

Inhalt

I. Sucht - was ist das eigentlich?	9
1. <i>Sucht ohne Drogen- gibt es das?</i>	11
Endorphine - Ekstasetechniken	
2. <i>Suchtziele und Drogeneffekte</i>	15
Sucht bei Tieren - Drei Mechanismen - Stadien des Bewußtseins - Sechs Thesen	
3. <i>Stoffgebundene und stoffungebundene Suchtformen</i>	22
Gemeinsamkeiten und Unterschiede - Suchtdreieck	
4. <i>Vom normalen zum süchtigen Erleben und Verhalten</i>	25
Gebrauch - Genuß - Mißbrauch - Ausweichendes/abweichendes Verhalten - Gewöhnung - Abhängigkeit - Sucht/ Suchtkrankheit	
5. <i>Was ist das Süchtige an der Sucht?</i>	28
Alltagsbegriff- Fachsprache - Kriterien der Sucht	
II. Spielen	31
1. <i>Russisch Roulette-Wenn Spielen zur Sucht wird</i>	31
Die Spielbank: das Mekka der Zocker - Automaten: das Roulette des kleinen Mannes - Spielend in die Sucht - Spielertypen - Spielerkarrieren - Spielerkriminalität - Gewinner im Spiel - Spielerkrankheiten - Zwanzig Fragen - Exzessives Glücksspiel oder Spielsucht? - Auszüge aus einer Spielerstudie	
2. <i>Psychische Abhängigkeit vom Glücksspiel (Gerhard Meyer)</i>	57
3. <i>Psychotherapie und Selbsthilfe für Spieler und Angehörige</i>	63
III. Essen	69
1. <i>Die Last der vielen Pfunde - Der alltägliche Umgang mit dem Essen</i>	69
Idealfiguren - Eß-stile, Eß-ziele - Volksweisheiten - Belohnungs- und Frustfresser - Kalorienüberschub - Gesundheitsrisiken - Reizüberflutung - Übergänge	

2. Das Selbstverständliche als Problem.	78	VI. Andere süchtige Verhaltensweisen.	177
Eßstörungen - Ursachen		1. Aufgepaßt, zugefaßt-Kleptomanie.	178
a) Eßsucht (Adipositas): Kummer mit dem Kummerspeck		2. Kaufrausch-Konsum als Trostpflaster.	180
b) Eß-Brech-Sucht (Bulimie): Essen bis zum Erbrechen		3. Auf der Suche nach dem »Kick« - Extremsituationen als	
c) Magersucht (Anorexie): Seelenhunger		Lebenselixier.	182
3. Wenn Essen zur Sucht wird (Ulrike Karren-Derber).	88	Bergsteigen - Auto- und Motorradrennen - Wenn daraus ein	
4. Sinn und Unsinn von Diäten.	96	Beruf wird: Stuntmen und andere - Grenzerfahrungen und	
5. Psychotherapie und Selbsthilfe für Menschen mit Eßpro- blemen.	97	ihre Grenzen - Das Jogger-High - S-Bahn-Surfen - Feuerlau- fen - Okkulte Praktiken - Inflation von Suchtformen	
IV. Arbeiten.	99	4. Der Körper als Suchtpartner.	190
1. Arbeiten um zu vergessen - Der Job als ehrbares Suchtmittel. .	99	Hypochondrie - Messersüchtige: »Schnippler« und »Opera- tionsfreaks« - Die Leere im Kopf: Blutspenden als Highma- cher	
Karriere im Laufschritt - »Economic animals« - Arbeitslust			
und Arbeitsfrust - Zahlen und Zeiten - Arbeitssucht-Typen -			
Eigenschaften der Arbeitssüchtigen - Arbeit und Freizeit -			
Ursachen der Arbeitssucht - Auswirkungen der Arbeitssucht			
- Phasen der Arbeitssucht			
2. Die seelischen Kosten der Karriere: Ist Arbeitssucht nötig, um		VII. Gibt es eine Suchtpersönlichkeit?	193
sich nach oben zu boxen?.	121	1. »Syndrom-Shift«: Symptomverschiebung.	194
3. Arbeitssüchtige und »Zwangsarbeiter« - Der Nutzen für die		2. Suchtpersönlichkeit.	195
Gesellschaft.	130	Genetische Faktoren - Konstitutionelle Faktoren - Frühkind- liche Situation - Familientradition - Peer-Group - Lebens- stil - Beruflicher Alltag - Kulturelle Bedingungen	
4. Psychotherapie für Arbeitssüchtige.	135	3. Stadien der Sucht.	199
V. Lieben.	139	Einleitungsphase - Kritische Phase - Chronische Phase - Die	
1. »Du bist meine Sucht«-Der Mitmensch als Droge.	139	Frage der Schuldfähigkeit	
Geschlechterkrieg - Symbiotische Beziehungen - Ist Liebes- sucht eine Sucht? - Co-Abhängigkeit		4. Suchtpersönlichkeit aus psychoanalytischer Sicht am Beispiel	
2. Die schwarze Schwester der Eiße: Eifersucht.	148	von Bulimie und Spielsucht (Wolf-Detlef Rost).	202
Formen der Eifersucht - Eifersuchtsverdrängung - Eifer- suchtsuntersuchungen - Das Beziehungsdreieck - Eifersucht:		Sucht in anderen Kulturen - Suchtmittel - Stoffgebundene	
ein Kulturgut? - Eifersüchtig auf alles und nichts - Der eifer- süchtige Zwiespalt - Eifersucht: eine Sucht? - Eifersucht: ein		und Stoff »gebundene Süchte - Falldarstellung: Spielsucht -	
Gefühl aus der Steinzeit? - Hilfen		Falldarstellung: Bulimie - Frauenrolle - Gesellschaftliche	
3. Porno, Peep-Show, Perversionen: Sex-Sucht.	167	Aspekte - Entwicklungspsychologische Aspekte: Die gute	
Sex-Suchtcharaktere - Hörigkeit - Moraleische Normen - Un- tersuchungen - Die Last der schnellen Lust - Übergänge und		Brust - Die böse Brust - Psychodynamische Aspekte - Rol- lenkonflikte - Männerrolle - Gesellschaftliche Aspekte - Der	
Stationen		Automat als Gegner - Überfluß und Sucht	
4. Psychotherapie und Selbsthilfe für Liebes- und Sexsüchtige .	174		

2. <i>Die »Versüchtelung« grassiert.</i>	219
Innenweltverschmutzung - Immer mehr Genüsse-immer weniger genießen	
3. <i>Was kann man tun? - Vorbeugung.</i>	223
4. <i>Live fast, lovedeep, die young: Von den positiven Seiten süchtigen Lebens - Versuch einer Ehrenrettung.</i>	225
5. <i>Wie geht die Gesellschaft mit diesen Suchtformen um?</i>	229

IX. Zusammenfassung und Ratschläge	233
---	-----

Anhang

Danksagung	237
Die Co-Autoren	238
Weiterführende Literatur	239
Anschriften	242