

**Bin ich schuld, dass er weitertrinkt?**

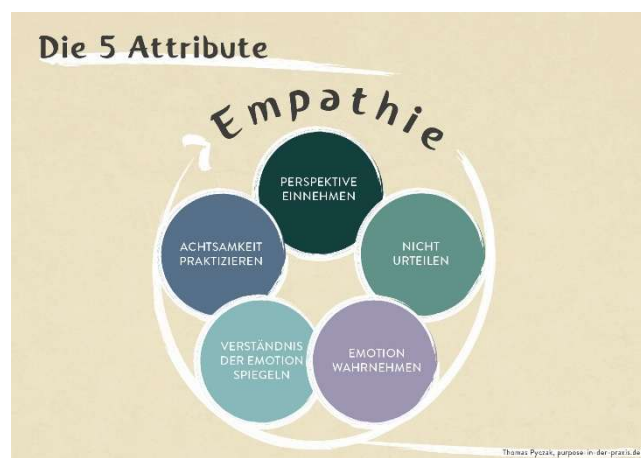
Viele Partnerinnen denken, dass sie in der Lage sein müssten, ihrem Partner zu helfen. Viele haben Schuldgefühle, wenn sie dieses Ziel nicht erreichen. Aber: **Sie sind nicht schuld, wenn Ihr Partner weitertrinkt.** Sie können zwar versuchen, Ihren Partner zu einer Veränderung zu motivieren. Aber er muss den Schritt selber tun. Sie können nicht an seiner Stelle mit dem Trinken aufhören.

**Tipps für den Umgang mit Alkoholikern**

Das Wichtigste zuerst: Die Einsicht, dass der Alkoholiker unter Alkoholismus leidet, muss von ihm selbst kommen. Oftmals geht eine Sucht nach Alkohol zunächst mit Verleugnung dieser einher. Sie können es dem Alkoholiker leider nicht abnehmen, sich bewusst dazu zu entscheiden, Hilfe anzunehmen. Dennoch gibt es Mittel und Wege, eine Stütze für ihn zu sein.

**1. Zeigen Sie Empathie**

Seien Sie sich darüber bewusst, dass es sich bei einer Alkoholabhängigkeit um eine ernstzunehmende Krankheit handelt. Auch, wenn es schwer fällt: Versuchen Sie zu verstehen, dass eine Alkoholsucht nicht durch Willensschwäche, sondern durch folgenschwere psychische Probleme entsteht.

**2. Setzen Sie Grenzen**

Trotz des Verständnisses, das Sie als Angehörige bis zu einem gewissen Punkt zeigen sollten – setzen Sie ebenfalls Grenzen. Kommt es zu Gewalt oder sind Kinder im Spiel, so ist es wichtig, den Alkoholiker zurechtzuweisen. Rechtfertigen Sie sein Verhalten nicht, nehmen Sie ihm keinerlei Verantwortung ab und vertuschen Sie seine Erkrankung nicht. Ebenfalls sollten Sie ihm nicht mit Maßnahmen drohen, die Sie dann nicht durchziehen, da er Ihnen nicht mehr glauben wird und sein Verhalten als gerechtfertigt empfindet. So wird er keine Gründe sehen, gegen seine Alkoholsucht vorzugehen. Zuletzt ist es sehr wichtig, dass Sie die Schuld für den Alkoholismus des Betroffenen nicht bei sich suchen. Denken Sie auch an Ihre Bedürfnisse und geben Sie sich nicht voll und ganz auf.

### **3. Bieten Sie Ihre Hilfe an**

Eine Alkoholsucht verschwindet nicht wieder von allein, der Alkoholiker muss aktiv dagegen vorgehen. Und dabei gilt: Je schneller etwas getan wird, desto besser. Dabei können Sie dem Erkrankten als Angehörige helfen. Begleiten Sie ihn zum Beispiel zu Terminen und suchen Sie eine Entzugsklinik, die zu den Bedürfnissen des Erkrankten passt. Sind ihm z.B. Anonymität, Diskretion und Vertrauen besonders wichtig? Dann ist eine private Fachklinik wie unsere Fachklinik Sankt Lukas genau das Richtige für ihn.

### **4. Weitere Unterstützung nach dem Entzug**

Der Entzug ist ein wichtiges Element in der Heilung einer Alkoholsucht, allerdings ist es mit dem Entzug noch nicht getan. Bieten Sie dem Betroffenen auch nach der Entgiftung weiterhin Ihre Unterstützung an. Sozialer Umgang hilft bei der Einhaltung der Abstinenz.

### **5. Therapiesuche**

Nach dem Klinikaufenthalt ist es sinnvoll, sich eine weitergehende Therapie zu suchen, um die eigentlichen Ursachen der Sucht aufzuarbeiten und so zu bekämpfen. Die regelmäßigen und intensiven Therapiesitzungen beugen einem Rückschlag vor und geben Ihnen als Angehörige weiterhin die Sicherheit, dass etwas gegen die Krankheit getan wird.

### **6. Nehmen Sie Rückschläge ernst**

Sollte es doch einmal zu einem Rückschlag kommen, dann nehmen Sie diesen ernst. Alkoholiker neigen dazu, einen Rückschlag herunterzuspielen und ihn einfach ignorieren zu wollen. Hier heißt es jedoch handeln. In unserer Fachklinik bieten wir ebenfalls ein effektives Nachsorgeprogramm an.

Wenn Sie Angehörige von Alkoholkranken sind, dann beherzigen Sie diese Ratschläge, um dem Betroffenen zu helfen. Als private Fachklinik Sankt Lukas bieten wir Ihnen und dem entsprechenden Alkoholiker die Möglichkeit, die Krankheit anonym, privat und in Ruhe zu bekämpfen. Melden Sie sich gerne bei uns, wenn Sie weitere Informationen benötigen!

Links:

Was können Angehörige tun?

<https://alkoholentzug.net/2019/06/25/was-koennen-angehoerige-bei-alkoholismus-tun/>

Google suche

<https://www.google.com/search?client=firefox-b-d&q=Beziehung+zu+Lebenspartner+bei+Alkoholikern>