

Die Sucht und ihre Verbündeten

Thomas Rüß ist seit 30 Jahren alkoholkrank. Seine Partnerin leidet darunter, auch wenn ihr das nicht immer bewusst ist. Man nennt das Co-Abhängigkeit, weil Freunde und Angehörige meist gar nicht selbst süchtig sind, von der Sucht des anderen aber trotzdem krank werden.

Drucken

BEITRAG VOM 26.10.2016

Wie Angehörige von Suchtkranken unter der Situation leiden

Video (14:22 Min.)

[Play Video](#)

Thomas Rüß hat schon mehrere erfolglose Anläufe hinter sich, mit dem Trinken aufzuhören. Immer wieder gibt es Phasen, in denen er auf Alkohol verzichtet. Doch im Grunde hängt der 50-Jährige schon seit über 30 Jahren an der Flasche. Wenn er trinkt, braucht er zu Hause erst zwei Flaschen Wodka, bevor er loszieht – auf die Hamburger Reeperbahn. Immer alleine, ohne Familie, ohne Freunde, ohne Orientierung. "Ich bin ein anderer Mensch unter Alkohol", sagt Thomas Rüß. "Ich habe mich dann nicht unter Kontrolle: Ich weiß nicht was ich mache, wo ich hingeh, was mir passiert, mit wem ich Streit habe oder auch nicht – und warum ich wieder irgendwo aufwache, wo ich nicht mal weiß, wie ich dahin gekommen bin." Zum Beispiel in die Ausnüchterungszelle einer Hamburger Polizeiwache. In diesen Zeiten ist Thomas Rüß manchmal bis zu 24 Stunden am Stück unterwegs und niemand weiß wo er abgeblieben ist, ob er noch lebt – und wann er wieder nach Hause kommt. Dabei wäre es für sein Leben wichtig, weiß Rüß selbst, etwas zu ändern. Job, Familie, Beziehung – alles leidet unter seiner Alkoholsucht. Besonders seine Partnerin. Karin Sommer hat schon mehrfach damit gedroht, sich von ihm zu trennen, sollte er erneut rückfällig werden. "Ich bin mittlerweile so weit, dass ich sage: Ich müsste auch an mich denken und mich schützen. Und deswegen möchte ich das eigentlich nicht mehr erleben." Wenn Thomas ihr egal wäre, würde es sie nicht tangieren. Aber so sei es eben nicht. "Wenn er nüchtern ist, trägt er mich auf Händen", sagt sie.

Angehörige Teil des Suchtgeschehens

Die beiden sind seit vier Jahren zusammen, leben aber in getrennten Wohnungen. Karin Sommer will sich so vor seinen Rückfällen und Abstürzen schützen. Für die Altenpflegerin sind diese Phasen psychisch eine enorme Belastung. Doch letzten Endes trennt sie sich dann doch nicht von ihm. Wenn auch unbewusst unterstützt ihre Inkonsequenz das Trinkverhalten von Thomas Rüß sogar, wie er selbst einsieht: "Ich finde das traurig, weil ich aus meinem Sumpf selber nicht rauskomme und sie da noch mit reinziehe. Und dann hätte ich mir schon beim ersten oder spätestens beim zweiten Mal gewünscht, dass sie wirklich sagt: 'Alter, mach' deinen Scheiß alleine. Ich bin weg'."

WERBUNG

[inRead invented by Teads](#)



PSYCHOLOGISCHER RAT ZU SUCHT UND CO-ABHÄNGIGKEIT

Antworten auf Fragen von Betroffenen und Angehörige

[Teilen](#)

Karin Sommer ist aber nicht weg, sie steckt in einem Teufelskreis, ebenso wie Rüß' Vater Erwin, der die Alkohol-Karriere seines Sohnes von Anfang an hautnah miterlebte. Auch er sei von Thomas oft enttäuscht worden, habe aber trotzdem immer hinter ihm gestanden und ihn nie fallenlassen: "Sonst hätten wir uns vielleicht voneinander entfernt und am Ende gar keinen Kontakt mehr gehabt", erklärt Erwin Rüß. "Ich hatte Angst, dass ich ihn dann verliere." Beide, Karin Sommer und Erwin Rüß stecken in der Rolle der Co-Abhängigen: Sie verschließen – ungewollt – die Augen davor, dass auch sie stark in das Suchtgeschehen verwoben sind.

Rückfälle vorprogrammiert

Die Ursachen für die Alkoholsucht sieht Thomas Rüß in seiner Kindheit und Jugend: "Ich habe nie richtig gelernt, mit Problemen umzugehen. Ich bin immer schon geflüchtet – von klein auf – und wollte den Problemen aus dem Weg gehen, indem ich mir so eine eigene Welt erschaffen hab, eine Traumwelt. Das hat angefangen, als ich 9 oder 10 Jahre alt war, da habe ich mit Klebstoff schnüffeln begonnen."

Aus Klebstoff wurde Alkohol. Was blieb, war die Unfähigkeit, mit Rückschlägen klar zu kommen. Als seine Mutter, zu der er ein inniges

Verhältnis hatte, letztes Jahr an Krebs starb, wurde Thomas Rüß einmal mehr rückfällig und trank. Und er zeigte wieder das Gesicht des Alkoholikers Thomas Rüß, der andere Mensch, der seine Angehörigen verstörte.

Bis Ende letzten Jahres arbeitete Rüß als so genannter Pontonwart am Hamburger Hafen. Seine Alkoholsucht war dem Arbeitgeber bekannt. Der 50-jährige bekam seitens des Unternehmens sogar psychologische Unterstützung, man ging auf seine Probleme ein, versuchte ihm zu helfen. Doch bei allem guten Willen war Thomas Rüß irgendwann nicht mehr tragbar. Ihm wurde gekündigt. "Die haben sich wirklich viel Zeit genommen, die Lage der Kollegen beschrieben – aber es hat mich trotzdem nicht daran gehindert, wieder zu trinken. Weil der innere Druck nicht aushaltbar war. Im Prinzip habe ich das Entgegenkommen und die Umsicht meines Arbeitgebers mit Füßen getreten", sagt Thomas Rüß jetzt.

Buch

Alkohol – Die Gefahr lauert überall!

Von: Burkhard Thom

AAVAA Verlag 2016

ISBN-10: 3845920009

ISBN-13: 978-3845920009

Preis: 11,95 Euro

Das Buch richtet sich an das Umfeld von Betroffenen, die Menschen, die mit Alkoholikern leben. Es soll helfen, erste Anzeichen von Sucht oder Suchtgefahr zu erkennen und damit richtig umzugehen.



SELBSTTEST

Wie riskant ist Ihr Alkohol-Konsum?

Teilen

In der Zwischenzeit hat Thomas Rüß wieder ein paar Monate nichts getrunken. Doch jetzt, im Oktober 2016, ist er wieder rückfällig. Einmal mehr. Erneut. Vorübergehend war er deshalb für die Dreharbeiten nicht erreichbar. Und auch nicht für Karin Sommer. Es quält sie, dass ihr Freund wieder getrunken hat, sagt aber dennoch: "Eigentlich tut er mir leid. Und das ist das Schlimme in einer Beziehung. Am liebsten würde ich ihm die Hand halten. Ich weiß aber, dass es verkehrt ist. Ich bin da in dieser Abhängigkeit."

Karin Sommer ist hin und her gerissen zwischen Scham über ihren Freund,

Angst um ihn, Wut – und einen Schuldgefühlen. Gehen oder nicht? Es fällt ihr sichtlich schwer, ihre Co-Abhängigkeit zu überwinden.

Co-Abhängigkeit ein anerkanntes Krankheitsbild

Wie Karin Sommer geht es nach Schätzungen rund acht Millionen Menschen in Deutschland, die mit einem Alkoholabhängigen zusammen sind oder zusammenleben. Sie befinden sich in einem Teufelskreis, der aus emotionaler und psychologischer Sicht nur schwer zu durchbrechen ist. Dabei haben sie selbst große Zukunftsängste. Aber den geliebten Menschen im Stich lassen? "Wenn man jemand verlassen muss, obwohl man ihn liebt. Das ist sehr, sehr schwierig. Ich kann nur immer sagen: Ich hoffe, dass ich das hinkriege", sagt Karin Sommer.

Derweil lassen sich die Suchtkranken kaum helfen oder suchen erfolgreich den Weg in eine Therapie, stattdessen ergehen sich viele bei Rückfällen in Selbsthass und Verzweiflung. Auch Thomas Rüß teilte in einem Facebook-Video mit: *Manchmal wäre es das Beste, wenn du dich abends hinlegst und dann morgens einfach nicht mehr aufwachst – dass diese Scheiße mal ein Ende hat!*

Die so genannte Co-Abhängigkeit ist inzwischen ein eigenes, anerkanntes Krankheitsbild, für das es Hilfs- und Beratungsangebote gibt (s. Kasten). Denn: In vielen Fällen machen sich die Partner, Familienmitglieder oder Freunde das Alkoholproblem des anderen selbst zu Eigen und richten ihr eigenes Leben darauf aus, dem Alkoholiker seine Sucht zu ermöglichen. Der Alkoholkonsum wird gemeinsam oder gegenüber Dritten verharmlost, das Problem vor Freunden heruntergespielt, unangemessenes Verhalten entschuldigt und dem Suchtkranken Verpflichtungen und Konsequenzen möglichst erspart. Für betroffene Angehörige ist es ein erster Schritt, dieses Problem – *ihr* Problem der Co-Abhängigkeit zu erkennen, und sich helfen zu lassen, einen anderen Weg einzuschlagen.