



München Aktuelles Anzeigen Termine Gewinnspiele Archiv

[Anzeigen-Rechner](#) | [Media-Daten](#) | [Münchener Branchenbuch](#) | [Kontakt](#)

Zeitungstitel wählen:



Themenseiten

Diverse Themen in und um München:

[Olympia 2018](#)

[München hilft Haiti](#)

[Munich Cowboys](#)

[Piercing München](#)
[Tattoo München](#)

[Immobilien München](#)
[Mietgesuche](#)
[Mietangebote](#)

[Weitere Themenseiten ...](#)

Umgebung

Infos aus den Landkreisen
[Fürstentumbruck](#)
[Landsberg am Lech](#)
[Weilheim / Schongau](#)
[Starnberg](#)
[Garmisch - Partenkirchen](#)
[Bad Tölz / Wofratshausen](#)
[Miesbach](#)

Aktuelles - Artikel vom 07.01.2010

München · Anfangen mit Aufhören

4.664 Anrufe zählte die Sucht-Hotline München letztes Jahr

Anonym, unverbindlich, kostenlos – die Sucht-Hotline München ist unter der Telefonnummer 28 28 22 rund um die Uhr erreichbar. Und zählte im vergangenen Jahr 4.664 Anrufe. Das bedeutet, dass im Schnitt alle 100 Minuten das Telefon klingelte. 58 Prozent der Anrufe kamen dabei von Frauen. „Sie tun sich leichter, Hilfe zu holen, als Männer“, sagt Christoph Teich, Leiter der Sucht-Hotline. „Wobei man auch nicht vergessen darf, dass uns oft Angehörige anrufen, zum Beispiel Ehefrauen von Alkoholabhängigen oder Mütter von medien-süchtigen Kindern“.



Leben in der virtuellen Welt: Wer mehr als sechs Stunden pro Tag im Internet abhängt, gilt als internetsüchtig. Foto: sm

Mediensucht beinhaltet Internet-, Telefon-, Handy-, Computer- und Fernsehsucht. Von Internetsucht spricht man, wenn die Nutzer mehr als sechs Stunden pro Tag privat im Internet surfen, erklärt der Sozialpädagoge.

Weitere Artikel zum Thema

- [München · Umfrage der Woche: „Wie viel Zeit verbringen Sie pro Tag im Internet?“](#)
Artikel vom 07.01.2010: Münchener sagen ihre Meinung
- [München · So seh ich das: Redakteurin Sybille Föll zum Thema »Sucht-Hotline«](#)
Artikel vom 07.01.2010: 4.664 Anrufe bei der Sucht-Hotline München im Jahr 2009
- [München · Da schau her! Albrecht Ackerland über Süchte](#)
Artikel vom 07.01.2010

Alkohol ist nach wie vor das größte Problem der Münchner (55 Prozent der Anrufe). An zweiter Stelle kamen mit 21 Prozent illegale Drogen wie Cannabis und Kokain. Überproportional zugenommen habe jedoch die Mediensucht (18 Prozent aller Anrufe), teilt Teich mit. Populäre Online-Spiele mit hohem Suchtpotenzial ziehen die Internetnutzer in ihren Bann – und lassen sie oft nicht mehr los. Betroffen seien vor allem männliche Jugendliche, die sich in ihrer virtuellen Welt verschanzen. Aber auch Frauen seien von der Mediensucht gefährdet. „Sie kontaktieren im Internet Kartenleger, Wahrsager oder Schamanen und wollen sich die Zukunft vorhersagen lassen“, berichtet Teich, der in diesem Zusammenhang von „Heilersucht“ spricht. Die häufigste Frage: „Wann finde ich den richtigen Partner?“. „Die Betroffenen wenden sich über kostenintensive Hotlines immer wieder an diese Orakel, kommen nicht mehr davon los und verschulden sich oft hoch“, sagt Teich. „10.000 Euro und mehr sind keine Seltenheit.“

Erst wenn der Leidensdruck zu groß wird, die Betroffenen Ärger mit Schule, Polizei, Partner oder Arbeitgeber haben, machen sie den ersten Schritt und rufen bei der Sucht-Hotline an. „Wir sprechen dabei immer von den drei ‚F‘: ‚Firma‘, ‚Frau‘ und ‚Führerschein‘“, sagt Teich. „Aber auch gesundheitliche

Kleinanzeigen

Kleinanzeige aufgeben

Kfz-Markt (149)
Jobbörse (475)
Immobilien (731)
Mietangebote (243)
Mietgesuche (74)
Fundgrube (324)
Rendezvous (44)

Münchener Wochen-Anzeiger ADAC **NEU!**
Das Münchener Auto-Forum
Experten-Ratgeber, Tipps, Hinweise und vieles mehr.

Anzeigen-Rechner:

Gestaltete Anzeigen für München und Umgebung

Kleinanzeigen

Buchen Sie hier Ihre Klein-Anzeige für ganz München

Gewinnspiele

»bachbett« – 5 Sänger und ihr Pianist

Wir verlosen 3x2 Karten!

»Denken lohnt sich« – Vince Ebert sagt Halbwahrheiten und Zweidrittel-Wissen

Kontra an

Wir verlosen 3x2 Karten!

[Weitere...](#)

Veranstaltungen

„Unbelichtet. Münchner Fotografen im Exil“

1930 nach Palästina emigriert und den Aufbau des Staates Israel seit 1948 begleitet

Auf den Spuren der Jesuiten

von der Mariensäule über das „Geisthaus“

Das Cuviliés-Theater entdecken...

für 6- bis 10-Jährige

Es grünt so grün

Hofgarten, Kabinettsgarten und Finanzgarten

Heilsames Schreiben

Kurzgeschichten, Gedanken und Gedichte lassen Erkrankungen in Worte fassen und verarbeiten

[Weitere...](#)

Probleme oder finanzielle Schwierigkeiten können Auslöser für einen Anruf bei uns sein.

Wie wird dem Anrufer geholfen? „In einem ersten Schritt geht es darum, dass der Anrufer sein Problem formuliert. Häufig ist es ja so, dass er noch nie mit jemandem darüber gesprochen hat“, sagt Teich. „In einem zweiten Schritt wägen wir gemeinsam mit dem Anrufer das Für und Wider der Sucht ab.“ Für Abhängige habe die Sucht nämlich durchaus auch positive Erscheinungen, wie zum Beispiel Glücksmomente oder Befreien von Sorgen. „Erst wenn Pro und Contra abgewägt wurden und der Anrufer zu der Erkenntnis kommt, dass es so nicht mehr weitergehen kann, ist er in der Lage, eine Entscheidung zu treffen. Dann geht es darum, aus der Anonymität herauszutreten und den persönlichen Kontakt in einer Beratungsstelle zu suchen“, erklärt der Sozialpädagoge.

Sollte sich der Betroffene für eine Therapie entscheiden, stehen seine Chancen gut. Rund 83 Prozent schaffen es, nach einem Jahr nicht rückfällig zu werden. Doch bis dahin ist es meist ein langer Weg. Die Sucht-Hotline München gibt es bereits seit über 30 Jahren. Die größten Unterschiede zwischen 1980 und heute liegen für Teich darin, dass die Menschen früher meist nur von einem Mittel abhängig waren. Heute sei dagegen die Mischung typisch, „es gibt sehr viele Polytoxikomane, also Menschen, die mehrfachabhängig sind“, sagt der Sozialpädagoge. „Das heißt, wer spielsüchtig ist, ist meist auch alkohol- und nikotinabhängig.“

Rund 60 Ehrenamtliche arbeiten beim Sucht-Hotline München e.V., die den Telefonnotruf rund um die Uhr besetzt halten. Die Mitarbeiter, die teilweise auch selbst von einer oder mehreren Süchten betroffen waren, erhalten eine fundierte Ausbildung zu den Themen Sucht, Suchtmittel und Gesprächsführung. Die Sucht-Hotline sucht derzeit wieder Verstärkung. Wer sich ehrenamtlich engagieren und Hilfesuchende am Telefon beraten möchte, kann sich unter der Hotline 28 28 22 melden. Weitere Infos auch unter www.suchthotline.info.

Von Stefanie Moser



★ [Artikel weiterempfehlen / bookmarken](#)

[Wohnungssuche München](#)

Günstige Wohnung in München finden.
Riesenauswahl - Alle Stadtteile!

[Anzeiger im Internet](#)

Kostenlose Kleinanzeigen? Jetzt schnell & einfach alles finden.

Samstagsblatt auf Facebook

Ein Fan werden

Samstagsblatt hat 463 Fans

Fabio	Widad	Raphael	Florian	Franz	Marc	Mahmut	Silke
Andreas	Claudia	Danny	Florian	Taverna	Karlheinz	Manuela	Peter
Mirjam	Gerd	Lieselotte	Christian	Jens	Nathalie	Marina	Florian