



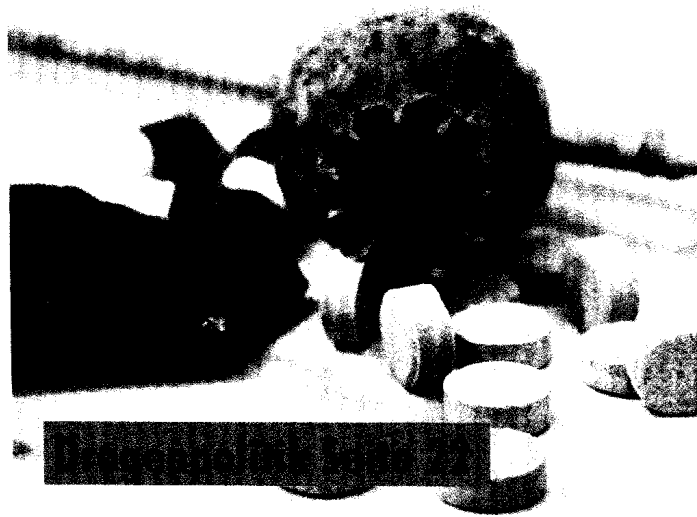
Selbstkontrolltraining Seite 14

Titel

Suchttherapie
Das Programm KISS – Befähigung zum selbstkontrollierten Drogenkonsum Seite 8

SKOLL, ein Selbstkontrolltraining für den Umgang mit Suchtstoffen und anderen Suchtphänomenen Seite 14

Traumabehandlung in der Sucht mit EMDR. Ein integrativer Behandlungsansatz Seite 18



Aktuell

Drogenpolitik
Rückschau: vier Jahre Drogenpolitik. Sabine Bätzing zieht Bilanz Seite 22

Geberts Kolumne
Zeitmanagement: Was tun bei Termindruck und Stress? Seite 26

Ausland

News international Seite 28

Fachtagung
Soziale Arbeit in China. Internationale Konferenz in Shanghai Seite 30



Titelthema

Das Einstiegsalter beim Konsum legaler wie illegaler Rauschmittel sinkt. Exzessives Rauschtrinken besonders bei jungen Menschen ist heute beliebter denn je und wird von politischen Institutionen problematisiert. Die Suchthilfe muss sich den veränderten Bedingungen anpassen. Fortschritte in Psychologie, Sozialwissenschaften und Medizin führen zu neuen Behandlungsansätzen. KONTUREN stellt in Ausgabe 4-2009 eine Auswahl vor.

Foto: © Peter Remmling



Suchthilfe intern Seite 38

Suchthilfe intern

**Haus Fischbachtal
Edle Holzkanus beeindruckten Fischbachtaler** Seite 38

**DO Suchthilfe
Liste der Einrichtungen** Seite 39

Rubriken

Aktuelle Meldungen	Seite 6
Personalien	Seite 40
Lesezeichen	Seite 42
Termine	Seite 44
Impressum	Seite 45
Stellenanzeigen	Seite 46

Kurz vor Redaktionsschluss

Gute Laune ist auch eine Frage des Alters

Heranwachsende haben nicht nur häufiger Stimmungstiefs im Vergleich zu Erwachsenen, sie versuchen auch öfter, negative Gefühle zu erhalten oder zu verstärken. Mit zunehmendem Alter scheint sich dieses Muster umzukehren. Insbesondere Menschen über 60 Jahren fühlen sich im Alltag emotional nicht nur häufig wohler als Jüngere, sondern neigen auch häufiger dazu, ihre positiven Gefühle aufrechtzuerhalten und negative Gefühle, wie zum Beispiel Ärger, dämpfen zu wollen. Diese als kontra- bzw. pro-hedonisch bezeichneten Verhaltensmuster beobachteten Wissenschaftler des Berliner Max-Planck-Instituts für Bildungsforschung und des Sozioökonomischen Panels. Fragt man verschiedene Altersgruppen danach, wie sie sich im Alltag fühlen, zeichnet sich das höhere Alter überwiegend durch emotionales Wohlbefinden aus. Das sprichwörtliche Wechselbad der Gefühle sowie negative Befindlichkeit sind dagegen häufige Begleiter der Jugend. Bislang ungeklärt sind die psychologischen Mechanismen, die diesen Altersunterschieden zugrunde liegen. „Wir vermuteten, dass wir die altersabhängigen Unterschiede im emotionalen Wohlbefinden besser verstehen können, wenn wir wissen, ob Jung und Alt sich möglicherweise auch anders fühlen wollen“, erklärt Michaela Riediger, Psychologin und Leiterin der Studie. Um dies zu untersuchen, wurden 378 Studienteilnehmer im Alter von 14 bis 86 Jahren drei Wochen lang mit speziellen Mobiltelefonen ausgestattet, die sie bei sich trugen, während sie ihrem normalen Alltag nachgingen. In dieser Zeit wurden sie 54-mal kontaktiert, um Fragen zu ihrer momentanen Stimmung zu beantworten. In durchschnittlich einem Viertel der abgefragten Situationen gaben die 14- bis 18-Jährigen an, ihre momentanen negativen Gefühle erhalten oder verstärken beziehungsweise positive Gefühle dämpfen zu wollen. Von den über 60-Jährigen wurden diese so genannten kontra-hedonischen Bestrebungen dagegen in nur durchschnittlich jeder zehnten abgefragten Situation berichtet. „Diese Ergebnisse legen die Vermutung nahe, dass ein Teil der altersabhängigen Unterschiede im emotionalen Wohlbefinden auf Unterschiede darin, wie Personen verschiedener Altersgruppen sich fühlen wollen, zurückführbar sind“, erläutert Michaela Riediger. In der für Jugendliche vergleichsweise häufigen kontra-hedonischen Orientierung vermuten die Autoren einen Mechanismus, der Jugendlichen dabei hilft, sich von Eltern oder anderen Erwachsenen abzugrenzen und emotional unabhängig zu werden. Der hohe Anteil pro-hedonischen Verhaltens bei Älteren stimmt dagegen mit Beobachtungen anderer Studien überein. Demnach messen ältere Erwachsene aufgrund der wahrgenommenen Begrenztheit der verbleibenden Lebenszeit der Verbesserung ihres emotionalen Wohlbefindens im Hier und Jetzt zunehmend Bedeutung bei.

Pressestelle des Max-Planck-Instituts für Bildungsforschung