

Angehörige sind auch Betroffene

Ein Vortrag zum Thema Angehörige von Suchtkranken, wie toll! Unsere Angehörigen-Gruppe hat sich getroffen und wir haben zugehört, oft mit Tränen in den Augen oder Kälteschauer am Körper, so nah ging uns die Thematik.

Aber von Anfang an: Sven Kütenbrink und Lothar Loeser vom Freundeskreis NRW haben den Psychotherapeuten und Autor Jens Flassbeck, der sich auf die Arbeit mit Angehörigen spezialisiert hat, für einen Vortrag gewinnen können. In der IKK Gütersloh, die ihre Räume dankenswerterweise zur Verfügung stellte, trafen sich ca. 40 Interessierte zum Thema: **Angehörige sind auch Betroffene.**



Wir wissen, dass Süchtige, egal mit welchem Suchtmittel nach einiger Zeit massive Probleme in ihrem Alltag, in ihrem Umfeld, sowohl bei der Arbeit als auch in der Familie bekommen. Es gibt viele, die Dank der Hilfe ihres Umfelds aus der Sucht rausfinden, aber viele werden auch chronisch krank. Sie können auf zahlreiche Hilfen zurückgreifen, von Krankenkassen über Verbände und beruflichen Organisationen. Aber was ist mit den Angehörigen? Wie ist das Leben für sie? Welche Traumata erleiden sie und welche Hilfen erhalten sie? In dem ersten Teil stellte Herr Flassbeck die Situation Angehöriger in all ihren Facetten dar und es war

ungewöhnlich still im Raum. Die These lautet: Der Angehörige ist genauso betroffen wie der Süchtige selbst. Ohne dass der Angehörige das Suchtmittel konsumiert, erleidet er die Sucht als Partner mit, ohne sich das ausgesucht zu haben, ohne sich dafür entschieden zu haben.

Wie kann ich die Hoffnungslosigkeit vom Leben mit einem chronisch kranken Süchtigen beschreiben? Wie kann ich die Schwere der Traumata auflisten, die durch die Achterbahnfahrt mit einem chronischen Süchtigen entstehen und die nicht aufhören, solange der Süchtige das Suchtmittel konsumiert und wir zusammenleben?

Folgende Auswirkungen sind nach Flassbeck möglich: „Das Zusammenleben mit einem chronifizierten und uneinsichtigen Suchtkranken ist eine nicht alltägliche, irrationale und komplexe **Belastung**. Das unbeständige, manipulative und zerstörerische Verhalten des Suchtkranken ist für die Angehörigen ein ständiges emotionales Auf und Ab von Hoffnung und Enttäuschung und bedeutet pausenlosen Dauerstress. Angehörige, Freunde, auch Arbeitskollegen und Suchthelfer müssen die Ausfälle des Suchtkranken kompensieren (Haushalt, Kindererziehung, Arbeit etc.), sich um den Suchtkranken kümmern und die Folgen der Sucht ausbaden (Schulden, soziale Isolation etc.). Darüber hinaus sind sie nicht selten Zielscheibe psychischer und physischer Übergriffigkeiten des Suchtkranken.

Die betroffenen Angehörigen nehmen ihre Erschöpfung und Ohnmacht nicht wahr, überfordern sich und **verlieren sich im Stress**, den Alltag zu bewältigen und dem Suchtkranken zu helfen. Nicht selten kommt hinzu, dass andere Familienmitglieder, Freunde und Nachbarn wegschauen und die Suchtproblematik bagatellisieren und verleugnen oder - im anderen Extremfall - dem Suchtkranken die ganze Aufmerksamkeit und Zuwendung zukommt. Angehörige und Kinder von Suchtkranken bleiben mit ihrer Not und ihrem Stress häufig **allein**. Dadurch, dass viele Angehörige aus Scham nicht reden oder die Suchterkrankung verheimlichen, verschärfen sie oftmals noch ihre Notlage und erhalten keinerlei Hilfe.“ (Flassbeck, www.co-abhaengig.de)

Sehr plastisch gab Flassbeck Beispiele aus dem Praxisalltag wider und zeigte auf, wie tiefgreifend die Auswirkungen auf die Psyche der co-abhängigen Angehörigen sind.

Kinder trifft es dabei am schlimmsten. Ca. jedes sechste Kind (2,65 Millionen, Klein, 2005) „soll durch suchtkranke Eltern betroffen sein. Ein Drittel der betroffenen Kinder erkrankt später selber an einer Suchterkrankung und ein weiteres Drittel entwickelt eine andere psychische Störung. Ungefähr jedes zweite Kind, das sich in der Psychiatrie aufhält, hat suchtkranke Eltern. Und bei ca. 39% aller Maßnahmen der Jugendhilfe ist eine elterliche Suchtbelastung zu finden. Elterliche Sucht korreliert mit weiteren negativen Kindheitserfahrungen wie Vernachlässigung, Feindseligkeiten, Gewalt und Missbrauch. Diese multiple und langjährige kindliche Belastungssituation ist der größte Risikofaktor, welcher eine Reihe von psychosozialen Auffälligkeiten, Beeinträchtigungen und Störungen sowohl in der Kindheit als auch bis ins hohe Erwachsenenalter zur Folge hat.“ (Flassbeck, www.co-abhaengig.de)

Was kann getan werden? Findet ein Angehöriger den Mut bzw. ist die Verzweiflung groß genug, so muss er einen passenden Ansprechpartner selbst finden. Manchmal ist das ein mühsamer Weg, weil die Angehörigenproblematik weder bei den Krankenkassen noch in der Politik oder bei den Verbänden wirklich gesehen wird.

Es ist also dringend erforderlich, Öffentlichkeitsarbeit zu betreiben, das Thema immer wieder in allen Bereichen sichtbar zu machen, sonst bleibt die Situation wie auf dem nebenstehenden Bild.



Das Tabu-Thema muss aufgebrochen werden. Auch Angehörige brauchen Schutzräume. Alle Hilfen für Suchtkranke müssen auch für die Angehörigen ungefragt vorhanden sein. Kommt ein Süchtiger in eine Beratungsstelle/Entgiftungsstation, so müsste direkt nach den Angehörigen gefragt und sie mit eingebunden werden. Dazu muss aber auch die Ausbildung der

Psychologen/Sozialarbeiter/Psychotherapeuten den Themenkreis Sucht beinhalten und nicht nur am Rande gestreift werden. Co-Abhängigkeit muss als eigenes Krankheitsbild gesehen werden. Wege aus der Sucht **auch für Angehörige** werden auf Dauer die Zahlen der Süchtigen reduzieren, da sie Kinder davor retten „infiziert“ zu werden und somit ein selbst- und eigenständiges Leben angestrebt wird.

*Mach was du willst!
Ich will JETZT glücklich sein!*

*Wenn du mich
verlässt, dann ...*



Neben dem Vortrag habe ich die Internetseite von Herrn Flassbeck, www.co-abhaengig.de, ausgiebig studiert, habe die Grafiken daraus entnommen und kann die Seite allen Interessierten wärmstens ans Herz legen.

Ich bin sehr froh, dass der Freundeskreis beginnt, sich der Problematik verstärkt anzunehmen und ich wünsche jedem Angehörigen, seinen Weg aus der Abhängigkeit zu finden.