

Eine Therapiestunde bei Co-Abhängigkeit

Vielen Familientherapeuten wird die folgende Szene bekannt vorkommen:

Sie betreten den Therapieraum. Ein Paar mit Kind sitzt schweigend da. Jeder Augenkontakt wird vermieden, untereinander, und niemand wagt Sie anzusehen. Der Mann hält die Arme verschränkt, rot im Gesicht, bereit alles zu beißen, was sich bewegt. Die Frau hat den Kopf gesenkt, blickt zu Boden. Sie versucht, ihre Tränen zu verbergen. Die Füße des Kindes kreisen unaufhörlich umher; würde man ihm den Stuhl wegziehen, liefe er wohl noch im Liegen.

So schmerzlich, so extrem, so ergreifend dieses Bild sein mag, Sie haben es in Sucht-Familien schon oft gesehen. Ihre Aufgabe, sollten Sie sie annehmen, ist es, mit der Familie therapeutisch zu arbeiten, mit jedem zu klären, ob er Teil der Familie bleibt oder nicht. Das Ziel ist, wieder ein funktionierendes Familiensystem zu schaffen, wenn die Familienmitglieder sich entschließen zusammenzubleiben.

Sie wenden sich dem Mann zu. Seine Halsadern sind geschwollen, umso mehr, wenn er seine Arme auf die Brust drückt oder wenn er spricht. Sie danken ihm fürs Kommen. Er starrt sie an. Sie fragen ihn, wie er sich fühlt, und er dröhnt "Gut, es geht mir gut, seit ich nichts mehr trinke". Sie fragen ihn, wie es sich anfühlt, an einer familientherapeutischen Sitzung teilzunehmen. Er antwortet mit finsterner Miene "Ich weiß nicht, warum unser Privatleben an die Öffentlichkeit gezerrt werden soll. Das gibt nur Probleme. Bei uns ist alles in Ordnung". (Oder Sie hören es in einer anderen Version. Einige sehen alles vom Verstand her; manche versuchen es mit Charme; andere zeigen finstere Wut. Allem liegt Wut und Angst zugrunde.)

Sie bemerken zum Mann, er sei wohl genervt. "Ich bin vollkommen in Ordnung", bellt er zurück. Ihnen ist klar, dass Sie diese Gesprächslinie nicht fortsetzen sollten.

Sie wenden sich an die Frau. Sie zuckt ein wenig unter Ihrem Blick zusammen, aber Sie sehen Ihre Trauer. Sie ist schrecklich traurig.

So mitfühlend wie möglich fragen Sie, wie sie sich fühlt. Sie seufzt und antwortet langsam, voller Schmerz: "Ich denke ... ja, es geht ... es geht mir gut, jetzt, wo er nicht mehr trinkt". Sie bemerken, dass sie sehr traurig aussieht. Die Frau blickt den Mann an, der schnell den Blick abwendet – eine bedeutungsvolle Geste, jahrelang geübt. Bevor Sie das kommentieren können, spricht sie weiter "Nein, wirklich ... es geht mir jetzt viel besser". Auch sie hat sich entschlossen, sich Ihnen nicht zu öffnen.

Sie wenden sich dem Kind zu, das mehr zappelt als zuvor. Als Sie ihm sagen, Sie freuen sich, dass er da ist, bricht aus ihm ein Wortschwall heraus: "Alles ist in Ordnung, seit das Trinken aufgehört hat / Letzte Woche haben wir mit der ganzen Familie ein Picknick gemacht / Alle haben Cola getrunken / Das war wirklich schön ..."

Sie wollen sagen, dass er wohl ein wenig nervös ist, aber er streitet das ab, bevor Sie Ihren Satz beendet haben. Die Mutter greift nach der Hand des Kindes, aber er zieht sie sofort zurück und hält die Hand hinter dem Stuhl.

Kommentar: Alles ist "in Ordnung" – aber nichts ist in Ordnung.

Timmen L. Cermak, Diagnosing and Treating Co-Dependence – A Guide for Professionals Who Work With Chemical Dependents, Their Spouses and Children, Minneapolis 1986, S. 42 f. [übersetzt]