

# LEISTEN, TRINKEN UND SONST NICHTS. ODER DOCH?

ELFRIEDE HUEMER-ZIMMERMANN

Es ist bekannt, dass Alkoholiker eine handfeste Krise benötigen, um sich in Entwöhnung zu begeben. Das folgende Fallbeispiel beschreibt eine Therapie, die in zwei Phasen stattfand. In der ersten Phase wurde schwerpunktmäßig an den Grundmotivationen gearbeitet, eine Stellungnahme war zu diesem Zeitpunkt noch nicht möglich. Es gab eine Unterbrechung der Therapie, in der eine noch größere Krise auftrat als jene, die zur Entwöhnung führte. Diese hat den Patienten dazu bewogen, sich zu stellen. Im zweiten Teil der Therapie konnte mit Hilfe der Personalen Existenzanalyse authentisch Stellung bezogen werden, die schlussendlich zu einer zufriedenen Abstinenz führte.

**SCHLÜSSELWÖRTER:** Alkoholabhängigkeit, Grundmotivationen, Trauerarbeit, Stellungnahme

ACHIEVEMENT, DRINKING AND NOTHING ELSE. OR SOMETHING ELSE AFTER ALL?

It is known that alcoholics need a solid crisis to undergo detoxification treatment. The following case study describes a therapy proceeding through two phases. In the first phase the fundamental motivations were primarily worked on, but at that time it was not possible to take a position yet. An interruption in therapy then followed, in which an even greater crisis came up than the one which led to detoxification. This prompted the patient towards confrontation. In the second phase of therapy, an authentic position could be achieved, which finally led to content abstinence.

**KEYWORDS:** alcohol addiction, fundamental motivations, grieving process, taking position

## SETTING/HINTERGRÜNDE

Ich lernte Johann im Zuge meines psychiatrischen Praktikums kennen. Er kam zur Alkoholentwöhnung. Während seines sechswöchigen stationären Aufenthaltes kam er zu wöchentlichen Gesprächen, danach 14-tägig in eine Doppelstunde. Insgesamt dauerte die Therapie rund zwei Jahre, ca. 14 Monate nach Therapiebeginn unterbrach er für zwei Monate.

Zu Therapiebeginn war Johann 42 Jahre alt, verheiratet und Vater dreier Söhne (18, 17, 15 Jahre). Er wurde als fünftes von insgesamt sechs Geschwistern (drei Söhne, drei Töchter) in einer Bauernfamilie geboren. Nach der Pflichtschule machte er eine Tischlerlehre und ist bis dato in seinem Beruf tätig.

Johann ist mittelgroß, eher kräftig, er wirkte am Anfang fahl, schien nur physisch anwesend zu sein, war passiv und brachte lange nichts von sich ein. In den Antworten hielt er sich allgemein, karg und zeigte keine Emotionen – er erzählte beim Erstgespräch vom Tod des ersten damals sechs Monate alten Kindes und wirkte dabei völlig unbeteiligt.

## THERAPIEZIEL

Johann hatte zu Beginn der Entwöhnungsbehandlung seit rund zwölf Jahren Alkoholprobleme, die sich in den letzten Jahren verstärkt hatten. Ausschlaggebend für die Alkoholentwöhnung waren familiäre Probleme – seine Frau drohte mit der Trennung.

Johanns Therapieziel war trocken werden, um die familiäre Situation wieder in den Griff zu bekommen. Anfangs dachte er nicht an eine längere Therapie, er wollte es nach der Entwöhnung selber schaffen, „weil ich immer in meinem Leben alles selbst hinbekommen habe“. Erst gegen Ende des stationären Aufenthaltes wurde er unsicher, ob ihm das gelingen kann. Die statistischen Zahlen über Rückfälle

gaben ihm zu denken, und er entschloss sich, sich auf einen längeren Prozess einzulassen.

## PROBLEM AUS SICHT DES PATIENTEN

Johann meinte, er habe Mitte der 90-er Jahre sehr starken wirtschaftlichen Druck gehabt, der mittlerweile nicht mehr besteht. Er hat sich vieles geschaffen (Eigentumswohnung, Waldparzelle, Baugrundstück). Wenn er dann müde nach Hause kam, gab es wieder nur Anforderungen – die Frau wollte Entlastung von den drei kleinen Kindern, immer wurde Geld gebraucht. Im Laufe der Zeit wurde der wirtschaftliche Druck weniger, er hatte Geld um ins Gasthaus zu gehen. Dort konnte er sein, ohne dass man immer etwas von ihm wollte. Er bezeichnete sich selbst als „eher schwermütig“, maß aber dem nicht allzu viel Bedeutung zu. Er meinte, 99% seiner Ziele erreicht zu haben – damit waren ausschließlich materielle Werte gemeint. Neben seiner Anstellung in einer Tischlerei betreute Johann noch seine Schafherde, arbeitete am Wochenende in seinen Wald und nahm immer wieder Pfuscharbeiten an. Er sagte, er könne sehr schwer „nein“ sagen. „Diese ständige Hacklerei muss endlich einmal aufhören, es muss auch noch Platz für etwas anders geben.“ Er hatte jedoch keine Vorstellung, was dieses „Andere“ sein könnte. Anfangs schilderte Johann den Themenkreis wirtschaftlicher Druck als Grund für seine Sucht, die sich dann irgendwann einmal verselbständigt hatte. Andere Einflüsse für seine Suchtentwicklung sah er nicht.

Befragt nach seinen Beziehungen konnte Johann weder zu seiner Frau noch zu den Kindern viel sagen. Er sei trotz seiner Alkoholabhängigkeit immer ein guter Vater gewesen und hätte schon für alle Kinder materiell vorgesorgt. Befragt nach den Beziehungen zur Ursprungsfamilie bezeichnete er das Verhältnis zur Mutter als gut, jenes zum Vater als nicht existent, jenes zu den Geschwistern teils gut, teils weniger

gut. Der Vater, erzählte er, hatte keine positiven Gefühle für seine Kinder. Er nahm z. B. fremde Kinder auf dem Schulweg im Auto mit und ließ die eigenen zu Fuß gehen, er kaufte den Kindern aus Geiz keine Liftkarte, wollte aber, dass sie gute Schifahrer werden – das jedoch zu Fuß.

## EXISTENZANALYTISCHES VERSTÄNDNIS DER SITUATION

Anfangs waren vorwiegend Mängel in der 2. Grundmotivation (Beziehung zu sich selbst und zu anderem/n) zu sehen: Es war offensichtlich, dass sich Johann nur über seine Leistungen definierte. Sätze wie „Ich bin nichts wert, wenn ich nichts leiste“ oder „wenn ich nicht arbeite, fühle ich mich leer, mir ist langweilig“, wurden von ihm wörtlich formuliert. Sein Wert stand und fiel mit seinen Leistungen, wenn er nicht leistete wusste er nichts mit sich anzufangen.

Es waren aber auch Mängel in der 3. Grundmotivation spürbar. Er konnte nicht „nein“ sagen, wenn er um einen Pfusch gebeten wurde, obwohl er oft nicht wollte. Seine Kinder nahmen ihn nicht ernst, er hatte Verständnis, „denn schließlich und endlich bin ich ja Alkoholiker“. Das wahre Ausmaß an erlittenen Verletzungen, sollte erst nach Monaten zur Sprache kommen.

## INHALTE DER THERAPIE

In den ersten Wochen während der Entwöhnung war aus ihm nur wenig herauszubringen. Das erste Mal wurde Johann lebendig, als ich ihm spiegelte, wie es mir mit ihm ging. Er war erstaunt, „wie viel Sie von mir wissen“. Er sagte, er wäre nie danach gefragt worden, wie es ihm gehe, aber es tat ihm sichtlich wohl.

Anfangs ging es vor allem um suchtspezifische Themen – was sind schwierige Situationen, wann ist der Suchtdruck am größten, wie kann mit solchen Situationen umgegangen werden. Johann hatte von Anfang an einen enormen Willen, nicht rückfällig zu werden und er hat es bis heute geschafft, allen gefährlichen Situationen standzuhalten.

In der ersten Zeit widmeten wir dem Thema des hohen Leistungsanspruches breiten Raum. Johann hatte in all den Jahren, in denen er Alkoholprobleme hatte, nie Probleme in der Arbeit. Er trank nie während des Arbeitens, er trank am Feierabend.

Johann erzählte von seiner Kindheit am Bauernhof. Neben seiner Familie lebte noch der Großvater väterlicherseits am Hof, den er als eigentlichen Chef bezeichnete. Er ertrug es nicht, wenn die Kinder einmal „nichts taten“. Wollten sie schwimmen gehen, wusste dies der Großvater zu verhindern, die Eltern gehorchten. Zuhause sagte er, wäre der Grundstein für seine Tüchtigkeit, seine hohe Leistungsbereitschaft gelegt worden. Er war auch durchaus dankbar, dass er dies gelernt hatte.

Ich versuchte Johann immer wieder eine Stellungnahme zu entlocken. Dies war am Anfang sehr schwierig – sobald er Stellung bezog, z. B. dass er das nicht gut fände, dass Kinder im Hochsommer nicht schwimmen gehen dürfen, schwächte er wieder ab und meinte, der Großvater sei aber

ein guter Mensch gewesen. Wir brauchten viel Zeit, damit er eines neben dem anderen stehen lassen konnte. Und wie sich Monate später herausstellte, gab es noch eine andere Triebfeder, die ihn zu solch hohen Leistungen anspornte, eine viel stärkere.

Gerade anfangs arbeiteten wir daran, etwas zu finden, woran er sich anhalten konnte. Wir gingen zurück in seine Kindheit. Er bezeichnete diese als schön – er strahlte, wenn er von der Freiheit in den Wiesen und Wäldern berichtete, vom Herumstreunen, nicht beobachtet sein, laufen können. Dies war auch etwas, in dem er bald wieder Halt fand. Er probierte beim Arbeiten im Wald aus, wie es ihm ging, wenn er sich einmal ganz bewusst fünf Minuten hinsetzte, um die Umgebung zu genießen. Dies war ihm bald wieder möglich, und die Dauer dieses Genießens wurde länger. Er begann Vitalität auszustrahlen.

Rund drei Monate nach Therapiebeginn erzählte er mir spontan, dass er seit vielen Jahren die Weihnachtsgeschenke nicht neben seiner Familie auspackte. Er tat dies zwei Stunden später und bedankte sich dann bei seiner Frau und seinen Kindern. Er konnte keinen Zusammenhang mit Lebensereignissen finden, aber in der nächsten Stunde fiel ihm ein einschneidendes Lebensereignis ein, das er damit in Zusammenhang brachte. Er erzählte mir „etwas, was ich noch nie jemandem erzählt habe“. Johann sollte als dritter Sohn, nachdem keines seiner Geschwister Interesse am elterlichen Hof gezeigt hatte, diesen übernehmen. Die Sache war fixiert, aber noch nicht grundbücherlich abgesegnet. Er hatte einige Umbauten am Hof vorgenommen und wohnte bereits mit seiner Familie dort. Eines Tages „hielt es die Mutter nicht mehr aus“ und informierte Johann unter Tränen darüber, dass der Vater sich anders entschieden hätte. Sein älterer Bruder („er war für mich mehr als ein Bruder, wir haben alles geteilt, zusammen gearbeitet und auch viel Freizeit miteinander verbracht“), sollte nun Hoferbe werden. Dieser hatte durch seine Heirat mehr Geld, konnte somit schneller umbauen. Es mussten hinter seinem Rücken bereits monatelange Verhandlungen stattgefunden haben. Daraufhin packte Johann sofort seine Sachen, verließ den Hof – mit dem Bruder sprach er seither nie wieder ein Wort. Der Vater konnte ihn nicht mehr enttäuschen, aber die Sache mit seinem Bruder hinterließ gewaltige Spuren. Jahrelang spürte er nur Hass, überlegte sich immer wieder, den Hof niederzubrennen, dem Bruder das Kletterseil anzuschneiden. Auf die Frage, was ihn davon abgehalten habe, meinte er, seine Kinder sollten keinen Zuchthäusler zum Vater haben.

Im Laufe seiner Schilderungen geriet er in starke Emotionen, eine maßlose Wut kam auf. Der anfangs so beherrschte und emotionslose Johann wurde laut und ausfallend. Aus dem Hass, den er jahrelang in sich gespürt hatte und der nur zerstören wollte, war Wut geworden. In der Therapie war Raum, diese zu artikulieren.

Langsam begann er die eigentlichen Hintergründe für sein Arbeiten, das oft bis zur Erschöpfung ging, zu begreifen: „Ich wollte ihnen wohl allen beweisen, dass ich der bessere Hoferbe gewesen wäre. Ich habe mir wesentlich mehr erarbeitet, als das mein Bruder getan hat.“ Die erwartete Würdigung seiner Leistungen blieb jedoch aus. Die Mutter meinte er, würde ihn sowieso mögen, der Vater interessiere ihn nicht. Er begann sein Tun immer mehr in Frage zu stel-

len. Auch erzählte er, dass er z. B. zu den Feiertagen immer wieder in sein Elternhaus ging – es ging ihm Tage vorher und nachher schlecht. Auf die Frage, warum er sich dem immer wieder aussetzte, wusste er keine Antwort.

Es gab mehrere Situationen, in denen Suchtdruck kam. Es waren auffällig oft Situationen, in denen sein Selbstwert verletzt wurde. Für ihn war es dann am Schlimmsten, wenn er jemandem etwas Gutes tat und ausgenutzt wurde. Da wurden selbst sonst unwichtige Personen zu einer Gefahrenquelle.

In einer Stunde zeichnete er seinen Lebensweg auf. Dieser war bis zum 25. Lebensjahr gerade, ab dann sehr verworren. Nun nannte er Themen wie den Auszug vom Hof und die Erbangelegenheit sowie die wirtschaftlichen Belastungen als Gründe, warum es mit ihm soweit gekommen war. Erstmals thematisierte er den Tod des damals sechs Monate alten ersten Sohnes, der seinen Namen trug – dieser war bei einer Routineoperation völlig überraschend verstorben. „Die Tage, bis er begraben war, waren schlimm, danach kam wieder der Alltag, und ich habe viel gearbeitet.“ Er hatte damals nicht geweint, kannte Tränen seit seiner Kindheit nicht mehr.

Dies spielte sich in den ersten 14 Monaten unseres gemeinsamen Arbeitens ab. Johann ging es besser, er erzählte, dass seine Kinder wieder größeren Respekt vor ihm hätten. Von Beziehung war allerdings noch wenig zu spüren, nach seiner Frau oder seinen Kindern befragt, hatte er kaum etwas zu sagen. Für ihn war die Tatsache, dass er trocken und wieder voll leistungsfähig war, genug. Er meinte, er würde es jetzt sicher alleine schaffen. Ich gab ihm zu verstehen, dass ich das Thema mit dem Bruder noch nicht als abgeschlossen erachtete (er war noch zu keinem Schluss gekommen, wie er die Beziehung zu diesem weiter gestalten wollte), auch wollte ich noch einmal das verstorbene Kind, um das er nie richtig getrauert hatte, thematisieren. Er wollte eine Fortsetzung noch überdenken.

## DIE WENDE

Dann ging es Schlag auf Schlag: Rund zwei Monate nach unserer letzten Stunde meldete sich Johann, und wir trafen uns. Er war sehr schmal und blass. Er erzählte, dass er zwei Wochen auf einer Akutstation des Psychiatrischen Krankenhauses betreut worden war. Seine Frau war schon vor Monaten ausgezogen, sie warf ihm vor, dass sich nichts geändert hat, außer, dass er kein Säufer mehr war. Er hatte das nicht ernst genommen, glaubte, sie würde schon wieder kommen, nahm sie auch nie mit zur Therapie, wie sie es sich gewünscht hätte. Warum er das alles in unseren Sitzungen verschwiegen hatte, konnte er sich selbst nicht erklären.

Erst nachdem er erfahren hatte, dass sie einen anderen Mann kennen gelernt hatte, erkannte er, wie viel sie ihm bedeutete. Es ging ihm tagelang so schlecht, dass er sich in die Psychiatrie überweisen ließ. Er hatte nicht zur Flasche gegriffen und sich Hilfe geholt. Er kam wieder regelmäßig zu unseren Stunden. Er war über einen Monat im Krankenhaus, ging spazieren und kaufte sich ein Fahrrad, das ihm große Freude machte. Das Erstaunliche war, er vermisste die Arbeit nur wenig. Er stellte sich immer häufiger die Frage, worum es ihm in seinem Leben eigentlich ging. Er ging je-

den Tag zum Friedhof, um seinen verstorbenen Sohn Johann zu besuchen, er begann mit ihm zu sprechen und bat ihn: „Hilf mir, dass Mama wieder zurückkommt.“ Er realisierte erst jetzt, wie wichtig ihm seine Frau war und dass ein Leben ohne sie für ihn schwer vorstellbar war. Er erkannte, dass sie all die Jahre die Familie aufrechterhalten und viele Hoffnungen in die Alkoholentwöhnung gesetzt hatte. Und er meinte, sie hatte ja recht: Er trank zwar nicht mehr, aber sonst sei alles wie vorher. Er brachte die Fotos seines verstorbenen Sohnes in die Stunde mit und erzählte, was ihn beschäftigte. In den darauf folgenden Monaten passierte viel mit Johann. Er wurde wesentlich offener und kommunikativer, sprach Probleme von sich aus an. Er wurde aktiv.

Die Situation mit seiner Frau hatte ihn wach gerüttelt. Ich habe ihn zum ersten Mal weinen gesehen. Es kam zu vielen Gesprächen mit seiner Frau, über seine Frau, dreimal brachte er sie auch in die Therapie mit. Johann meinte: „Durch meine Ignoranz habe ich sie dazu getrieben, sich einen Anderen zu suchen. Ich habe ihr nichts vorzuwerfen.“ Dies konnte er ihr auch in einer der Stunden, in denen sie dabei war, selbst sagen.

Seine Frau thematisierte ihre Trauer um das verlorene Kind, die sie mit ihm nie hatte teilen können. Johann war schockiert, als er das Ausmaß des Schmerzes erfuhr, den sie nach fast 20 Jahren noch in sich trug. So kam nach und nach Dialog in die Beziehung. Sie ließ ein Zurückkommen aber offen, obwohl sie inzwischen mit ihrem Freund Schluss gemacht hatte. Sie meinte, es müsse sich vieles ändern, bevor sie sich zur Rückkehr entschließen könnte.

Ein paar Monate später war es so weit. Johanns Frau kam in die Wohnung zurück, aber die beiden hatten inzwischen beschlossen einen neuen Lebensabschnitt zu beginnen. Die Kinder sollten in der Familienwohnung bleiben, die beiden kauften sich eine neue Wohnung.

Nun ging Johann nochmals die Beziehung zu seinem Bruder an. Er begann etwas differenzierter damit umzugehen. „Vielleicht leidet er ja genauso wie ich unter der Sache.“ Johann begann seine Kränkung zu artikulieren, den Verlust der Beziehung. Er schrieb seine Gefühle nieder. Er war selbst überrascht, dass er seinen Bruder schriftlich mit „mein lieber Werner“ anredete. Er beschrieb den Schmerz, den ihm die ganze Geschichte verursacht hatte und kam in eine aktive Phase des Trauerns. Am Ende der Therapie wusste er, dass er ein Gespräch wollte und er plante auch den Rahmen dafür. „Wenn wir in der neuen Wohnung sind, werde ich ihn einladen, wir werden allein sein, nur er und ich. Wenn das Gespräch missglückt, werde ich ihm den Brief geben. Darin steht alles, was ich ihm zu sagen habe.“

Johann hat noch ein paar einschneidende Veränderungen vorgenommen. Er beschloss, nicht mehr ins Elternhaus zu gehen. Nun traf er seine Mutter an einem neutralen Ort, und er sagte, es ginge ihm seither viel besser. Es gibt bei zwei seiner drei Söhne immer wieder aufkeimende Suchtprobleme. Johann traute sich lange nicht, sie darauf anzusprechen. „Wie soll denn ich darüber reden, ich war ja selber jahrelang süchtig!“ In der Therapie reflektierten wir das, und er kam zum Schluss, dass es trotz oder wegen der eigenen Sucht seine Verantwortung als Vater war, mit den Söhnen zu sprechen. Gegen Ende der Therapie gelang es ihm, Stellung zu beziehen.

## WAS IST GELUNGEN, WAS IST OFFEN GEBLIEBEN?

Gelungen ist jedenfalls, dass Johann in einen Dialog mit sich und seiner Frau gekommen ist. Er nimmt keine Pfuscharbeiten mehr an, kann wieder genießen, geht wieder Schifahren, fuhr erstmals seit Jahren in den Urlaub. Er ist wieder als Ehemann präsent. Was meiner Ansicht nach noch offen ist, ist der Umstand, dass Johann Schuldgefühle gegenüber seinen Kindern hat, da er so wenig da war. So übergeht er vieles, versucht über Geld auszugleichen. Er traut sich vieles

nicht direkt anzusprechen, was von Nöten wäre. Ich glaube, dies wäre ein Thema, das noch zur Bearbeitung ansteht.

### **Anschrift der Verfasserin:**

*DI ELFRIEDE HUEMER-ZIMMERMANN, MSc*

*Schalser Straße 1a*

*6200 Jenbach*

*elfriede.huemer-zimmermann@existenzanalyse.org*