

Minden Lübbecke  
Selbsthilfe Freundeskreise

### Verantwortung und Freiheit als Gegenentwurf - Abstract -

Suchtkranke benehmen sich daneben, sie lügen, manipulieren, sind aggressiv, nicht selten übergriffig und kriminell und sie projizieren dies auf andere. Sie beschimpfen, beschuldigen und beschämen andere für genau das, was sie sich selbst und anderen antun. Die Täter-Opfer-Umkehr ist nach meiner Erfahrung Teil der mangelnden Problem- und Störungseinsicht der Sucht. Uneinsichtigkeit und Schulddelegation sind Kernsymptome von Abhängigkeitserkrankungen.



Co-abhängige Angehörige verhalten sich komplementär: Sie schlucken die Schuldzuweisungen, fühlen sich grenzenlos verantwortlich, zweifeln unentwegt an sich, verleugnen ihre Wünsche, Ziele und Interessen und verlieren sich in der Selbstaufopferung. In dem Fall, dass Kinder ins Spiel kommen, können co-abhängige Partner überdies zu Mit-Tätern werden, indem sie die Kinder nicht ausreichend beschützen, ihnen viel zu früh Verantwortung übertragen und sie parentifizieren.

Abhängigkeit ist ein soziales System und dieses System spielt unentwegt Schwarzer-Peter mit festgeschriebenen Rollen: Die Süchtigen sind die "armen Kranken" und die Angehörigen haben den Schwarzen Peter. Dieses rigide, manipulative Spiel findet nicht nur in den Familien statt, es ist auch definierender Teil des Suchthilfesystems und Teil einer seit Jahrzehnten bekannten gesellschaftlichen Schieflage: Alle Hilfe ist für die Suchtkranken reserviert, während die Angehörigen vergessen oder als Co-Therapeuten benutzt werden.

Was können wir machen, wenn wir gewahr werden, dass wir Teil eines Spiels sind, welches wir nur verlieren können? Es geht meiner Erachtens darum, aus dem abhängigen Schuldspiel auszusteigen, uns die Freiheit zu nehmen, nüchtern Verantwortlichkeiten zu klären. Darüber möchte ich mit Ihnen ins Gespräch kommen.

Jens Flassbeck: Psychologischer Psychotherapeut, Fachbuchautor; arbeitet schwerpunktmäßig in eigener Praxis mit Angehörigen von Suchtkranken