

Zur Diskussion über das Phänomen der "Co-Sucht" ¹

von Andreas Manz

In diesem Artikel versuche ich, in Abhebung zum gebräuchlich definierten Begriff eine Definition zu formulieren, die mir mehr der in der Praxis erlebten Wirklichkeit entspricht und die sich systemtherapeutisch als gut handhabbar erweist.

Definition

Zwei verschiedene Definitionsarten von Co-Sucht können einander gegenüber gestellt werden.

- 1.1 Die Co-Sucht stellt eine eigenständige spezifische Psychopathologie dar. Die eigene Psychopathologie wird mittels der Störung des Süchtigen ausgelebt (projektive Bekämpfung der eigenen Pathologie). Wenn der Süchtige sich stabilisiert, wird dadurch die Co-Sucht des Partners destabilisiert. Er unternimmt in der Folge alles, den alten Zustand wieder herzustellen. Trennt sich das süchtige/co-süchtige Paar, so sucht der Co-Süchtige erneut einen süchtigen Partner, um seine Pathologie wieder "auf dessen Buckel" abhandeln zu können. Die Therapie der Co-Sucht in dieser Begrifflichkeit gestaltet sich als eigenständige Psychotherapie der co-süchtigen Person und endet in der Durcharbeitung der spezifischen Neurose und der Auflösung derselben.
- 1.2 Die Co-Sucht umschreibt ein Phänomen des Mitagierens eines Partners oder einer Umgebung eines Süchtigen, die aufgrund der besonderen Psychopathologie des Süchtigen zwangsläufig entsteht. Das Spezifische des co-süchtigen Verhaltens und der co-süchtigen Problematik insgesamt ist durch die Besonderheit der Suchtpathologie der Indexperson gegeben. Die eigene, unter Umständen sehr verschiedenartige Psychopathologie der co-süchtigen Person, wird von der süchtigen Dynamik benutzt und trägt ihren Anteil zur Ausgestaltung des co-süchtigen Verhaltens bei. Wird die co-süchtige Person vom Süchtigen getrennt, so löst sich nach einer genügenden Dauer das co-süchtige Verhalten auf. Zurück bleibt die jeweilige individuelle Persönlichkeitsproblematik der früher co-süchtig agierenden Person. Der Begriff "Co-Sucht" ist dabei reserviert für die spezifische Art des Mitagierens mit einer süchtigen Person. Die Therapie der Co-Sucht in der dargestellten Begrifflichkeit besteht im Bewusstwerden des unvermeidbaren Prozesses und definiert die Eigenreflexion als notwendige und immerwährende Aufgabe.

Meiner Ansicht nach existieren beide Formen der Co-Sucht. Personen, die eher durch die erste Definition beschrieben werden können, sind meiner Ansicht nach aber deutlich seltener. Das Phänomen, das mit der zweiten Definition umschrieben ist, ist hingegen allgegenwärtig.

¹ Dieser Aufsatz ist im August 1992 als Diskussionsgrundlage für das Therapeutenteam der AEA Arxhof entstanden.

Das co-süchtige Verhalten

Wenn wir von co-süchtigem Verhalten sprechen, meinen wir meistens die zu grosse Nachgiebigkeit des Partners oder des Betreuers und eine zu naive Vertrauenslage. Eine übermässige Unterstützung des Süchtigen oder ein hemdsärmeliges Eintreten für Ungerechtigkeiten, die einem Süchtigen widerfahren sind, wird als co-süchtiges Verhalten interpretiert. Dabei kann leicht übersehen werden, dass auch eine übermässige Abgrenzung und ein sehr rigides System sich übermässig auf die vorgegebene Situation beim Süchtigen beziehen. Co-süchtiges Verhalten muss überall dort beschrieben werden, wo ein Verhalten speziell als Reaktion auf den Süchtigen und seine spezifischen Eigenheiten erkannt werden kann und sich ausserhalb eines adäquaten Masses bewegt.

Das Spezielle am co-süchtigen Verhalten liegt in einem besonderen "Kipp-Phänomen". Die Person praktiziert über eine gewisse Zeit eine starke Zuwendung, hat Vertrauen und pflegt eine gute Beziehung zum Süchtigen. Plötzlich, infolge enttäuschender Vorkommnisse, kippt das Verhalten in einen übermässigen Ärger, Enttäuschung und strafendes Verhalten um. Ein weiteres Indiz, das bei co-süchtigen Verhalten zu reflektieren ist, findet sich im Umstand, dass das eigene Verhalten nicht distanziert betrachtet werden kann. Eine Infragestellung des praktizierten Verhaltens wird dann heftig abgelehnt. Die Hinterfragung wird als Kränkung erlebt. Das Gefühl, missverstanden zu werden, dominiert die Emotionalität des Betroffenen.

Das Gegenteil des co-süchtigen Verhaltens ist die nüchterne Denkweise. Damit meine ich die Fähigkeit, das eigene Verhalten aufgrund von möglichen oder wahrscheinlichen Hypothesen zu überprüfen. Mit nüchternem Denken ist die Fähigkeit gemeint, auch entfernte Hypothesen vorerst gründlich durchzudenken, bevor sie abgelehnt werden. Das süchtige Denken ist bestrebt, auf den Wahrheitsgehalt der eigenen Aussage und der eigenen Ansicht zu pochen. Der Zweifel wird als fundamentale Kränkung und als nicht ernst genommen werden erlebt. Nüchternes Denken verzichtet darauf, Träger der Wahrheit zu sein und anerkennt, dass der Wahrheitsfindungsprozess das einzig Mögliche ist, was dem Denken zusteht. Wahrheitsfindungsprozess und Wahrheit stehen in diesem Sinne einander unvereinbar gegenüber. Das nüchterne Denken erlebt es als Befriedigung, einen Prozess im Umkreis der Wahrheit in Gang zu setzen und auch entlegene Hypothesen und Gedanken zu erwägen. Das süchtige Denken kann die Spannung eines solchen Prozesses nicht aushalten und setzt anstelle der Spannungstoleranz die Aufspaltung zwischen gut und böse, bejahend und verneinend, Zuwendung und Ablehnung. In diesen Dimensionen ist co-süchtiges Verhalten und co-süchtige Denkweise mit der süchtigen Denkweise identisch.

Praktische Handhabung

Zu Beginn meiner beruflichen Tätigkeit im Suchtbereich war ich vor allem mit der ersten Begriffsdefinition konfrontiert. Diese Begrifflichkeit hatte aber sehr viel Frustrierendes an sich, da ich selber in der eigenen Hinterfragung nicht sehr weit kam und kaum spezifische Informationen über mich herausfinden konnte. Das Gleiche ereignete sich in der Bearbeitung der Co-Suchtfrage mit Partnern von Patienten. Auch wenn ich es in Einzelfällen geschafft hatte, die Partner für diese Frage zu sensibilisieren, so entstand daraus eine Ratlosigkeit, was mit der an und für sich einleuchtenden Erklärung nun anzufangen sei. Mit der Zeit fielen mir aber auch die Lücken dieser Definition auf. Zwar trifft es häufig zu, dass Partner gegen das Gesundwerden des süchtigen Menschen arbeiten und dass Partnerschaften durch eine nüchterne Lebensweise des Süchtigen manchmal in ernsthafte Schwierigkeiten geraten. Es gerieten aber bei weitem nicht alle Partnerschaften in Schwierigkeiten.

So suchte ich nach anderen Erklärungen der zu beobachtenden Schwierigkeiten. Folgende Frage hat sich nützlich erwiesen: "Was sind die Gründe, weshalb der Partner den ganzen Schlamassel und die ganzen Frustrationen, die durch die praktizierte Sucht des Mitmenschen ertragen werden müssen, hinnimmt?" Die Gründe, die jeweils herausgefunden werden können, sind sehr verschieden und können kaum in eine einheitliche Konzeption eingebunden werden. Die gleiche Fragestellung ist auch für andere Paar-Pathologien eine sehr wichtige und ertragreiche. Sie kann deshalb nicht als Spezifikum im süchtigen Prozess herangezogen werden.

Trotzdem gibt es spezifische Verhaltensweisen, die vor allem in süchtigen Partnerschaften anzutreffen sind. Diese sind meiner Ansicht nach aber meistens nicht das zentrale Motiv, die die Partnerschaft von Seiten des Co-Süchtigen zusammenhält. Sie sind aber aus der Optik des Süchtigen Verhaltensweisen, die deswegen essentiell sind, weil sie die Pathologie des Süchtigen fördern.

So begann sich meine Optik über das Phänomen der Co-Sucht zu wandeln. Heute versuche ich, in Partnerschaften mit einer süchtigen Person zwei Problemfelder voneinander getrennt zu bearbeiten.

- Die eine betrifft die Motivation des nichtsüchtigen Partners, weshalb die Partnerschaft trotz aller Folgen, die die Sucht mit sich bringt, aufrechterhalten will. Mit dieser Fragestellung wende ich mich der persönlichen Problematik des nichtsüchtigen Partners zu und werde Therapeut seiner eigenen, vom süchtigen Partner möglicherweise sehr unabhängigen Problematik.
- Mit der neuen Fragestellung versuche ich, die co-süchtige Verhaltensweise des nichtsüchtigen Partners aufzuspüren und für beide Teile transparent zu machen. Die Motivation dieser zweiten Fragestellung ist in der Verbesserung der Heilungschance des Süchtigen begründet. Sie greift ein systembedingtes Mitagieren des

nichtsüchtigen Partners auf, dessen Bewusstwerdung für den therapeutischen Erfolg sehr bedeutsam ist. Die Definition der Pathologie von Co-Abhängigkeit ist nun eine systemische und nicht eine individuelle.

Seit diese Position geklärt ist, habe ich auch ganz pragmatisch viel weniger Mühe, Partner von süchtigen Personen zur Reflexion ihres co-süchtigen Verhaltens zu motivieren. Die Aufteilung zwischen dem systemgebundenen Mitagieren und der eigenen individuellen Problematik, die die eigene Motivation für die Partnerschaft erfragt, zeigt sich in der Praxis als differenziert und gut handhabbar. Die erstere Definition von Co-Sucht, die die Partnerdynamik auf die eigene Pathologie zurückzuführen versucht, ist gänzlich aus dem praktischen Alltag verschwunden.

Diese neu gefundene Art der Begriffsbildung ist genauer, da nun das Spezifikum des systemimmanenten Mitagierens speziell herausgearbeitet werden kann. Die Partnerschaft als solche ist zudem in ihrer jeweils sehr unterschiedlichen Motivationslage für den Erhalt der Beziehung entlastet. In der vorgeschlagenen neuen Konzeption der Co-Sucht wird der pathologische Prozess des nichtsüchtigen Partners als ein unausweichlicher formuliert.

Spezifität der Co-Sucht als unvermeidbarer Systemprozess

Im Folgenden will ich der Frage nachgehen, worin das Spezifische des süchtigen/co-süchtigen Systemprozesses begründet liegt: Ich glaube, dass die Spaltungsphänomene des Süchtigen und die typische Art und Weise der Spaltungsmechanismen für das süchtige/co-süchtige Systemverhalten verantwortlich sind.

Phänomenologisch kann der suchttypische Spaltungsmechanismus als Überzeugung des Süchtigen definiert werden, gleichzeitig aus zwei Personen zu bestehen, die nichts miteinander zu tun haben. Die eine Person betreibt einen Substanzenmissbrauch, will sich töten, ist ein armes Schwein, erhebt sich arrogant über die ganze Welt, ist hoffnungslos verloren und hat die einzig richtige Lebensweise entwickelt. Die andere Person ist reuig, einsichtig, will ein ganz bürgerliches und angepasstes Leben führen, hat eigentlich kein Problem mit Trinken oder mit Substanzenmissbrauch, sieht sich völlig integer, kann Kritik bestens ertragen und ist sogar selbstkritisch.

Beide Persönlichkeitsteile sind vollständig ausstaffiert und haben ihre eigene Faszination für die Umgebung. Sie stellen zwei Seiten der Existenz schlechthin dar, die jeder irgendwo spürt, die aber nur selten radikal ausgelebt werden. Die destruktive Seite bringt die Person und auch die Partner an den Rand des Untergangs. Kontakt zur eigenen Vergänglichkeit, zur eigenen Destruktivität und zur Angst vor dem Weltuntergang werden unbewusst hergestellt.

Die konstruktive Seite der Suchtpersönlichkeit, die vor allem bei Alkoholikern häufig sehr ausgeprägt ist, ist faszinierend, lässt Hoffnungen erwecken, ist Symbolträger der Zukunfts-

wünsche und der Versöhnung. Der nichtsüchtige Partner wird immer wieder von der Stärke der konstruktiven Anteile der Suchtpersönlichkeit überzeugt und ist sogar fasziniert, glaubt an eine bessere Zukunft, glaubt an die Überwindung der riesigen Berge, die in der Vergangenheit im Wege gestanden haben. Aussöhnung, Wiedergutmachung, Hoffnung und das Wegdrängen nagender Zweifel werden selten so stark erlebt wie in der Zeitdynamik im Zusammenleben mit einem Süchtigen. Manchmal fällt es Partnern von Süchtigen besonders schwer, diese „im Stich zu lassen“, da sie hinter die verworfene Fassade blicken konnten und wissen, dass es sich bei der süchtigen Person im Grunde genommen um eine sehr wertvolle Persönlichkeit handelt, die eigentlich ganz anders leben würde, wenn....

So wird der Süchtige zum tragischen Helden.

Da die aufgespaltenen Persönlichkeitsanteile des Süchtigen existentielle Triebe, Ängste und Gefühle ansprechen, ist es für die meisten Menschen unvermeidbar, dass sie bei längerem Kontakt mit einer süchtigen Person in dieses System eingewoben werden und beginnen, mitzuagieren. Die Fragen selber sind auch existentielle Fragen der nichtsüchtigen Person. Die Art und Weise der Aufspaltung und Bezogenheit der Fragen stammt hingegen vom Süchtigen selber. Die sehr starke Ausstrahlung des Süchtigen bestimmt mit der Zeit auch die Bezogenheit der existentiellen Triebe und Lebensaspekte der nichtsüchtigen Person. Die einzigen Mittel, das Mitagieren aufzulösen, sind die Bewusstmachung der spezifischen Bezogenheit und die Rückführung der Spaltungsart auf die Problematik des Süchtigen selber, oder die Trennung. Die aufgeworfenen existentiellen Fragen können auch in einer anderen Weise aufeinander bezogen werden. Die süchtige Art und Weise der Aufspaltungen und Bezogenheit ist nicht die Einzige, stellt aber in der Wirklichkeit für die nichtsüchtigen Partner ein sehr verführerisches Modell dar, das unkritisch und agierend übernommen wird. Häufig sind es denn auch eher depressiv strukturierte Personen, die in ausgeprägter Art und Weise co-süchtiges Verhalten praktizieren. Der Süchtige hat ein "leichtes Spiel", mit seiner narzisstischen Besetzung des Feldes, die gemeinsame Atmosphäre zu gestalten, die depressive Einöde zu beleben und die eigene Bezogenheit als die gemeinsame zu definieren.

Psycho-genetisch muss beim suchttypischen Spaltungsmechanismus zwischen Mann und Frau unterschieden werden. Beim Mann besteht meist eine intensive Verbindung zur eigenen Mutter. Die Beziehung ist auf einer frühen oralen Stufe fixiert. Primitive narzisstische Lücken und Selbstbesetzungen sind vorhanden. Die Beziehung zur Mutter ist viel zu eng, muss einerseits bekämpft werden. Andererseits ist sie für das eigene narzisstische Gleichgewicht lebensnotwendig. Die Bekämpfung der Mutter ist für das Überleben der psychischen Existenz unabdingbar, da ein Verschlingungsmechanismus droht. Im Suchtprozess wird die ambivalente Beziehung zur Mutter in eine Autoerotik verwandelt, die besser und gefahrloser handhabbar ist. Dabei erhält das Suchtsubstrat (z.B. die Flasche) symbolisch die mütterliche Position. Das Suchtsubstrat wird einerseits verschlungen, andererseits bekämpft. Das Nebeneinander von sich ausschliessenden existentiellen Notwendigkeiten be-

gründet die Spaltung. Viele Süchtige, einige Alkoholiker und ein guter Teil der Heroinsüchtigen benutzen das Suchtsubstrat zudem als Betäubungsmittel. Zusätzlich zum Spaltungsmechanismus wird die eigene Spannung neutralisiert resp. auf später verschoben. Die Partnerin eines Süchtigen kann sich den heftigen Übertragungsmechanismen kaum entziehen. Sie wird nach einiger Zeit einerseits zur fütternden und existenzsichernden Symbolmutter. Andererseits wird sie bekämpft und muss auf Distanz gehalten werden. Massive Gegenübertragungsmechanismen aufseiten der Partnerin sind bei einer solchen Intensität unvermeidbar und begründen das systembedingte co-süchtige Mitagieren.

Bei der Frau spielen konkrete und stark invasive Einzeltraumata (z.B. sexueller Missbrauch im Kindesalter) bei der Bildung der süchtigen Spaltungsform eine prägnante Rolle. Eine nicht sehr robuste Persönlichkeitsstruktur wird vom Trauma überfordert. Spaltungsmechanismen werden zur Abwehr von Scham, Schmerz, Verzweiflung und Minderwertigkeitsgefühlen herangezogen. Besteht keine Missbrauchthematik, so ist oft eine ambivalente Sehnsucht nach dem Vater gepaart mit der Überzeugung, selbst für dessen Nichtinteresse verantwortlich zu sein. Auch hier wird die Flasche zum Surrogat des ersehnten Objekts, das geliebt wird, von dem Bestrafung kommt und das einem erniedrigt. Frauen pflegen in ihrer Sucht oft sehr selbstdemütigende Erniedrigungsrituale.