



FAQ SUCHT FAQ SUCHT FAQ SUCHT FAQ SUCHT FAQ SUCHT

7 grundlegende Fragen zum Thema Sucht

Wo sitzt die Sucht?

Im Gehirn. Dort wird das Suchtverhalten abgespeichert; und von dort aus kommt auch der Impuls für das immer wieder kehrende Verlangen nach dem Suchtmittel.

(Mehr dazu auf Eurem Blatt: Wie Sucht entsteht)



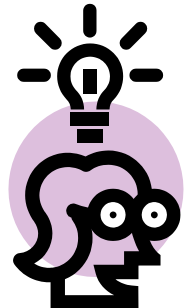
Braucht es Drogen für die Sucht?

Nein, nicht unbedingt. Verhaltens-Süchte wie Arbeitssucht, Gamesucht oder Magersucht können im Gehirn denselben Sucht-Mechanismus in Gang setzen wie Drogen. Diese Erkenntnis ist aber relativ neu. Früher glaubte man, für eine Sucht brauche es „eine zeitweilige oder ständige Vergiftung“ mit bestimmten Stoffen. (Definition der WHO von 1951)



Wie merkt man, ob jemand süchtig ist?

1. Die Person braucht das Suchtmittel oder Verhalten, um ihr seelisches Gleichgewicht herzustellen.
2. Sie verliert immer mehr die Kontrolle über ihr Verhalten.
3. Die Person gerät in eine Suchtspirale: Sie bekommt Probleme, die sie ohne die Sucht nicht hätte, muss dann noch mehr Suchtmittel nehmen, um sich zu stabilisieren, die Probleme werden noch grösser.
4. Die Person und ihre Umgebung werden durch die Sucht körperlich, seelisch, sozial oder finanziell stark geschädigt.



Achtung: Betroffene merken oft lange nicht, wie es um sie steht, oder sie belügen sich selbst und ihr Umfeld. „Ich kann jederzeit aufhören...“

Wie lange dauert es, bis man süchtig wird?

Kommt drauf an. Harte Drogen wie Heroin oder Kokain machen meist schon nach dem ersten Gebrauch süchtig. Auch Nikotin macht recht rasch süchtig – oft nach wenigen Wochen. Manche Süchte kommen schleichend, oder man bewegt sich mehr oder weniger an der Grenze zwischen Sucht und Gewöhnung/Missbrauch.



Kann jede/r süchtig werden?

Ja. Früher glaubte man, dass Sucht vor allem Leute mit schwachem Willen, psychischen Störungen oder einer bestimmten Veranlagung betrifft. Heute weiss man es besser: Süchtig macht vor allem die häufige Zufuhr eines Suchtmittels/Verhalten.

So wurden z.B. schon Menschen mit Drogen gegen ihren Willen süchtig gemacht – z.B. Soldaten im Krieg.

Eins ist jedoch zu beachten: Nicht für jeden ist jedes Suchtmittel gleich gefährlich.





Wirken alle Suchtmittel gleich?

Was den Mechanismus der Abhängigkeit betrifft: ja.

Was die Nebenwirkungen betrifft: nein.

Es gibt, grob gesagt, drei Gruppen von Drogen:

Aufputschende, beruhigende, und solche die Wahnvorstellungen (Halluzinationen) machen.

Auch gibt es eher „einsame“ Süchte, wie Essbrechsucht, Ritzen, Internetsucht usw., und Süchte, die sich eher in einer Gruppe entwickeln, z.B. Alkoholtrinken, Kiffen, Shisharauchen usw.

Was braucht es, um die Sucht los zu werden?

Der Wille allein reicht oft nicht. Man muss die Begleitumstände verändern (z.B. beim Raucher: Raucherbeizen meiden, nach dem Essen aufstehen oder Kaugummi kauen, etc.) und man braucht Unterstützung von Freunden, Familie, und manchmal einer Fachpersonen. Im Milieu der harten Drogen hilft meist nur ein radikaler Ausstieg aus dem ganzen Umfeld.



Wörterklärungen

WHO: Weltgesundheitsorganisation

Halluzination: Dinge wahrnehmen, die so nicht vorhanden sind

Milieu: Die Umgebung, die auf uns einwirkt

Willst du noch mehr erfahren?

Dein Wissen zu einzelnen Drogen und dein eigenes Verhalten testen? Spiele zu diesem Thema oder Erlebnisberichte von anderen Jugendlichen hören oder lesen?

Schau weiter unter www.drugcom.de und www.feelok.ch



FAQ SUCHT FAQ SUCHT FAQ SUCHT FAQ SUCHT FAQ SUCHT

Rätsel zum Arbeitsblatt FAQ SUCHT

Kreuze die richtigen Antworten an und verbinde die angekreuzten Punkte.
Wer einen grünen Stift hat kann die entstandene Figur noch ausmalen.

1. Wo wird das Suchtverhalten gespeichert?

- A) im Gehirn B) im Magen C) in den Augen D) in der Leber

2. Braucht es immer Drogen für die Sucht?

- A) ja, immer B) nein, es gibt auch Verhaltens-Süchte

3. Süchtige merken selber genau, was mit Ihnen los ist.

- A) ja, immer B) oft merken sie es nicht oder verdrängen es.

4. Dauert es lange bis man süchtig wird?

- A) ja, immer B) nein, das geht sehr schnell C) verschieden je nach Sucht

5. Nur labile Menschen werden süchtig.

- A) stimmt B) stimmt nicht, jeder kann süchtig werden.

6. Machen Drogen immer müde?

- A) Ja B) Nein, sie machen munter C) es ist unterschiedlich

7. Es reicht ein starker Wille, um von der Sucht loszukommen.

- A) Ja, stimmt B) stimmt nicht, es braucht oft Hilfe von aussen.

8. (Zusatzfrage) Was ist eine Suchtspirale?

- A) ein Teil, was man sich gegen Sucht einsetzen lassen kann.
B) ein Verhalten, das einen immer stärker in die Sucht hineinzieht.
C) ein starker Rauschzustand.

1C

8C

3B

7A

1D

3A

5A

7B

8A

2B

4C

4A

6A

1B

6B

1A

8B

2A

4B

6C

5B