

Dank

Die Herausgabe des ersten deutschsprachigen Übersichtswerkes zum Thema *Selbsteilung von der Sucht* wurde mit finanzieller Unterstützung des schweizerischen Bundesamtes für Gesundheit (BAG) im Rahmen des Editionsmandats 03.000194 ermöglicht. Den Mitarbeiterinnen des Bundesamtes, insbesondere Frau Dr. Rihs-Middel, aber auch Frau Villiger und Frau Günter von der Abteilung Nationale Präventionsprogramme, Sektion Grundlagen des BAG, gilt unser Dank für ideelle und administrative Betreuung auch in schwierigen Zeiten. Das Engagement der Mitherausgeberin wurde durch Forschungsmittel des ‚National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism‘ (Grant AA08593) ermöglicht und von der Nova South Eastern University in Florida, USA, tatkräftig gefördert – angesichts knapper Forschungsmittel und der spezifischen Thematik nicht gerade selbstverständlich im nordamerikanischen Kontext.

Kein Buch ohne Verlag. Als wir 2003 an Herrn Edmund Budrich vom Verlag Leske + Budrich mit unserer Publikationsidee herantraten, stießen wir auf spontanes Interesse und hatten jemanden gefunden, der an unser Projekt glaubte. Nach der Übernahme des Editionsvorhabens durch den VS Verlag für Sozialwissenschaften / GWV Fachverlage befand sich das Buch in guten Händen bei Frau Stefanie Laux vom Lektorat Erziehungswissenschaften, Soziale Arbeit, welche uns kompetent und geduldig begleitet und betreut hat. Es ist das Verdienst von Frau Laux und von Frau Weijman vom Special Licensing Department des Springer Verlages, dass ein Abtausch der Rechte bezüglich englischsprachiger Originaltexte des Buches zwischen den Verlagen zustande kam: eine notwendige Voraussetzung für die Publikation der vorliegenden revidierten deutschsprachigen Ausgabe.

Last but not least geht ein ganz besonderes Dankeschön an Frau Ulrike Freywald vom Wissenschaftslektorat „Text & Stil“ (Berlin/Wien), die die verlagskonforme Aufbereitung, Korrektur und kritische Durchsicht des Gesamtmanuskripts – bei Übersetzungen aus dem Englischen kein leichtes Unterfangen – mit höchster Professionalität und viel persönlichem Engagement erfolgreich in die Hand genommen hat.

Liste der Autorinnen und Autoren

Harald Klingemann

Berner Fachhochschule, Soziale Arbeit Bern & *südhang* Klinik für Suchttherapien, Kirchlindach, Schweiz, e-mail: harald.klingemann@suedhang.ch

Linda C. Sobell

Center for Psychological Studies, Nova Southeastern University, Fort Lauderdale, USA, e-mail: sobell@nova.edu

Gallus Bischof

Forschungsgruppe S:TEP (Substanzmissbrauch: Therapie, Epidemiologie und Prävention), Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Universität Lübeck, Deutschland

Jan Blomqvist

Research & Development Unit, City of Stockholm, Stockholm, Schweden, e-mail: jan.blomqvist@stadshuset.stockholm.se

Patrick Finn

Speech, Language, & Hearing Sciences University of Arizona, Tucson, USA, e-mail: pfinn@email.arizona.edu

Stephanie Flöter

IFT Institut für Therapieforchung, München, Deutschland

Ulfert Hapke

Institut für Epidemiologie und Sozialmedizin, Ernst-Moritz-Arndt-Universität Greifswald, Deutschland

Ulrich John

Institut für Epidemiologie und Sozialmedizin, Ernst-Moritz-Arndt-Universität Greifswald, Deutschland

Christoph Kröger

IFT Institut für Therapieforchung, München, Deutschland, e-mail: kroeger@ift.de

Joachim Körkel

Ev. Fachhochschule Nürnberg, Nürnberg, Deutschland,
e-mail: joachim.koerkel@evfh-nuernberg.de

Christian Meyer

Institut für Epidemiologie und Sozialmedizin, Ernst-Moritz-Arndt-Universität
Greifswald, Deutschland

Jachen C. Nett

Berner Fachhochschule, Soziale Arbeit, Bern, Schweiz

Janet Polivy

Department of Psychology, University of Toronto at Mississauga, Mississauga,
Kanada, e-mail: jpolivy@utm.utoronto.ca

Hans-Jürgen Rumpf

Forschungsgruppe S:TEP (Substanzmissbrauch: Therapie, Epidemiologie und
Prävention), Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Universität Lübeck,
Deutschland, e-mail: H.Rumpf@ukl.mu-luebeck.de

Reginald G. Smart

CAMH Centre for Addiction and Mental Health, General Mental Health
Assessment, Toronto, Kanada, e-mail: Reg_Smart@camh.net

Mark B. Sobell

Center for Psychological Studies, Nova Southeastern University, Fort Lauderdale,
USA, e-mail: sobellm@nova.edu

Jukka-Pekka Takala

Oikeusministeriö, kriminaalipoliittinen osasto Rikoksantorjuntaneuvosto,
Helsinki, Finnland, e-mail: pekka.takala@om.fi

Tony Toneatto

Department of Psychiatry, University of Toronto, Kanada,
e-mail: Tony_Toneatto@camh.net

Justyna Zulewska

Zakład Badan nad Alkoholizmem i Toksykomaniami, Instytut Psychiatrii i
Neurologii, Warszawa, Polen

Einleitung

Harald K.-H. Klingemann und Linda C. Sobell

Wissenschaftliche Untersuchungen, aber auch unsere Alltagserfahrung – denken wir nur an das Rauchen – zeigen klar, dass es die meisten Süchtigen schaffen, ihr Problemverhalten *ohne* professionelle Hilfe oder Selbsthilfegruppen zu überwinden. Gleichzeitig wurden Forschungsbemühungen auf dem Gebiet des ‚selbst organisierten Ausstiegs aus der Sucht‘ oder der ‚Selbstheilung‘ jedoch durch ein deterministisches Krankheitsmodell beeinträchtigt, das die Suchtforschung lange Zeit dominierte. Selbstheilung wurde schlichtweg als unmöglich betrachtet und es wurde tautologisch argumentiert, dass ein Abhängiger¹, der aus der Sucht ausgestiegen ist, eben nie wirklich ‚abhängig‘ gewesen sein kann. ‚Kontrollverlust‘ als zentrales Definitionsmerkmal von Sucht schließt den Gedanken an individuelle Steuerungsmöglichkeiten ebenso von vornherein aus.

Seit Mitte der 1980er Jahre gewann die Selbstheilungsforschungsperspektive jedoch an Bedeutung und die Forschungsbemühungen verstärkten sich. Im Rahmen einer umfassenden Literaturanalyse konnten vierzig Studien – meist während der letzten zehn Jahre publiziert – identifiziert werden, die auf Untersuchungspopulationen basierten, die strikten Auswahlkriterien genügten (Sobell, Ellingstad & Sobell 2000). Gleichzeitig wurde auch die Relevanz der Selbstheilungsperspektive, d. h. der Untersuchung des natürlichen Verlaufs von Suchtkarrieren, vermehrt anerkannt. So ließ etwa das Institute of Medicine verlauten, dass „die positive Entwicklung des individuellen Suchtverhaltens unabhängig von formeller Behandlung keineswegs selten oder irrelevant ist“ (Institute of Medicine 1990: 52), und die Amerikanische Psychiatrische Gesellschaft konstatiert: „Einige Alkoholabhängige (möglicherweise 20 % oder mehr) erreichen langfristige Abstinenz sogar ohne aktive Behandlung“ (American Psychiatric Association 1994: 203).

Anfang der 90er Jahre setzte auch eine Veränderung der Forschungsstrategien zur Erforschung des Selbstheilungsprozesses ein. So beruhten neuere Studien auf einem Methodenmix von qualitativen und quantitativen Ansätzen und

¹ Im vorliegenden Band wird der besseren Lesbarkeit wegen auf geschlechtsdifferenzierende Doppelnennungen verzichtet, sofern das Geschlecht der betreffenden Personen für die Aussage irrelevant ist. Mit dem maskulinen Ausdruck sind dann stets beide Geschlechter gemeint. Andernfalls wird die Unterscheidung explizit im Text deutlich gemacht.

schlossen lebensgeschichtliche Ansätze bzw. Lebensereignisanalysen mit ein. ‚Selbstheilungsmotivation‘ und ‚kognitive Abwägungsprozesse‘ erweisen sich aufgrund dieser neueren Studien als zentrale Elemente des Selbstveränderungsprozesses. Diese Ergebnisse haben wichtige Implikationen für die Konzeption von Interventionsprogrammen. Aufgrund aktueller Studien verfügen wir über genauere Schätzungen der Selbstheilungsprävalenzen bei verschiedenen Süchten, wie Tabak-, Alkohol- und Drogenabhängigkeit, aber auch Spielsucht. Die gesamtgesellschaftlichen Bedingungen, die den selbst organisierten Ausstieg aus verschiedenen Arten von Abhängigkeit begünstigen, wurden ebenfalls aufgegriffen und in die Diskussion gebracht. Trotz dieses weiten Spektrums von Einzelbefunden und einer zunehmenden Ausdifferenzierung des Forschungsfeldes standen bislang eine systematische Integration der Befunde unter Berücksichtigung klinischer und therapeutischer Implikationen, aber auch die Identifikation künftiger Forschungsprioritäten immer noch aus.

Vor diesem Hintergrund kam 1999 die erste internationale Konferenz zum Thema: „Natürliche Suchtverläufe; behandlungsfreie Heilung von Alkohol-, Tabak- und anderen Drogenproblemen“ in Les Diablerets (Schweiz) zustande. Das Treffen wurde unter der Schirmherrschaft der „Kettil Bruun Society for Social and Epidemiological Research on Alcohol“ (KBS) und mit Unterstützung des Bundesamtes für Gesundheit (BAG) der Schweizerischen Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme (SFA) abgehalten. Die 29 KonferenzteilnehmerInnen – Soziologen, Psychologen, Anthropologen, Fachleute aus dem Bereich ‚öffentliche Gesundheit‘ und politische Vertreter, ein wahrhaft interdisziplinärer Teilnehmerkreis – verband ein gemeinsames Interesse an der Selbstheilungsforschung. Im Rahmen dieser Konferenz wurden insbesondere folgende Themen aufgegriffen und diskutiert:

- Selbstheilungsraten und kulturelle Aspekte der Veränderungsprozesse im internationalen Vergleich;
- Möglichkeiten und Grenzen von Lebensereignisanalysen;
- die Bedeutung der Selbstheilungsforschung für therapeutische Interventionen;
- geschlechtsspezifische und ethnische Einflüsse im Ausstiegsprozess;
- eine kritische Bestandsaufnahme von Theorien zur Erklärung individueller Verhaltensänderungen;
- die Einschätzung kontextueller Rahmenbedingungen auf situativer, gruppenbezogener und gesellschaftlicher Ebene und
- der Einsatz der computerunterstützten Inhaltsanalyse (cui) zur Harmonisierung quantitativer und qualitativer Ansätze.

Als Konferenzertrag erschienen zwei Zeitschriftenpublikationen, die einen ersten Syntheseversuch darstellten, und zwar:

Klingemann, H. K.-H. & Sobell, L. C. (2001). Natural recovery research across substance use (Introduction). In: *Substance Use and Misuse* 36. 1409-1416.

und

Sobell, L. C., Ellingstad, T. P. & Sobell, M. B. (2000). Natural recovery from alcohol and drug problems. Methodological review of the research with suggestions for future directions. In: *Addiction* 95. 749-776.

Was dieses Expertentreffen von anderen wissenschaftlichen Konferenzen unterschied, waren die explizite Zielsetzung und Vorgabe eines Brückenschlages zwischen Wissenschaft und Praxis. Intendiert waren ein Wissenstransfer zwischen Forschern, Behandlungsanbietern und suchtpolitischen Repräsentanten sowie eine Klärung der Relevanz von Selbstheilungsforschung für die Therapie.

Die während der Konferenz geleistete Synthese des Standes der Forschung aus interdisziplinärer Sicht und die ergiebigen Panel-Diskussionen zwischen Forschern, Behandlungsanbietern und Suchtpolitikern bildeten denn auch die Basis für die Herausgabe eines ersten Übersichtswerkes auf dem Gebiet der Selbstheilungsforschung:

Klingemann, H. K.-H., Barker, L. C., Blomqvist, J., Cloud, W., Ellingstad, T. P. et al. (2001): *Promoting self-change from problem substance use. Implications for policy, prevention and treatment*. Boston, MA; Kluwer Academic Publishers.

Das überaus positive Echo in Fachwelt und Praxis bewogen das Bundesamt für Gesundheit (BAG) dazu, eine adaptierte deutschsprachige Edition in Auftrag zu geben. Angesichts der raschen Entwicklung auf dem Gebiet der Selbstheilungsforschung bot sich damit nicht nur Gelegenheit zur Aktualisierung des Werkes, sondern auch zur konzeptuellen Erweiterung der Erstausgabe: Die Ergiebigkeit der ‚self-change‘- oder ‚Selbstheilungsperspektive‘ wird nicht nur am Beispiel stoffgebundener und stoffungebundener Süchte demonstriert, sondern im Rahmen neuer Originalbeiträge auch auf andere abweichende Verhaltensweisen oder Störungen wie Kriminalität, Stottern und Essstörungen angewandt. Den gesellschaftlichen Rahmenbedingungen für Änderungsprozesse wird – ergänzend zur individualpsychologischen Sicht – in der hier vorliegenden Ausgabe ebenfalls verstärkt Beachtung geschenkt (vgl. etwa den Beitrag von Klingemann & Zulewska). Darüber hinaus erfolgte eine Abstimmung auf die spezifischen Bedürfnisse der Leserschaft im deutschsprachigen Raum, die sich etwa in der Ausrichtung des ‚Ratgeberanhanges‘ (Werkzeugkasten), aber auch in den er-

gänzenden Kapiteln zur Umfrageforschung ‚aus europäischer Sicht‘ (Rumpf et al.) und zur Spielsucht (Toneatto & Nett) widerspiegelt.

Im ersten Kapitel dieses Buches wird dem Leser eine Einführung zur historischen Entwicklung des Selbstheilungsthemas geboten. Dieses Kapitel zeigt konzeptuelle ebenso wie methodische Grundfragen sowie den Stand der Forschung im Überblick, es thematisiert Hindernisse bei der Inanspruchnahme von Behandlung und skizziert die wichtigsten Verhaltensänderungsmodelle. Eine Zusammenfassung und umfassende kritische Darstellung der Klassiker der Selbstheilungsforschung im Alkohol- und Drogenbereich findet sich in Kapitel 2. Diese Studien wurden meist nicht explizit aus einer Selbstheilungsperspektive heraus konzipiert, lieferten jedoch erste wichtige Grundlagen für den Nachweis des Selbstheilungsphänomens. Kapitel 3.1 macht den Leser mit dem Beitrag der Umfrageforschung vertraut und referiert, was wir über Selbstheilungsprozesse aus breit angelegten Bevölkerungsumfragen und Gemeindestudien, aber auch aus kleineren, meist medienrekrutierten Befragungsgruppen wissen. Dabei kann sich die Leserschaft über die Vor- und Nachteile unterschiedlicher Untersuchungs- und Zugangsmethoden informieren. Offene Fragen und Probleme bei der Untersuchung von Selbstheilungsprozessen in großen Bevölkerungsgruppen kommen ebenfalls zur Sprache. Kapitel 3.2 ergänzt die eher nordamerikanische Ausrichtung dieses Beitrags und geht insbesondere auf europäische Untersuchungen ein. Angesichts potentieller kultureller Einflüsse auf den Verlauf von Suchtkarrieren sind diese Befunde von besonderem Interesse mit Blick auf mögliche forschungsbasierte Interventionsstrategien in Deutschland, Österreich und der Schweiz.

Die Kapitel 4.1 bis 4.5 illustrieren die Erklärungskraft von Selbstheilungskonzepten nicht nur am politisch derzeit brisanten Thema ‚Rauchen‘, sondern zeigen deren Relevanz auch am Beispiel der Spielsucht (als einer nicht stoffgebundenen Sucht), für die ein Behandlungsangebot erst im Entstehen begriffen ist, und schließlich darüber hinaus an anderen abweichenden Verhaltensweisen wie Stottern, Essstörungen und Kriminalität. Es lassen sich so interessante Gemeinsamkeiten ableiten, wie etwa die Relevanz der Schwere der Störung für die Selbstheilungschancen.

Kapitel 5 macht deutlich, dass die Veränderung von Suchtkarrieren keineswegs ausschließlich über traditionelle therapeutische Interventionen erfolgen muss, sondern dass es viele Wege aus der Sucht gibt, eben „50 Möglichkeiten, den Lover loszulassen...“. Das Kapitel geht im Einzelnen der Frage der ‚therapiegestützten Selbstheilung‘ nach und schlägt als eine Möglichkeit zur effizienten Erbringung von Behandlungsleistungen die Übernahme eines Systems der abgestuften Behandlung („stepped care“) vor, d. h. im Sinne einer evidenzkon-

trollierten Steigerung der Behandlungsintensität durch die Professionellen in der Gesundheitsversorgung.

Kapitel 6 macht deutlich, dass die meisten Süchtigen kaum je die Schwelle von Behandlungseinrichtungen überschreiten werden, um sich einer Therapie zu unterziehen, und beschreibt unkonventionelle Wege (etwa über Internet und die Verbreitung von Selbstheilungsratgebern auf neuartigen Wegen), um die Änderungsmotivation bei Abhängigen zu fördern.

Selbstheilungs-/Selbstveränderungsprozesse werden meist als innerpsychische Abläufe auf individueller Ebene bzw. als klar abgrenzbare Interaktionsprozesse interpretiert unter Ignorierung *gesellschaftlicher* Einflussfaktoren. Hier setzt Kapitel 7 an, das eine Verbindung zwischen der individuellen Selbstheilungsperspektive und gesellschaftlichen Rahmenbedingungen herstellt: Die Ausgestaltung des Behandlungssystems, Vorstellungen in der Bevölkerung über Sucht und deren Veränderbarkeit, Medieneinflüsse und unterschiedliche Suchtpolitiken stellen wichtige makrosoziale Rahmenbedingungen einer ‚selbstheilungsfreundlichen Gesellschaft‘ dar, die von unmittelbarem Interesse für Politikverantwortliche sind.

Schließlich haben wir diesen Band mit einem Werkzeugkasten versehen, dem Forscher, Praktiker aus der Gesundheitsversorgung, Spezialisten der öffentlichen Gesundheit und Alkohol- und Drogenpolitiker Tipps und Handreichungen/Instrumente entnehmen können, um Selbstheilungsprozesse in der täglichen Praxis zu fördern.

Wir hoffen, dass dieser Band mit einem ‚Werkzeugkasten für die Praxis‘ seinen Platz als Nachschlagewerk zum Thema ‚Selbstheilung‘ finden wird. Es soll Forschern, Professionellen im öffentlichen Gesundheitswesen, Alkohol- und Drogenfachleuten sowie Praktikern im Gesundheitswesen zu einem vertieften Verständnis von Selbstheilungsprozessen und deren Förderung verhelfen.

Obgleich während des letzten Jahrzehntes ein verstärktes Interesse an der Selbstheilungsforschung festzustellen ist, so müssen wir nach wie vor von erheblichen Wissenslücken ausgehen. Daher ist der geflügelte Satz „*mehr Forschung tut not*“ zumindest auf diesem Gebiet durchaus angebracht.

Aus diesem Blickwinkel hoffen wir als Herausgeber, dass dieses Buch nicht zuletzt auch Wissenschaftlern und Forschungsförderungseinrichtungen Aufschluss darüber gibt, wo der ‚Forschungs-Euro oder -Franken‘ am besten angelegt ist.

Literatur

Institute of Medicine (1990). Broadening the Base of Treatment for Alcohol Problems. Washington D.C.: National Academy Press.

American Psychiatric Association (1994). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. Washington D.C.: American Psychiatric Association.