

**Psychiatrie**

psychopraxis.neuropraxis 2023 - 26:210–213  
<https://doi.org/10.1007/s00739-023-00923-y>  
Angenommen: 9. Juni 2023  
Online publiziert: 27. Juni 2023  
© The Author(s), under exclusive licence to  
Springer-Verlag GmbH Austria, ein Teil von  
Springer Nature 2023

# Fit for life-Literaturpreis für Suchtkranke

## Von der Öffnung zur Veröffentlichung

Harald P. David  
Wien, Österreich

### Zusammenfassung

Der Fit for life-Literaturpreis für Suchtkranke möchte die literarischen Ambitionen und Fähigkeiten von Menschen fördern, für die das literarische Schreiben einem tiefen Ausdrucksbedürfnis entspringt und das darüber hinaus eine bewusste Auseinandersetzung mit ihrer Alkohol- oder Suchterkrankung fördert. Dies ist durch die Vorlage einer Betreuungs- oder Behandlungsbestätigung nachzuweisen. Er wurde heuer zum sechsten Mal vergeben. Gleichzeitig ist eine Anthologie mit den Siegertexten der letzten fünf Jahre erschienen. Diese ist im Buchhandel erhältlich.

### Schlüsselwörter

Literarisches Schreiben von Suchtkranken · Förderung von Selbsterkenntnis und Selbstdarstellung · Überwindung der Verleugnung · Entstigmatisierung · Anthologie

Verleugnung ist oft ein essenzieller Bestandteil von Suchterkrankungen, Mangel an Selbstwirksamkeit ein anderer. So hat es sich unabhängig vom verwendeten Suchtmittel als hilfreich erwiesen, Patient:innen in ein Umfeld zu begleiten, wo sie einerseits die Möglichkeit haben, sich in einem Kreis von ähnlich betroffenen Personen mit ihrer Problematik zu outen, andererseits aber auch dafür eine „Belohnung“ in Form eines Geldpreises, einer Nennung in einer Liste von Preisträger:innen, einen öffentlichen Videoauftritt oder sogar das Erscheinen ihrer Texte in einem Druckwerk zu erhalten – also einfach Anerkennung.

### » Verleugnung und Mangel an Selbstwirksamkeit als Bestandteile von Suchterkrankungen

Wesentliche Bedingung zur Teilnahme ist also nicht nur die Einreichung eines Textes, sondern auch die Vorlage einer Bestätigung, dass sich die Wettbewerbsteilnehmer:innen irgendwann einer professioneller therapeutischen Behandlung ihres Suchtproblems zugewandt haben. Dies ist der Beleg, dass zumindest einmal im Leben die Bereitschaft da war, sich der per-

sönlichen Betroffenheit durch dieses Problem gestellt zu haben.

Entstanden in der mittlerweile aufgelösten Station für alkoholranke Männer des OWS, die sich schon immer durch das Bemühen um wertschätzenden Umgang mit den persönlichen Ressourcen der Patienten und die Überwindung von Grenzen zwischen „Draußen“ und „Draußen“ (Station/Umwelt, Therapiesituation/reales Leben) definierte, werden die Einladungen zur Teilnahme nicht nur an alle suchtherapeutischen Einrichtungen in Österreich mit der Bitte um Weitergabe an mögliche Interessent:innen weitergeleitet. Zusätzlich wird Öffentlichkeitsarbeit über Zeitschriften, Radio und die vereinseigene Website [www.fitforlife-literatur.at](http://www.fitforlife-literatur.at) geleistet.

Die eingereichten Arbeiten, für die nur die Sprache Deutsch und der Umfang vorgegeben ist, umfassten bis jetzt viele Bereiche literarischen Schaffens: Prosa, Lyrik, Drama. Gelegentlich sind deutliche autobiografische Anteile erkennbar, oft handelt es sich um reine Fiktion mit Ausflügen in fantastische Innen- und Außenwelten. Oft sind auch Humor und Ironie in den Werken enthalten, gelegentlich findet auch intensive Auseinandersetzung mit der (ei-

Literatur beim Verfasser



QR-Code scannen & Beitrag online lesen



Abb. 1 ▲ Preisverleihung 2021 in der Galerie HilgerNext. © zVg David

genen?) Hilflosigkeit und den Erlebnissen in den Therapien statt.

## » Beurteilung des Ausdrucks, der Erzeugung von Bildern und Emotionen und des Sogs der Geschichte

Eine Jury, bestehend aus Manfred Chobot, Margit Niederhuber, Gerhard Ruiss und Joachim Vötter, beurteilt ausschließlich die literarische Qualität der eingereichten Texte. Prägnanz und Originalität des Ausdrucks, die Fähigkeit zur Erzeugung von Bildern und Emotionen und der Sog der Geschichte sind die wesentlichen Beurteilungskriterien. Die Beiträge werden anonymisiert vorgelegt und gereiht. Die Jury hat auch keine Informationen über Alter, Geschlecht und Lebenssituation oder gar Identität der einreichenden Personen.

Zu den Preisverleihungen, die auch mit Video auf der Website des Herausgebers präsentiert werden, gab es auch jeweils eine Laudatio von Kennern und Teilhabern des Literaturbetriebes: Paulus Hochgatterer (Autor und Kinder- und Jugendpsychiater), Helmut Neundlinger (Literaturwissenschaftler), Wolfgang Preinsperger (Suchtexperte), Claudia Bittner (Preisträgerin) und Meinhard Rauchensteiner (in der Kanzlei des Bundespräsidenten zuständig für Kunst und Literatur). Außerdem wurden Textauszüge von Schauspielern vorgetragen (Erwin Leder). Damit erfolgte für die Preisträger:innen neben dem Geldwert des Preises auch eine persönliche Anerkennung und die Begegnung mit dem eigenen Werk in der Interpretation durch jemand anderen. Es wurde auch jeweils

ein repräsentativer Rahmen für die Preisverleihung gesucht und gefunden (Abb.1).

Ein weiteres Alleinstellungsmerkmal dieses Literaturpreises ist die wissenschaftliche Begleitung durch das Institut für qualitative Psychotherapieforschung der Sigmund Freud Universität Wien. Da-

bei wurden Autor:innen nach Erklärung des Studiendesigns und Zustimmung zur Veröffentlichung bezüglich ihrer Motive zur Teilnahme am Literaturwettbewerb, den dabei erlebten Gefühlen, die Bedeutung literarischen Schreibens für ihre persönliche Entwicklung und die Auswirkungen der Selbstdarstellung auf die Selbstwahrnehmung und das Selbstwertgefühl interviewt. Diese Gespräche gingen oft über einige Stunden.

Herausgefunden wurden dabei zum Teil schon bekannte, aber noch einmal speziell beschriebene und evaluierte Parallelen zwischen suchtartigem Schreiben und den Kriterien des Kontrollverlustes, der Reduktion anderer Aktivitäten, das Hochgefühl beim Gelingen und die Frustration beim Misslingen eines Textes. Gleichzeitig kommt es bei allen Autor:innen zu einer Verstärkung der Selbstwirksamkeit, weil sie weder die Eigenwirkung einer

Abstract



Abb. 2 ▲ Buchcover

Fit for Life Literature Prize for Addicts. From Opening to Publication

The Fit for Life literature prize for addicts would like to promote the literary ambitions and abilities of people for whom literary writing arises from a deep need for expression and which also promotes a conscious examination of their alcoholism or addiction. This must be proven by submitting a confirmation of care or treatment. It was awarded for the sixth time this year. At the same time, an anthology with the winning texts of the last 5 years has been published. This is available in bookstores.

Keywords

Literary writing by addicts · Promotion of self-knowledge and self-expression · Overcoming Denial · Destigmatization · Anthology

Substanz noch das Umfeld für diese Art der Selbststrukturierung verantwortlich machen können.

Auch die isolierenden bzw. verbindenden Momente der Kreativität werden von einzelnen Autor:innen beschrieben, wenn sie sich einerseits zum Schreibakt in ihre eigene Welt zurückziehen, aber andererseits auch wieder das Produkt herzeigen, zur Diskussion stellen, sich Lob oder Kritik aussetzen.

Durch das (Be-)Schreiben kann Distanz hergestellt werden, was in einem nächsten Schritt auch wieder selektive Integration ermöglicht – ein durchaus therapeutischer Vorgang. Eine der Autor:innen beschreibt es so:

*„Ich wollte meine Geschichte beziehungsweise die meiner Familie in einem Roman schreiben, um das Ganze – diesen Wahnsinn, der in jeder Familie vermutlich der gleiche ist, nur niemand lässt halt in seine Familie hineinschauen. Also jede Familie ist verrückt, dazu gibt es eh genug Untersuchungen oder Bücher. Das so aufarbeiten. Und auf der anderen Seite war die Überlegung, ich muss es – die ganze Geschichte so übertreiben, dass es so schwarz und so lustig ist, dass ich es aushalte. Wenn ich nur die Realität niedergeschrieben hätte, das wäre nicht so gut gewesen für mich.“*

Beim literarischen Schreiben handelt es sich aber immer auch um Botschaften – von den Autor:innen an sich selbst und gleichzeitig auch an die Mitwelt. Was geschrieben und veröffentlicht wird, will auch von anderen gelesen werden. Wenn dann noch am Ausdruck gefeilt, manches verändert, geschönt oder geschärft wird – es geht immer um eine Botschaft, die ich auch selbst akzeptieren kann, weil ich sie ja auch nach außen vertrete.

» Beim literarischen Schreiben handelt es sich immer auch um Botschaften

So kann es bei manchen zu kathartischen Erlebnissen kommen, bei anderen wieder zu schmerzhaften Konfrontationen teils mit der (eigenen oder erfundenen) Geschichte. Es kommt aber auch zur Freude über die eigene Formulierungskunst oder zur Verzweiflung, die richtigen Worte zu finden.

So formuliert ein anderer Autor im Interview: „Das ist schon, schon etwas, was ich gerne weitergeben möchte. Wo ich gerne jetzt auch als erwachsene Person, die das hinter sich hat. Die sagen möchte, ja das gibt es, bei mir war das so, bei mir war das und das und das. Und dass nicht, quasi dass also nicht sich dafür zu schämen [...] Sondern zu sagen, ich schäme mich jetzt nicht dafür, ich verstehe es zwar nicht mehr und finde es absurd, aber es war so, ja, oder es kann so sein. Jetzt wo ich literarisch darüber schreibe, ahm das finde ich auch wichtig. Und da hoffe ich schon, dass das auch vielleicht Leute lesen, die selber in einer ähnlichen Situation sind. Dass es auch etwas, also jemandem helfen kann.“

Das Schreiben hat also eine Wirkung auf das Selbst, indem durch den neu gewonnenen Identitätsausdruck bisher ambivalente Beziehungen geklärt werden können und dadurch auch enttäuschende und schmerzhaft erlebte (aus)haltbar werden.

Zum Schreiben einzuladen, aber nicht aufzufordern, ist per se keine therapeutische Intervention, denn wie hier beschrieben, muss dieses aus „sich selbst“ herauskommen. Suchterkrankten Personen die Aufgabe zu geben zu schreiben, bewirkt sicher sehr viel und kann für reichhaltige Themen gut genutzt werden, es wird jedoch nicht den Kern der Heilung darstellen. Wesentlich ist, dass jeder die zugrunde liegende Kreativität in sich aktiviert. In den Fällen der Interviewten war das das Schreiben. Und das Schreiben eignet sich vielleicht daher so gut als Substitut, da es ebenfalls einer Sucht gleichkommt – einer guten Sucht, wenn man sie hier als Suche nach einem Gleichgewicht und als ausgeglichene symbiotische Abhängigkeit mit einem Autonomieverständnis verstehen darf.

Heuer ist es gelungen, eine Anthologie mit den Siegertexten der letzten fünf Jahre herauszugeben (■ Abb. 2).

Auch dies dient der Steigerung des Selbstwertgefühls, weil ja jedes Buch auch einen Geldwert darstellt. Hier wird sichtbar und sinnlich erfahrbar, was die Leistung der Autor:innen kompetenten Personen – nämlich den Verlegern und Herausgebern – wert ist. Abgesehen von den haptischen Qualitäten eines Buches – man kann es halten, darin blättern, es verschenken oder verkaufen, es hat Geruch und stoffliche Qualitäten –, ist es eine Möglichkeit, gemeinsame oder unterschiedliche Sicht-

weisen auf das eigene Erleben deutlich zu machen. Allein das hilft schon, Dinge und Probleme in ein anderes Licht zu rücken. Dadurch kann eine Therapie nicht ersetzt werden, aber es kann den Zugang zu therapeutischen Schritten verbessern.

## » Nicht zuletzt ist auch der Mut der Teilnehmer:innen bemerkenswert

Nicht zuletzt ist auch der Mut der Teilnehmer:innen bemerkenswert. Sich als Mensch mit einer Suchtproblematik nicht im geschützten Rahmen einer Therapieeinrichtung oder Selbsthilfegruppe, sondern in einer unbekanntem Öffentlichkeit sozusagen „in die Auslage“ zu stellen, beweist schon ein hohes Maß an seelischer Festigung, wenn man noch dazu weiß, dass das nicht eine Momentaufnahme ist wie ein Foto auf einem Event, sondern eine nicht abzuschätzende Nachhaltigkeit und Breitenwirkung hat. Verwandte und Nachbarn können das Buch sehen, in Zeitschriften und Radio wird es besprochen – man weiß also nicht, welche Reaktionen auf einen zukommen werden.

Dass eine derartige Öffnung und Veröffentlichung nicht nur bei der schreibenden Person, sondern auch in ihrem Umfeld Wirkungen zeigt und nicht zuletzt auch finanzielle Gewinne bringen kann, macht den Erfolg sicht- und zum Teil sogar messbar.

### Fazit für die Praxis

- Für die Suchttherapie steckt ungeheures Wachstumspotenzial in der Förderung kreativen Schaffens
- Das Angebot der Teilnahme an einem Wettbewerb hilft, die der Krankheit immanente Tendenz zur Verleugnung zu überwinden
- In der alltäglichen Praxis genügt es, auf den Wettbewerb hinzuweisen: [www.fitforlife-literatur.at](http://www.fitforlife-literatur.at)
- Informationsfolder können beim Verfasser angefordert werden

### Korrespondenzadresse



© Privat

#### OMR Dr. Harald P. David

Maurer Lange Gasse 47, 1230 Wien, Österreich  
[office@fitforlife-literatur.at](mailto:office@fitforlife-literatur.at)

### Einhaltung ethischer Richtlinien

**Interessenkonflikt.** H.P. David gibt an, dass kein Interessenkonflikt besteht.

Für diesen Beitrag wurden von den Autor/-innen keine Studien an Menschen oder Tieren durchgeführt. Für die aufgeführten Studien gelten die jeweils dort angegebenen ethischen Richtlinien.

**Hinweis des Verlags.** Der Verlag bleibt in Hinblick auf geografische Zuordnungen und Gebietsbezeichnungen in veröffentlichten Karten und Institutsadressen neutral.