



# Heilung der Sucht

*Ein Leitfaden für Anfänger zur  
Befreiung und Heilung von Sucht...*

von André Sternberg

# Heilung der Sucht

[Lizenz Bestimmungen](#)

[Einführung: Sucht verstehen...](#)

[Kapitel 1: Anzeichen einer Sucht](#)

[Kapitel 2: Umgang mit Sucht in der Familie](#)

[Kapitel 3: Jenseits von Angst und Sucht](#)

[Kapitel 4: Der Unterschied zwischen Gewohnheit und Sucht](#)

[Kapitel 5: Befreiung von der Drogensucht](#)

[Kapitel 6: Alkoholsucht: Wer die wahren Opfer sind](#)

[Kapitel 7: Suchtbehandlung ist eine Wahl](#)

[Fazit](#)

[Weitere Buchempfehlungen](#)

[Impressum](#)

# Lizenz Bestimmungen

## Rechtliche Hinweise

Dieses Werk ist durch das Urheberrecht geschützt. Zuwiderhandlungen werden straf- und zivilrechtlich verfolgt. Ohne schriftliche Genehmigung des Autors ist jegliche – auch auszugsweise – Vervielfältigung nicht gestattet, sei es

- in gedruckter Form,
- durch fotomechanische Verfahren,
- auf Bild- und Tonträgern,
- auf Datenträgern aller Art.

Außer für den Eigengebrauch ist untersagt: das elektronische Speichern, insbesondere in Datenbanken und das verfügbar machen für die Öffentlichkeit zum individuellen Abruf, zur Wiedergabe auf Bildschirmen und

zum Ausdruck beim jeweiligen Nutzer. Dies schließt auch Podcast, Video Stream usw. ein. Das Übersetzen in andere Sprachen ist ebenfalls vorbehalten.

Die Informationen in diesem Werk stellen die Sicht des Autors aufgrund eigener Erfahrungen zum Zeitpunkt der Veröffentlichung dar. Bitte beachten Sie, dass sich gerade im Internet die Bedingungen ändern können. Sämtliche Angaben und Anschriften wurden sorgfältig und nach bestem Wissen und Gewissen ermittelt. Trotzdem kann von Autor und Verlag keine Haftung übernommen werden, da (Wirtschafts-) Daten in dieser schnelllebigen Zeit ständig Veränderungen ausgesetzt sind. Insbesondere muss darauf hingewiesen werden, dass sämtliche Anbieter für ihre Angebote selbst verantwortlich sind. Eine Haftung für fremde Angebote ist ausgeschlossen. Gegebenenfalls ist eine Beratung bei einem Anwalt, Wirtschafts- oder Steuerberater angeraten.

Sofern wir auf externe Webseiten fremder Dritter verlinken, machen wir uns deren Inhalte nicht zu Eigen, und haften

somit für die naturgemäß im Internet ständig ändernden Inhalte von Webseiten fremder Anbieter. Das gilt insbesondere auch für Links auf Softwareprogramme, deren Virenfreiheit wir trotz Überprüfung durch uns vor Aufnahme aufgrund von Updates etc. nicht garantieren können.

Hinweise zu Büchern im Gesundheitsbereich: Diese Bücher verstehen sich als Basisinformationsquelle und ersetzen keinen Arztbesuch.

Hinweise zu Büchern im Finanzbereich: Daraus resultierende Einkommen und Gewinne sind allein von Motivation, Ehrgeiz und Fähigkeiten des jeweiligen Lesers abhängig.

Sämtliche Markennamen, Logos usw. sind Eigentum ihrer jeweiligen Besitzer, die diese Publikation nicht veranlasst oder unterstützt haben. Über das Internet erhältliche Texte und Bilder, die in dieser Publikation verwendet werden, können geistiges Eigentum darstellen und dürfen nicht kopiert werden.

© **Copyright: André Sternberg**

**Impressum**

André Sternberg

In der Seilmecke 20

57392 Schmallenberg

Tel.: 02972/9617890

E-Mail:

Als Leserin und Leser dieses Buches möchten wir Sie ausdrücklich darauf hinweisen, dass keine Erfolgsgarantien oder Ähnliches gewährleistet werden kann. Auch kann keinerlei Verantwortung für jegliche Art von Folgen, die Ihnen oder anderen Lesern im Zusammenhang mit dem Inhalt dieses Buches entstehen, übernommen werden. Der Leser ist für die aus diesem Buch resultierenden Ideen, Übungen und Aktionen (Anwendungen) selbst verantwortlich.

# **Einführung: Sucht verstehen...**

**„Psychische und physiologische Abhängigkeit von einer Substanz oder Praxis“ - so lautet die medizinische Definition des Begriffs Sucht.“**

Eine Sucht ist eine unkontrollierbar starke Sehnsucht nach etwas - eine abnorme versaute Obsession für Dinge. Eine Person mit einer Sucht wird als Süchtiger bezeichnet.

Sucht ist ein hydra-köpfiges Konzept mit verschiedenen Facetten. Medizinische Forschungen und Studien haben ergeben, dass jeder Mensch bis zu einem gewissen Grad eine Sucht hat. Menschen, die eine unheimliche Sehnsucht oder Besessenheit für irgendetwas haben, sind in der Tat süchtig. Medizinische Studien haben neben Alkohol, Nikotin und Drogen auch andere Suchtformen aufgedeckt.

Nach Ansicht der medizinischen Gemeinschaft gibt es im Allgemeinen zwei Formen der Sucht. Erstens gibt es die physische Abhängigkeit oder physische Abhängigkeit und psychische Abhängigkeit. Der zweite Typ wird als Pseudosucht bezeichnet.

Körperliche Abhängigkeit: Eine Sucht, bei der der Süchtige von berauschenden Substanzen oder Drogen körperlich abhängig werden. Menschen, die von Tabak oder Rauchen abhängig sind, leiden unter Nikotinsucht. Dipsomane leiden unter Alkoholabhängigkeit.

Drogenabhängigkeit bedeutet Abhängigkeit von bestimmten Drogen. Drogenabhängigkeit ist ein extremer Zustand der Sucht, der durch Drogenmissbrauch entsteht.

Drogenmissbrauch ist eine gängige Praxis, bei der harte Drogen missbraucht werden – zum Beispiel Kokain, Amphetamine, Methamphetamine, Opiate (Heroin, Morphin und Codein) und Abführmittel – Drogen, die aus Betäubungsmitteln gewonnen werden.

Es gibt eine Debatte darüber, dass frei verkaufte Substanzen wie Alkohol und Nikotin als harte Drogen eingestuft werden sollten, da beide mit hohen Sterblichkeitsraten verbunden sind.

## **Psychische Sucht**

Der Begriff bedeutet, von bestimmten Dingen oder Praktiken psychisch abhängig zu werden. Manchmal sind manche Menschen sehr besessen von Praktiken wie Glücksspiel, Essen, Sex, Pornografie, Computer, Arbeit, Einkaufen, Ausgaben usw.

So absurd das auch klingen mag, diese Menschen leiden unter Spielsucht, Esssucht, Sexsucht, Pornosucht, Computersucht, Arbeitssucht, Einkaufssucht bzw. Konsumsucht.

Menschen, die süchtig nach Nahrungsaufnahme sind, sind stark damit beschäftigt, zu viel zu essen und übermäßiges Essen ist Nahrungssucht. Diese Menschen werden