

Auf ein Wort (18)...

Die Begriffe Alkohol und Sexualität sind eng miteinander verbunden und genau wie bei Wahlen, Glauben und Verdienst wird nirgendwo in unserem Leben so viel gelogen wie bei dieser Thematik.

Dabei ist das Spektrum der Erfahrungen unter Alkoholeinfluss sehr breit gefächert.

Alkohol ist bekanntlich ein Nervengift und greift das Gehirn an. Der Stoffwechsel verändert sich, es kommt zu Leberschäden, außerdem kommt das Zusammenspiel der Sexualhormone aus dem Gleichgewicht.

Es beginnt die Angst vor sexuellem Versagen. Bei alkoholabhängigen (aber auch von anderen Suchtmitteln) Frauen verändern sich die sexuellen Wünsche und sie fühlen sich von ihrem Partner häufig belästigt (Er will immer, gibt keine Ruhe und denkt nur an Sex). Einige entwickeln einen regelrechten Ekel und Widerwillen gegen Sexualität.

Wie gesagt bei Männern entsteht die Angst vor dem körperlichen Versagen oder Angst vor der Zurückweisung durch die Partnerin. Die Folgen – Sexualität wird weniger und es folgen die traditionellen Ausreden.

Müdigkeit, körperliche Erschöpfung, Kopfschmerzen, Sorgen um Kinder oder andere Angehörige oder beruflicher Stress werden hier sehr gerne angeführt. In vielen Fällen reicht aber auch schon die „allabendliche Fahne“ als Mittel eine Annäherung zu verhindern.

Beim Abhängigen selbst und hier spielt es keine Rolle ob Männlein oder Weiblein, immer gewinnt das Verlangen nach Alkohol, der Beschaffung von neuem Stoff, das Verstecken und die Entsorgung des Leergutes eine wesentlich wichtigere Rolle als der Gedanke an eine gesunde und befriedigende Sexualität.

Die einzelnen Phasen und Wirkungsweisen im Zusammenspiel von Alkohol und Sexualität sind äußerst unterschiedlich, aber das Verhalten von betroffenen (trinkenden) Männern ist fast identisch. Zu Beginn der Trinkerkarriere steht das Liebespiel mit zärtlichem Vorspiel, es folgen akrobatische Pflichtübungen und am Ende steht das völlige Desinteresse. Wenn es, durch die Zunahme der Alkoholmengen zu Erektionsstörungen kommt wird die Partnerin für die eigene Unfähigkeit verantwortlich gemacht und in vielen Fällen kommt es auch zu Gewalttätigkeiten. Zu Beginn übernimmt die Partnerin „automatisch“ die Verantwortung, es ist der Wunsch die Ehe, die Beziehung und die Liebe zu retten. Das typische Verhalten: Vielleicht liegt es ja an mir, vielleicht bin ich nicht mehr attraktiv genug, vielleicht gebe ich mir nicht genug Mühe, vielleicht bin ich nicht mehr „geil“ genug. Sie versuchten einfach alles.

Das Thema ist heikel, nur wenige Selbsthilfegruppen und Suchtgruppen „trauen“ sich das Thema „Sucht und Sexualität“, offen zu diskutieren. Das muss sich ändern. Wie die Ergebnisse zeigen, gibt es viele Ansätze eine Veränderung herbeizuführen und innerhalb von Selbsthilfegruppen eine Unterstützung für alle Betroffenen anzubieten. Spricht man mit den Selbsthilfegruppen, öffnen sich die Gruppenmitglieder und diskutieren in unglaublich offener Art und Weise, ein Meinungsaustausch findet statt. Vorschläge für künftige Verhaltensweisen werden erstellt und das Thema wird dann auch in die Gruppenarbeit übernommen.

Wenn es gelingt die Erfahrungen in die Gruppen zu tragen, die Sinne zu schärfen und dies letztlich auch noch nach außen zu kommunizieren (Zeitung; Internet usw.) werden wir als Vorreiter einer längst überfälligen Unterstützung für Angehörige in diesem Bereich auch Lösungen, Hilfen und Unterstützung bieten können.

In jedem Fall aber sollten wir dieses Thema auch hier in den Gruppen auf Facebook diskutieren und nicht verschweigen.

Bild: Fotolia / vladimirfloyd