

CO-ABHÄNGIGKEIT - EINE KRANKHEIT WIE DER ALKOHOLISMUS

1. Erklärungsphase: Ist ja alles halb so schlimm

Im Anschluss finden Sie fiktive innere Monologe der Partnerin eines Alkoholikers, die bestimmte Entwicklungen verdeutlichen sollen.

"Was wir doch für eine tolle, rauschende Zeit miteinander haben. Morgen nehm' ich wieder Sekt und Cognac zum Ausflug mit, das hat er so gern. Dann wird er immer so fröhlich und liebevoll. Ich darf auch nicht vergessen, fürs Wochenende den Kasten Bier zu besorgen, den er sich gewünscht hat. Dann bleiben wir schön zu Hause, und abends zur Party bei Lehmanns ist er dann schon so richtig gut drauf. Ein richtig toller Hecht, um den mich alle beneiden. Die Spießer. Wir feiern ein rauschendes Fest, und alle haben sich lieb. Und auch danach ist er noch fit wie ein Turnschuh - oder besser, wie ein wilder Tiger... (na, auch wenn der Sprung neuerdings immer mal ins Leere geht, man soll ja nicht zu viel verlangen.

Er trinkt ja immer mehr als ich, aber er ist ein Mann, da ist das normal. Er ist ja so gestresst in letzter Zeit. Wenn die Phase vorbei ist, achte ich mal drauf, dass er wieder weniger trinkt. Aber jetzt entspannt es ihn, das kann ja nicht schaden. Schließlich ist er nach ein paar Gläsern intus immer besonders geistreich und brilliant, alle großen Künstler haben getrunken, das weiß jeder.

Na, Alkoholiker hängen auf der Parkbank 'rum und sind ständig besoffen. Meiner benimmt sich aber ganz ordentlich. Er ist doch kein Säufer, was ihr nur habt... Ihr seid nur neidisch, weil er so ein toller Kerl ist, der jede Party zum Kochen bringt.

Wie er aber neuerdings über unsere Freunde herzieht... von seinem besten Kumpel hat er sich neulich ganz plötzlich getrennt, der hat ihn immer erziehen wollen, sagt er. Dabei war das so ein netter Kerl, so einen findest Du nicht wieder.

Er ist auch so reizbar geworden in letzter Zeit, immer hängt er mürrisch in der Ecke, will gar nicht mehr 'rausgehen, geht mich wegen Kleinigkeiten an... Hab ich was falsch gemacht? Muss ja an mir liegen, sollte eben weniger streng mit ihm sein."

2. Kontrollphase:

"Ich glaub, er trinkt heimlich im Keller. Letztens hab ich 5 leere Flaschen im Kofferraum gefunden. Und 2 im Blumenbeet. Ich kenn' jetzt alle seine Tricks, mir kann er nichts mehr vormachen. Und was hab ich davon? Wenn er auf irgendeinem Parkplatz trinkt auf dem Weg von der Arbeit, kann ich's eh nicht verhindern. Ich muss nachher auf seinen Atem

achten. Ich traue ihm keinen Meter mehr über den Weg. Die Kinder fährt er mir auch nicht mehr zum Sport. Und dabei konnte ich mich doch früher immer auf ihn verlassen. Ein Jammer. Aber einkaufen fährt er noch immer gern. Warum wohl.

Wenn er bei Freunden ist, trinkt er ja kaum noch was. Und man merkt es ihm ja auch kaum noch an, wenn er was intus hat. Dann sagen die zu mir: Was hast Du denn? Er trinkt doch nur ab und zu mal ein Gläschen. Dabei hat er doch vorgetrunken, 'vorglühen' nennt er das, man will ja in Stimmung kommen, und sicher säuft er auf dem Klo weiter. So ein kleiner Flachmann passt ja in jede Jackett-Tasche. Aber ich stehe da als Zicke, als Blaustrumpf, let's face it, keiner versteht mich mehr, und wenn ich ihn ins Messer laufen lasse, bringe ich Schande über die Familie, und uns kommt gar keiner mehr besuchen. Wer läuft schon gern freiwillig im Minenfeld 'rum. Mann. Besser ist, wir melden uns gar nicht mehr bei denen. So sollen sie uns nicht sehen. Dann bleiben wir eben zu Hause, da hab ich alles unter Kontrolle."

3. Anklagephase:

"Mann, so geht das nicht weiter. Manchmal könnt' ich ihn umbringen. Er wird schon sehen. Morgen kauf ich 'ne Axt und schlag' ihm seinen dummen Schädel ein. Diese ewigen bösen Attacken, die Häme, dieses miese Schweigen! Nie ist er da, und wenn, dann kotzt er mich an! Und letztens hat er mich geschlagen, das muss man sich mal vorstellen! Dabei hab ich doch nur mal wieder mit Tom telefoniert, der brauchte meine Hilfe, das heißt doch nicht gleich, dass ich mit ihm in die Kiste steige!

Wenn er doch einfach weg wäre. Aber ich kann ihn so nicht hängen lassen. Er würde doch nur in der Gosse landen. Und die Kinder? "Mein Vater, der Penner." Und er war doch so ein lieber Kerl, was mach ich nur. Die einen sagen, verlass' ihn, die anderen sagen, Du musst da jetzt durch, Du hast ja eine Aktie dran, ich weiß es doch auch nicht. Wenn es doch wenigstens einen gäbe, der mir einfach nur zuhört und mich versteht. Alle hacken sie auf mir 'rum. Alle.

Heut Nacht werd' ich wieder nicht schlafen können. Zum Glück hab ich ja das Valium vom Arzt, damit geht's dann meist noch. Und die Tabletten gegen die Magenschmerzen. Und morgen komm ich dann wieder nicht aus dem Bett, das Bad muss schon lange mal wieder geputzt werden, jeden Tag schieb ich das auf. Die Kinder hatten auch schon lange keinen Spaß mehr. Ich bin eine Rabenmutter. Sie haben Recht. Ich hab 'nen Säufer verdient. Ist doch so. Am besten bring' ich mich gleich um. Wenn nur die Kinder nicht wären..."