

## ***10 Jahre Rückblick***

Im Mai waren es 10 Jahre, dass mein Mann zur Entgiftung mit anschließender Kurzzeittherapie ging bez. musste. Es ist eine lange und stolze Zeit, und doch kann ich es manchmal ohne nachzurechnen nicht glauben, dass schon 10 Jahre vorbei sind.

Am Anfang hatte ich einen ganz schönen Bammel vor einem Rückfall und hab mich bemüht, dass er ja keinen Grund findet um zu trinken. Diese Angstphasen wurden immer weniger und gingen in eine schleichende Selbstverständlichkeit über, dass er stärker ist als der Alkohol. So auch bei Problemen, Auseinandersetzungen, Schicksalen usw. Ich denke dabei auch nicht an morgen, nächste Woche, Monat, Jahr. Mir ist wichtig, dass nicht heute der Tag X ist, der wieder einen Neustart erfordert. Eigentlich mach ich mir gar keine Gedanken darüber das er rückfällig werden könnte. Aber warum sollte ich mir damit das Leben schwer machen.

Was hat sich alles getan bei uns in der Beziehung, im Umfeld und in meinem Leben?

Ich kann ihm wieder vertrauen, wenn auch nicht blind, denn in Finanzangelegenheiten hab ich immer noch so manche Nuss zu knacken, um meine Zukunftsängste zu besiegen. Wenn Situationen identisch sind mit früher, so kann ich immer noch in ein ganz großes Loch fallen. Für meinen Mann bedeutet dies ein ganzes Stück Arbeit, um mich vom Gegenteil zu überzeugen. Dies ist ein Punkt der nie gemeinsam aufgearbeitet wurde, da es aus der Sicht meines Partners nicht er, sondern ich es bin, die damit ein Problem hat. Da er nicht mehr trinkt ist das Thema für ihn gegessen.

Vielleicht kann ich dieses Defizit in den nächsten 10 Jahre bewältigen.

Wir können Streiten, sogar besser als in der nassen Zeit, doch in einer anderen Form.

Es geht inzwischen ohne Geschrei, Beleidigungen, und davon zulaufen.

Was für mich ganz wichtig ist, wenn es einmal zu handfesten Auseinandersetzungen kommt, ist es möglich die Angelegenheit sachlich ausdiskutieren.

Man kann sich wieder auf ihn verlassen. Aus der Luft gegriffene Ausreden kommen nicht mehr vor, "oder doch mal so eine oder andere Notlüge", mit der wir alle durchs Leben gehen.

Gemeinsame Aufgaben, Entscheidungen werden wieder mit und füreinander erledigt.

Wir sind bemüht unsere Partnerschaft mit Geben und Nehmen auszugleichen.

Bei Sorgen und Probleme habe ich wieder einen Partner zur Seite, der mich unterstützt und zuhört und Wind aus den Segeln nimmt, wenn ich zu schwarz sehe. Es ist jemand da, wenn es mir schlecht geht, es sind Arme in denn ich wieder ehrliche Geborgenheit spüre

Zu Anfang war es ganz schön schwer ihm Aufgaben anzuvertrauen und zu überlassen, da ich es gewohnt war, dass es meist gar nicht erledigt wurde. Er machte sogar zuviel, um mit seinen Schuldgefühlen ins reine zu kommen. So gab es Zeiten für mich, in der ich in Frage stellte, ob ich zu Hause eigentlich noch gebraucht werde. Unser Sohn oder ich hatten kaum einen Gedanken richtig ausgesprochen, waren die Sachen von meinem Mann schon erledigt. Was so manche Diskussion entfachte, so auch noch heute. Hauptsächlich, wenn es um unseren Sohn geht.

Ein Beispiel: Er kommt nach Hause und Papa stellt ihm den Inhalt vom Kühlschrank vor, um ihn zu bekochen. (Mein Gedanke- wer nicht zur Essenszeit nach Haus kommt muss selber kochen was übrig bleibt)

Was besonders schön ist, wenn von außen, egal ob Bekanntenkreis oder Familie, immer noch der Hut gezogen wird, vor der Leistung den Alkohol ohne einen Rückfall stehen zu lassen.

Erst kürzlich sagte eine Bekannte von uns, dass sie immer wieder staunen muss, wenn sie die Entwicklung von meinem Mann verfolgt. Man kann sich mit ihm unterhalten, sich auf ihn verlassen. Er kann einem in die Augen schauen, er lässt sich nicht einschüchtern, er weiß was er will. Solche Aussagen von anderen sind mir heute noch sehr wichtig, weil soviel selbstverständlich geworden ist im alltäglichen zusammenleben. Sie geben mir immer wieder die Bestätigung, das es der richtige Schritt war noch mal ja zu sagen nach der Kurzzeittherapie. Es war auch für mich eine Chance im Freundeskreis und seinen Angeboten so manche Dinge aufzuarbeiten, mit den ich sonst bestimmt heute noch zu kämpfen hätte.

Und in einer Sache bin ich mir ganz sicher, der nächste Partner wäre wieder ein Abhängiger gewesen, da meine Co-Abhängigkeit und mein Wissen das Beste dazu beigetragen hätte.

Doch ist für mich nach 10 Jahren Abstinenz alles so rosa? Es gibt einen Punkt der mich seit etwa 8 Jahren immer mehr und immer wieder in einen Konflikt bringt.

Was ich am meisten vermisse ist, dass er keine eigenen Hobbys oder Freundschaften hat. Es ist zwar schön, dass wir gemeinsame Interessen teilen, doch ein Freundeskreis im privaten, der fehlt mir.

Als wir in die Gruppe kamen hieß es die alten Freunde werden gehen und neue kommen. Doch neue Freunde in unserem Alter, mit unseren Interessen ist ein Thema für sich, wenn der Alkohol tabu ist. Hans-Peter kann nach seiner Aussage ganz gut damit leben, doch ich hab hin und wieder ganz schön zu kämpfen mit der Ausgrenzung. Mit 27 Jahren kam ich "Gott sei Dank" in den Freundeskreis und wurde auch herzlich aufgenommen. Doch in diesem Alter hatte ich noch andere Lebensträume als all die anderen 15-20 Jahre ältere Mitglieder. Und die Möglichkeit sie zu leben wurden immer mehr je selbständiger unser Sohn wurde. So entstanden gute Bekanntschaften, doch richtige Freunde? - vielleicht hab ich ein anderes Verständnis für Freundschaften.

Aber was beschwere ich mich eigentlich, ich hab doch einen lieben treuen, fürsorglichen, hilfsbereiten Partner zurückbekommen, den ich auch nicht mehr vermissen möchte.

Es hat sich gelohnt zu kämpfen und ohne Kampf wäre das Eheleben ganz schön langweilig.

An alle die in den Startlöchern stehen, geht miteinander los, auch wenn mancher Weg steil und unbequem wird. Aber nur so könnt ihr miteinander wachsen

Am Anfang sagte ein Gruppenmitglied zu mir ihr werdet bis zu 10 Jahre benötigen um alles aufzuarbeiten, und die sind vorbei, aber es sind noch nicht alle Ziele erreicht, doch die weiteren Ziele sind übersehbar.

Christine,  
im Oktober 2003