

## **AC-Bodensee Österreich Sucht in Vorarlberg, 2012-November-05**

Der November-Clubabend des AC-Bodensee Österreich war einem ernsten Thema gewidmet. Sucht in Vorarlberg – Was sind Süchte und wann spricht man von Sucht? Wie sieht es um die Jugend aus? Ist sie gefährdeter als früher? Welchen Beitrag kann die Gesellschaft zur Besserung leisten?

Als Referent konnte **Mag. Andreas Prenn** – ein Experte auf dem Gebiet der Süchte – gewonnen werden.



Mag. Andreas Prenn ist Leiter der Supro – Werkstatt für Suchtprophylaxe, Obmann des Vorarlberger Familienverbandes und Obmann der Offenen Jugendarbeit in Rankweil. Seine Berufserfahrung und Ausbildung ist vielfältig, so ist er Erlebnis- und Motopädagoge. Absolvierte das Studium in Sport und Englisch an der Universität Innsbruck, war Lehrer am Sportgymnasium. Ausgebildet in Elementarer Bewegungserziehung, sowie Nachwuchssport und hat die Staatliche Trainerausbildungen im Handball. Er ist tätig als Referent und Coach für Teamentwicklungsprozesse, Trainer für das Lebenskompetenzprogramm „Eigenständig Werden“, Trainer Motivational Interviewing. Weiters hat er Lehraufträge an der Uni Innsbruck, PH Feldkirch, Graz, Linz

## **Sucht hat viele Gesichter – Prävention auch**

### **Zahlen, Daten Fakten**

Wenn es um das Thema „Sucht“ geht, so verbinden die meisten Österreicher damit den Konsum von illegalen Substanzen wie Heroin, Kokain und Cannabis und vergessen dabei sehr schnell darauf, dass die Mehrzahl der „Süchtigen“ von legalen Substanzen wie Alkohol und Nikotin abhängig sind. Nach einem Bericht des Bundesministeriums für Gesundheit 2012 sind in Österreich in etwa 350.000 Personen von Alkohol und ca. 900.000 von Nikotin abhängig. Wesentlich geringer ist mit ca. 30.000 Personen die Zahl jener, welche einen problematischen Opiatkonsum (z.B. Heroin, Morphin, Opium) aufweisen.

Neben der Abhängigkeit von Substanzen (stoffgebundene Süchte) gibt es zudem noch stoffungebundene Süchte, sogenannte Verhaltenssüchte wie z.B. die Glücksspielsucht, Internetsucht, Essstörungen, Arbeitsucht, Konsumsucht. So weisen in Österreich in etwa 64.000 Personen ein pathologisches Glücksspielverhalten und ca. 60.000 Personen sind süchtig nach dem Internet. Während sich die Abhängigkeit nach den klassischen Substanzen auf einem relativ hohen Niveau stabilisiert bzw. tendenziell rückläufig ist, nehmen wir bei den Verhaltenssüchten eine starke Zunahme wahr.

Äußerst besorgniserregend ist das Auftreten immer neuer Substanzen, die vielfach unter dem Begriff „Legal Highs“ bzw. Research Chemicals“ bekannt sind. So wurden zwischen 2005 und 2011 über das europäische Frühwarnsystem offiziell mehr als 164 neue psychoaktive Substanzen bekannt. Diese werden z.B. als „Badesalz“ (Mephedron),

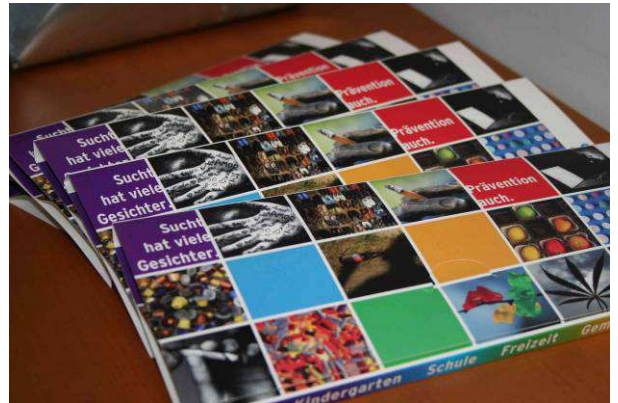
„Kräutermischung“ (z.B. Spice) und „Felgenreiniger“ (Liquid Ecstasy) vorrangig über das Internet oder in speziellen Läden („Head Shops“) verkauft.

Bei den meisten dieser Substanzen handelt es sich um so genannte "Experimentalchemie" oder um Abfälle aus der pharmazeutischen Industrie. Nachdem weder die Inhaltsstoffe, noch die genaue Wirkweise bzw. eventuelle Kurz- und Langzeitfolgen bei diesen Substanzen genau bekannt sind, ist dringend vor dem Konsum abzuraten. Dies beweist das traurige Beispiel einer 20-jährigen Mutter aus OÖ, die im Sommer 2012 gestorben ist. Im Glauben, die Badesalz-Droge „Mephedron“ gekauft zu haben, konsumierte sie stattdessen ein starkes Anästhetikum. Zudem ist der Begriff „Legal Highs“ irreführend, da diese Substanzen seit Beginn 2012 verboten sind.

## Sucht

Sucht entsteht nicht von heute auf morgen und hat meist eine lange Geschichte und viele Ursachen. Sucht kann jeden betreffen, quer durch alle Bevölkerungsgruppen. Sucht ist eine Krankheit, die Auswirkungen auf Körper und Psyche hat, nimmt also den ganzen Menschen gefangen. Von Sucht kann dann gesprochen werden, wenn mehrere der folgenden Merkmale über einen längeren Zeitraum auftreten:

- Zwang: wenn ich etwas nicht mehr freiwillig nehme/mache, sondern „muss“
- Dosissteigerung: ich brauche immer mehr von einem Mittel/Verhalten
- Kontrollverlust: ich merke nicht mehr, wie viel ich eigentlich konsumiere
- Entzugserscheinungen: mir geht etwas ab, wenn ich das Mittel/Verhalten nicht habe
- Zerstörerische Auswirkungen: ich habe gesundheitliche, berufliche oder andere Nachteile; mein soziales Umfeld (Familie, Freunde, ArbeitskollegInnen usw.) leidet darunter
- Interessensverlust: ich vernachlässige PartnerIn, Familie, Freunde, Arbeit, Hobbies usw.



Die psychischen und körperlichen Auswirkungen der einzelnen Süchte auf die verschiedenen Lebensbereiche eines Menschen sind äußerst unterschiedlich. Allen gemeinsam ist jedoch die Unfähigkeit, frei und selbstbestimmt mit bestimmten Mitteln oder bestimmtem Verhalten umzugehen.

## Sucht beginnt im Alltag – Prävention auch!

In einer Gesellschaft, in der Alkohol und Nikotin fix in der Gesellschaft integriert sind, gilt es für Jugendliche, Erfahrungswerte zu sammeln und eigene Konsummuster zu entwickeln. Die Aufgabe von Erwachsenen muss es daher sein, die Jugend in dieser Experimentier- und Probierphase zu begleiten und sich der eigenen Vorbildwirkung und Verantwortung bewusst zu sein. Zudem müssen wir Jugendlichen eine Welt zur Verfügung stellen, in der sie sich entwickeln können. Dazu braucht es einerseits genügend Freiräume, aber auch klare Grenzen. Jugendschutzbestimmungen sind daher durchaus sinnvoll, auch wenn diese „übertreten“ werden. Diese „Grenzüberschreitungen“ sind für Jugendliche in der Entwicklung ihrer eigenständigen Persönlichkeit von großer Bedeutung. Verbote alleine können jedoch kein Gesellschaftsphänomen lösen. Daher müssen wir uns auch überlegen, ob wir wegen einer kleinen Gruppe, welche durch laufende und massive „Grenzüberschreitungen“ längerfristig Probleme entwickelt, allen anderen Jugendlichen „alles“ verbieten bzw. die Jugend im Allgemeinen an den Pranger stellen.

Vielmehr gilt es, vernünftiges und „normales“ Verhalten in den Mittelpunkt zu stellen und zu belohnen bzw. Folgeschäden zu minimieren.

Gesundheitsförderung und Prävention mit Jugendlichen ist dann erfolgreich, wenn diese partizipativ angelegt ist und Menschen, die in unmittelbarer Beziehung zu Kindern und Jugendlichen stehen, befähigt werden, präventiv wirksam zu sein.

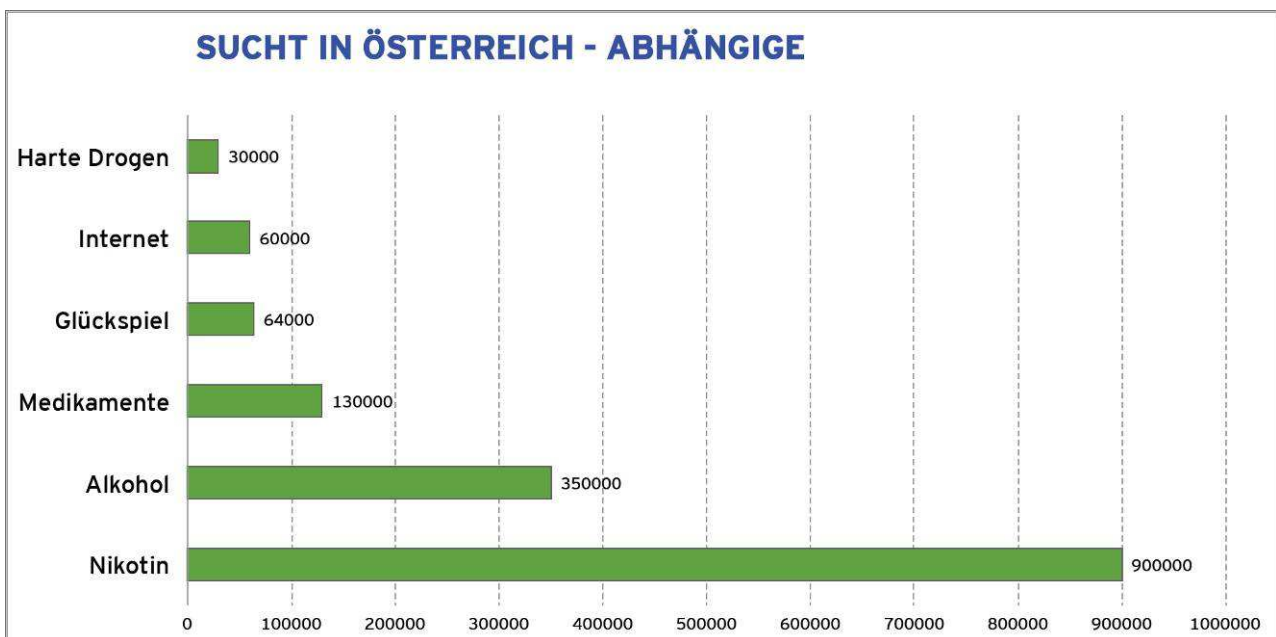
Klar muss auch sein, dass Präventionsprojekte allein die grundlegenden Probleme und Ursachen für einen missbräuchlichen Konsum von psychoaktiven Substanzen nicht beheben können.

### Was können Eltern tun?

Die Familie ist der erste Ort, an dem Kinder Persönlichkeitsmerkmale wie Selbstvertrauen, Konfliktfähigkeit, Genussfähigkeit und den Umgang mit Gefühlen entwickeln. Eltern prägen mit Ihren Werten, Regeln, Einstellungen aber vor allem mit Ihrem Verhalten Ihre Kinder ein Leben lang. Vorbeugung in der Familie bedeutet daher vor allem: Vorbild sein!

Nehmen Sie sich Zeit und zeigen Sie Interesse für die Gefühle, Bedürfnisse, Probleme aber auch für die Hobbies und Freunde Ihrer Kinder. Bleiben Sie im Gespräch!

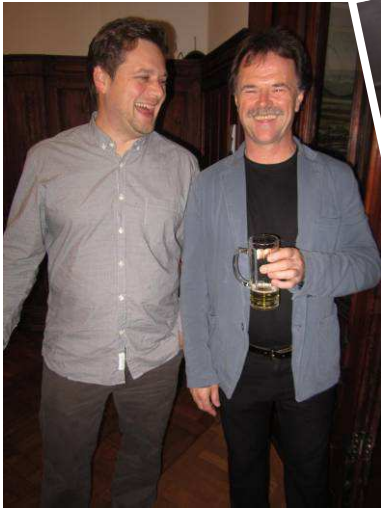
Dann werden Sie sehr schnell merken, wenn sich das Verhalten ihrer Kinder ohne nachvollziehbare Gründe plötzlich grundlegend verändert. Damit können Sie frühzeitig reagieren und sich gegebenenfalls professionelle Hilfe bei den Suchtpräventions- bzw. Beratungseinrichtungen in Ihrem Bundesland holen.



### Adressen der Suchtpräventionseinrichtungen in den Bundesländern:

- Burgenland: [Fachstelle für Suchtprävention](#)
- Kärnten: [Landesstelle Suchtprävention](#)
- Niederösterreich: [Fachstelle für Suchtprävention NÖ](#)
- Oberösterreich: [Institut Suchtprävention](#)
- Salzburg: [Akzente Suchtprävention](#)
- Steiermark: [VIVID - Fachstelle für Suchtprävention](#)
- Tirol: [kontakt+co Suchtprävention Jugendrotkreuz](#)
- Vorarlberg: [Supro - Werkstatt für Suchtprophylaxe](#)
- Wien: [Institut für Suchtprävention](#)

Autor: Mag. Andreas Prenn,  
Leiter der Supro – Werkstatt für Suchtprophylaxe Götzis/Vorarlberg





Hochzeitspaar Sabine & Edgar Neugebauer spendierten eine Runde



Andreas Prenn freute sich über das Gastgeschenk – Wimpel, Wein & Senf



Parade-Wirtin Kommerzialrätin Andrea Kinz lies es sich nicht nehmen trotz Ihres Hochzeitstages persönlich vorbeizuschauen