

Was versteht man unter einer Alkoholneurose?

Alkoholprobleme sind den Betroffenen oft gar nicht oder nur zum Teil bewusst. Dazu ein Beispiel:

Herr S. kommt mit seiner Ehefrau in die Beratung. Er legt sofort mit einer Schimpfkanonade über den TÜV los: "Ich lass' mich nicht zum Alkoholiker abstempeln, meine Frau, die sie nicht rein gelassen haben, hätte schwören können, dass ich kein Trinker bin. Der Psychologe ist nur auf dem einen Mal rumgeritten, wo ich mit 1,7 o/oo erwischt worden bin; ein Arbeitskollege hat den Lappen schon 3 Mal weggehakt, der säuft wirklich und hat den Führerschein trotzdem ohne Probleme zurückbekommen."

Der Therapeut blickt in 3 negative Gutachten; ihm fällt auf, dass der Leberfunktionswert von Gutachten zu Gutachten immer höher wurde und fragt nach den neuen Werten. Herr S. rückt erst damit heraus, nachdem er lang und breit berichtet hat, der Arzt habe ihm "lediglich" eine Fettleber und einen Gamma-GT von 200 attestiert, was vom fetten Essen herrühre. Seine Frau kaufe jetzt nur noch Magermargarine. Damit sei die Sache erledigt, habe sein Arzt gesagt.

Als der Therapeut versucht, die wirklichen Gefahren zu erklären, hört er so demonstrativ und desinteressiert weg, dass seine Frau aufspringt mit den Worten: "Du kannst mich mal, krepier doch an der Sauferei!"

Nach einigen Monaten Therapie ist Herr S. in der Lage, diese Situation zu erklären:

Er habe ein langes "lustiges" Junggesellenleben mit gelegentlichen Alkoholexzessen geführt, bis er geheiratet und sehr bald 3 Kinder gehabt habe. Er sei mit dieser Belastung nicht fertig geworden und habe immer mehr, aber, um sich vor seiner Frau keine Blöße zu geben, meist heimlich getrunken. Er habe darin nie ein Alkoholproblem gesehen, sondern für jeden Rausch einen "guten" Grund gefunden. Nachdem er schließlich durch das Saufen die Arbeit verloren habe und nichts mehr zu verheimlichen war, sei er so tief in seinem Stolz verletzt gewesen, dass er "völlig dicht gemacht" habe. Niemand habe ihn mehr auf Alkohol ansprechen dürfen. Als der Arzt den Verdacht auf Leberzirrhose hatte, sei er nicht mehr hingegangen und habe seine Frau durch Vorwürfe, ihr fettes Essen habe ihm erhöhte Leberwerte und deshalb negative MPU-Gutachten eingebracht, "mundtot" gemacht.

Was läuft seelisch ab, wenn jemand eher seine Gesundheit und sein Leben aufs Spiel setzt, als dass er sich seinem Alkoholproblem stellt? Alkohol zu trinken gilt in unserer Gesellschaft als normal, männlich, als positiver Hinweis auf Geselligkeit und Lebensfreude. Unkontrolliertes Saufen dagegen als Zeichen v. charakterlicher Labilität, Persönlichkeitsschwäche, Lebensuntüchtigkeit, im Extremfall sogar als asozial. Deshalb ist es für jeden, der sich auf der Grenze zwischen sozialem Trinken und asozialem Saufen befindet, zur Aufrechterhaltung seines Selbstwertgefühls und Stolzes wichtig,

alles daran zu setzen, seine Trinkgewohnheiten vor anderen Menschen und vor sich selbst als soziales Trinken darzustellen.

" Wie entsteht eine Alkoholneurose " ?

Das wichtigste Lebensbedürfnis ist weder Nahrung noch Sex noch Macht. Am allerwichtigsten ist für jeden Menschen das Gefühl, anderen Menschen gleichwertig und nicht minderwertig zu sein. Wird dieses gesunde Selbstwertgefühl, durch welche Umstände auch immer, "angekratzt", so reagiert die Seele - wie automatisch - mit Abwehr- und Schutzmaßnahmen (s.g. psychischen Abwehrmechanismen und Sicherungstechniken).

Bei sehr starken Verletzungen des Selbstwertgefühls ist der Selbstbetrug oft der letzte Schutzwall gegen ein drohendes Minderwertigkeitsgefühl. Letztlich lassen sich alle noch so schweren seelischen Störungen und ihre Symptome, z.B. Depressionen, irrationale (= unsinnige) Ängste, Kriminalität, sexuelle Perversionen, Alkoholprobleme, als Auswirkungen eines solchen Selbstbetruges verstehen. Depressionen oder Ängste können jede Untätigkeit entschuldigen.

Wer Alkohol als Droge einsetzt, um sich von den Problemen des nüchternen Lebens zu entlasten, ist auf der Flucht vor der Wirklichkeit.

Das extreme Beispiel am Anfang dieses Textes macht es sehr deutlich: Herr S. nimmt lieber die tödliche Krankheit Leberzirrhose in Kauf, als dass er sich den Tatsachen stellt. Die seelische Fehlentwicklung, die hinter Depressionen, Ängsten usw., aber auch hinter dem Alkoholmissbrauch wirksam ist, nennt man neurotische Tendenz. Wenn solche Tendenz sich soweit steigert, dass sie das Leben entscheidend behindert, spricht man von einer Neurose. Dementsprechend liegt eine Alkoholneurose vor, wenn jemand eine so starke Lebensbehinderung wie den Führerscheinentzug nicht verhindern kann, weil er immer wieder unter Alkohol am Steuer sitzen muss, obwohl er im Kopf genau weiß, welchen Schaden er sich und anderen zufügen kann; jetzt ist auch verständlich, warum alle Strafen und sonstigen Folgen die Rückfälligkeit von alkoholfahrenden nicht verhindern können. Eine Alkoholneurose ist genauso wenig durch Strafen heilbar wie jede andere Neurose.

Wie wird man eine Alkoholneurose wieder los?

Für die abhängigen Alkoholkranken, die für immer alkoholabstinent bleiben müssen, damit sie nicht ihre ganze Existenz aufs Spiel setzen, ist diese Frage lebenswichtig. Sie werden selbst nach einer Entwöhnungsbehandlung und nachfolgender Anbindung an eine Selbsthilfegruppe zu etwa 80 % wieder rückfällig, ohne solche Maßnahmen sogar zu über 95 %. Dies liegt daran, dass die ihrem Alkoholproblem zugrunde liegende neurotische Persönlichkeitsstörung auch in der Abstinenzzeit weiter wirksam bleibt und ständig nach dem Pseudoheilmittel Alkohol schreit.

Für nicht oder noch nicht abhängige Alkoholiker, die sich in der Prodomalphase (Vorstufe) befinden, kann eine Auflösung der Alkoholneurose ein weiteres "Abrutschen" verhindern.

Robusten Säufern hilft es, ihr Leben mit alkoholungetrübten Augen kritischer zu betrachten und es um die Gesichtspunkte zu bereichern, die der Alkoholmissbrauch bisher verstellt hat. In jedem Fall ist es dann, wenn es um die Wiedererteilung der Fahrerlaubnis geht, möglich, überzeugender über eine engagierte Arbeit am Grundproblem zu berichten, anstatt die üblichen oberflächlichen und unterwürfigen Beteuerungen abzugeben: Es war doch nur ein Ausrutscher; ich habe bereut; ich verzeihe es mir nie, und ich werde es nie wieder tun.

Die Heilmaßnahme für eine Neurose nennt man Psychotherapie. Sie wird von Psychotherapeuten durchgeführt, die dafür eine langjährige Ausbildung absolviert haben. Bei einer schweren neurotischen Störung ist es immer anzuraten, eine solche wissenschaftlich fundierte fachliche Hilfe in Anspruch zu nehmen.

Man kann aber auch selbst einiges dazu beitragen, sich von einer Alkoholneurose zu befreien.

Autor: W. Loeneke