

Wenn Sehnsucht süchtig macht. Sucht als Lösungsstrategie?

## Vorträge

### Vortrag 1: Substanzgebundene Süchte – Erkennen, verstehen, Hilfe anbieten.

Neuropsychiatrische Erkrankungen sind mittlerweile die führende Ursache für krankheitsbedingt eingeschränkte Lebensjahre und wirken sich somit auf die Bereiche Medizin, Soziologie und Ökonomie aus. Die substanzgebundenen Süchte stehen hier nach den depressiven Störungen an zweiter Stelle. Unter den substanzgebundenen Störungen führt in Österreich diese unrühmliche Hitliste weiterhin die „Substanz Alkohol“ an. Berechnungen zufolge haben bei uns ca. 14 Prozent der 15- bis 99-jährigen Alkoholkonsumgewohnheiten über der Gefährdungsgrenze – sprich Alkoholmissbrauch oder chronischen Alkoholismus. Suchterkrankungen verändern sukzessive Familienstrukturen, verursachen empfindlich negative Konsequenzen am Arbeitsplatz und schädigen nicht zuletzt sowohl die physische, als auch die psychische Gesundheit der Betroffenen. Dies zu erkennen, zu verstehen und rechtzeitig entsprechende Hilfestellungen anbieten zu können, möchte ich Ihnen vermitteln.

Dr. NIKOLAS W. GERSTGRASSER

Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapeutische Medizin

### Vortrag 2: Smartphoneabhängigkeit – Krankmacherei oder reale Bedrohung?

Nicht jede exzessive Verhaltensweise ist sogleich süchtiges Verhalten. Das akzeptable Ausmaß der Nutzung neuer Medien (Smartphone & Co) unterliegt gesellschaftlichen Konventionen. Die Definition von Harmlosigkeits- und Gefährdungsgrenzen im Gebrauch neuer Medien ist gerade bei relativ neuen Phänomenen sehr schwierig, wird aber von Teilen der Gesellschaft als Orientierungshilfe bereits vehement eingefordert. Smart Natives sind zwar mit dem Internet aufgewachsen, jedoch kann derzeit noch nicht hinreichend geklärt werden, ob dies im Sinne einer späteren Abhängigkeitsentwicklung einen Schutz oder eher eine Gefährdung darstellt.

Aufgrund der „Schweizer-Taschenmesser-Funktion“ des Smartphones bietet dieses „Suchtmittel“ derart vielfältige Nutzungsmöglichkeiten, dass sowohl die Diagnostik als auch die Therapie exzessiven Smartphonegebrauchs äußerst komplex ist. Der Vortrag beschäftigt sich neben der Epidemiologie und der Diagnostik auch mit neuen Ansätzen in Prävention und Therapie.

Mag. Dr. Oliver Scheibenbogen

Klinischer Psychologe und Gesundheitspsychologe, Suchtexperte

# PROGRAMMABLAUF

08:30 Uhr	Ankunft, Einchecken
09:00 Uhr	Begrüßung
09:15 Uhr	1. Vortrag: „Substanzgebundene Süchte – Erkennen, verstehen, Hilfe anbieten“ Dr. Nikolas W. Gerstgrasser
10:15 Uhr	Pause
10:45 Uhr	2. Vortrag: „Smartphoneabhängigkeit – Krankmacherei oder reale Bedrohung?“ Mag. Dr. Oliver Scheibenbogen
12:00 Uhr	Mittagessen
13:30 Uhr	1. Workshop-Durchgang
14:45 Uhr	Pause
15:15 Uhr	2. Workshop-Durchgang
16:45 Uhr	Abschluss

**Anmeldung:** bis 30. September 2020 bei:  
BEZIEHUNGLEBEN.AT, Telefon 0732/7610-3511  
beziehungleben@dioezese-linz.at

**Auswahl Workshops:** Es gibt die Möglichkeit, zwei Workshops zu besuchen. Bitte geben Sie in Ihrer Anmeldungsmail die Nummer Ihres Wunschworkshops bekannt. Beispiel:  
1. Durchgang: WS 1 oder 6  
2. Durchgang: WS 5 oder 7  
Die Plätze werden in der Reihenfolge der einlangenden Anmeldungen vergeben.

**Tagungsbeitrag:** € 60,00 Kursbeitrag, plus Mittagessen (vor Ort zu bezahlen)

**Veranstalter:** Die Tagung ist eine Kooperationsveranstaltung und wird von folgenden Organisationen der Diözese Linz organisiert und durchgeführt:  
BEZIEHUNGLEBEN.AT, Telefon Seelsorge - Notruf 142, Spiegel-Elternbildung

## Impressum:

Kontaktperson Mag.a Silvia Breitwieser. Mit der Teilnahme erklären Sie sich einverstanden, dass Fotos, die während der Tagung gemacht werden, vom Veranstalter eventuell veröffentlicht werden.  
Fotos: Pixabay.com, privat / Hersteller: onlineprinters.at

  
142  
TELEFON  
SEELSORGE

  
BEZIEHUNGLEBEN.AT

  
Katholische Kirche  
in Oberösterreich  
  
KINDER · ELTERN · BILDUNG



## FACHTAGUNG

Wenn Sehnsucht süchtig macht.  
Sucht als Lösungsstrategie?

9. Oktober 2020 von 9-17 Uhr  
Bildungshaus Schloss Puchberg



# Workshops

## Kinder aus suchtbelasteten Familien

1 Sucht ist eine Krankheit, die die ganze Familie betrifft. Kinder in dieser Lebenswelt sind mit spezifischen Belastungen und Risiken konfrontiert. Auf Grund komplexer Problemlagen ist der Kontakt und die Arbeit mit betroffenen Kindern und Familien häufig eine besondere Herausforderung. In diesem Workshop wird praxisnah anhand einer Aufstellungsarbeit bzw. Sculptings Hintergrundwissen vermittelt, um das Verständnis für die Situation dieser Kinder und Familien zu verbessern und die Handlungssicherheit im Umgang mit Betroffenen zu erhöhen.



**Thomas Wögerbauer**

Psychotherapeut / Supervisor, Mitarbeiter am Institut Suchtprävention

## Beratung und Begleitung von Angehörigen

2 Suchterkrankungen, wie Alkohol-, Medikamenten- und Drogenabhängigkeit, sowie nicht stoffgebundene Süchte, wie Kauf-, Internet- oder Spielsucht, betreffen nicht nur die Erkrankten selbst, sondern immer auch ihr Umfeld. Nicht nur der Suchtkranke selbst leidet unter den aus der Suchtentwicklung resultierenden negativen Konsequenzen, sondern auch dessen Familie, Freund/innen, Arbeitskolleg/innen und Vorgesetzte (Co-Abhängigkeit). Der Workshop soll zeigen, dass es eine Fülle unterschiedlicher Auffassungen von Co-Abhängigkeit gibt, die ohne Präzisierung eher zur Verwirrung beitragen, als eine sinnvolle Auseinandersetzung mit den impliziten Konzepten zu fördern. Problemfelder werden diskutiert und die Implikationen des Konzepts für die praktische Arbeit mit Suchtkranken und deren Angehörigen aufgezeigt.



**Mag. Dr. Ute Andorfer**

Klinische und Gesundheitspsychologin, Verhaltenstherapeutin, Koordinatorin Akademie, Koordinatorin Gender und Diversity

## Suizid und Suizidgefahr bei Menschen mit einer Suchterkrankung

3 Suchterkrankte haben ein gegenüber der Normalbevölkerung deutlich erhöhtes Suizidrisiko. Zu berücksichtigen sind dabei auch die im Suchtverhalten bereits inbegriffenen chronisch selbstdestruktiven Tendenzen. Eine häufig verstärkte Impulsivität erhöht zudem die Gefahr von Suizidalität. Im Workshop werden die Bedingungen der Entstehung von Suizidalität bei Suchterkrankungen erörtert und Möglichkeiten des Umgangs mit diesen Themen anhand von konkreten Beispielen aus der Beratungspraxis der Teilnehmer/innen besprochen.



**Dr. Thomas Kapitany**

Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapeutische Medizin, Psychotherapeut, Geschäftsführer und stv. ärztlicher Leiter des Kriseninterventionszentrums Wien

# Workshops

## Offline sticht Online

4 Neue Medien, und allen voran das Smartphone, werden im gesellschaftlichen Diskurs einerseits als Chance, andererseits als große Gefahr für das Mensch-Sein gesehen. Daher ist es nicht verwunderlich, dass es mittlerweile zahlreiche Mythen, Halbwahrheiten und Fehlinformationen zu diesem Thema gibt. Macht Facebook depressiv? Sorgen Smartphones für Schlafstörungen? Bekommen schon Kinder einen „Text Neck“? Verlieren wir unsere soziale Interaktionsfähigkeit durch das Abgleiten in die „Digitale Welt“? Im Unterschied zum Vortrag werden im Workshop konkrete Tools für einen bewussteren Umgang mit neuen Medien näher vorgestellt und können fallweise auch ausprobiert werden. Aufgrund der Vielfältigkeit der Thematik soll den Teilnehmer/innen auch genug Zeit für konkrete Fragen zur Verfügung gestellt werden.



**Mag. Dr. Oliver Scheibenbogen**

Klinischer Psychologe und Gesundheitspsychologe, Leitung klinische Psychologie

## Tanz aus der Sucht

5 Chronischer Stress, Trauma und Suchterkrankungen bedingen Dysregulationen im Nervensystem sowie negative Körperempfindungen. Die Förderung eines positiven Körpererlebens steht somit auch im Fokus eines therapeutischen Prozesses. Traumasensibles Tanztraining vereint im körperorientierten Prozess Atemtechniken mit antidissoziativer Wirkung, die Orientierung im „Hier und Jetzt“ und intuitive Bewegungsabläufe. Der Workshop stellt die theoretischen Ansätze sowie den Aufbau des Traumasensiblen Tanztrainings vor und lädt zum „Schnuppern“ mit Basisübungen ein.



**Dr. med. Katja Klien**

Assistenzärztin für Psychiatrie und Psychotherapeutische Medizin, Somatic Experiencing, Traumasensibles Tanztraining (Pole Poetics)

## Sucht und psychische Erkrankungen – Henne oder Ei?

6 Wir kennen sie alle – den Trinker, den Junkie, die Pillenmutter – oder vielleicht doch nicht? Wie erklären wir uns das Phänomen Sucht und welche kulturellen Zusammenhänge gibt es? Wie sieht es mit psychiatrischen Begleiterkrankungen (Komorbiditäten) aus? Was war zuerst, die Depression oder der Alkohol? Gibt es Persönlichkeitsmerkmale, die ein abhängiges Verhaltensmuster fördern und wenn ja welche? Was kann ich dagegen machen? Dies und viel mehr soll im Vertiefungsworkshop erarbeitet und beleuchtet werden.



**Dr. Nikolas W. Gerstgrasser**

Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapeutische Medizin, Neuromed Campus / Zentrum für Suchtmedizin

# Workshops

## Cannabis & Co. – Jungdliches Rausch- und Risikoverhalten

7 THC, CBD, CBN oder einfach nur Spaß haben? Jugendliche Neugier, Spaß haben, bevor das Leben mit 30 zu Ende ist; dazugehören und gleichzeitig endlich seine Eltern loswerden; jetzt leben, weil ohnehin nicht klar ist, was morgen sein wird... Dies ist ein Ausschnitt jener Themen, welche sich mit dem Konsum von Cannabis & Co verbinden. Wie können Erwachsene dieser Realität begegnen, die auf vielen Ebenen so riskant erscheint? Im Workshop soll diesen Fragen nachgegangen werden. Darüber hinaus sollen Haltungen und Begegnungsformen entwickelt werden, um in diesen herausfordernden Zeiten Jugendlichen konstruktiv zu begegnen - damit es beim Spaß bleibt und Suchtentwicklung hintangehalten wird.



**DSA Franz Schiermayr, MSc**

Sozialarbeiter, systemischer Familientherapeut, Supervisor, Suchtberater

## Gönn dir was!

### Kaufsucht - die Sucht einer Konsumgesellschaft

8 Kaufen gehört zu unserem Alltag, Shoppen ist zum Hobby geworden. Doch für immer mehr Menschen wird der Umgang mit den mittlerweile ständig verfügbaren Einkaufsmöglichkeiten zum Problem. Sie verlieren die Kontrolle bis hin zur Kaufsucht. Am Ende dieser heimlichen Sucht stehen zerstörte Beziehungen, Betrug und finanzielle Probleme. Wie wird aus der Lust am Shoppen ein pathologisches Verhalten bis hin zur Sucht? Welche inneren und äußeren Faktoren fördern den Weg in die Abhängigkeit? Wie kann, bei einer Sucht, die nicht abstinenter gelebt werden kann, schrittweise die Kontrolle wiedergewonnen werden? Diesen Fragen werden wir im Workshop nachgehen.



**Katharina Malzer**

stv. Geschäftsführerin der Schuldnerhilfer OÖ, Schuldnerberaterin, Kaufsuchtberaterin, Mediatorin

## Sehnsucht nach Leben – von der spirituellen Dimension des Lebens

9 „Wen suchst du?“ ist die zentrale Frage des Auferstehens an Maria von Magdala beim leeren Grab. Die Suche nach Leben, nach erfülltem Leben ist eine existentielle Frage des Menschseins. Sie begleitet uns ein Leben lang. Sie fordert uns immer wieder heraus, das sinnstiftende Leben zu suchen, zu finden, aber auch immer wieder loszulassen. Nach was sehne ich mich? Was erfüllt mein Leben? Wann wird Sehnsucht zur Sucht? Wie kultiviere und pflege ich meine Sehnsucht? Diesen zentralen Fragen wollen wir im Workshop nachgehen.



**Johannes Hessler**

Wertevorstand im Ordensklinikum der Barmherzigen Schwestern in Linz, Spiritueller Begleiter für Einzelne und Gruppen in freier Praxis