

Liebessucht, Sehnsucht, Therapiesucht : Sucht heisst Verantwortung abgeben

Autor(en): **Zemp, Aiha / Schriber, Susanne**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Puls : Drucksache aus der Behindertenbewegung**

Band (Jahr): **28 (1986)**

Heft 5: **Sucht**

PDF erstellt am: **21.09.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-157354>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Liebessucht - Sehnsucht - Therapiesucht Sucht heisst Verantwortung abgeben

Sucht kann sich grundsätzlich auf alle Bereiche menschlichen Erlebens und Verhaltens erstrecken. In einem Gespräch mit Aiha Zemp, Psychotherapeutin in Hausen a.A., versuchte Susanne Schriber zu verstehen, was mit Therapiesucht gemeint ist.

Aiha, was verstehst Du unter Therapiesucht?

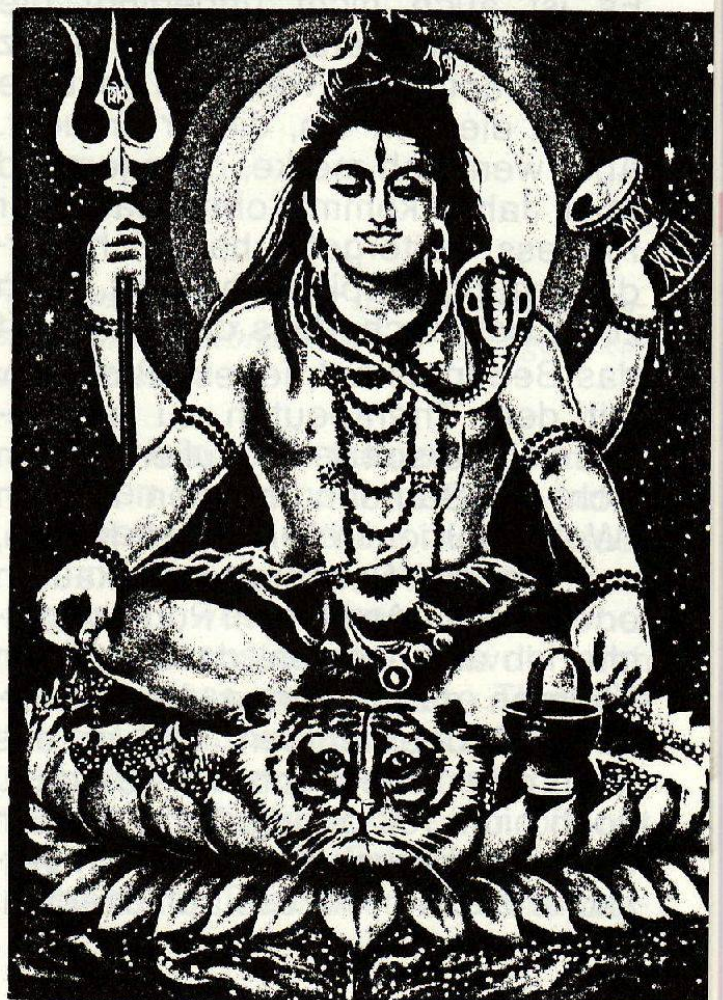
Aiha: Damit sprichst du natürlich gleich zu Anfang die Gretchenfrage an. Ist das beantwortet, ist eigentlich das Wichtigste gesagt.

Unter Therapiesucht verstehe ich, dass jemand immer dann aus einer Therapie aussteigt – und neue Therapeuten beziehungsweise Therapieformen sucht –, wenn es darum ginge, die Verantwortung für sich selbst zu übernehmen.

Aiha, wie lässt sich Therapiesucht und Abhängigkeit von einer Therapeutin bzw. einem Therapeuten unterscheiden?

Aiha: Abhängigkeiten, das sind Phasen, die in Intervallen erscheinen können und die in jedem Thera-


pieprozess auftreten. Das hat auch mit dem Phänomen der Übertragung zu tun, also beispielsweise wenn ich anstelle der Mutter trete und unerfüllte Wünsche an diese an mich gerichtet werden. Nun ist es wichtig, als Therapeutin mit einem Bein im Geschehen zu stehen, um genügend Anteilnahme aufbringen zu können und um Spiegel für den Klienten zu sein, andererseits muss



ich mit dem zweiten Bein ausserhalb stehen, um das Wiederholen alter Beziehungsmuster nicht zu begünstigen, zu sehen was bei ihm und mir läuft und das aufzuzeigen. Stünde ich mit beiden Beinen im Therapieprozess, hätte ich den Prozess nicht mehr im Griff. Habe ich diesen Prozess nicht unter Kontrolle, kann sich Sucht einstellen. Therapiesucht kann also auch dann eintreten, wenn beide, Therapeut und Klient, süchtig werden.

Es ist auch nicht unbedingt die Dauer einer Therapie, die ein Indiz für Therapiesucht wäre. Ich gestehe jedem die Zeit ein, die er braucht. Aber wenn ich merke, dass jemand über Jahre kommt, ohne dass der Prozess weitergeht, habe ich Verdacht auf Therapiesüchtigkeit. Dann zeigt sich auch, dass der Klient oft das Bedürfnis hat, jedes «Problem» mit dem Therapeuten zu besprechen, überspitzt formuliert füllen sich die Stunden mit den Fragen «Wohin soll ich in den Urlaub fahren, soll ich die Polstergruppe kaufen oder nicht?». An diesem Punkt versuche ich aufzuzeigen, dass es beim Klienten darum ginge, Verantwortung zu übernehmen. Will er das nicht oder ist einfach die Zeit dazu noch nicht reif genug, kann es zum Therapieabbruch kommen. Ich versuche diesen Prozess aufzuzeigen,


aber ich muss und will auch respektieren, dass Leute aus dem Therapieprozess aussteigen.

 *Vorausgesetzt, behinderte Leute lassen sich auf eine Therapie ein, wären Gründe vorhanden, dass sie häufiger an Punkte stossen, wo sie sich ausweichen und damit in die Mühle der Therapiesucht geraten?*

Aiha: Macht jemand mit einer Behinderung eine Therapie, so wäre mir wichtig, dass sich der Betroffene mit dieser Behinderung auseinandersetzt, mal oberflächlich gesagt, diese akzeptieren lernt und irgendwann auch die Verantwortung für seine Behinderung übernimmt, nicht jedoch im Sinne der Schuldfrage. Es geht also darum, die Behinderung in die Persönlichkeit zu integrieren und herauszuarbeiten, welche Schwierigkeiten tatsächlich direkt mit der Behinderung zu tun haben. Bei Behinderten kann die Gefahr bestehen, in jenen Momenten auszusteigen, sei es aus der Therapie oder einer Beziehung, wo die Probleme nicht mehr ausschliesslich auf die Behinderung abgeschoben werden können. Hinzu kommt, dass Behinderte durch das Aufwachsen in Heimen – oft in einer Scheinwelt gross wurden und in dieser weiterleben. Also ergibt sich in der Therapie die Aufgabe, gewissermassen auf




die Welt zu kommen, die Dinge auf den Boden zu holen und die Scheinwelt, die sich oft in Sätzen wie «wenn ich das nicht hätte, könnte ich dies und jenes» ausdrückt, aufzugeben, aus der Scheinwelt auszusteigen. Es muss angeschaut werden, was wirklich nicht geht, was aber trotzdem realisierbar ist. Es geht auch darum, den Schmerz- und Trauerprozess durchzustehen und zu sehen, dass es Dinge gibt, die aufgrund der Behinderung wirklich nicht möglich sind. Aber das ist kein behindertenspezifisches Problem, es kann sich einfach verstärken.

 *Hast Du in Deiner therapeutischen Praxis schon mit behinderten oder süchtigen Leuten gearbeitet?*

Aiha: Nein, ich habe noch nie mit im engeren Sinne behinderten Leuten gearbeitet. Ich glaube zudem, dass behinderte Leute eine grössere Hemmschwelle haben, in eine Therapie einzusteigen, obwohl ich glaube, dass gerade eine Therapie eine Möglichkeit wäre, sich freier mit der Behinderung auseinanderzusetzen. Ich arbeite aber sehr oft mit psychosomatisch Erkrankten, hier zeigen sich Parallelen zu Behinder-

ten oder auch Süchtigen: Häufig wird eine Krankheit vorgeschoben, um dahinterliegenden Problemen auszuweichen. In meiner Praxis sind auch Mager- und Essüchtige. Ich habe auch die Erfahrung gemacht, dass Suchtverhalten als Signal verstanden werden kann, zuzugestehen, etwas für sich selbst tun zu müssen oder zu wollen. Infolge einer unsorgfältigen medizinischen Schmerzbehandlung war ich einmal Morphinabhängig. Das ist für mich eine tiefe Erfahrung des Aufgebens von Eigenverantwortung, denn die Sucht hatte all meine Energien gefressen, die Aussenwelt war für mich nicht mehr realisierbar.

Allgemein gesagt ist Sucht etwas, wovon ich abhängig bin. Es gibt auch Liebessucht oder Sehnsucht. Zeitweise sind wir also alle süchtig. Das ist für mich gar nicht so erschreckend. Schlimm wird es erst, wenn wir uns dessen nicht mehr bewusst sind und wenn wir den Prozess nicht mehr unterbrechen können. Sucht ist dann vorhanden, wenn das Bewusstsein darüber verloren geht und die Kontrollfunktionen ausgeschaltet sind.

 *Du hast in diesem Gespräch mehrmals den Ausdruck «Verantwortung übernehmen» gebraucht. Stellst du damit nicht zu hohe Forderungen an Menschen, die aufgrund ihrer*

Lebensgeschichte eingeschränkt wurden?

Aiha: Du kannst den Begriff «Verantwortung übernehmen» auch durch «Selbständigkeit» ersetzen. Je abhängiger jemand lebt, umso weniger Verantwortung übernimmt er für sich, umso unselbständiger verhält er sich, und umgekehrt.

Nun geht es aber nicht so einfach, sich in das Licht zu stellen, und damit hat es sich. Zwar ist es auch wichtig, dieses Licht zuzulassen. Aber es geht auch darum, den Schmerz, den wir durch die Frustration in der Kindheit erlebten, durchzustehen, denn dieser Schmerz bindet viele Energien und ist Ursache mancher Angst. Aber irgendwann geht es darum, einzusehen, dass die Kindheit das eine, das heutige Leben das andere ist, dass ich heute die Entscheidungsfreiheit habe, alte Erlebnismuster nicht ständig zu wiederholen, und das heisst «Verantwortung für sich selbst übernehmen». Ich gebrauche jeweils folgendes Bild: Einen Schritt höher kannst du nur, wenn Du einen Schritt tiefer gehst. Ein Baum, der nicht ein gesundes, kräftiges Wurzelwerk hat, kann nicht eine ausladende Krone tragen. Wäre der Baum in der Tiefe nicht genügend verwurzelt, würde er beim nächsten Windstoss stürzen. Oben und Unten sind Polaritäten, die zueinander gehören. □