

# Warme Elemente im Kalten Entzug

Autor(en): **Kubli, Urs P.**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Die Kette : Schweizerisches Magazin für Drogenfragen**

Band (Jahr): **10 (1983)**

Heft 1

PDF erstellt am: **21.06.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-799871>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

# Warme Elemente im Kalten Entzug

Fixer auf Entzug frieren und frösteln auch im Sommer. Der Entzug der Droge wird auch als Wärmeentzug empfunden. Der Begriff "kalter" Entzug (oder seine Entsprechung im Englischen "Cold Turkey"), der den Entzug ohne Medikamente bezeichnet, leitet sich von diesem zentralen Entzugssymptom des Frierens ab. "Turkey-Haut" ist die spezielle "Hühnerhaut" auf dem Entzug.

Wärme und Kälte sind elementare Dinge, direkt spürbar durch den Körper, aber auch fühlbar in der Interaktion mit anderen Menschen. Beide Arten von Wärme sind lebenswichtig, lebensnotwendig. Das Kleinkind stirbt, wenn es nicht in die Arme genommen wird, wenn es keine Zuwendung erfährt von seinen Bezugspersonen. Später wird man zäher und überlebt auch in der Kälte.

Es gibt verschiedene Theorien, die zu erklären versuchen, warum jemand drogenabhängig wird. Nach einer dieser Theorien ist Sucht nichts anderes als die Suche nach Liebe und Zuwendung, nach Wärme. Die Droge wird zum Liebesersatz.

Wir führen kalte Drogenentzüge durch. Kalt heisst in diesem Zusammenhang: keine Medikamente, kein medikamentöser Ersatz. Viele Leute erschrecken bei diesem Gedanken. Allzu verbreitet ist die aus der Medizin stammende Einstellung, dass jeder Mangel mit einem Medikament zu beheben sei. Und der Süchtige auf Entzug ist doch offensichtlich in einem Mangelzustand. Zweifellos liesse er sich auch durch ein Medikament beheben. Am wirksamsten ist die Droge selbst. Nur, wer käme schon auf den Gedanken, Alkoholranke mit Schnaps zu kurieren? Und Drogenabhängige mit Drogen?

Es gibt Leute, die geben Opiatabhängigen auf Entzug sogenannte Ersatzmittel, Methadon oder anderes. Wir bieten Wärme und Geborgenheit.

Drogenentzug ohne Ersatzmittel ist unserer Meinung nach durchführbar, - unsere Erfahrung in den letzten zwei Jahren bestätigt dies - wenn der therapeutische Rahmen dem Süchtigen ermöglicht, sein Bedürfnis nach Wärme auf gesunde und selbstverantwortliche Weise zu befriedigen.

## Was sind unsere Mittel?

### Gegen die innere Kälte und Leere:

#### - Entzug in der Gruppe:

Während den 15 Tagen leben eine Gruppe von bis zu sieben Klienten und vier Therapeuten zusammen in einem Haus. Dieses Setting ermöglicht dem Klienten seine eigene Isolation zu durchbrechen und Kontakt aufzunehmen, Anteilnahme und Interesse zu empfinden und von den anderen zu erfahren.

#### - In den Gruppengesprächen, die zweimal täglich stattfinden, bietet sich Gelegenheit, Gefühle zu verbalisieren und Konflikte auszutragen (und vieles mehr).

- Massage ist unter anderem auch ein Weg, über den Körper von einem anderen Menschen Zuwendung zu erfahren.

- In den verschiedenen Aktivitäten, in Arbeit, Sport, Musik und Spiel können andere Gruppenmitglieder nahe erlebt werden, kann der eigene Kontakt zu andern wiedererlebt werden.



### Gegen die äusserlich (körperlich) empfundene Kälte:

- Selbstverständlich ist unser Haus immer gut geheizt. Eine kombinierte Öl-Holzzentralheizung lässt uns auch kalte Winterzeiten "angenehm" überstehen.
- Der Chemineeofen in der Stube ermöglicht dem Klienten, das wärmende Element "Feuer" direkt zu erfahren.
- Heute können wir uns unsere Arbeit ohne Sauna kaum mehr vorstellen. Sie ist fast jeden Abend in Betrieb und wird von einzelnen Klienten auch gerade in den ersten und schwierigsten Tagen des körperlichen Entzuges viel benutzt.
- Im Holzzuber können kalte (nach der Sauna) und heisse Bäder genommen werden mit verschiedenen Kräuterzusätzen, die mithelfen, den Körper zu entspannen oder den Kreislauf anzuregen.

Wenn ich hier zwischen äusserlicher und innerlich empfundener Kälte unterscheidet, so weiss ich um die Künstlichkeit dieser Unterscheidung und dass in Wirklichkeit Körper und "Seele" eine Einheit sind. Oft erleben aber gerade Süchtige sich selbst nicht als Einheit, erleben den Körper oder bestimmte Gefühle als nicht sich selbst zugehörig. Eines unserer Ziele während des zweiwöchigen Entzuges ist es, in der Gruppe eine Atmosphäre von Wärme und Geborgenheit zu schaffen, die dem einzelnen Drogenabhängigen in der Krisenzeit des Entzuges die Möglichkeit gibt, sich mit sich selbst auseinanderzusetzen, ohne dass ihn dabei die Angst überwältigt. Wir haben dieses Ziel nicht immer erreicht, aber wir haben es immer häufiger erreicht und das macht uns auch Mut, weiterhin "kalte" Entzüge durchzuführen.

Urs P. Kubli  
Psychologe

