

Inhalt

I. Sucht - was ist das eigentlich? 9

1. *Sucht ohne Drogen- gibt es das?* 11
Endorphine - Ekstasetechniken
2. *Suchtziele und Drogeneffekte*.....15
Sucht bei Tieren - Drei Mechanismen - Stadien des Bewußtseins - Sechs Thesen
3. *Stoffgebundene und stoffungebundene Suchtformen*....22
Gemeinsamkeiten und Unterschiede - Suchtdreieck
4. *Vom normalen zum süchtigen Erleben und Verhalten*....25
Gebrauch - Genuß - Mißbrauch - Ausweichendes/abweichendes Verhalten - Gewöhnung - Abhängigkeit - Sucht/ Suchtkrankheit
5. *Was ist das Süchtige an der Sucht?*.....28
Alltagsbegriff- Fachsprache - Kriterien der Sucht

II. Spielen 31

1. *Russisch Roulette-Wenn Spielen zur Sucht wird*.....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. *Psychische Abhängigkeit vom Glücksspiel (Gerhard Meyer)*. 57
3. *Psychotherapie und Selbsthilfe für Spieler und Angehörige* . . 63

III. Essen. 69

1. *Die Last der vielen Pfunde - Der alltägliche Umgang mit dem Essen* 69
Idealfiguren - Eß-stile, Eß-ziele - Volksweisheiten - Belohnungs- und Frustfresser - Kalorienüberschuß - Gesundheitsrisiken - Reizüberflutung - Übergänge

2. <i>Das Selbstverständliche als Problem.</i>	78
Eßstörungen - Ursachen	
a) Eßsucht (Adipositas): Kummer mit dem Kummerspeck	
b) Eß-Brech-Sucht (Bulimie): Essen bis zum Erbrechen	
c) Magersucht (Anorexie): Seelenhunger	
3. <i>Wenn Essen zur Sucht wird (Ulrike Karren-Derber).</i>	88
4. <i>Sinn und Unsinn von Diäten.</i>	96
5. <i>Psychotherapie und Selbsthilfe für Menschen mit Eßproblemen.</i>	97
IV. Arbeiten	99
1. <i>Arbeiten um zu vergessen - Der Job als ehrbares Suchtmittel.</i>	99
Karriere im Laufschrift - »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. <i>Die seelischen Kosten der Karriere: Ist Arbeitssucht nötig, um sich nach oben zu boxen?</i>	121
3. <i>Arbeitssüchtige und »Zwangsarbeiter« - Der Nutzen für die Gesellschaft.</i>	130
4. <i>Psychotherapie für Arbeitssüchtige.</i>	135
V. Lieben	139
1. <i>»Du bist meine Sucht«-Der Mitmensch als Droge.</i>	139
Geschlechterkrieg - Symbiotische Beziehungen - Ist Liebesucht eine Sucht? - Co-Abhängigkeit	
2. <i>Die schwarze Schwester der Eiebe: Eifersucht.</i>	148
Formen der Eifersucht - Eifersuchtsverdrängung - Eifersuchtsuntersuchungen - Das Beziehungsdreieck - Eifersucht: ein Kulturgut? - Eifersüchtig auf alles und nichts - Der eifersüchtige Zwiespalt - Eifersucht: eine Sucht? - Eifersucht: ein Gefühl aus der Steinzeit? - Hilfen	
3. <i>Porno, Peep-Show, Perversionen: Sex-Sucht.</i>	167
Sex-Suchtcharaktere - Hörigkeit - Moralische Normen - Untersuchungen - Die Last der schnellen Lust - Übergänge und Stationen	
4. <i>Psychotherapie und Selbsthilfe für Liebes- und Sexsüchtige</i>	174

VI. Andere süchtige Verhaltensweisen	177
1. <i>Aufgepaßt, zugefaßt-Kleptomanie.</i>	178
2. <i>Kaufrausch-Konsum als Trostpflaster.</i>	180
3. <i>Auf der Suche nach dem »Kick« - Extremsituationen als Lebenselixier.</i>	182
Bergsteigen - Auto- und Motorradrennen - Wenn daraus ein Beruf wird: Stuntmen und andere - Grenzerfahrungen und ihre Grenzen - Das Jogger-High - S-Bahn-Surfen - Feuerlaufen - Okkulte Praktiken - Inflation von Suchtformen	
4. <i>Der Körper als Suchtpartner.</i>	190
Hypochondrie - Messersüchtige: »Schnippler« und »Operationsfreaks« - Die Leere im Kopf: Blutspenden als Highmacher	
VII. Gibt es eine Suchtpersönlichkeit?	193
1. <i>»Syndrom-Shift«: Symptomverschiebung.</i>	194
2. <i>Suchtpersönlichkeit.</i>	195
Genetische Faktoren - Konstitutionelle Faktoren - Frühkindliche Situation - Familientradition - Peer-Group - Lebensstil - Beruflicher Alltag - Kulturelle Bedingungen	
3. <i>Stadien der Sucht.</i>	199
Einleitungsphase - Kritische Phase - Chronische Phase - Die Frage der Schuldfähigkeit	
4. <i>Suchtpersönlichkeit aus psychoanalytischer Sicht am Beispiel von Bulimie und Spielsucht (Wolf-Detlef Rost).</i>	202
Sucht in anderen Kulturen - Suchtmittel - Stoffgebundene und Stoff »«gebundene Süchte - Falldarstellung: Spielsucht - Falldarstellung: Bulimie - Frauenrolle - Gesellschaftliche Aspekte - Entwicklungspsychologische Aspekte: Die gute Brust - Die böse Brust - Psychodynamische Aspekte - Rollenkonflikte - Männerrolle - Gesellschaftliche Aspekte - Der Automat als Gegner - Überfluß und Sucht	
VIII. Die Alltäglichkeit der Sucht	215
1. <i>Die Ausweich-Gesellschaft.</i>	216
»Horror vacui«: Die Angst vor der Leere - Im Nebelpalast der Wünsche	

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

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

Anhang

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