

Inhalt

Vorwort zur aktualisierten und erweiterten Ausgabe 2016	11
Vorwort	18
1. »Meine Position zu Drogen und Sucht« – Eine Einstiegsübung	24
2. Die süchtig agierende Gesellschaft	27
3. Der rote Faden in der Sucht	35
4. Sucht als Beziehungskrankheit	43
5. Davon ist die Rede: »Konsum«, »Sucht«, »Abhängigkeit«, »Süchtige Abhängigkeit«	45
6. Das Wesen und die Dynamik der süchtigen Beziehungsstruktur	55
Die unbestimmte Vieldeutigkeit der Beziehungsinformation – »Hat er oder hat er nicht?«	57
Untergründige Spannung und Ambivalenz im Chaos widerstreitender Gefühle – »Ich liebe dich, ich hasse dich«	60
Die Einengung der Welt – »Die Maus in der Falle«	64
Der Verlust der Lebendigkeit – »Ich bin so zu«	68
Der Verlust von Werterfahrung – »Das ist mir doch egal«	70
Das Herstellen von Hilflosigkeit – »Ich kann das nicht« oder »Du kannst mir ja doch nicht helfen«	73
Die chronische Grenzverletzung – »Bist du bescheuert, oder was?«	76

Die Entwertung der Beziehungsangebote – »Lass mich bloß in Ruhe«	80
Machtvorbehalt und Machtspielchen – »Du kannst mir gar nichts«	82
Die Spaltung – »Dann zersplittert alles in mir«	85
Die Ausbreitung des süchtigen Virus – »Wenn du anders bist, bist du keiner von uns«	89
Selbst- und Fremdzerstörung – »Macht kaputt, was euch kaputtmacht!«	91
7. Coabhängigkeit als Kehrseite der süchtigen Medaille	98
8. Die Suche nach dem »Suchtgen« oder: Die nicht existente Stecknadel im Heuhaufen	104
9. Wegweiser durch die Welt der Rauschdrogen	109
Was ist was? Das ABC der Begrifflichkeiten	109
Basisinformationen zur Orientierung auf dem Markt der Möglichkeiten: Die Drogenkarten	116
Legale Einstiegsdrogen	117
Alkohol	117
Nikotin	120
Erste Grenzüberschreitung	123
Illegale Rauschmittel	124
Cannabis	124
Zweite Grenzüberschreitung	127
Ecstasy	128
Amphetamin	130
LSD	132

Halluzinogene Pilze	134
GHB	137
Ketamin	139
Engelstropete	141
Salvia divinorum	143
.....	
Dritte (und ultimative) Grenzüberschreitung	146
PCP	147
Kokain	149
Crack und Freebase (Kokain)	151
Heroin	153
Methamphetamin (Crystal)	155
.....	
Kurzsteckbriefe zu weiteren Rauschdrogen	158
2C-B	158
2C-T-2 und 2C-T-7	158
DMT und Ayahuasca	158
DOB	158
DOM (STP)	158
Euphoria	158
Herbal Ecstasy	159
Kratom	159
Lachgas	159
Mephedron (4-MMC)	159
Methoxetamin (MXE, Metha-Keta)	160
MTA	160
PMA und PMMA	160
Poppers	160
Schnüffelstoffe, Feuerzeuggase, Deosprays, Haarsprays	160
Subutex	161
.....	
Vom Scheuen klarer Worte – Zwischen Repression, Tolerierung, Akzeptanz und Legalisierung	163

10. Stoffungebundene Verhaltenssüchte	167
Macht-, Herrsch- und Kontrollsucht	167
Arbeitssucht	170
Glücksspielsucht	172
Kaufsucht	174
Smartphone-, Computer- und Internetsucht	176
Internet-Pornografie und -Sexsucht	180
Magersucht und andere Ess-Störungen	183
Selbstverletzendes Verhalten	186
11. Suchtmittelgebrauch und Abhängigkeit bei Eltern	191
Wenn Eltern rauchen	191
Wenn Eltern trinken	195
Hilfestellungen für Kinder und Jugendliche in Familien mit Alkoholproblemen	201
12. Suchtmittelgebrauch bei Kindern und Jugendlichen	205
Irrungen und Wirrungen im Gehirn – »Da hat es einfach bei mir ausgesetzt«	205
Blauer Dunst im Kinderzimmer – Was tun?!	220
Ohne Alkohol läuft nichts	223
Die Macht der illegalen Alltagsdrogen	231
Weltmacht Cannabis	232
Ecstasy – Wohin soll die Reise gehen?	253

.....	
Eine Gemeinsamkeit: Die blockierte Reifung – Von den Schwierigkeiten und dem Widerwillen, erwachsen zu werden	272
.....	
Crystal Meth – Die Zeitgeistdroge	280
.....	
13. Handreichungen für Eltern	290
.....	
Was Kinder brauchen – Ein Kapitel zum Mitarbeiten	290
.....	
Was Eltern dringend brauchen	308
.....	
Wenn die Seele SOS sendet – Hinweise und Kennzeichen für Suchtgefährdung und Drogengebrauch	314
.....	
Wenn das Kind in den Brunnen gefallen ist – Verhaltensmöglichkeiten im Ernstfall	320
.....	
Gruppen für Mütter und Väter Drogen gebrauchender Kinder	330
.....	
14. Das Handlungskapitel für (Nicht-)Konsumenten	335
.....	
Was ist das Gemeinsame zwischen einem jugendlichen Gehirn und einem PC?	335
.....	
Vom »Ja« oder »Nein« oder »Weiß nicht recht« zu Suchtmitteln	340
.....	
Shisha oder nicht Shisha? – Das ist hier die Frage	360
.....	
Wie du der Zigarettenindustrie ein Schnippchen schlägst	362
.....	
15. Unterhaltsames mit Hintersinn	369
.....	
Wie Sie es erfolgreich vermeiden, sich selbst am geschicktesten auszutricksen!	369
.....	
Fragenkatalog zu Suchtmittelgebrauch, Suchtverhalten und Abhängigkeit	371
.....	
Wider den tierischen Ernst – Ein Familienversuch	375
.....	
Ein Schluss, der kein Ende ist	379