

Sabine schildert folgendes Problem:

*Hans-Georg trinkt mehr als ihm bekommt. Doch wenn ich etwas sage, tut er das nur als Gemecker ab. Es kommt immer öfter zum Streit deswegen. Und dann trinkt er natürlich noch mehr. Als ich ihn kennenlernte, wusste ich zwar, dass Hans-Georg in Gesellschaft gerne das eine oder andere Bier, dazu einen Korn oder Wodka trinkt. Aber erst als wir zusammen gezogen waren, merkte ich, dass es bei ihm gar nicht mehr ohne geht. Aus dem obligatorischen Feierabendbier werden immer ein paar mehr. Entweder unterwegs mit Freunden oder daheim vor dem Fernseher. Am Wochenende oder wenn er Urlaub hat, trinkt er schon vor dem Mittagessen einen Frühschoppen. Weil er das so gemütlich und entspannend findet, sagt er. Ich finde es aber gar nicht gemütlich, meine Zeit mit einem Mann zu verbringen, der ständig nach Alkohol riecht. Besonders abstoßend finde ich seine Alkoholfahne, wenn wir miteinander ins Bett gehen. Mein Mann wischt meine Einwände alle mit einem kategorischen Quatsch vom Tisch. Auch meine Bitte, doch mal zu versuchen, ob er noch einen Tag ohne Alkohol zurecht kommt, ignoriert er. Natürlich könne er das, meint er. Aber er hätte keine Lust, das zu versuchen. Seiner Arbeit kommt er noch immer ganz gut nach; doch in letzter Zeit musste ich schon mehrmals bei seinem Chef anrufen und ihn mit irgendwelchen Ausreden entschuldigen. Tatsächlich hatte er noch so einen Kater, dass er nicht zur Arbeit gehen konnte. Wenigstens macht ihn der Alkohol nicht aggressiv, wie viele andere Männer, tröste ich mich manchmal. Ich kann ihm den Alkohol ja schlecht verbieten, er ist doch ein erwachsener Mensch! Das würde er sich auch gar nicht gefallen lassen. Aber ich kann doch auch nicht zusehen, wie er immer tiefer in eine Abhängigkeit hinein gerät. Zu den Anonymen Alkoholikern würde er nie im Leben hingehen, das weiß ich.*

*Meine Frau tut immer so, als sei ich Alkoholiker. Ich glaube, am liebsten sähe sie mich bei den Anonymen Alkoholikern. Völliger Blödsinn. Ich trinke jeden Tag mein Feierabendbier, dazu den einen oder anderen Kurzen. Das machen alle meine Kollegen. Das ist doch noch nicht abhängig. Mir schmeckt es einfach und es entspannt wunderbar. Ich arbeite hart, da habe ich auch das Recht darauf, am Abend den Stress des Tages hinter mir zu lassen. Und ich habe wirklich eine Menge Ärger mit meinen neuen Vorgesetzten. Wenn ich den an mich heran lassen würde, hätte ich wirklich Probleme. Durch den Alkohol halte ich mir das Theater in der Firma vom Leib. Selbstverständlich käme ich auch ohne Alkohol zurecht. Aber warum sollte ich? Warum soll ich mir etwas Schönes vorenthalten? Bloß weil meine Frau so übertreibt? Mit ihrem ewigen Genörgel erreicht sie gar nichts. Im Gegenteil. Sie ist es doch, die Unfrieden in unsere Beziehung rein bringt.*

Menschen, die ein Alkoholproblem haben, schaden nicht nur sich selbst, sondern zerstören damit auch die Partnerschaft. Der Partner leidet darunter, wenn der Betroffene sich unter Alkoholeinfluss in seiner Persönlichkeit verändert, weinerlich, aufdringlich oder aggressiv wird. Er schämt sich, wenn er in Gegenwart von Freunden ausfallend wird und seine Sprache nicht mehr beherrschen kann. Besonders schlimm erlebt er es, dass der Betroffene am nächsten Tag alles abstreitet und von nichts mehr weiß. Da der Betroffene meist auch Zeiten hat, in denen er besonders "lieb" ist und Besserung gelobt, verzeiht der Partner ihm immer wieder und macht sich Hoffnung darauf, dass der Betroffene sich ändert. Er schwankt zwischen Mitleid, dem Willen zu helfen, Wut, Verzweiflung und Ohnmacht. Er setzt alles in Bewegung, um dem Betroffenen sein schädliches Verhalten zu verdeutlichen - mit guten Worten in der Hoffnung auf Einsicht oder mit der Drohung,

sich zu trennen. Häufig verlässt ihn die Kraft und er leidet stumm, statt ihm ganz klar durch sein Verhalten zu signalisieren, dass er nicht mehr mitspielt.

Was Sie tun können

1. Lassen Sie Ihren Partner die Konsequenzen seines Verhalten spüren, Wenn er wegen seines Katers nicht arbeiten kann, dann muss er sich selbst in der Firma abmelden - nicht Sie müssen ihn entschuldigen.
2. Nehmen Sie Ihre Ekelgefühle vor dem Sex ernst. Schlafen Sie nicht mit dem Partner, wenn er getrunken hat. Überlegen Sie sogar, ob Sie, wenn er getrunken hat, nicht aus dem Schlafzimmer ausziehen oder Ihren Partner woanders schlafen lassen.
3. Machen Sie Ihrem Partner deutlich, dass Sie ihm den Alkohol nicht verbieten möchten, aber weil Sie ihn lieben, möchten Sie nicht zuschauen, wie er sich schadet.

Sie können sich wünschen, dass er seinen Alkoholkonsum einschränkt. Sprechen Sie über Ihre Angst, dass er immer weiter in eine Sucht abrutscht. Nähere Informationen zur Alkoholsucht.