



(TOT)SCHWEIGEN IST KEINE LÖSUNG

Das war er nun, der erwartete und befürchtete Termin beim Chef. Der war noch nie ein Freund der Diplomatie. „Sie trinken. Wenn das nicht aufhört, sind Sie draußen“. Das war´s. Erwischt. Tarnung und Täuschung aufgefliegen. Leugnen zwecklos. Mahnungen, dezente Hinweise, körperliche und psychische Symptome - alles im nächsten Glas ersäuft. Der Kaiser ohne Kleider: Wenn der es weiß, wissen es auch alle anderen...schaut deshalb die Kollegin so komisch, geht dir darum der Kollege aus dem Weg, grinst der Azubi etwa über dich?

Möchten Sie so auf ein Problem aufmerksam gemacht werden, das Sie selbst schon erahnen, aber nicht fassen und beschreiben können – oder sich dies nicht trauen? Sie kriechen hoch, die Angst, die Scham, die Unruhe und Unsicherheit, das Gefühl der Einsamkeit, das schlechte Gewissen (dessen Quelle das Wissen ist), all die kleinen und großen Gespenster schlafgestörter Nächte. Wann wurden aus dem abendlichen „Gläschen“ die Flaschen, wann aus der kontrollierten Einnahme des Schmerz- oder Beruhigungsmittels der unkontrollierte Gebrauch?

Wir reden über Sucht oder auch Abhängigkeitssyndrom, ein für alle Beteiligten schweres, emotionsbeladenes Thema, und für die Beispiele Alkohol und Medikamente kann ein Dutzend anderer Stoffe stehen. Sucht kommt schleichend, in der Heimtücke vergleichbar dem Krebs, und sie holt sich immer ein paar üble Gesellen wie die Depression oder die Angststörung dazu. Wir reden über eine Krankheit, die mit (Tot-)Schweigen bedacht wird. Es ist eine Krankheit mit Millionen Betroffenen und einer enormen Dunkelziffer, deren Behandlung vor allem eigene Einsicht in die Erkrankung, Vertrauen, Diskretion, Geduld und ganz sicher nicht den Holzhammer erfordert. Der trifft die Betroffenen bei der Diagnose ohnehin. Sie ist besonders schmerzhaft, weil sie diese selbst stellen müssen-professionelle und ehrenamtliche Helfer leisten nur Hilfestellung. Betroffene wissen, dass sich ihr Denken und Handeln einzig um ihr Suchtmittel dreht. Die erste sehr menschliche Reaktion wird

immer sein: „dicht machen“ – die hohe Kunst aller Betroffenen, dazu dienen ja bereits die Suchtmittel. Aber süchtig? Niemals! Man funktioniert doch noch. Das ja, aber wie?

Den entscheidenden Schritt zur Hilfe müssen immer die Betroffenen tun. Er tut sehr weh und verlangt etwas in unserer Rambo-Gesellschaft fast Ungehöriges: Hilfe zu suchen und anzunehmen in der Erkenntnis, es allein nicht mehr zu schaffen, wirklich krank und am Ende zu sein. Das Heulen und Zähneklappern in diesem Lebensmoment verdient allen Respekt, denn immerhin hat sich jetzt jemand entschieden zu leben und nicht sterben zu wollen.

Dieser Schritt öffnet den Weg in ein dichtes Suchthilfe-Netzwerk. Niemand in diesem Netzwerk fordert den persönlichen Offenbarungseid, niemand wird mit Vorwürfen, Anklagen und Schuldzuweisungen reagieren. Entscheidend ist, wie das Vertrauen, das der kranke Mensch nach einer wahrscheinlich sehr langen Leidenszeit erstmals wieder gefasst hat, nun „belohnt“ wird. Der Betroffene hat viele Erwartungen, und die größte heißt „Heilung“.

Unabhängig von den Behandlungsschritten wird der Betroffene lernen (müssen), dass es eine Heilung bei dieser Krankheit nicht gibt. Damit erlischt das eben noch gesehene Licht am Ende des Tunnels nicht wieder. Im Kopf muss nur ein Gedanke feste Gestalt annehmen: Nie wieder mit seinem (oder einem anderen) Suchtmittel Freundschaft zu schließen, weil sonst der Tanz auf einem immer dünner werdenden Seil von vorn beginnt. Auf diese Kopfarbeit zielen alle medizinischen und therapeutischen Maßnahmen ab. Der suchtkranke Mensch muss leben wollen und hierfür sein Leben ändern. Diesen Weg muss niemand allein gehen; es gibt sehr viel Hilfe, die sich aber nicht aufdrängen wird. Der kranke Mensch muss sie wollen und (auf-)suchen.