispiel Frauen mit Doppel-, Dreifachbelastung, ich muss mich um den Haushalt kümmern, um die Kinder kümmern, die sind jetzt durch die Krise, zum Beispiel durch Home Schooling und dergleichen, noch intensiver belastet und da steigt die psychische Belastung exorbitant stark an.

OFF Sprecherin (ORF)
Ein deutliches Anzeichen dafür, dass die Menschen überlastet sind, ist auch, dass die Gereiztheit steigt.

Musalek Michael (Anton Proksch Institut) Je länger die Krise andauert, desto höher die erhöhte Reizbarkeit, desto höher auch die erhöhte Gereiztheit und desto höher auch die gereizte

Missgestimmtheit, was ein Indikator dafür ist, dass Menschen massiv überlastet sind.

OFF Sprecherin (ORF)
Wichtig sei es, den Menschen Hoffnung zu geben, dass sich die Situation dank der Impfung verbessern werde. Konkrete Erwartungen zu wecken, wann was aufgesperrt wird, könne aber zu Enttäuschungen führen und die Situation letztlich schlimmer machen.

Der gegenständliche Text ist eine Abschrift eines audiovisuellen Beitrags. Aufgrund der medienspezifischen Charakteristik von Radio- und Fernsehbeiträgen kann es bei der Transkription zu formalen Abweichungen in der sprachlichen Abbildung zwischen dem Text und dem audiovisuellen Original kommen.

Die inhaltliche Verantwortung liegt bei der APA DeFacto Datenbank & Contentmanagement GmbH.

12 "Zeit Österreich" Nr. 18 vom 29.04.2021 Seite: 18

Ressort: Oesterreich
August Modersohn
oesterreich

ÖSTERREICH

Gefährlicher Angstlöser

»75 Ideen für ein besseres Leben« – Beginnen wir in der Nachbarschaft!

6. MAI 2021 – 19 UHR

Gefährlicher Angstlöser

Homeoffice, Kurzarbeit und Lockdown: In der Pandemie greifen viele zu Alkohol, um ihre Sorgen zu vergessen

Am allerschönsten, sagt Philipp Kloimstein, sei für ihn derzeit die Yoga-Gruppe. »Da stehen Bauarbeiter neben Polizisten, Köchen und Pfarrern – und die merken plötzlich, dass es ihnen etwas gibt! Das ist herrlich!«

Es gibt diese Momente, in denen Kloimstein von seiner Arbeit schwärmt. Wenn er nicht vom Leid berichten muss, dem er täglich begegnet, sondern von den Erfolgen seiner Patienten erzählen kann, von den Bauarbeitern und Polizisten, die Yoga für sich entdecken. Da bemerke er, dass sie auf einem guten Weg seien. Dass sie es schaffen, auch auf gesundem Wege Freude zu finden.

Dass es etwas bringt, was er tut.

Philipp Kloimstein, 38, kümmert sich um alkoholkranke Menschen. Er ist Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie und leitet die Suchtklinik Maria Ebene in Vorarlberg. Seine Patienten kommen für einen achtwöchigen Entzug, für Therapiegespräche, ärztlich und psychotherapeutisch, aber auch zum Erlernen von Entspannungsmethoden wie Yoga. Sie kommen, um sich vom Alkohol zu lösen.

»Niemand ist vor einer Sucht gefeit«, sagt Kloimstein – und das zeige sich jetzt, nach einem Jahr Pandemie, besonders deutlich. Da ist der Restaurantleiter, der von heute auf morgen nichts mehr zu tun hat und sich schon mittags betrinkt. Da ist die PR-Beraterin im Homeoffice mit zwei Kindern im Homeschooling, die zwischendurch zum Schnaps greift, um mit den Nerven runterzukommen. Da ist der Skilehrer, die Hochzeitsfotografin und, ja, der Pfarrer. »Wir behandeln immer mehr Menschen, die vor der Pandemie noch kein Problem mit Alkohol hatten und jetzt merken: Ich muss mir Hilfe holen, sonst verliere ich meine Kinder, meine Familie, meine Existenz.«

Das Spital Maria Ebene ist voll ausgelastet. Alle 50 Betten sind belegt, die Warteliste wird immer länger. Rund 100 Patienten stehen bereits darauf. Primar Philipp Kloimstein fürchtet, dass es in den nächsten Monaten noch mehr werden.

Noch gibt es keine gesicherten Zahlen darüber, wie sich Corona auf den Alkoholkonsum der Österreicher auswirkt. Wer sich aber umhört bei den Suchtkliniken und Beratungsstellen des Landes, der stellt fest: Das Problem wird größer. Und es geht die Sorge um, dass es noch viel größer werden könnte, wenn das Virus irgendwann besiegt sein sollte. Dass auf eine Pandemie gleich die nächste folgt, zu spüren nicht auf den Intensivstationen, sondern in den Suchtkliniken des Landes.

Fest steht, dass Österreich weltweit zu den Ländern zählt, in denen sowieso schon am meisten Alkohol getrunken wird. 19 Prozent der Männer und neun Prozent der Frauen konsumieren laut Gesundheit Österreich so viel Alkohol, dass es ihre Gesundheit deutlich gefährdet – also täglich mehr als zwei (bei Frauen) oder drei große Bier (bei Männern).

In einer Umfrage aus dem vergangenen Oktober gaben 16 Prozent an, weniger zu trinken als vor Corona. Weniger Partys, weniger Alkohol, klar. Jedoch erklärten fast genauso viele, nämlich 13 Prozent, sie würden mehr trinken als früher.

Experten befürchten eine Polarisierung: Wer schon immer eher wenig Alkohol getrunken hat, trinkt jetzt noch weniger. Und wer eher mehr getrunken hat, trinkt jetzt noch mehr.

Als Philipp Kloimstein die Leitung der Suchtklinik Maria Ebene übernahm, war sie geschlossen. 1. April 2020, Österreich im ersten Lockdown, das Spital hatte all seine Patienten entlassen und Notfallkapazitäten für Covid-Patienten freigeräumt – benötigt wurden sie am Ende nicht. Kloimstein findet die Entscheidung nach wie vor richtig, er will das Leid nicht aufwiegen, sagt aber auch: »Dadurch haben wir ein Problem bekommen. Denn viele unserer Patienten, die wir vorzeitig nach Hause schicken mussten, kamen bald schon wieder, weil sie rückfällig geworden sind.«

Und so staute es sich rasch bei Kloimstein: Bereits im Frühsommer kamen die ersten hinzu, die während Corona eine Alkoholsucht entwickelt hatten. Und es wurden immer mehr.

Keine Überraschung für den Klinik-Leiter: »Die Pandemie ist quasi dafür prädestiniert, alkoholabhängig oder süchtig zu machen.« Denn die vier zentralen psychischen Grundbedürfnisse, die erfüllt sein müssten, damit es einem gut gehe, seien seit Corona gefährdet.

Bindung zu anderen Menschen: oft kaum möglich.

Kontrolle über die eigene Situation: nicht vorhanden.

Selbstwerterhöhung: oft aufgefressen von Existenzsorgen.

Langeweile vermeiden: wie, bei immer gleichen Tagen?

Und über allem schwebten dann noch die Perspektivlosigkeit, der Stress und der nicht vorhandene Ausgleich. »Das führt zu Unsicherheit, zu Ängsten«, sagt Kloimstein. »Und Alkohol ist ein Angstlöser, mit jedoch gravierenden Folgen.«

Natürlich greift nicht jeder, dem es schlecht geht, zur Flasche. Aber Alkohol lässt einen eben verdrängen. »Wenn das zur Regelmäßigkeit wird, dann befinde ich mich ganz schnell in einer Suchtspirale«, sagt Wolfgang Preinsperger. Er ist der ärztliche Direktor des Anton Proksch Instituts in Wien, Europas größter Suchtklinik, und arbeitet seit 1986 mit Alkoholabhängigen. Aktuell sind bei ihm 220 Menschen stationär in Behandlung, zusätzlich kommen rund 3000 Menschen in die Ambulanzen. Auch er erwartet, dass es in den kommenden Monaten noch deutlich mehr werden.

Fast jeder, der regelmäßig Alkohol trinkt, hat sich schon einmal gefragt: Ab wann bin ich abhängig? Das, sagt Preinsperger, sei eine der schwierigsten Fragen. Es gibt verschiedenste Indikatoren, die auf eine Alkoholsucht hindeuten. Wenn man die Dosis steigern muss, um einen Effekt zu bemerken. Wenn man Entzugssymptome wie Schlafstörungen oder Zittern entwickelt – und man die sofort wieder mit Alkohol bekämpft. Wenn man die Kontrolle verliert und aus zwei, drei Bier schnell sieben oder acht werden. Preinspergers Faustformel: »Man sollte sich fragen: Würde es mir leichtfallen, zwei oder drei Tage pro Woche nichts zu trinken?« Lautet die Antwort »Nein«, und da müsse man ehrlich zu sich selbst sein, sollte man etwas tun.

Körperlich sei es dann jedenfalls nicht schwierig, vom Alkohol wegzukommen: Man sollte sich acht Wochen für die stationäre Behandlung Zeit nehmen, für den Entzug, der ein bis zwei Wochen dauere, und für eine intensive Therapiephase am Beginn. Das könne mitunter hart sein, sagt Preinsperger, aber viel härter sei es später, die psychische Sucht in den Griff zu bekommen. Vom Alkohol also wegzubleiben.

Wie schwierig das ist, davon kann Wolfgang Grabher berichten. Er leitet die ambulanten Drogenberatungsstellen Clean in Bregenz und Feldkirch, die zur Stiftung Maria Ebene und damit zum Suchtklinikum von Philipp Kloimstein gehören. Grabhers Job ist eine Art Rundum-Betreuung: Er arbeitet als Psychologe, als Streetworker, als Therapeut, als erster Ansprechpartner für Betroffene und deren Angehörige. Er berät Suchtkranke, von Alkohol bis Heroin, bereitet sie auf die stationäre Behandlung, den Entzug oder die Entwöhnung vor, und bleibt mit ihnen auch im Nachhinein in Kontakt. »Es kommt vor, dass wir jemanden zehn Jahre lang begleiten«, sagt er. Wohnungssuche, Arbeitssuche, Behördengänge, Suchttherapie: Grabher hilft Menschen dabei, zurück ins Leben zu finden.

Drei Dinge seien ihm im Zuge der Corona-Krise beim Alkohol aufgefallen. Dass er, erstens, viel mit Menschen zu tun habe, die rückfällig geworden seien, zu Hause in Isolation. Dass, zweitens, immer mehr Menschen zu ihm kämen, die entweder von mehr Stress berichten oder von fehlender Tagesstruktur. Und dass, drittens, viele seiner Patienten, die eigentlich illegale Drogen konsumiert hatten, auf Alkohol umgestiegen seien – weil der Schwarzmarkt wegen der geschlossenen Grenzen im vergangenen Jahr ausgetrocknet war. In Zahlen liest sich das so: 52 Prozent mehr Kurzberatungen seit Corona. 24 Prozent mehr langfristige Behandlungen.

»Ich habe die Sorge, dass die Nachfrage auf Dauer noch stärker zunehmen wird«, sagt Grabher. »Denn wer weiß, was da noch alles auf uns zukommt, mit den Insolvenzen, mit den vielen Arbeitslosen?« Seine Befürchtung, die man auch von anderen Experten hört: Wenn die Wirtschaftskrise größer wird, wächst das Alkohol- und Drogenproblem.

Eines dürfe deshalb unter keinen Umständen passieren: Einsparungen im Gesundheits- und Sozialwesen und damit auch in der Suchtbehandlung. »Suchtkranke haben keine Lobby«, sagt Grabher. »Es gibt für sie eh schon wenig integrierende Angebote, sie fallen oft hinten runter und werden in der Gesellschaft häufig wie Aussätzige behandelt. Wir dürfen sie nicht weiter verstoßen.«

Wer an der Flasche hängt, wird stigmatisiert. Das hat auch Wolfgang Preinsperger vom Anton Proksch Institut in seinen 35 Berufsjahren immer wieder erlebt. »In Österreich leben wir in einer Kultur, die Alkoholkonsum sehr fördert«, sagt er. »Man muss schon trinken, um dazuzugehören, darf das aber eben nur bis zu einem gewissen Punkt tun: Solange das Problem nicht zu offensichtlich ist, sagt niemand etwas – fällt es aber auf, kann die Gesellschaft durchaus gnadenlos reagieren, bis zur Ausgrenzung.«

Zu viel geht gar nicht, zu wenig aber auch nicht – ein geradezu perverser Balanceakt, bei dem in der Pandemie immer mehr Menschen aus dem Tritt kommen.

© Zeitverlag Gerd Bucerius GmbH & Co. Alle Rechte vorbehalten

13 "Zeit Österreich" Nr. 18 vom 29.04.2021 Seite: 19

Ressort: Oesterreich
August Modersohn
oesterreich

»Wir werden eine Welt voller Zocker sein«

ÖSTERREICH

»Wir werden eine Welt voller Zocker sein«

ENGINEERED BY
INDIA. WHISKEY.
CHARLIE.

IWC
SCHAFFHAUSEN

In der Pandemie flüchten sich viele Jugendliche in Computerspiele, sagt der Psychiater Roland Mader. Aber nicht für alle wird das zu einem Problem

DIE ZEIT:
Herr Mader, Sie behandeln seit mehr als 15 Jahren am Anton-Proksch-Institut in Wien Patienten, die von Computerspiel-Sucht betroffen sind. Hat sich das Problem während der Pandemie vergrößert?

Roland Mader:
Schon vor Corona haben wir eine Zunahme gesehen, weil die digitalen Möglichkeiten immer verführerischer werden. Die Pandemie hat die Entwicklung beschleunigt: Seit zwei, drei Monaten kommen deutlich mehr Betroffene zu uns als vorher. Die Zahl ist sicher um 20 bis 30 Prozent gestiegen. Ich glaube aber, dass das nur ein Vorbote ist. Die große Welle kommt erst.

ZEIT:
Wieso?

Mader:
Weil es einen Verzögerungseffekt gibt. Es braucht seine Zeit, bis Betroffene in Behandlung kommen. Das Problembewusstsein ist nicht sehr stark, weil sich diejenigen, die sich in den Spielen verlieren, dort sehr gut fühlen. Sie haben Kontakte, Erfolge, und wenn die Eltern sagen, du musst was ändern, dauert es lange, bis die Einsicht kommt.

ZEIT:
Wer kommt denn derzeit zu Ihnen?

Mader:
Meistens sind es besorgte Eltern, die sich an uns wenden. Sie berichten von ihren Kindern, meistens Söhnen im Alter zwischen 17 und 20 Jahren, die seit einem Jahr nur noch vor dem Computer oder der Konsole sitzen. Es ist ein Muster, das sich wiederholt: Die Schulen wurden geschlossen, die Fußballvereine mussten pausieren – man konnte seine Freunde nicht mehr treffen. Über soziale Medien und auch über Online-Spiele war das aber noch möglich, und das ist ja erst einmal etwas Gutes. Ein gewisser Teil hat sich aber in dieser virtuellen Welt verloren. Nämlich diejenigen, die vorher auch schon im realen Leben Probleme hatten, die vielleicht schüchtern sind, soziale Ängste haben.

ZEIT:
Der Außenseiter, der zockt – das ist doch ein Klischee.

Mader:

Ein Klischee, das leider zutrifft. Wir sehen das in unserer täglichen Arbeit: Diese Gruppe macht den größten Teil unserer Patienten aus. Die Betroffenen bauen sich in der virtuellen Welt einen Avatar, den sie mit Superkräften ausstatten können, mit dem sie erfolgreich sind. Dadurch bekommen sie Zuwendung und Anerkennung – und neigen zur Sucht. Da wird es schnell gefährlich. Eins ist mir dabei aber besonders wichtig.

ZEIT:
Nämlich?

Mader:
Das Virtuelle kann gefährlich sein, aber es kann auch ein Medium sein, über das man sich ausprobieren kann. Wo man Dinge übt, vor denen man eigentlich Angst hat. Das kann den Selbstwert durchaus steigern. Und es ist möglich, das in die reale Welt mitzunehmen.

ZEIT:
Ist Gaming nicht eher eine Flucht aus der Realität?

Mader:
Das kann schon sein, aber es ist eben auch eine Form des Kurzurlaubs: Man steigt für einen Moment aus seinem Alltag aus und verspürt einen Erholungseffekt. Man vergisst einmal die Belastungen aus der Schule. Und man hat Erfolgserlebnisse: Ich kann etwas! Außerdem ist Gaming für viele eine soziale Angelegenheit. Weil man online mit Freunden zusammenspielt. Die sitzen ja auch alle zu Hause. Man vernetzt sich über das Spiel, »schlägt gemeinsam eine Schlacht«. Und somit hat es auch etwas Soziales.

ZEIT:
Ab wann wird Computerspielen gefährlich?

Mader:
Wenn es dadurch in meinem wirklichen Leben zu Problemen kommt und ich trotzdem nicht mit dem Spielen aufhöre. Wenn die Noten schlechter werden. Wenn man ständig müde ist, weil man bis tief in die Nacht gespielt hat. Wenn man Dinge seltener tut, die einem früher Spaß gemacht haben, man keine Freunde mehr trifft, sich von der Familie zurückzieht. Ich kann Ihnen da von einem aktuellen Fall berichten.

ZEIT:
Bitte!

Mader:
Wir haben gerade einen 17-jährigen Patienten, der
World of Warcraft
gespielt hat. Angefangen hatte er damit vor einem Jahr, weil ihm langweilig gewesen ist und weil seine Freunde das gespielt haben. Als die irgendwann damit aufgehört haben, weil das Spiel für sie an Reiz verloren hatte, hat er trotzdem weitergemacht. Er hat teilweise 24 Stunden oder noch länger durchgespielt, und schließlich hat er seine Lehre abgebrochen, weil er nicht mehr zur Berufsschule gegangen ist.

ZEIT:
Wie holt man so jemanden zurück in die Realität?

Mader:
Abstinenz ist in unserer digitalen Welt nicht möglich. Hier geht es um Medienkompetenz. Die Abstinenz gilt lediglich bei dem Bereich, der zur Sucht geführt hat, das heißt, hier werden die Accounts gelöscht. Und dann ist es ganz wichtig, reale soziale Kompetenzen zu fördern. Wir schauen uns dann also den Avatar des Patienten genau an: Welche Kräfte, welche Stärken hat der? Das vergleichen wir anschließend mit den realen Kompetenzen – da gibt es oft eine große Diskrepanz. In

Therapiegesprächen schauen wir dann, welche Fähigkeiten man sozusagen übertragen könnte.

ZEIT:
Wie kann man sonst noch reagieren und helfen?

Mader:
Wichtig ist, dass ich mich als Elternteil dafür interessiere, was mein Kind eigentlich macht. Die meisten kommen einfach nur und sagen: »Mach das Gerät endlich aus!« Besser wäre, sich dazuzusetzen und zu fragen, wie das Spiel funktioniert. Und man sollte die realen Zusammenkünfte fördern: Spazierengehen, Gesellschaftsspiele spielen, Ausflüge machen. Wir werden eine Welt voller Zocker sein, davon gehe ich aus. Das fordert unsere Gesellschaft heraus, aber wir können verhindern, dass es zu einem großen Problem wird. Jedenfalls sollten wir nie auf die gemeinsamen, sozialen Aktivitäten verzichten. Weil es diese Ereignisse sind, die uns gute Gefühle vermitteln.

Die Fragen stellte August Modersohn

Bild:
Gaming-Süchtige bemerken ihr Problem erst spät, weil sie sich in der virtuellen Welt so wohlfühlen, sagt Psychiater Roland Mader