

Sucht als Lernprozess

Man geht heute davon aus, dass Sucht im verhaltensbiologischen Sinn das Ergebnis komplexer Lernprozesse ist, die fest im Gehirn verankert werden.

Im biologischen Sinn ist Lernen ein Verhalten, das auf individuellen Erfahrungen beruht und grundsätzlich dazu dient, in bestimmten Situationen ein Verhalten abrufen zu können, das einen Vorteil gewährleistet. So lernen wir beispielsweise, dass ein Berühren der heißen Herdplatte zu Schmerzen führt und wir zukünftig vermeiden sollten, sie anzufassen.

Auf der anderen Seite verleiten positive Erfahrungen dazu, das entsprechende Verhalten zu wiederholen. Macht man also die Erfahrung, dass ein Bier nach einem anstrengenden Tag entspannt, erlangt dieses Verhalten eine Ersatzfunktion: Anstelle einer konstruktiven Stressbewältigung wird dieses Verhaltensmuster als Strategie zur Entspannung erlernt. Oder: Wird man auf einer Feier durch den Alkoholkonsum gelöster und kontaktfreudiger, kann man ebendies auch bei einer Wiederholung erwarten. So wird der Wunsch danach mit der Erwartung auf das „positive“ Ergebnis im Gehirn verknüpft und verankert.

Suchtforscher gehen davon aus, dass Sucht regelrecht erlernt, das Gehirn entsprechend programmiert und dabei zusätzlich das körpereigene Belohnungssystem angesprochen wird.

- 1. Recherchieren Sie zunächst, was man unter „lernen“ versteht und wie „lernen“ aus biologischer Sicht funktioniert (siehe auch „Konditionierung“).**
- 2. Finden Sie weitere Beispiele, die verdeutlichen, dass man die Entwicklung von Sucht als Lernprozess bezeichnen kann.**