

Seminar Sucht und Angst

Umgang mit Konsum- und Angststörungen

Dr. Darius Chahmoradi Tabatabai, MBA

Basisinformationen Sucht/Zahlen

DHS - Jahrbuch 2024

- 7,4 Millionen Deutsche konsumieren Alkohol in riskanter Weise
- Insgesamt 3 Millionen Erwachsene zwischen 18 und 64 Jahren hatten im Jahr 2018 in Deutschland eine alkoholbezogene Störung (Missbrauch: 1,4 Millionen; Abhängigkeit: 1,6 Millionen).
- Mindestens 14.500 Menschen sterben jährlich an den Folgen (74.000 Todesfälle bedingt durch die Kombination von Alkohol und Tabak)
- Vergleich illegale Drogen: Nach Hochrechnungen des Epidemiologischen Suchtsurveys 2018 sind 309.000 Erwachsene im Alter von 18 bis 64 Jahren abhängig von Cannabis. Lt. DHS-Jahrbuch 2024 geben 4,5 Millionen Erwachsene an, Cannabis in den letzten 12 Monaten konsumiert zu haben. Von den 12- bis 17-Jährigen haben 7,6 % im letzten Jahr Cannabis konsumiert. Eine Opioidabhängigkeit besteht bei 166.000 Menschen. Eine Kokainabhängigkeit liegt bei 41.000 und eine Amphetamin-Abhängigkeit bei 103.000 der 18-64-Jährigen vor.
- Derzeit erhalten 79.400 Menschen in Deutschland eine Substitutionstherapie. 2.227 drogenbedingte Todesfälle wurden im Jahr 2023 in Deutschland polizeilich registriert. Gegenüber dem Vorjahr ist damit ein Anstieg um 12 % zu verzeichnen (2022: 1.990 Drogentote). Bei 1479 der Verstorbenen wurde ein Mischkonsum verschiedener illegaler Substanzen festgestellt. Das sind 34 Prozent mehr als 2022.
- Medikamentenabhängigkeit ist in Deutschland mit 1,4 Millionen (Schätzungen gehen auch von bis zu 1,9 Millionen Menschen aus) ähnlich häufig wie die Abhängigkeit von Alkohol. Besonders häufig sind Frauen und ältere Menschen betroffen

Basisinformationen Sucht/Zahlen

DHS Jahrbuch 2024

Konsumierende, Abhängige, Passivrauchende und Nichtraucher

Aktuelle Daten zur Prävalenz des Rauchens in der Bevölkerung

Datenquelle	Jahr	Alter	n	Prävalenz (%)		
				Jungen/ Männer	Mädchen/ Frauen	Gesamt
Erwachsene						
Deutsche Befragung zum Rauchverhalten (DEBRA): Aktueller Rauchstatus (Universität Düsseldorf)	2023	18+	12.193	38,2	31,3	34,7
Mikrozensus: Aktueller Rauchstatus (Statistisches Bundesamt)	2021	15+	46.231	22,3	15,7	18,9
Epidemiologischer Suchtsurvey: 30-Tage-Prävalenz (Institut für Therapieforchung)	2021	18-64	9.046	25,7	19,5	22,7
GEDA Studie: Aktueller Rauchstatus (Robert Koch-Institut)	2019/2020	18+	22.708	33,9	24,0	28,9
Jugendliche und junge Erwachsene						
Deutsche Befragung zum Rauchverhalten (DEBRA): Aktueller Rauchstatus (Universität Düsseldorf)	2023	14-17 18-24	1.600	13,7 42,8	16,3 32,4	14,9 37,6
Alkoholsurvey 2021: 30-Tage-Prävalenz (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung)	2021	12-17 18-25	7.002	6,1 33,2	7,2 24,2	6,6 28,9
Präventionsradar: Monatsprävalenz (Institut für Therapie und Gesundheitsforschung [IFT-Nord])	2023	9-13 14-17	14.702	2,3 9,9	1,8 10,5	2,3 10,6

GEDA-Studie = Gesundheit in Deutschland aktuell

Quelle: Starker, A.; Kuntz, B. (2024): Tabak – Zahlen und Fakten zum Konsum. In: Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (Hrsg.): DHS Jahrbuch Sucht 2024. Lengerich: Pabst.

Basisinformationen Sucht/Zahlen Glückspiel



Der Beauftragte
der Bundesregierung
für Sucht- und Drogenfragen

13,6 % der Bevölkerung kennen mindestens eine Person in ihrem Umfeld, für die das Wetten oder Spielen um Geld zu einer Belastung oder einem Problem geworden ist.

1,3 Millionen Menschen leiden unter einer Störung durch Glücksspielen, weitere 3 Millionen Menschen haben ein problematisches Glücksspielverhalten. Das zeigt der neue [Glücksspielatlas](#) ↗.

Knapp 30 % der 16- bis 70-Jährigen in Deutschland haben in den vergangenen 12 Monaten mindestens ein Glücksspiel gespielt, Männer (34,7 %) häufiger als Frauen (24,5 %).

Bei knapp 4 % der suchtherapeutischen Behandlungsepisoden in der ambulanten Suchthilfe steht eine Problematik des pathologischen Spielens im Vordergrund.

Basisinformationen Sucht/Zahlen Internet



Der Beauftragte
der Bundesregierung
für Sucht- und Drogenfragen

Aus einer weltweiten wissenschaftlichen Übersichtsarbeit ↗ geht hervor, dass etwa 7 % der Menschen eine Internetnutzungsstörung aufweisen. In Deutschland schwanken Studienergebnisse zwischen 1 % ↗ und 6 % ↗. Männer und Frauen zeigen in Bezug auf Internetnutzungsstörungen keine signifikanten Unterschiede, wobei manche Studien auf eine höhere Anfälligkeit für Männer hindeuten.

Basisinformationen Sucht/Zahlen Computer



Der Beauftragte
der Bundesregierung
für Sucht- und Drogenfragen

⊗ **Computerspielstörung**

Die Verbreitung der **Computerspielstörung (CSS)** unter Kindern und **Jugendlichen** variiert weltweit zwischen 1 % und 9 % ↗. Eine repräsentative Studie im Auftrag der DAK-Gesundheit ↗ unter Kindern und Jugendlichen im Alter von 10 bis 17 Jahren ergab für **Deutschland** für das Jahr 2022, dass **6,3 %** die Diagnosekriterien einer CSS erfüllen. Hochgerechnet sind dies über 330.000 Kinder und Jugendliche. Jungen erfüllen zudem häufiger die Diagnosekriterien einer CSS als Mädchen. Außerdem sind 14- bis 17-jährige Jugendliche (7,4 %) häufiger betroffen als 10- bis 13-Jährige (5,0 %).

Erhebungen der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ↗ (BzgA) unter 12- bis 17-jährigen Jugendlichen sowie 18- bis 25-jährigen jungen Erwachsenen unterstützen größtenteils diese Ergebnisse. Demnach erfüllten im Jahr 2019 8,4 % der Jugendlichen sowie 5,5 % der jungen Erwachsenen die Kriterien einer computerspiel- oder internetbezogenen Störung.

Basisinformationen Sucht/Zahlen Social Networking



Der Beauftragte
der Bundesregierung
für Sucht- und Drogenfragen

⊗ Soziale-Netzwerke-Nutzungsstörung

Weltweit beträgt die Häufigkeit der Soziale-Netzwerke-Nutzungsstörung (SNS) etwa 5 % ↗, wobei etwa in den Niederlanden bereits Prävalenzen von bis zu 11,6 % ↗ festgestellt wurden. Eine repräsentative Studie im Auftrag der DAK-Gesundheit ↗ im Jahr 2022 ergab, dass 6,3 % der 10- bis 17-jährigen Kinder und Jugendlichen in Deutschland die Kriterien einer Social-Media-Störung erfüllen.

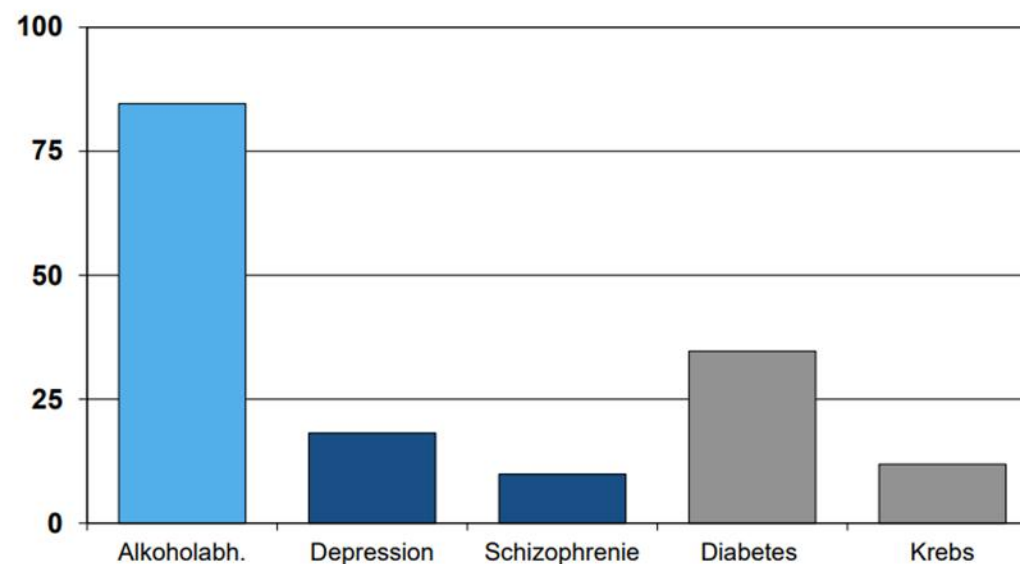
Geschlechtsunterschiede scheinen eher gering ausgeprägt zu sein. Während internationale Studien erste Hinweise lieferten, dass von einer pathologischen Nutzung von Sozialen Netzwerken Mädchen bzw. junge Frauen häufiger betroffen sind, ergab die Studie im Auftrag der DAK-Gesundheit, dass Jungen etwas häufiger betroffen waren als Mädchen (jedoch nicht statistisch signifikant häufiger). 14- bis 17-jährige Jugendliche erfüllten zudem mit 8,2 % häufiger die Diagnosekriterien als 10- bis 13-Jährige (5,0 %).

Basisinformationen Sucht – Herausforderung Stigma

Wie stark hängt es von einem selbst ab, ob man an dieser Krankheit erkrankt oder nicht?

Repräsentativerhebung in Deutschland (n=1012)

% „stark“ und „sehr stark“

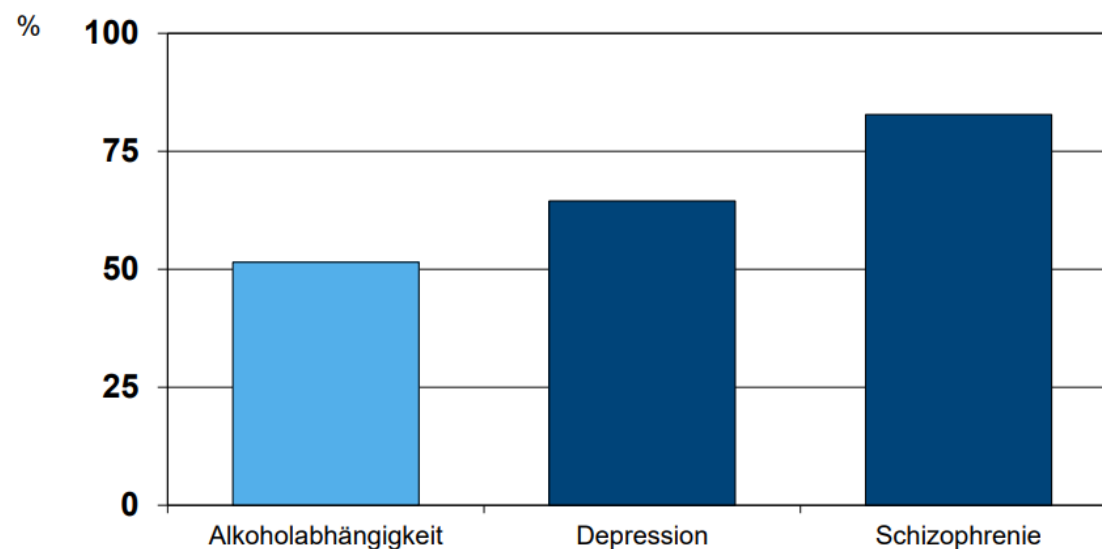


Schomerus, G. et al. 2006. Alcoholism: Illness beliefs and resource allocation preferences of the public. Drug Alcohol Depend 82, 204-210.

Basisinformationen Sucht – Herausforderung Stigma

Würden Sie sagen, dieser Mensch leidet an einer psychischen Krankheit im medizinischen Sinne?

Repräsentative Bevölkerungsbefragung in Deutschland 2011, n=3642

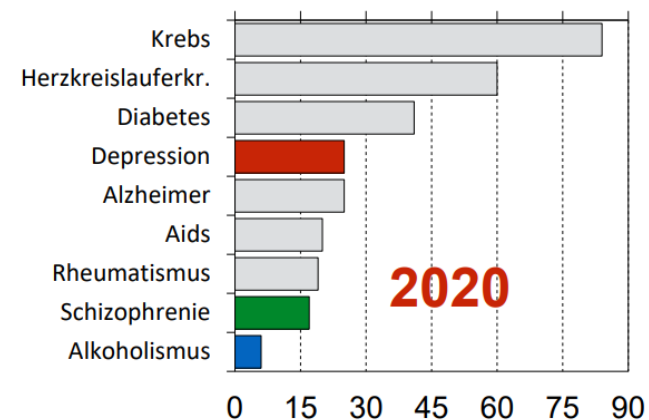
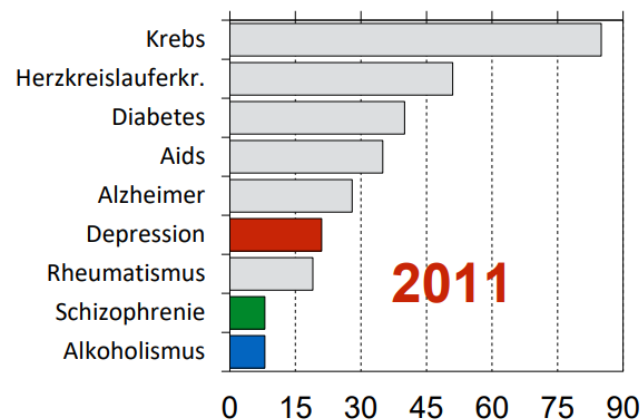
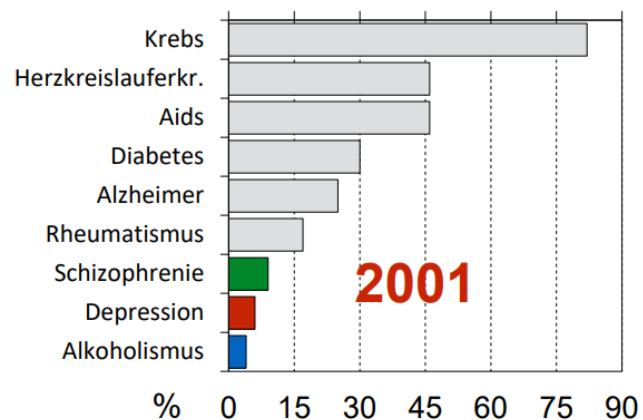


Schomerus, G. et al., 2013. Continuum beliefs and stigmatizing attitudes towards persons with schizophrenia, depression and alcohol dependence. *Psychiatry Res* 209, 665-669.

Basisinformationen Sucht – Herausforderung Stigma

„Nennen Sie bitte die drei Krankheiten, bei denen Ihrer Meinung nach **die Mittel auf keinen Fall gekürzt werden sollten.**“

Vergleich 2001, 2011 und 2020



Schomerus G., Baumann E., Sander C., Speerforck S., Angermeyer MC, Some good news for psychiatry – Public resource allocation preferences during the Covid-19 pandemic. World Psychiatry Juni 2021

Basisinformationen Suchtentstehung

Multifaktorielles Modell:

- Biologische Faktoren (Genetik, Neurobiologie, degenerative Prozesse)
- Psychologische Faktoren (u.a. Psychodynamische Hypothesen, Lernmodelle,...)
- Soziale Faktoren (Familie, Peer Group, kulturelle und gesellschaftliche Faktoren)

Basisinformationen Suchtentstehung

Psychodynamik der Konsumstörung:

Die psychodynamische Perspektiven fokussiert, dass eine Konsumstörung nicht allein ein biologisches oder verhaltensbedingtes Problem ist, sondern auch tiefere, unbewusste psychische Konflikte und frühkindliche Erfahrungen eine Rolle spielen. Der Konsum von Stoffen oder stoffungebundene Verhaltensweisen können in diesem Kontext als eine „Lösung“ für ungelöste innere Konflikte, schmerzhaft emotionen oder das Fehlen gesunder Bewältigungsmechanismen verstanden werden

Basisinformationen Angsterkrankungen

Prävalenz

Im Jahr 2023 erhielten in Deutschland 7,9 % der Erwachsenen die Diagnose einer Angststörung in der ambulanten Versorgung. Bei Frauen lag der Anteil mit 9,9 % nahezu doppelt so hoch wie bei Männern (5,4 %). Im Vergleich der Altersgruppen fiel die administrative Prävalenz von Angststörungen bei den unter 30-Jährigen sowohl bei Frauen (8,6 %) als auch bei Männern (4,3 %) am geringsten aus. Die höchsten Werte zeigten bei Frauen die 60- bis 69-Jährigen (11,4 %), bei Männern die 50- bis 59-Jährigen (6,4 %). Unter den Bundesländern fiel die administrative Prävalenz von Angststörungen bei Frauen in Baden-Württemberg (8,8 %) und bei Männern in Brandenburg (4,8 %) am geringsten aus, während Berlin bei beiden Geschlechtern die höchsten Werte erreichte (Frauen: 12,6 %; Männer: 6,8 %).

Robert Koch-Institut. Angststörungen: Administrative Prävalenz (ab 18 Jahre)

Gesundheitsberichterstattung des Bundes. 2024 [zitiert: 5. Februar 2025] Verfügbar auf: <https://gbe.rki.de/>

Basisinformationen Angsterkrankungen

- Angst ist ein basaler und lebensnotwendiger seelischer Zustand, der dem Überleben dient
- Physiologische Angstreaktion: sympathikotone Reaktion (Fluchtreaktion, Aktivität) mit Unterdrückung parasymphathikotoner Reaktionen (Erholung, Verdauung etc.)
- Als „pathologische“ Angstreaktion werden in Bezug auf die auslösende Situation unangemessene Angstreaktionen bezeichnet (ICD 10: F4X.XX)

Basisinformationen Angsterkrankungen

- Phobische Ängste (u.a. Klaustrophobie, Agoraphobie)
- Panikstörung
- Generalisierte Ängste mit oder ohne Panikstörung
- Angst bei neurotischem Strukturniveau
- Angst bei struktureller Störung

Basisinformationen Angsterkrankungen und Psychodynamik

Einige Motive:

- Angst und Triebkonflikt
- Angst und Abwehr
- Signalangst
- Angst und das Selbst
- Angst und Bindung

...

Interventionen bei Angsterkrankungen

- Grundverständnis, Psychoedukation
- Exposition, systematische Desensibilisierung
- Erarbeiten psychodynamischer Hintergründe
- Interaktionelle Interventionen mit Hilfs-Ich-Angeboten

Achtung: Ängste erhöhen das Risiko für eine Konsumstörung –
„Grauzone Medikamentenabhängigkeit“

Fazit

- Ängste und Konsumstörungen haben eine große gesellschaftliche Relevanz
- In beiden Fällen ist auf Komorbiditäten (gleichzeitig bestehende weitere psychische Erkrankungen) zu achten
- Konsumstörungen bleiben oft unbeachtet – dies erschwert oder verunmöglicht sogar die Behandlung der Komorbiditäten
- Zum Verständnis psychodynamischer Zusammenhänge werden die anderen Seminare essentiell sein
- Prävention ist wirksam! (Bsp. Tabakkonsum bei 12-17jährigen)

Bleiben Sie zuversichtlich;)





Evaluation – Ihre Meinung ist uns viel wert!

Institut für Psychodynamisch Interaktionelle Pädagogik e. V.

Vorstandsvorsitzende: Prof. Dr. Rebecca Friedmann & Winnie Plha

Innsbrucker Straße 37

10825 Berlin

info@ipip-berlin.de

www.ipip-berlin.de



Hier können Sie unseren
Newsletter abonnieren!

IPIP Institut für
Psychodynamisch
Interaktionelle
Pädagogik