

Sabine M. Grüsser Carolin N. Thalemann

Verhaltenssucht

Diagnostik, Therapie, Forschung



HUBER



Sabine M. Grüsser
Carolin N. Thalemann

Verhaltenssucht

Diagnostik, Therapie, Forschung

Aus dem Programm Huber
Klinische Praxis

Wissenschaftlicher Beirat:

Prof. Dr. Dieter Frey, München

Prof. Dr. Kurt Pawlik, Hamburg

Prof. Dr. Meinrad Perrez, Freiburg (CH)

Prof. Dr. Franz Petermann, Bremen

Prof. Dr. Hans Spada, Freiburg i. Br.

Weitere Bücher in der Reihe **Klinische Praxis – eine Auswahl:**

Maria Hofecker Fallahpour / Christine Zinkernagel / Ulrike Frisch /
Caroline Neuhofer / Rolf-Dieter Stieglitz / Anita Riecher-Rössler

Was Mütter depressiv macht... ..und wodurch sie wieder Zuversicht gewinnen
Ein Therapie-Manual für die Behandlung von depressiven Müttern kleiner Kinder
317 Seiten (ISBN 3-456-84131-0)

Monica McGoldrick / Randy Gerson

Genogramme in der Familienberatung
Aus dem Englischen übersetzt von Irmela Erckenbrecht
2., durchgesehene und neu gestaltete Auflage
206 Seiten (ISBN 3-456-83488-8)

Wolfgang Lutz / Joachim Kosfelder / Jutta Joormann (Hrsg.)

Misserfolge und Abbrüche in der Psychotherapie
Erkennen – Vermeiden – Vorbeugen
244 Seiten (ISBN 3-456-84176-0)

Franz Moggi

Doppeldiagnosen
Komorbidität psychischer Störungen und Sucht
233 Seiten (ISBN 3-456-83699-6)

William J. Worden

Beratung und Therapie in Trauerfällen
Ein Handbuch
Aus dem Amerikanischen von T. M. Höpfner und T. Rihs
unveränderter Nachdruck der 2. erw. Aufl. 1999 mit zusätzlichen Kapiteln u. a.
über AIDS und einem Nachwort von M. Perrez
198 Seiten (ISBN 3-456-83091-2)

Informationen über unsere Neuerscheinungen finden Sie im Internet unter
www.verlag-hanshuber.com oder per E-Mail an: verlag@hanshuber.com

Sabine M. Grüsser
Carolin N. Thalemann

Verhaltenssucht

Diagnostik, Therapie, Forschung

Mit einem Vorwort von Prof. Dr. H. Saß

Verlag Hans Huber

Adresse der Erstautorin:
Dr. rer. nat. Sabine M. Grüsser
Interdisziplinäre Suchtforschungsgruppe Berlin (ISFB)
Institut für Medizinische Psychologie
Universitätsmedizin Berlin
Charité Campus Mitte
Tucholskystr. 2
D-10117 Berlin
E-Mail: sabine.gruesser@charite.de

Lektorat: Monika Eginger
Herstellung: Daniel Berger
Satz: Nathalie Sbicca Panarelli, Castione / Gabriella Jelmini, Bellinzona
Umschlag: Atelier Mühlberg, Basel
Druck und buchbinderische Verarbeitung: AZ Druck & Datentechnik GmbH, Kempten
Printed in Germany

Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek
Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie;
detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.



Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen sowie die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Anregungen und Zuschriften bitte an:

Verlag Hans Huber
Hogrefe AG
Länggass-Strasse 76
CH-3000 Bern 9
Tel: 0041 (0)31 300 45 00
Fax: 0041 (0)31 300 45 93
E-Mail: verlag@hanshuber.com
Internet: www.verlag-hanshuber.com

1. Auflage 2006
© 2006 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
ISBN 3-456-84250-3

Danksagung

Wir danken insbesondere und an erster Stelle Professor Dr. Hans-Peter Rosemeier, ohne den dieses Buch nicht möglich gewesen wäre. Für moralische und tatkräftige Unterstützung möchten wir uns weiterhin bei der Interdisziplinären Suchtforschungsgruppe Berlin (ISFB) – namentlich Chantal Mörsen, Anja Lehmann, Irena Lyssy, Ralf Thalemann, Klaus Wölfling und Ulrike Albrecht – sowie bei Brigitte Hoffmann aufs Herzlichste bedanken.

Widmung

Unseren Lieben

Inhaltsverzeichnis

Vorwort von Prof. Dr. H. Saß	11
1. Einleitung	13
1.1 Zum Suchtbegriff	15
1.2 Definition und Klassifikation von Abhängigkeit	17
1.3 Definition und Klassifikation von Verhaltenssucht	19
1.4 Literatur	25
2. Erklärungsansätze der Entstehung und Aufrechterhaltung von Abhängigkeit	29
2.1 Lerntheoretische Erklärungsansätze	30
2.2 Integrativer psychobiologischer Erklärungsansatz	34
2.3 Kognitive Erklärungsansätze	39
2.4 Das Konzept des Drogenverlangens	49
2.4.1 Studien zum Drogenverlangen	52
2.4.1.1 Therapeutische Implikationen und diagnostische Strategien	55
2.5 Exkurs 2.1 Belohnungssystem	57
2.6 Exkurs 2.2 Begriffsklärung und Definition von Impulsivität	60
2.7 Literatur	62
3. Erklärungsansatz für die Entstehung und Aufrechterhaltung von Verhaltenssucht	71
3.1 Exkurs 3.1 Begriffsklärung Trieb und Homöostasemodell des süchtigen Verhaltens	76
3.2 Literatur	78
4. Kaufsucht	81
4.1 Definition und Phänomenologie	81
4.2 Epidemiologie	83
4.3 Stellenwert des Geldes für Kaufsüchtige	84
4.4 Komorbiditäten	84
4.5 Fallbeispiel	86
4.6 Exkurs 4.1 Horten	89
4.7 Literatur	92

5. Sportsucht	97
5.1 Definition und Phänomenologie	97
5.2 Begrifflichkeiten	102
5.3 Ätiologie	102
5.4 Entzugssymptome	104
5.5 Epidemiologie	106
5.6 Komorbiditäten	106
5.7 Fallbeispiel	106
5.8 Literatur	109
6. Glücksspielsucht	113
6.1 Definition und Phänomenologie	113
6.2 Epidemiologie	120
6.3 Komorbiditäten und Aspekte der Entstehung und Aufrechterhaltung von Glücksspielsucht	122
6.4 Fallbeispiel	128
6.5 Exkurs 6.1 Lotto und Wetten	130
6.6 Literatur	133
7. Arbeitssucht	143
7.1 Einleitung	143
7.2 Definition	144
7.3 Diagnose Arbeitssucht im beruflichen Alltag	150
7.4 Epidemiologie	152
7.5 Komorbiditäten und Folgen	152
7.6 Erklärungsansätze zur Entstehung von Arbeitssucht	154
7.7 Arbeitssucht als Suchtverhalten	158
7.8 Fallbeispiel	160
7.9 Literatur	163
8. Computersucht	167
8.1 Definition und Phänomenologie	167
8.2 Epidemiologie	170
8.2.1 Internet	170
8.2.2 Computerspiele	171
8.3 Wirkung und Komorbiditäten	172
8.4 Das Suchtpotenzial von Computer- und Videospiele	174
8.5 Computernutzung bei Kindern	175
8.6 Fallbeispiel	179
8.7 Exkurs 8.1 «Sensation Seeking» und Medienkonsum	182
8.8 Literatur	184

9. Sexsucht	189
9.1 Einleitung und Definition	189
9.2 Prävalenz	192
9.3 Klassifikation	192
9.4 Differenzialdiagnostik und Komorbiditäten	196
9.5 Fallbeispiel	200
9.6 Exkurs 9.1 Internet und exzessives sexuelles Verhalten	203
9.7 Exkurs 9.2 Liebessucht und Hörigkeit	206
9.8 Literatur	213
10. Diagnostik	217
10.1 Kaufsucht	217
10.2 Sportsucht	220
10.3 Glücksspielsucht	223
10.4 Arbeitssucht	229
10.5 Computersucht	233
10.6 Sexsucht	237
10.7 «Fragebogen zur Differenzierten Anamnese exzessiver Verhaltensweisen» (FDAV)	238
10.8 Diagnostische Merkmale für Verhaltenssucht	239
10.9 Literatur	240
11. Therapie	247
11.1 Einleitung	247
11.2 Therapieimplikationen aus Theorie und Praxis bei einzelnen Formen der Verhaltenssucht	256
11.2.1 Kaufsucht	256
11.2.1.1 Therapeutische Implikationen am Fallbeispiel der Kaufsucht	258
11.2.2 Sportsucht	260
11.2.3 Glücksspielsucht	261
11.2.4 Arbeitssucht	266
11.2.5 Computersucht	270
11.2.6 Sexsucht	271
11.2.6.1 Therapeutische Implikationen am Fallbeispiel der Sexsucht	274
11.3 Literatur	275
12. Ausblick	281
Autorenregister	283

Vorwort

Von Gebtsattel hat uns gelehrt, daß der Begriff menschlicher Süchtigkeit sehr viel weiter reicht als der Begriff der Toxikomanie. Damit in Einklang steht, daß in den letzten Jahren die Debatte über «nicht stoffgebundene Süchte» eine große Resonanz erfahren hat, dies nicht zuletzt durch das Anwachsen verschiedener Formen von «Verhaltenssüchten». Hierzu gehören nicht nur die Glücksspielsucht, sondern auch neuerdings vermehrt beobachtetes suchartiges Verhalten in Bezug auf Arbeit, Computergebrauch, Sexualität und andere menschliche Tätigkeiten. In vergleichbarem Denkansatz, aber mit anderer Terminologie hatten bereits Pinel und Esquirol zu Beginn des 19. Jahrhunderts eine breite Palette von Monomanien mit über 100 Unterformen als selbständige Krankheiten vorgestellt, zum Beispiel Pyromanie, Kleptomanie, Poriomanie, Mordmonomanie etc. Solche Lehren sind gegen Ende des Jahrhunderts von Psychiatern, etwa Kraepelin, intensiv kritisiert worden, weil aus einer isolierten Verhaltensauffälligkeit allein wenig für die Fragen von Art und Ausmaß psychischer Störung folgt. Seither bestand bei aller terminologischen und inhaltlichen Unterschiedlichkeit über süchtiges Verhalten und Suchtformen zumindest Einigkeit darüber, daß die Aufstellung umschriebener Süchte im Sinne von Krankheitsbildern über bestimmte Verhaltensmerkmale hinaus durch Gemeinsamkeiten etwa psychopathologischer, prognostischer und/oder therapeutischer Art begründet werden muß.

Außerordentlich fruchtbare Erklärungsansätze für die Entstehung und Aufrechterhaltung von Abhängigkeit sind durch lerntheoretische sowie kognitiv-behaviorale Konzepte entstanden. Es ist ein großes Verdienst der Autoren des vorliegenden Bandes, systematisch und umfassend das heute verfügbare Wissen über die verschiedenen Erscheinungsformen von nicht stoffgebundenen Abhängigkeiten zusammen getragen zu haben. Sie liefern einen kompetenten Überblick über den aktuellen Forschungs- und Diskussionsstand bezüglich der «Verhaltenssüchte». Dieser Terminus erscheint heute trotz in der Vergangenheit geäußelter Bedenken zur «Inflation der Süchte» als geeigneter Oberbegriff für die exzessiven Verhaltensweisen unterschiedlichster Art. Kaufsucht, Sportsucht, Glücksspielsucht, Arbeitssucht, Computersucht, Sexsucht und schließlich auch Liebe und Hörigkeit werden in ihren phänomenologischen, diagnostischen, ätiopathogenetischen und therapeutischen Aspekten dargestellt, wobei nicht nur auf eigene Erfahrungen und Forschungen der Autoren, sondern vor allem auch auf die inzwischen höchst umfangreiche Literatur im angloamerikanischen Sprachraum zurückgegriffen wird.

Angesichts der Fülle des vorhandenen Materials gewinnt auch der initial vielleicht skeptische Leser ein zunehmendes Verständnis für die Bedeutung und die Eigenständigkeit dieses offenbar in moderner Zeit deutlich anwachsenden Bereiches von suchtvähnlichen Verhaltensweisen, die sämtlich darin übereinstimmen, daß sie zu einer Einschränkung menschlicher Freiheitsspielräume führen. Gerade die enorm anwachsenden Erträge neurowissenschaftlicher Studien auf diesem Gebiet beleuchten das Wechselspiel zwischen Funktionsbesonderheiten im biologischen Substrat und Veränderungen von Verhalten und Erleben. Insofern stehen die neuen Forschungsergebnisse über Verhaltenssuchte prototypisch für die seit Jahrhunderten hin- und herwogenden Debatten um Willensfreiheit und Determinismus, wie sie jüngst im Anschluss an das «Manifest der Gehirnkrankheiten» wieder aufgeflammt ist. Von daher kommt den Verhaltenssuchten eine ähnliche Bedeutung zu, wie sie früher die Monoamien für die Konzeptbildung im psycho(patho)logischen über menschliches Verhalten und Erleben besagen. Damit verbunden sind zentrale Fragen unseres Menschenbildes, das implizit oder explizit nicht nur den jeweiligen psychologischen und psychopathologischen Konzeptionen, sondern auch jedem therapeutischen Handeln zugrunde liegt. Sorgfältige und auf Integration zielende Zusammenstellungen unseres Wissens, wie es das vorliegende Buch unternimmt, können diese Debatten von ideologischen Vorannahmen befreien und auf eine rationale Grundlage stellen.

Prof. Dr. H. Saß

1. Einleitung

Missbrauch bzw. Abhängigkeit von psychotropen Substanzen (Alkohol, Rauschdrogen und Medikamenten) stellen in Deutschland die größte Gruppe psychischer Störungen und einen nicht zu unterschätzenden hohen volkswirtschaftlichen Kostenfaktor dar. So schätzt die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (2005), dass derzeit etwa 1,5 Millionen Personen in Deutschland alkoholabhängig und etwa 175 000 Personen von anderen Suchtmitteln wie Heroin oder Kokain abhängig sind. Die wirtschaftlichen Folgekosten allein für alkoholbezogene Krankheiten (ohne Kriminalität und intangible Kosten) werden auf mehr als 20,2 Milliarden Euro jährlich geschätzt (DHS, 2005). Bei diesen Statistiken sind noch nicht die psychischen Auswirkungen und wirtschaftlichen Folgen der nichtstoffgebundenen Sucht bzw. der verschiedenen Formen der sogenannten Verhaltenssucht, wie z. B. der Spiel-, Arbeits-, Sex- und Sportsucht, berücksichtigt (Poppelreuter & Gross, 2000). In den letzten Jahren ist vor allem die Spielsucht, die am besten beschriebene und untersuchte Form der Verhaltenssucht, verstärkt in den Fokus der öffentlichen Aufmerksamkeit geraten (Meyer & Bachmann, 2000; J. Petry, 2003). Aktuelle Publikationen und Medienberichte deuten jedoch darauf hin, dass nun auch die anderen Formen der Verhaltenssucht (wie z. B. Sport, Arbeiten, Kaufen) immer mehr an wissenschaftlicher und gesellschaftlicher Relevanz gewinnen (Griffiths, 2005; Grüsser, Thalemann, & Albrecht, 2004; Poppelreuter, 2004).

Von den stoffgebundenen Abhängigkeitserkrankungen sowie den verschiedenen Formen der Verhaltenssucht sind weltweit nicht nur Millionen Personen direkt, sondern durch soziale und berufliche Verknüpfungen auch indirekt Millionen weiterer Menschen betroffen. Während die verschiedenen Erscheinungsformen der stoffgebundenen Abhängigkeit gut charakterisiert und die klinischen Erscheinungsbilder gut beschrieben sind und es ein breites Hilfsangebot für Betroffene und deren Angehörige gibt, mangelt es bislang an entsprechenden Beschreibungen und Hilfsangeboten für die verschiedenen Formen der Verhaltenssucht. Ein Handlungsbedarf hierbei spiegelt sich unter anderem darin wider, dass in jüngster Zeit, am Bedarf der Betroffenen orientiert, immer mehr neue Selbsthilfegruppen für verhaltenssüchtige Betroffene und deren Angehörige gegründet werden.

Im Rahmen des vorliegenden Werkes werden die gängigen Modelle der Entstehung und Aufrechterhaltung von Substanzabhängigkeit vorgestellt und in Anlehnung an diese ein Erklärungsansatz für die Entstehung und Aufrechter-

haltung von Verhaltenssucht gegeben. Grundsätzlich geht es darum, dass von den Betroffenen durch exzessives belohnendes Verhalten in seiner pathologischen Form (z. B. intensive Computer-/Internetnutzung, pathologisches (Glücks-)Spiel, exzessives Kaufen oder Sporttreiben) schnell und effektiv Gefühle im Zusammenhang mit Frustrationen, Ängsten und Unsicherheiten reguliert bzw. verdrängt werden können. Analog zum Effekt durch den Gebrauch von psychotropen Substanzen kann eine aktive Auseinandersetzung des Betroffenen mit Problemen dadurch immer mehr in den Hintergrund rücken und «verlernt» werden. Uneingeschränktes exzessives Verhalten erhält somit, wie der Gebrauch einer psychotropen Substanz, die Funktion, das Leben für den Betroffenen erträglich zu gestalten und Stress effektiv, jedoch inadäquat zu bewältigen. Dieses suchtartige Verhalten wird im Laufe einer pathologischen Verhaltensentwicklung oftmals zur letztlich noch einzig vorhandenen Strategie, sich zu belohnen (bzw. das körpereigene psychophysiologische Gleichgewicht herzustellen) und kann so auch im Sinne einer Selbstmedikation eingesetzt werden: Psychische Belastungen/Stressoren wie belastender Alltag, Ängste, Einsamkeit, Schüchternheit, Langeweile, Versagenserlebnisse, Gruppendruck oder andere schwierige Entwicklungsprozesse werden dadurch reduziert (Conger, 1956).

Verschiedene Studien der letzten zehn Jahre belegen, dass Personen, die ein exzessives belohnendes Verhalten mit klinischer Relevanz ausüben, bezogen auf dieses Verhalten die Kriterien einer Abhängigkeit erfüllen. Auch die mit diesem Störungsbild in Verbindung stehenden psychobiologischen Prozesse weisen Parallelitäten zu einer Abhängigkeitserkrankung auf. Aufgrund dieser Erkenntnisse erscheint es unbedingt notwendig, dass klare Richtlinien für eine Diagnose solcher exzessiven Verhaltensweisen als sogenannte Verhaltenssucht festgelegt werden (Rosenthal, 2003). Dieses ist insbesondere auch für ein besseres Verständnis für diese Störungsbilder und für die Anwendung von effektiven Therapiemaßnahmen aus dem Suchtbereich wichtig. Weiterhin ist eine genaue Definition des Begriffes Verhaltenssucht – auch um einem inflationären Gebrauch entgegenzuwirken – für eine Abgrenzung dieses Störungsbildes von anderen nicht-süchtigen exzessiven bzw. von der Norm abweichenden Verhaltensweisen notwendig (Böning, 1991; Meyer & Bachmann, 2000; Saß & Wiegand, 1990).

Vor diesem Hintergrund werden im Rahmen des vorliegenden Buches die diagnostischen Kriterien der Abhängigkeit, die Erklärungsmodelle und die Funktion des abhängigen Verhaltens für das Störungsbild der Verhaltenssucht diskutiert.

In einem ersten Kapitel wird zunächst auf die Definition und Klassifikation von stoffgebundener Abhängigkeit eingegangen und dann der aktuelle Diskussionsstand zu der Definition und Klassifikation von Verhaltenssucht vorgestellt. In einem zweiten Kapitel werden anschließend die derzeit aktuellen Erklärungsansätze zur Entstehung und Aufrechterhaltung von Abhängigkeit unter Einbeziehung des aktuellen Diskussions- und Forschungsstandes dargestellt. Es wird davon ausgegangen, dass abhängiges Verhalten ein erlerntes Verhalten ist und somit Lernprozesse bei der Entstehung und Aufrechterhaltung der Abhängigkeit