

Nicht substanzgebundene Suchterkrankungen

Was sind nicht substanzgebundene Suchterkrankungen?

Als nicht substanzgebundene Suchterkrankungen bezeichnet man Formen von psychischen Abhängigkeiten oder Zwängen, welche nicht mit der Einnahme von Substanzen wie beispielsweise Drogen oder Alkohol verbunden sind.

Häufige Formen dieser Abhängigkeiten sind etwa:

- Kaufsucht
- Pornosucht
- Arbeitssucht
- Sportsucht
- Spielsucht
- [Onlinesucht](#)

Behandlung

Das Therapieangebot beinhaltet:

- wöchentlich einzeltherapeutische Sitzungen mit kognitiv-verhaltenstherapeutischen, systemischen oder analytischen Ansatz
- Gruppentherapie 2 Stunden wöchentlich
- Ergotherapie
- bei Bedarf Physiotherapie
- Entspannungstraining nach Jacobson

Dabei legen wir besonders Wert auf

- Expositionsübungen (langsames Aufsuchen und Konfrontation mit süchtigen Verhalten)
- Erlernen des Umgangs mit dem Internet
- die Beachtung des Sozialverhaltens in der Gruppe
- evtl. Kontaktaufnahme mit Familienmitgliedern, Lehrern, Arbeitgeber
- Einleitung sozialmedizinischer Massnahmen (evtl. berufliche Neuorientierung, Hilfestellung bei finanziellen oder Wohnortsfragen etc.)

Therapieziele

- Reduktion des süchtigen Verhaltens
- Aufbau eines sozialen Umfeldes
- Stärkung der Ressourcen
- Erlernen von Entspannungsübungen
- Verhinderung von Folgeerscheinungen wie soziale Isolation oder komorbide Erkrankungen

Dazu arbeiten wir mit der Patientin zunächst in einer ersten Prozessphase:

- an der Therapiemotivation
- an der Compliance
- am vertieften Verständnis der Problem- und Krankheitszusammenhänge

Diese erste Prozessphase kann sich über einen längeren Zeitraum erstrecken. Das bedeutet, dass eine Symptommfreiheit nicht erreicht wird, aber das Bewusstsein für weitere therapeutische Schritte geschaffen worden ist.

Abhängig von der Persönlichkeitsstruktur und den kognitiven Fähigkeiten arbeiten wir ferner

- an der Introspektionsfähigkeit
- an der Konfrontierbarkeit mit suchtvorstärkenden Situationen
- an der Konfliktfähigkeit

Falls indiziert werden auch medikamentöse Therapien vor allem zur Behandlung von Komorbiditäten eingesetzt. Dies in Rücksprache mit den vor- und nachbehandelnden Ärzten.