Vortrag bei ELPOS VOM 13.1.1988 über

ausgeführt vorhanden + verwendet

SUECHTE - SUCHTPROBLEME

U. Davatz

I. Definition von Suchtverhalten

- Einseitiges Ersatz-Befriedigungsverhalten
- Ausweich-/Fluchtverhalten
- Problemlösungsverhalten mit untauglichen Mitteln
- Schnellproblemlösungsverhalten
- Angstverhalten resp. chemische Bekämpfung vor Angst

II. Was bahnt Suchtverhalten?

- Unterdrückung und negative Gefühle bei Kindern (Teefläschchen)
  - Eigene Probleme
  - Vorstellung einer rosigen Welt
  - Zu viele andere Probleme in Familie

- Vorleben des eigenen Suchtverhaltens (Zigaretten, Alkohol, Fernseher, Arbeit)

- Zuviel dauernder Stress im Familiensystem

III. Was löst ein Suchtproblem in der Familie aus

- Teufelskreis

IV. Wie umgehen mit auftretendem Suchtverhalten bei eigenen Kindern

- Angstreduktion überlegen
- Exploration der Situation beim Kind und in ganzer Familie
- Defokusieren von Sucht
- Veränderungsversuche mit objektiver Hilfe
- keine falsche Scham, Sucht kommt in den besten Familien vor

V. Vorgehen bei eigenem Suchtverhalten

- Suchen nach anderen Befriedigungsmöglichkeiten
- Problem definieren, erkennen
- Lebensveränderung oder Problemlösung, Konfliktverhalten
- Akzeptieren des Problems
- weniger Anpassungsverhalten, eigene Bedürfnisse

25.01.1988
Davatz/em

https://adhs.expert