



Neue Perspektive und Hoffnung für Angehörige

Sie sitzt mir gegenüber. Sie redet. Sie redet sich alles von der Seele. Sie lässt ihren Gedanken freien Lauf. Immer wieder drehen sich ihre Gedanken im Kreis. Sie drehen sich immer wieder um den gleichen Punkt, immer wieder um die eine Flasche. Im Grunde sind es viele Flaschen, doch es sind nicht ihre eigenen. Sie trinkt nicht. Nicht wirklich. Nur ab und zu mal. Wenn die gesellschaftlichen Anlässe es erfordern. Mal ein Glas Sekt zu Weihnachten, zur Hochzeit, zu Geburtstagen. Eigentlich bekommt es ihr gar nicht. Sie fühlt sich nicht gut danach. Doch Neujahr gehört es ja einfach dazu. Das Anstoßen zu Mitternacht. Da muss auch sie dann mitmachen. Obwohl es ihr nicht schmeckt. Obwohl es ihr nicht guttut.

Sie redet von den zwei bis drei Flaschen täglich. Die ihr Partner getrunken hat. Nicht Bier, Hochprozentiges. Gestern noch, vorgestern und schon eine ganze Weile. Sie kann es nicht verstehen. Sie hat kein Verständnis dafür, dass er trinkt. Es geht schon lange nicht mehr um einen gemütlichen Trunk mit Freunden. Es ist nicht mehr das eine Bier, das er zu Feierabend getrunken hat.

Das eine Bier zum Abschalten von den Belastungen nach dem Beruf. Damals half es ihm, umzuschalten, er wurde gesprächig und machte Komplimente. Er las ihr jeden Wunsch von den Augen ab und Zärtlichkeiten gehörten zu ihrem Alltag. Doch dies scheint eine Ewigkeit entfernt.

Nun trinkt er täglich. Und wenn er nicht trinkt, ist er nicht zu ertragen. Er trinkt schon morgens vor der Arbeit. Damit er überhaupt Auto fahren kann. Damit das Zittern aufhört. Sie kennt ihn nicht mehr. Er war so ein feiner Kerl, immer hilfsbereit, immer für alle da. Jetzt haben sich die meisten abgewendet. Weil er zu viel trinkt. Weil er nicht aufhören kann. Meistens schläft er ein, wenn er genug hat. Manchmal wird er aber auch aggressiv. Dann hat sie Angst. Dann hat sie so fürchterliche Angst, dass sie alles tut, was er sagt.

NUN TRINKT ER TÄGLICH. UND WENN ER NICHT TRINKT, IST ER NICHT ZU ERTRAGEN.

Sie hat schon so viel probiert. Sie hat mit ihm geredet, hat ihn angefleht. Sie hat den Schnaps ausgegossen, wenn sie ihn fand. Sie hat ihm Getränke besorgt, aus Angst vor Schlägen. Sie macht alles für ihn. Sie putzt ihre Wohnung, sie geht arbeiten, weil das Geld nicht reicht für sein Trinken und auch noch die Miete. Sie ruft beim Arbeitgeber an, wenn er nicht aufstehen kann, sie erfindet Ausreden, damit die Nachbarn und die Familie nichts davon merken. Sie schämt sich.

Sie hat jetzt selbst keine Freunde mehr, kein Interesse ihren Hobbies nachzugehen. Alles dreht sich um ihn und all die Sorgen, mit denen sie jetzt allein ist. Das Geld, die Gesundheit, die Ehe, alles scheint den Bach runter zu gehen, alles verliert an Wert. Sie möchte die Situation retten, sie möchte das finanzielle Fiasko verhindern, den sozialen Abstieg. Doch sein Arbeitgeber droht mit Kündigung. Sie kann ihn nicht weiter in Schutz nehmen, sie hat keine Kraft mehr. Sie weiß nicht mehr weiter. Alles erscheint ihr nun so sinnlos. Deshalb kommt sie zum Gespräch. Deshalb höre ich ihr zu. Manchmal frage ich etwas, manchmal mache ich sie auf etwas aufmerksam. Sie ist nicht allein. Viele Frauen und manche Männer erleben das Gleiche. Es ist eine ganz typische Geschichte. Ich lasse sie einfach reden und höre zu. Sie hat Glück, sie gehört zu den wenigen, die den Weg in die Selbsthilfe gefunden haben.

Sie steht nicht mehr allein da. Die jahrelangen Spannungen haben ihr Leben verändert. Sie möchte ganz neu anfangen. Sie möchte, dass der Partner mit dem Trinken aufhört. Sie will wieder glücklich werden, ein Leben leben, das zufrieden macht. Das kann sie in der Angehörigengruppe des Blauen Kreuzes lernen. Sie lernt hier Menschen kennen, die sie verstehen können. Menschen, die einen ähnlichen Weg hinter sich haben. Menschen, die so viel selbst ausprobiert haben und dann in die Gruppe kamen. Frauen und auch Männer, die inzwischen einen Weg gelernt haben, wie sie mit der Situation umgehen können. Was sie tun können, wie sie sich verhalten können und was sie vermeiden sollten, darüber reden sie.

Sie steht nicht mehr alleine da. Sie möchte ganz neu anfangen und ein Leben leben, das sie zufrieden und glücklich macht. Nur sie kann diese Entscheidung für sich selbst treffen.

SIE MÖCHTE GANZ NEU ANFANGEN.

Und das tut gut. Es tut gut zu wissen, dass ich nicht allein bin. Dass andere Ähnliches durchlebt haben. Dass ich es schaffen kann. Aber auch, dass ich aussteigen darf. Ich kann mich wieder selbst entscheiden, wozu ich Ja oder Nein sage. Das sind die ersten Dinge, die mir ein neues Selbstwertgefühl geben. Ich bin mir selbst wieder etwas wert. Und in der nächsten Gruppe kann ich meine Sorgen und Befürchtungen ansprechen. Kann mich mitteilen. Und fühle mich getragen, fühle mich mitgetragen. So fängt eine neue Zeit an. Ein neues Kapitel, das mich frei macht von der Sucht des Partners. Ein neues Leben, in dem ich selbst entscheide, wieviel ich ertragen will und wo ich Grenzen setze. Ein neues Miteinander mit anderen Menschen, wo es um mich geht und mein Wohlergehen. Eine Zeit, in der es die alten Probleme noch gibt, aber mit einer neuen Perspektive und mit neuer Hoffnung. ■

Anke Triebe, Blaues Kreuz Zeit



Anzeige

Vivantes

WECLEANYOU

Hartmut-Spittler-Fachklinik in Berlin-Schöneberg

Entwöhnung von Alkohol, illegalen Drogen und Medikamenten

Wir sind rund um die Uhr für Sie da.

Aufnahmekoordination/Beratung

Ariane Hübner

Tel. 030 130 20 8603

werktags 09.00– 15.00 Uhr
ariane.huebner@vivantes.de

Kontakttelefon

Tel. 030 130 20 8600

Für Fragen rund um die Entwöhnung und Vereinbarung von Vorgesprächen können Sie uns auch schreiben an entwoehnung@vivantes.de

Ihr Weg zu uns

Hartmut-Spittler-Fachklinik am
Vivantes Auguste-Viktoria-Klinikum
Rubensstraße 125, 12157 Berlin
www.vivantes.de/avk/spittler

