

# 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. <i>Verleugnung</i> . . . . .	21
2. <i>Verzweiflung, Wut, Selbsthass</i> . . . . .	25
3. <i>Aktive Trauerarbeit und Verantwortungsübernahme</i> . . . . .	28
4. <i>Auferstehung</i> . . . . .	38
<i>Zusammenfassung</i> . . . . .	40
Co-Abhängigkeit . . . . .	41
<i>Helfen – ein »Beruhigungsmittel«</i> . . . . .	43
<i>Die Behandlung der Co-Abhängigkeit</i> . . . . .	46
Suchtkrankheit, eine Sinnkrankheit . . . . .	48
<i>Rückfälligkeit nach zwei Jahren</i> . . . . .	49
<i>Der Mensch ist zum Sinn verpflichtet</i> . . . . .	50
<i>Visionen</i> . . . . .	51
<i>Was gibt dem Leben Tiefe und Wert?</i> . . . . .	51
<i>Die »spirituelle Geburt«</i> . . . . .	52
<b>2. Die Bearbeitung von Schuld- und Schamgefühlen – vom abhängigen zum unabhängigen Selbstwertgefühl . . .</b>	<b>54</b>
Das Gleichnis vom verlorenen Sohn . . . . .	54
<i>Das Selbstwertgefühl</i> . . . . .	62
<i>Wie entsteht ein unabhängiges Selbstwertgefühl?</i> . . . . .	64
<i>Vom abhängigen zum unabhängigen Selbstwertgefühl</i> . . . . .	68
<i>Das Drama des älteren Sohnes</i> . . . . .	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> . . . . .	102
<i>Die Bearbeitung des Autonomie-Abhängigkeitskonflikts</i> . . . . .	107
<b>5. Destruktive abhängige Beziehungen</b> . . . . .	113
<i>Abhängigkeit von den Eltern</i> . . . . .	116
<i>Die Bearbeitung destruktiver abhängiger Beziehungen</i> . . . . .	116
<i>Liebes- und Sexsucht</i> . . . . .	118
<b>6. Abstinenz – ein Kind der Freiheit</b> . . . . .	120
<i>Bedingungslose Kapitulation</i> . . . . .	121
<i>Der Glaube an sich selbst</i> . . . . .	123
<b>7. Nicht stoffgebundene Süchte</b> . . . . .	125
Arbeitssucht . . . . .	125
Esssucht . . . . .	130
Die Magersucht (Anorexia nervosa) . . . . .	135
Weitere nicht stoffgebundene Süchte . . . . .	137
<i>Spielsucht</i> . . . . .	137
<i>Internetsucht</i> . . . . .	138
<i>Sportsucht</i> . . . . .	139
<i>Kaufsucht</i> . . . . .	140
<b>8. Rückfall</b> . . . . .	141
Die Bearbeitung eines Rückfalls . . . . .	141
<i>Gründe für einen Rückfall</i> . . . . .	142
<i>Die »Aura« eines Rückfalls</i> . . . . .	148
<i>Der Abstinenz-Verletzungs-Konflikt</i> . . . . .	150
<i>Sucht – eine Wutkrankheit</i> . . . . .	150
Wie geht man mit Suchtdruck um? . . . . .	152
<b>9. Sucht und Sexualität</b> . . . . .	154
<i>Sexuelle Funktionsstörungen</i> . . . . .	154
<i>Sexueller Missbrauch</i> . . . . .	155

<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