

16. und 17. April 1998

Seminar über „Alkohol und Arbeit“ in Beckenried

Migros Aargau / Solothurn

Vortrag vom 17.4.98 über

Sucht und Suchtverhalten

aus der Sicht einer Familientherapeutin

U. Davatz

I. Einleitung

- Der Gebrauch von Alkohol hat für junge Männer und heute z.T. auch für junge Frauen die Bedeutung einer Art Initiationsritus in die Erwachsenengesellschaft. Indem man trinkfest wird, beweist man auch die Standfestigkeit im Leben. Man denke an die Trinkfeste der Mittelschulverbindungen und auch Studentenverbindungen. Wer nicht trinkfest ist, ist kein Mann.
- Arbeit und Fleiss ist eine Tugend, die sich ebenfalls mit dem Christentum verbreitet hat. Keine Länder waren so erfolgreich in bezug auf Industrialisierung und Fortschritt wie die christlichen Länder. Dies muss mit dem missionarischen Gedanke, der in einen Fortschrittsgedanken umgemünzt werden kann, zusammenhängen.
- Arbeit und Sucht haben zudem gemeinsam an sich, dass sie beide repetitiv zwanghaft ablaufen. Man spricht deshalb auch von „workaholic“. Der Alkoholiker und der fleissige Arbeiter sind somit in einer Persönlichkeit vereint. Wie kommt es zu dieser schweizerischen Persönlichkeit?

II. Die Entstehung der Alkoholsucht innerhalb der Familie

- Persönlichkeiten, d.h. Männer, die zur Sucht neigen, sind meistens Menschen, die schon in ihrer frühen Jugend stark gefordert bis überfordert wurden.
- Man hat ihnen grosse Verantwortung auferlegt, vielleicht weil der Vater früh ausgefallen ist oder sonst aus einem Grund überfordert war, oder selbst Alkoholiker war.

- Sie mussten also früh Verantwortung übernehmen, bevor sie eigentlich von ihrer Entwicklung her dazu in der Lage waren.
- Diese Überforderung wird zur Lebensgewohnheit und sie haben die Tendenz, sich auch später am Arbeitsplatz zu überfordern durch viel Leistung und Verantwortungsübernahme. Alkoholiker sind gute Arbeiter, wenn sie nicht betrunken sind.
- Überforderung führt zu dauernder Anspannung und da ist der Alkohol ein geeignetes Mittel zur Entspannung. „Ich brauche einen Drink zum „relaxen“, heisst da der Ausspruch.
- Alkohol wird also verwendet als stressreduzierendes Mittel, als selbst gewähltes Psychopharmakon.
- Mit der Zeit wird der Problemlöser Alkohol zum Problem selbst, spätestens dann ist Not am Mann, d.h. Hilfe angesagt.

III. Die Entstehung der Alkoholsucht bei der Frau

Während Männer, die zu Alkoholsucht neigen, in der überfunktionierenden, angepassten Rollen stecken, nehmen Frauen, die zum Alkohol greifen, häufig eher eine unterfunktionierende, angepasste Rolle ein.

- Es sind Frauen, die nicht zur Entfaltung kommen in der Ehe, am Arbeitsplatz und in ihrer Ursprungsfamilie und somit den Alkohol zur Unterdrückung ihrer eigenen Persönlichkeit verwenden. Sie trinken deshalb heimlich.
- Manchmal sind es auch Frauen, die durch ihre Lebenssituation mit ihren Kindern und Arbeit überfordert sind. Dann stellt sich die gleiche Konstellation wie bei den Männern.

IV. Umgang mit alkoholsüchtigen Mitarbeitern

- Die Sucht stellt einen Kontrollverlust dar, der ursprünglich gewünscht, dann aber zum Verhängnis wird.
- Das Umfeld reagiert auf die Sucht in der Regel mit Kontrollübernahme als therapeutische, helfende Methode.
- Diese fremde Kontrollübernahme durch das Umfeld toleriert der Süchtige aber gar nicht gern, er wehrt sich mit Händen und Füßen dagegen.

- Er ist als verantwortungsbewusster Mensch nicht gewohnt, Kontrolle abzugeben und Hilfe anzunehmen.
- Deshalb leugnet er in diesem Moment sein Suchtleiden auch vehement und mit grosser Konsistenz.
- Kontrollabgabe an einen Helfer empfindet er als Selbstaufgabe und wird deshalb mit einer existenziellen Angst verbunden.
- Die Helfer begreifen diese Reaktion meist nicht, werden böse und drohen mit Beziehungsabbruch (Ehefrau) bzw. Arbeitsplatzverlust.
- Beide Methoden machen nur Angst und erhöhen somit die Suchtgefahr resp. die Rückfallgefahr, denn das Suchtmittel selbst ist ja ein geeigneter Angstbekämpfer.
- Man muss sich an einen Alkoholkranken mit Vorsicht und vor allem mit menschlichem Respekt herantasten und nicht die Kontrolle übernehmen wollen.
- Die Haltung sollte absolut wertfrei dem Symptom gegenüber sein, jedoch klar und bestimmt.
- Die Bedingung sollte sein „Damit er den Arbeitsplatz erhalten kann, muss er sich in Behandlung begeben“ und nicht „falls er sich nicht in Behandlung begibt, verliert er den Arbeitsplatz“. Darauf kann er erwidern, er schaffe es schon alleine und dann hat man keine Antwort mehr.
- Rückfälle gehören zur Krankheit, sie können nicht verboten werden, es muss jedoch gelernt werden, mit ihnen besser umzugehen, so dass sie immer weniger Schaden anrichten.
- Sämtliche Moralpredigten und emotioneller Druck kann man sich sparen, sie schaden nur und sind Energieverschwendung.
- Ist das Vertrauen in die Beziehung aufgebraucht, sollte diese eher ganz abgebrochen werden als künstlich krampfhaft weitergeführt, dies schadet nur.

V. Präventives Verhalten im Betrieb

- Übertriebene Leistungsanforderungen, Stress und emotioneller Druck, d.h. ein allgemein schlechtes Betriebsklima, sind alles suchtfördernde Umstände.

- Es wäre deshalb Aufgabe der Vorgesetzten, immer wieder für die Stressreduktion in der Firmenkultur zu sorgen, um so etwas zur Suchtprävention beizutragen.
- Dies ist jedoch viel leichter gesagt als getan, man lässt sich nur allzu leicht vom allgemeinem Strudel der Panikmacherei mitreissen.
- Anstatt „ora et labora“ müsste man sich zum Firmenslogan machen: „relax and enjoy working“ oder „mach Dir die Arbeit immer wieder neu zum Vergnügen!“.