

# Inhalt

Einleitung: Sucht – eine Hungerkrankheit . . . . .	11
<b>1. Tod und Auferstehung – Leben mit Suchtkrankheit und Co-Abhängigkeit . . . . .</b>	<b>15</b>
Der Trauerprozess . . . . .	16
Die Genesung des Suchtkranken . . . . .	21
1. Verleugnung . . . . .	21
2. Verzweiflung, Wut, Selbsthass . . . . .	25
3. Aktive Trauerarbeit und Verantwortungsübernahme . . . . .	28
4. Auferstehung . . . . .	38
Zusammenfassung . . . . .	40
Co-Abhängigkeit . . . . .	41
Helfen – ein »Beruhigungsmittel« . . . . .	43
Die Behandlung der Co-Abhängigkeit . . . . .	46
Suchtkrankheit, eine Sinnkrankheit . . . . .	48
Rückfälligkeit nach zwei Jahren . . . . .	49
Der Mensch ist zum Sinn verpflichtet . . . . .	50
Visionen . . . . .	51
Was gibt dem Leben Tiefe und Wert? . . . . .	51
Die »spirituelle Geburt« . . . . .	52
<b>2. Die Bearbeitung von Schuld- und Schamgefühlen – vom abhängigen zum unabhängigen Selbstwertgefühl . . . . .</b>	<b>54</b>
Das Gleichnis vom verlorenen Sohn . . . . .	54
Das Selbstwertgefühl . . . . .	62
Wie entsteht ein unabhängiges Selbstwertgefühl? . . . . .	64
Vom abhängigen zum unabhängigen Selbstwertgefühl . . . . .	68
Das Drama des älteren Sohnes . . . . .	70
<b>3. Sucht und Persönlichkeitsstruktur . . . . .</b>	<b>75</b>
Die abhängige (dependente) Persönlichkeitsstruktur und Sucht . . . . .	76
Die narzisstische Persönlichkeitsstruktur und Sucht . . . . .	81
Die Borderline-Persönlichkeitsstruktur und Sucht . . . . .	87
Die hysterische Persönlichkeitsstruktur und Sucht . . . . .	92

Die zwanghafte Persönlichkeitsstruktur und Sucht . . . . .	96
Die schizoide Persönlichkeitsstruktur und Sucht . . . . .	98
<b>4. Der Autonomie-Abhängigkeitskonflikt</b>	
<b>oder Das Michael-Kohlhaas-Syndrom . . . . .</b>	<b>102</b>
<i>Die Bearbeitung des Autonomie-Abhängigkeitskonflikts . . . . .</i>	<i>107</i>
<b>5. Destruktive abhängige Beziehungen . . . . .</b>	<b>113</b>
<i>Abhängigkeit von den Eltern . . . . .</i>	<i>116</i>
<i>Die Bearbeitung destruktiver abhängiger Beziehungen . . . . .</i>	<i>116</i>
<i>Liebes- und Sexsucht . . . . .</i>	<i>118</i>
<b>6. Abstinenz – ein Kind der Freiheit . . . . .</b>	<b>120</b>
<i>Bedingungslose Kapitulation . . . . .</i>	<i>121</i>
<i>Der Glaube an sich selbst . . . . .</i>	<i>123</i>
<b>7. Nicht stoffgebundene Süchte . . . . .</b>	<b>125</b>
Arbeitssucht . . . . .	125
Esssucht . . . . .	130
Die Magersucht (Anorexia nervosa) . . . . .	135
Weitere nicht stoffgebundene Süchte . . . . .	137
<i>Spielsucht . . . . .</i>	<i>137</i>
<i>Internetsucht . . . . .</i>	<i>138</i>
<i>Sportsucht . . . . .</i>	<i>139</i>
<i>Kaufsucht . . . . .</i>	<i>140</i>
<b>8. Rückfall . . . . .</b>	<b>141</b>
Die Bearbeitung eines Rückfalls . . . . .	141
<i>Gründe für einen Rückfall . . . . .</i>	<i>142</i>
<i>Die »Aura« eines Rückfalls . . . . .</i>	<i>148</i>
<i>Der Abstinenz-Verletzungs-Konflikt . . . . .</i>	<i>150</i>
<i>Sucht – eine Wutkrankheit . . . . .</i>	<i>150</i>
Wie geht man mit Suchtdruck um? . . . . .	152
<b>9. Sucht und Sexualität . . . . .</b>	<b>154</b>
<i>Sexuelle Funktionsstörungen . . . . .</i>	<i>154</i>
<i>Sexueller Missbrauch . . . . .</i>	<i>155</i>

<b>10. Krisen während der Therapie</b> . . . . .	157
<i>Therapieabbruch</i> . . . . .	157
<i>Stillstand während der Therapie</i> . . . . .	159
<i>Rückfall während der Therapie</i> . . . . .	160
<i>Sich-Verlieben während der Therapie</i> . . . . .	161
 <b>11. Abschied vom Suchtmittel – eine Traumreise</b> . . . . .	164
 <b>Anhang</b> . . . . .	171
Verschiedene Arten von Suchterkrankungen und ihre	
Ausprägungen . . . . .	171
<i>Die Alkoholkrankheit</i> . . . . .	171
<i>Medikamentenabhängigkeit</i> . . . . .	176
<i>Schnippeln</i> . . . . .	179
Fragen zum Abschluss . . . . .	181
Zum Schluss . . . . .	183
Anmerkungen . . . . .	185
Literatur . . . . .	186
Zitatnachweis . . . . .	187