



# DISSERTATION / DOCTORAL THESIS

Titel der Dissertation /Title of the Doctoral Thesis

„Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe im Kontext von  
Co-Abhängigkeit. Eine theologisch-ethische  
Auseinandersetzung.“

verfasst von / submitted by

Mag.theol. Roswitha Kaisler

angestrebter akademischer Grad / in partial fulfilment of the requirements for the  
degree of

Doktorin der Theologie (Dr. theol.)

Wien, 2019 / Vienna 2019

Studienkennzahl lt. Studienblatt / A 780 011  
degree programme code as it appears on the  
student record sheet:

Dissertationsgebiet lt. Studienblatt / Katholische Fachtheologie  
field of study as it appears on the student  
record sheet:

Betreut von / Supervisor:

Univ.-Prof. Dr. Sigrid Müller



## **Inhaltsverzeichnis**

Vorwort.....	11
Einleitung.....	13
TEIL I: THEORETISCHE GRUNDLEGUNG.....	15
Problemanzeige: Co-Abhängigkeit und Nächstenliebe – ein zwiespältiges Paar.....	15
1 Sucht/Co-Abhängigkeit .....	15
1.1 Sucht.....	17
1.2 Co-Abhängigkeit .....	19
1.2.1 Wandelndes Verständnis.....	19
1.2.2 Abhängigkeitsfalle nach Aumüller .....	27
1.2.3 Unterschiedliche Definitionen .....	29
1.2.4 Zusammenschau der Definitionen .....	35
1.2.5 Phasen co-abhängigen Verhaltens .....	38
1.2.6 Charakteristika/Kernsymptome co-abhängigen Verhaltens .....	40
1.2.7 Rollenbilder .....	48
2 Die christliche Tugend der Nächstenliebe: Theologisch-ethische Betrachtungsweisen .....	55
2.1 Ziel christlicher Ethik.....	57
2.1.1 Gottesbild.....	59
2.1.2 Christliche Tugenden.....	61
2.1.3 Trias Gottesliebe, Selbstliebe, Nächstenliebe.....	63
TEIL II: KLÄRUNG DER FORSCHUNGSFRAGE - DER RELIGIÖSE UND SPIRITUELLE KONTEXT VON CO-ABHÄNGIGKEIT.....	65
1 Nähere Bestimmung von Ziel und Forschungsfrage .....	65
2 Methodologische Vorüberlegungen - Forschungsergebnisse zur Bedeutung des Religiösen und Spirituellen.....	66

2.1	Methodische Vorüberlegung zur Untersuchung von Religiosität als Phänomen bei den Al-Anon Gruppen.....	67
2.1.1	Tatjana Schnell: Implizite Religiosität .....	68
2.2	Hinweise aus einer empirischen Feldstudie zum Verhältnis von Alkoholabhängigkeit und Religiosität .....	71
2.2.1	Claudia Schulz: Die Bedeutung des Religiösen in der Lebensgeschichte von Alkoholabhängigen.....	72
2.3	Wirkungen von Religiosität auf psychische Gesundheit .....	74
2.3.1	Sebastian Murken: Religiosität, Kontrollüberzeugung und seelische Gesundheit bei den Anonymen Alkoholikern .....	75
2.4	Verhältnisbestimmungen von Sucht und Religiosität .....	78
2.4.1	Reiner Fuchs: Sucht als religiöse Macht.....	79
2.5	Das verzerrte religiös-spirituelle Empfinden von süchtigen Personen .....	80
2.5.1	Unterrainer, Human-Friedrich: Seelenfinsternis?: Struktur und Inhalt der Gottesbeziehung im klinisch-psychiatrischen Feld .....	82
2.6	Christliche Gottesbilder im Kontext von Co-Abhängigkeit.....	84
2.6.1	Margita Reyßer-Aichele: Gottesbild und Emotionen .....	86
2.7	Umkehr und Kapitulation als Weg aus der Sucht .....	88
2.7.1	Simone Bell-D’Avis: Rettet Gott aus der Sucht? .....	89
3	Zusammenschau und Einordnung des Forschungsstandes .....	91
TEIL III: METHODOLOGIE DER EMPIRISCHEN UNTERSUCHUNGEN.....		95
1	Qualitativ-empirische und quantitativ-standardisierte Forschung im Vergleich....	95
2	Qualitative Forschung.....	100
2.1	Qualitätskriterien qualitativer Forschung.....	106
2.2	Qualitative Forschung und ihre Kernkategorien .....	106
2.3	Verbindung von qualitativer und quantitativer Methodik.....	108
2.4	Feldforschung.....	110
2.4.1	Going native.....	116

2.5	Narratives Interview .....	117
2.6	Triangulation .....	121
2.7	Experten- und Expertinneninterview .....	124
2.7.1	Exploratives, systematisierendes oder theoriegenerierendes Experten- und Expertinneninterview .....	124
2.7.2	Kriterien für die Auswahl eines Experten bzw. einer Expertin .....	126
2.7.3	Leitfadengestütztes Experten- und Expertinneninterview .....	126
3	Die Interpretation empirischer Daten durch die Anwendung der Verfahren der Grounded Theory .....	127
3.1	Das zentrale Anliegen von Glaser und Strauss .....	127
3.2	Weiterentwicklung der Grounded Theory .....	129
3.3	Grundprinzipien und Methodologie der Grounded Theory .....	132
4	Methodische Planung des Forschungsprozesses.....	138
4.1	Begründung der ausgewählten Forschungsmethoden .....	140
TEIL IV: BEGEGNUNG MIT DER REALITÄT DER CO-ABHÄNGIGKEIT .....		143
Schritte der Untersuchung .....		143
1	Schrittweiser Zugang zum Forschungsfeld.....	143
1.1	Feldzugang zu den ausgewählten Al-Anon Gruppen.....	144
1.2	Die reflektierende Rolle der Forscherin .....	145
1.3	Erfahrungen während des Feldaufenthaltes .....	146
1.3.1	Es wird erzählt – Ausblenden blinder Flecken .....	149
1.4	Der revidierte Ausgangspunkt.....	151
2	Teilnehmende Beobachtungen in ausgewählten Al-Anon Gruppen.....	155
2.1	Axiales Kodieren.....	155
2.1.1	Ergebnisse aus dem Verfahren des axialen Kodierens .....	155
2.1.2	Deutung der Ergebnisse aus dem Verfahren des axialen Kodierens .....	157
2.2	Selektives Kodieren .....	163
2.2.1	Ergebnisse aus dem Verfahren des selektiven Kodierens .....	163

2.2.2	Deutung der Ergebnisse aus dem Verfahren des selektiven Kodierens..	168
3	Narrative Interviews .....	169
3.1	Durchführung der narrativen Interviews .....	171
3.2	Transkription wichtiger Passagen aus den Einzelinterviews .....	172
3.2.1	Narratives Interview 1 vom 13.07.2017 .....	172
3.2.2	Narratives Interview 2 vom 17.07.2017 .....	176
3.2.3	Narratives Interview 3 vom 19.07.2017 .....	181
3.2.4	Narratives Interview 4 vom 07.08.2017 .....	186
3.2.5	Narratives Interview 5 vom 18.09.2017 .....	192
3.2.6	Narratives Interview 6 vom 25.09.2017 .....	195
3.3	Auswertung der gewonnenen Daten aus den narrativen Interviews .....	198
3.3.1	Generierte Kategorien aus dem Verfahren des axialen Kodierens .....	198
3.3.1.1	Deutung der Ergebnisse aus dem Verfahren des axialen Kodierens .....	200
3.3.2	Generierte Kategorien aus dem Verfahren des selektiven Kodierens ....	202
3.3.3	Identifizierte Schlüsselkategorien aus den narrativen Interviews.....	204
3.3.4	Zusammenschau der identifizierten Schlüsselkategorien aus der empirischen Forschung .....	204
4	Experten- und Expertinneninterview mit einer klinischen Psychologin über die generierten Daten aus der empirischen Forschung .....	205
4.1	Leitfaden .....	206
4.2	Stellungnahme der Expertin .....	207
4.3	Deutung der Ergebnisse aus dem Experten- und Expertinnengespräch sowie aus der empirischen Forschung.....	209
TEIL V: THEOLOGISCH-ETHISCHE WEGE AUS DER CO-ABHÄNGIGKEIT: INTERDISZIPLINÄRE ZUGÄNGE .....		
1	Co-abhängig – Mit-gefangen im Suchtprozess eines Familienangehörigen oder einer Familienangehörigen .....	214
1.1	Weg der Befreiung aus co-abhängigem Verhalten .....	216

2	Interdisziplinäre Lösungsansätze .....	217
2.1	Systemtherapie und Traumaforschung .....	218
2.1.1	Dissoziation aus neurologischer Sicht/Dissoziation im Kontext von Co- Abhängigkeit.....	220
2.1.2	Ein Blick auf das Selbstbild co-abhängiger Personen .....	221
2.1.3	Deutung dissoziativer Phänomene.....	222
2.2	Resilienzforschung .....	226
2.3	Psychosomatik und Neurobiologie .....	235
2.4	Stressforschung .....	239
3	Theologisch-ethische Interpretationsansätze im Hinblick auf Nächstenliebe .....	243
3.1	Die Blockade der Liebe und Fehlformen von Nächstenliebe – Theologisch- ethische Beobachtungen und Reflexionen.....	243
3.1.1	Gottesliebe als Gnadenerfahrung – Gnadenerfahrung im Kontext von Co- Abhängigkeit.....	244
3.1.2	Die Liebe Gottes zu den Menschen - „Lasst euch vom Geist erfüllen“ – das Hoffen co-abhängiger Personen auf das Wirken des Heiligen Geistes .....	245
3.2	Helfen ohne Ende – ist das Liebe? – Eine theologisch-ethische Kritik der Fehlformen von Nächstenliebe .....	248
3.2.1	Die fehlende Dynamik zwischen Selbst- und Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit.....	248
3.3	Überlegungen zu Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe – empirisch ausgewiesene Fehlformen im Kontext von Co-Abhängigkeit.....	252
3.3.1	Die Liebe als Grundgebot (Schockenhoff) .....	252
3.3.2	Nicht-Abstraktheit der Liebe und Formen falsch verstandener Nächstenliebe (Gielen) .....	256
3.3.3	Mit-leiden – Mit-leid (Körtner) .....	257
3.3.4	„Narzisstische Kompetenz – Selbstliebe – Nächstenliebe“ (Van de Spijker) .....	258
3.3.5	Nächstenliebe aus tiefenpsychologischer Sicht (Vogel).....	260

4	Die Grenzen moralischen Könnens .....	262
4.1	Revision der empirischen Forschung .....	263
4.2	Gebrochene Identität .....	266
4.3	Übersteigerte Schuldgefühle .....	272
4.4	Das anklagende Gewissen und der fehlende Ruf zur Selbstwertung .....	276
4.5	Eingeschränkte Fähigkeit zu handeln.....	281
4.6	Isolation durch Scham.....	289
TEIL VI: PASTORALE ERMÖGLICHUNG MORALISCHEN KÖNNENS .....		295
1	Problemerkörterung – warum co-abhängiges Verhalten so schwer zu überwinden ist .....	295
2	Kernfragen für pastorales Handeln .....	296
3	Einladende Pastoral – pastorale Hilfestellungen .....	299
4	Herausforderungen für pastorales Handeln im Kontext von Co-Abhängigkeit ...	300
5	Pastorales Handeln als Brücke zur Lebenswirklichkeit co-abhängiger Personen	303
5.1	Das Leid co-abhängiger Personen lindern .....	304
5.2	Reflexion der Gefährdungen co-abhängiger Personen .....	306
5.3	Worauf co-abhängige Personen selbst hinweisen – Orientierungslinien für eine Lebens-umorientierung und Ver-wandlung.....	308
5.3.1	Ansatzpunkt: Mut zur Freiheit.....	308
5.3.2	Ansatzpunkt: Liebe zur Höheren Macht/Kraft zu Gott – „wie wir Ihn verstanden“ .....	309
5.3.3	Ansatzpunkt: Perspektiven der Dynamik von Selbst-, Nächsten- und Gottesliebe .....	310
5.3.4	Ansatzpunkt: Bereitschaft zur Veränderung.....	312
5.4	Pastoraltheologischer Leitfaden: 10 Gebote für pastorales Handeln im Kontext von Co-Abhängigkeit.....	313
Literaturverzeichnis .....		317
Tabellen- und Abbildungsverzeichnis .....		329

Abstract deutsch.....	331
Abstract english .....	333



*„Ich bin gekommen, damit sie das Leben haben  
und es in Fülle haben.“ (Joh 10,10)*

## **Vorwort**

Diese Arbeit verdankt sich vor allem einer über viele Jahre erfolgten Wahrnehmung zahlreicher Herausforderungen weiblicher Angehöriger, deren Leben aufgrund einer Alkoholkrankheit in der Familie zu einer Gratwanderung zwischen Einsamkeit, Isolation und völliger Verzweiflung wurde. Gedanklich reflektiert habe ich allerdings über Jahrzehnte hindurch in erster Linie lediglich die Problematik der Alkoholkrankheit. Erst durch das Lesen eines kurzen Absatzes in der Forschungsarbeit von Claudia Schulz, in dem diese auf das Forschungsdesiderat Co-Abhängigkeit hinweist, begann mein Forschungsinteresse an diesem mir bis dahin unbekanntem Phänomen.

Sehr herzlich möchte ich daher den Teilnehmern und Teilnehmerinnen an den Meetings der Al-Anon Familiengruppen für Angehörige und Freunde von Alkoholikern im Kardinal König Haus, 1130 Wien und in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien danken, die mich freundlich, wohlwollend und vor allem offenherzig in ihrer Gemeinschaft als Forscherin aufgenommen haben. Sechs Teilnehmerinnen waren auch bereit, in einem narrativen Interview Fragen über Co-Abhängigkeit zu beantworten. So konnte ich nicht nur vor Ort empirisch forschen, d.h. zahlreiche Erkenntnisse über das Phänomen Co-Abhängigkeit gewinnen, sondern es wurden mir durch die Teilnahme an den wöchentlichen Al-Anon Meetings auch viele bereichernde Erfahrungen geschenkt. Ohne das mir entgegengebrachte Vertrauen in meine Tätigkeit als Forscherin würde es die empirischen Erkenntnisse der hier vorliegenden Arbeit nicht geben.

Univ.-Prof.<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Sigrid Müller, meiner Doktormutter, sei an dieser Stelle ein herzlicher Dank für das Interesse am Phänomen Co-Abhängigkeit, für viele wegweisende Anregungen, neue Denkanstöße, für ermutigende Impulse während des Feldaufenthaltes in den Al-Anon Gruppen und besonders für ihre stets freundliche, herzliche und liebevolle Begleitung ausgesprochen.

Univ.-Prof. DDr. Kurt Appel danke ich für die Anregung, co-abhängiges Verhalten aus dem Blickwinkel der Theologischen Grundlagenforschung zu betrachten. Schon aus meinem Grundstudium Katholische Fachtheologie ist mir ein Anliegen Bapist Metz' besonders in Erinnerung geblieben, nämlich, jenen eine Stimme zu verleihen, die dazu nicht in der Lage sind und so deren Leid zu vergegenwärtigen.

Ein besonders inniger Dank gilt meinem Ehemann Rudolf, der mich stets bedingungslos und wertschätzend unterstützt und bestärkt, meinen Forschungsinteressen nachzugehen.

Meinen Kindern Rudi und Raphaela danke ich dafür, dass sie mir aufgezeigt haben, dass es sich lohnt, lebensorientierende Fragen aufzugreifen und zu versuchen, diese zu beantworten. Ein besonderer Dank gilt auch Anna, der Mutter meiner Enkeltochter Clara und meines Enkelsohnes Simon sowie Rainer, dem Freund meiner Tochter, die mein Leben in jeglicher Hinsicht sehr bereichern.

Meiner lieben Freundin Annett danke ich sehr herzlich für ihren stärkenden Zuspruch, ihre liebevolle Unterstützung und vor allem für viele stets ermutigende Gespräche.

Zuletzt gilt mein Dank Ao. Univ.-Prof. Dr. Gunter Prüller-Jagenteufel und Ao. Univ.-Prof.<sup>in</sup> Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Maria Elisabeth Aigner für die Bereitschaft, vorliegende Dissertation zu begutachten.

## Einleitung

Ausgehend von Studienergebnissen aus allgemeinen Studien und Studien im Kontext von Suchtabhängigkeit zur Bedeutung des Religiösen und Spirituellen ist es das Anliegen dieses Forschungsprojektes, den Zusammenhang von Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe im Kontext der komplexen Lebenswelt co-abhängiger Personen zu erforschen, Wege aus dem Dilemma co-abhängigen Verhaltens aufzuzeigen und die pastorale Ermöglichung moralischen Könnens zu entfalten.

Wie wenig Öffentlichkeit dem Leiden der mitbetroffenen Angehörigen Alkoholkranker zukommt, wurde anhand der Aktionswoche ‚Dialogwoche Alkohol‘<sup>1</sup> deutlich. Diese wurde von der Österreichischen ARGE Suchtvorbeugung in Linz im Zeitraum vom 13. bis 21. Mai 2017 das erste Mal für ganz Österreich ausgerufen. So wurden Einrichtungen, die sich mit dem Thema Alkohol befassen, eingeladen, das Thema Alkohol aufzugreifen und Veranstaltungen zu organisieren. Ziel dieser Dialogwoche war es, präventiv tätig zu werden und die Verantwortung sowie die Vorbildwirkung der Gesellschaft gegenüber Alkohol anzusprechen. Der eingenommenen gesellschaftlichen Haltung gegenüber dem Alkoholkonsum kam hierbei eine große Bedeutung zu. Man wollte über Beratungsstellen und Behandlungsmöglichkeiten informieren, rund um das Thema Alkohol aufklären, sachliche Diskussionen anregen und Wege aufzeigen, wie risikoreicher Alkoholkonsum vermieden werden kann. Auch die Unterstützung jener Menschen, die wenig bis keinen Alkohol trinken, stand im Zentrum dieser erstmals in Österreich stattgefundenen Schwerpunktwoche zum Thema Alkohol.<sup>2</sup> Das Motto ‚Wie viel ist zu viel – Reden wir darüber!‘<sup>3</sup> verwies auf einen verantwortungsvollen, auf die Gefahren bewusstmachenden Umgang mit Alkohol. Mit dieser Aufklärungskampagne wurde versucht, einen großen Kreis von Menschen anzusprechen. Die Lebenssituation, insbesondere das Zusammenleben mit einer alkoholkranken Bezugsperson und das daraus resultierende Leiden der Angehörigen wurde jedoch nicht in den Blick genommen.

---

<sup>1</sup> <http://www.alk-info.com/index.php/reportagen-hm/1066-aktionswoche-alkohol-weniger-ist-besser-dhs-einkaufszentren-fussgaengerzone-informationsveranstaltung-plakataktion-dialogwoche-oesterreichische-arge-suchtvorbeugung> [29.10.2017].

<sup>2</sup> Vgl. ebd. [29.10.2017].

<sup>3</sup> Ebd. [29.10.2017].

*„90 Prozent der Bevölkerung trinkt Alkohol. In Deutschland ebenso wie in Österreich. Was für viele Menschen Genuss und Entspannung bedeutet, heißt für andere wiederum ein Abgleiten in die Sucht und ins Elend.“<sup>4</sup>*

Das Forschungsinteresse der hier vorliegenden Arbeit gilt den nahestehenden Personen alkoholkranker Bezugspersonen, die im Laufe einer oft allmählichen Entwicklung von Alkoholabhängigkeit immer stärker in den Suchtkreislauf der alkoholkranken Bezugsperson verstrickt werden und ihr Leben zunehmend nicht mehr selbst gestalten können.

*„Sein Gefährdungspotenzial besteht darin, dass Alkohol praktisch unbeschränkt verfügbar ist. Infolgedessen ist sein Konsum extrem weit verbreitet und erfolgt in großen Bevölkerungsgruppen regelmäßig. In erheblichem Maße ist ein ‚schädlicher Gebrauch‘ bzw. ‚Missbrauch‘ – d.h. ein die Gesundheit schädigendes Konsumverhalten – zu beobachten.“<sup>5</sup>*

Aus Helfern bzw. Helferinnen werden oftmals hilflose, mitbetroffene Personen, deren Leben zunehmend von ihrem co-abhängigen Verhalten beherrscht wird und in der Folge auch die Beziehung zur alkoholkranken Person stets wachsenden Belastungen ausgesetzt ist.

Aus der Vielfalt möglicher stoffgebundener und stoffungebundener Süchte wird daher das Phänomen Co-Abhängigkeit aufgegriffen. Es soll jenen eine Stimme gegeben werden, die in unserer Gesellschaft oftmals unsichtbar bleiben und deren Leid oftmals unzureichend wahrgenommen wird. Das zentrale Anliegen dieser Forschungsarbeit ist daher das Sichtbarmachen der Folgen dieses Phänomens und das Aufzeigen von Wegen, die zur Überwindung von co-abhängigem Verhalten führen. Vor allem die Ermöglichung neuer Wege für ein gelingendes Leben, in christlicher Redeweise für ein Leben in Fülle<sup>6</sup> steht im Mittelpunkt des Forschungsinteresses.

---

4 Ebd. [29.10.2017].

<sup>5</sup> <http://www.dhs.de/suchstoffe-verhalten/alkohol.html> [29.10.2017].

<sup>6</sup> Joh 10,10 (EÜ): „[...] ich bin gekommen, damit sie das Leben haben und es in Fülle haben.“

# TEIL I: THEORETISCHE GRUNDLEGUNG

## Problemanzeige: Co-Abhängigkeit und Nächstenliebe – ein zwiespältiges Paar

### 1 Sucht/Co-Abhängigkeit

Wie bereits in der Einleitung näherhin dargelegt, greift vorliegende Forschungsarbeit das Phänomen Co-Abhängigkeit aus den unterschiedlichen Formen möglicher Abhängigkeiten auf, da diesem in der gesellschaftlichen Wahrnehmung derzeit nur geringe Bedeutung zukommt. Co-abhängige Mit-verstrickung tritt meist im Zusammenhang mit der Alkoholabhängigkeit einer nahestehenden Bezugsperson auf. Warum ist es so wichtig, dieses Phänomen empirisch zu beforschen? Hierzu können Ausführungen der Organisation „Das Blaue Kreuz Österreich“<sup>7</sup> wichtige einführende Hinweise hinsichtlich der Forschungswürdigkeit dieses Phänomens geben.

*„In Österreich ist es (fast) normal Alkohol zu trinken. Die Alkoholabhängigkeit entwickelt sich meist schleichend.“<sup>8</sup>*

In diesen Prozess sind nicht nur Familienangehörige involviert, sondern auch der Freundeskreis, Nachbarn und Arbeitskollegen können mit-betroffen sein. Auf die Notwendigkeit, sich der Angehörigenproblematik anzunehmen, verweist auch Jens Flassbeck:

*„Solange die Suchthilfe sich ausschließlich um die Belange der Suchtkranken kümmert, arbeitet sie ineffektiv. Angehörige und Kinder von Suchtkranken benötigen dieselbe helfende Aufmerksamkeit und Zuwendung wie die Suchtkranken.“<sup>9</sup>*

Wege der Befreiung aus Co-Abhängigkeit aufzuzeigen, ist nicht nur für erwachsene co-abhängige Personen von besonderer Wichtigkeit, sondern hat auch Auswirkungen auf die jüngsten Familienangehörigen, denn

---

<sup>7</sup> Das Blaue Kreuz Österreich wurde 1905 gegründet. Diese christliche Organisation berät, unterstützt seelsorgerlich alkoholranke Personen und jene Personen, die indirekt mitbetroffen sind, co-abhängige Personen genannt.

<sup>8</sup> [http://www.blaueskreuz.at/de/\(alkohol\)\\_sucht/abh\\_aumlngigkeit](http://www.blaueskreuz.at/de/(alkohol)_sucht/abh_aumlngigkeit) [12.11.2017].

<sup>9</sup> <http://www.co-abhaengig.de/perspektiven.html> [12.11.2017].

*„Kinder aus Suchtfamilien haben ein erhöhtes Risiko, später als Erwachsene selber eine Co-Abhängigkeit oder Sucht zu entwickeln.“<sup>10</sup>*

Als aktuelles, gegenwärtiges Phänomen stellt Co-Abhängigkeit aus theologischer Sicht einen wichtigen „locus theologicus“<sup>11</sup> dar. Die Gegenwart als solch einen Ort zu fokussieren, entspricht nach Jäggle und Polak<sup>12</sup> einem Vorgehen, das Phänomene aufgreift, „die in der jeweiligen Zeit in besonderer Weise einen Anwesenheits-, Wirkungs- und Handlungsraum Gottes darstellen.“<sup>13</sup>

Das Phänomen Co-Abhängigkeit wird daher nicht nur theoretisch dargelegt, sondern Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit empirisch untersucht. Diesbezügliche Daten sollen durch Feldforschung und narrative Interviews generiert und abschließend einer theologisch-ethischen Untersuchung unterzogen werden. Ziel dieses Vorgehens ist es, einerseits lebensförderliche Wege aus der Co-Abhängigkeit und andererseits lebensorientierte Perspektiven für den Umgang mit diesem Phänomen im pastoral-seelsorgerlichen Bereich aufzuzeigen.

Eine theoretische Darlegung des Phänomens Co-Abhängigkeit<sup>14</sup> kann jedoch nicht umfassend durchgeführt werden, ohne sich mit dem Begriff Sucht, dem Wandel im Suchtverständnis auseinanderzusetzen und eine Definition und Klassifikation des Suchtbegriffes vorzunehmen. In der Folge wird zu klären sein, ob Co-Abhängigkeit mit Sucht gleichgesetzt werden kann oder davon unterschieden werden muss. Sich Vorkenntnisse über das Forschungsfeld vor Betreten des Feldes anzueignen, ist ein notwendiger Schritt, um das Phänomen Co-Abhängigkeit empirisch erforschen zu können.

---

<sup>10</sup> <http://www.co-abhaengig.de/perspektiven.html> [12.11.2017].

<sup>11</sup> Unter locus theologicus wird ein Ort verstanden, an dem Aussagen aus theologischer Sicht erhoben werden können. Vgl. Jäggle, Martin / Polak, Regina (2012): Gegenwart als locus theologicus. Für eine migrationssensible Theologie im Anschluss an Gaudium et spes. In: Jan-Heiner Tück (Hg.): Erinnerung an die Zukunft. Das Zweite Vatikanische Konzil. Freiburg im Breisgau: Verlag Herder GmbH, 570-598, 585.

<sup>12</sup> Jäggle, Martin / Polak, Regina (2012): Gegenwart als locus theologicus, 570-598, 579.

<sup>13</sup> Jäggle, Martin / Polak, Regina (2012): Gegenwart als locus theologicus, 570-598, 579.

<sup>14</sup> Vgl. hierzu Teil I: Theoretische Grundlegung. 1.2 Co-Abhängigkeit.

## 1.1 Sucht

„Siech“<sup>15</sup>, ein Wort germanischen Ursprungs, macht deutlich, dass Sucht mit Krankheit und Siechtum in Zusammenhang steht. Dieser Zusammenhang kann noch anhand einiger Wörter wie Schwindsucht, Wassersucht oder Gelbsucht nachvollzogen werden. Moralisch besetzt wurde der Begriff Sucht erst im 19. Jahrhundert. Wolfgang Schulz definiert Sucht folgendermaßen:

*„Unter Sucht versteht man ein unabweisbares, starkes Verlangen nach einem bestimmten Erlebniszustand. Dieses Verlangen kann sich entweder auf verschiedene Drogen (Alkohol, Medikamente, Heroin) oder auf bestimmte Verhaltensweisen (z.B. Spielen, Arbeiten, Fernsehen) beziehen.“*<sup>16</sup>

Besonders deutlich demonstriert Walther H. Lechler den Bedeutungshorizont des Wortes Sucht.

*„Es hat einen mittelhochdeutschen Stamm und der heißt Sjuk. Das Wort kommt also nicht von suchen, wie man glauben möchte, obwohl man Menschen, die man als süchtig erlebt, zum Teil auch als Suchende erlebt. Das Wort kommt von diesem alten Stamm, der im Schwedischen noch erhalten ist. Krankenhaus heißt im Schwedischen Sjukhaus. Und im Englischen ist es erhalten in sick – das bedeutet krank. Also: Das Wort süchtig heißt krank. Und wenn wir sagen: ‚Dieser oder jener Mensch ist suchtkrank.‘, dann sagen wir eigentlich: ‚Er ist krankkrank, nämlich sehr krank!‘“*<sup>17</sup>

Ralf Schneider macht geltend, dass das englische Wort für Sucht nicht sickness heißt, sondern addiction. Er hebt hervor, dass mit dem englischen Begriff addiction der Prozess des allmählichen Verlustes der Freiheit anschaulicher demonstriert wird als mit dem deutschen Wort Sucht.<sup>18</sup>

In einem nächsten Schritt werden zwei große Gruppen von Sucht und der Verlauf süchtigen Verhaltens beschrieben. Man unterscheidet stoffgebundene Formen von stoffungebundenen Formen, die auch als stoffgebundene oder stoffungebundene Süchte bezeichnet werden. Zu den schweren stoffgebundenen Suchtformen werden Alkoholismus, Tabletensucht und Schnüffelstoffe gezählt. Nikotin, Koffein, Teein

---

<sup>15</sup> Schulz, Wolfgang (2000): Sucht. In: Stimmer, Franz / Andreas-Siller, Petra (Hg.): Suchtlexikon. München-Wien, 581-585, 581.

<sup>16</sup> Ebd., 581-585, 581.

<sup>17</sup> Lechler, Walther, H. (2009): Wir sind alle süchtig. In: Lechler, Walther H. (Hg.): Nicht die Droge ist's – sondern der Mensch: wir sind alle süchtig. Goch: Santiago Verlag Joachim Duderstadt, 57-72, 57, 58.

<sup>18</sup> Vgl. Schneider, Ralf (<sup>15</sup>2010): Die Suchtfibel: wie Abhängigkeit entsteht und wie man sich daraus befreit. Information für Betroffene, Angehörige und Interessierte. Baltmannsweiler: Schneider, 3.

werden zu den leicht gebundenen Suchtformen gerechnet. Illegale stoffgebundene Suchtformen sind Heroin und Abkömmlinge, Kokain und Abkömmlinge, Haschisch, Marihuana, LSD, Ecstasy und ähnliche Stoffe. Zu den stoffungebundenen Suchtformen zählen Spielsucht, Missbrauch von digitalen Medien, Arbeitssucht, Sexsucht, Kleptomanie, Kaufsucht, die Sucht nach Extremsituationen, Exotisches und auch die Liebes-Sucht inklusive Eifersucht.<sup>19</sup>

Süchtiges Verhalten folgt einem Verlauf, der aus folgenden Elementen besteht: Betroffenen fällt es zunehmend schwer, Einfluss auf ihr süchtiges Verhalten auszuüben. Willentliche Kontrolle kann immer weniger ausgeübt werden, sodass das Suchtverhalten sich immer mehr der Verantwortung des Individuums entzieht. Als Folge des zunehmenden Kontrollverlustes kommt es zur Steigerung der Dosis. Es tritt der Wiederholungszwang hinzu und die süchtige Person wird abstinenzunfähig.<sup>20</sup> Das süchtige Verhalten zieht in der Folge schwerwiegende Schäden in unterschiedlichen Bereichen nach sich.

*„Weiterhin sind schädigende Folgen im psychischen, sozialen und im körperlichen Bereich für süchtiges Verhalten charakteristisch.“<sup>21</sup>*

1968 nahm die Weltgesundheitsorganisation eine Begriffsänderung vor: Drug addiction (Sucht) wurde zu drug dependence (Abhängigkeit).<sup>22</sup>

*„Hier ist der Begriff allerdings auf Substanzen beschränkt und A. liegt vor, wenn der Konsum einer Substanz oder Substanzklasse für die betroffene Person Vorrang hat gegenüber anderen Verhaltensweisen, die von ihr früher höher bewertet wurden und sich eine Toleranz und/oder Entzugserscheinungen nachweisen lassen.“<sup>23</sup>*

Sucht wurde in den letzten 100 Jahren als Erbkrankheit, als moralisches Versagen, als Krankheit, als Folge gesellschaftlicher Verhältnisse, als Familienkrankheit und auch als Lösungsversuch eingestuft. Lange Zeit wurden die Familienstrukturen süchtiger Personen jedoch nicht untersucht. Als man begann, familiäre Interaktionen näher zu

---

<sup>19</sup> Vgl. Gross, Werner (1990): Sucht ohne Drogen. Arbeiten, Spielen, Essen, Lieben ... . Frankfurt am Main: Fischer-Taschenbuch Verlag, 22-24.

<sup>20</sup> Vgl. Schulz, Wolfgang (2000): Sucht, 581-585, 581.

<sup>21</sup> Ebd., 581-585, 581.

<sup>22</sup> Vgl. Klement, Heinz (2000): Abhängigkeit. In: Stimmer, Franz / Mitarbeit von Andreas-Siller, Petra (Hg.): Suchtlexikon, 1-6, 1.

<sup>23</sup> Schulz, Wolfgang (2000): Abhängigkeit. In: Stimmer, Franz (Hg.) unter Mitarbeit von Andreas-Siller, Petra: Suchtlexikon, 1,1.

beleuchten, konnte die Mit-Abhängigkeit der Familienmitglieder erkannt werden. Alle heute im Suchtbereich Tätigen wissen über diese Zusammenhänge Bescheid.<sup>24</sup>

## **1.2 Co-Abhängigkeit**

Mit dem Erkennen dieses Zusammenhanges entstand eine Vielfalt von Literatur mit sehr unterschiedlichen Aussagen über Mit-Abhängigkeit, auch Co-Abhängigkeit genannt. Auf äußerst unterschiedliche Weise wurde versucht, die Frage „Was ist Co-Abhängigkeit?“ zu beantworten und den Terminus Co-Abhängigkeit zu definieren. Man versuchte, den Kern und die Auswirkungen dieses Phänomens darzustellen. Ziel all dieser Bemühungen war es, dieses Phänomen umfassend zu beschreiben: Ursachen, Primär- und Sekundärsymptome, Verhaltensmuster, auftretende Persönlichkeitsstörungen, den Gesamtzustand co-abhängiger Personen, die Auswirkungen von Co-Abhängigkeit, insbesondere die auftretenden Leiden. Diese Beschreibungen zu kennen, ist für die geplante Feldforschung insofern bedeutend, als die Forscherin einen möglichst umfassenden Blick auf das Phänomen Co-Abhängigkeit vor Betreten des Forschungsfeldes gewinnen kann. Nachstehend wird der Blick auf den Entwicklungsprozess des Verständnisses von Co-Abhängigkeit gerichtet.

### **1.2.1 Wandelndes Verständnis**

Bereits in den Vierzigerjahren machten Frauen auf physische und psychische Belastungen, die im Zusammenleben mit einem alkoholabhängigen oder von anderen Drogen abhängigen Partner auftraten, aufmerksam. Während ihre Männer in Selbsthilfegruppen die Chance erhielten, Lösungswege aus ihrer Sucht zu entwickeln, wurden ihre Krankheitssymptome zunächst nicht wahrgenommen. Sie galten lediglich als Angehörige von Suchtkranken, sodass der Bedarf einer eigenen Selbsthilfegruppe immer dringender wurde. Es entstanden die ersten Selbsthilfegruppen, Al-Anon Gruppen genannt.<sup>25</sup>

Auf die komplexe Lebenswelt im Kontext von Co-Abhängigkeit wurde bereits 1968 von Kellermann in einer Schriftenreihe der Al-Anon Gruppen hingewiesen. Er macht

---

<sup>24</sup> Vgl. Fengler, Jörg (2000): Co-Abhängigkeit. In: Stimmer, Franz / Andreas-Siller, Petra (Hg.): Suchtlexikon, 90-96, 90, 91.

<sup>25</sup> Vgl. Rennert, Monika (1993): Rollenverteilung in belasteten Familien und die Entdeckung von Co-Abhängigkeit in Familien von Suchtkranken. In: Die Deutsche Hauptstelle gegen die Suchtgefahren (Hg.): Sucht und Familie: Schriftenreihe zum Problem der Suchtgefahren. Bd. 35. Freiburg im Breisgau, 27-35, 27.

darauf aufmerksam, dass Angehörige suchtkranker Personen durch ihre eingenommenen Rollen und Hilfestellungen die Sucht unterstützen und zeigt auf, dass ihr Verhalten sowohl hilfreich und leidend als auch herausfordernd und kränkend sein kann. Ende der Siebzigerjahre des vorigen Jahrtausends wurde in den USA erstmals Literatur veröffentlicht, die das Leben von Familien beschreibt, in denen ein Familienmitglied von einem chemischen Mittel abhängig ist. Die Mit-Betroffenheit der Angehörigen wurde zunehmend als Co-Abhängigkeit konstatiert<sup>26</sup> und im amerikanischen Raum als eine eigenständige Krankheit bezeichnet.<sup>27</sup>

Mitte der Siebzigerjahre verbreitete sich im amerikanischen Raum der Begriff co-dependency oder auch co-dependence genannt. Damit begann das Ringen um die Bedeutung dieses Begriffes. 1986 verortete Anne Wilson Schaefer<sup>28</sup> dieses damals erst jüngst benannte Phänomen im Gebiet der Suchtabhängigkeit. Sie beschreibt es als ein Phänomen eines Krankheitsprozesses, der aufgrund einer kranken Suchtgesellschaft entstehe<sup>29</sup> und weist auf die Entstehung des Begriffes Co-Abhängigkeit im Bereich der Suchtbehandlung von Alkoholikern hin. Sie hebt hervor, dass die wesentliche Rolle der Familie auf dem Genesungsweg Alkoholkranker erst allmählich erkannt wurde. Lange Zeit zuvor standen bloß alkoholabhängige Personen im Fokus der Therapien, bis man erkannte, dass diese weniger Rückfälle erlitten, wenn man die Familie mittherapierte. Auf diesem Wege erfuhren Familienangehörige erstmals, dass auch sie eine Therapie zur Erlangung ihrer eigenen Gesundheit benötigen. Zuvor wurden sie zwar über das Problemfeld Alkoholismus informiert, jedoch nicht über ihre eigene Erkrankung. Co-Abhängige wurden vor der Entdeckung dieses Zusammenhanges vor allem als Helfer und Förderer (Enabler) der andauernden Alkoholabhängigkeit ihrer Partner oder nächsten Angehörigen betrachtet. Ihr Weg zurück ins Leben stand daher nicht an erster Stelle der gängigen Therapien, da die Dringlichkeit therapeutischer Hilfe noch nicht wahrgenommen werden konnte.

Anne Wilson Schaefer hebt die Bedeutung der Eigendynamik dieses eigenständigen Krankheitsprozesses und die erst allmähliche Entdeckung dieses Zusammenhanges

---

<sup>26</sup> Vgl. Rennert, Monika (1993): Rollenverteilung in belasteten Familien und die Entdeckung von Co-Abhängigkeit in Familien von Suchtkranken, Bd. 35, 27-35, 27, 28.

<sup>27</sup> Vgl. Schmieder, Arnold (1992): Normalität der Abwehr. Freiburg im Breisgau: Lambertus Verlag, 107.

<sup>28</sup> Wilson Schaefer, Anne (1992): Co-Abhängigkeit: Die Sucht hinter der Sucht. München: Wilhelm Heyne Verlag.

<sup>29</sup> Vgl. ebd., 1, 33.

hervor.<sup>30</sup> Der Hinweis der Autorin ist für die Forscherin insofern hilfreich, als er darüber Aufschluss gibt, dass co-abhängige Personen als eigenständige Personen wahrzunehmen sind. Anne Wilson Schaefs Ausführungen belegen die Wichtigkeit, neuen Wegen im Heilungsprozess co-abhängiger Angehöriger nachzugehen. Neugewonnene Erkenntnisse aus der empirischen Forschung könnten im pastoralen Umgang von Nutzen sein.

Es gilt aber auch, genuin pastorale Fragen auszugreifen: Trägt vielleicht ein falsches Gottesbild zur Verfestigung von Co-Abhängigkeit bei? Insbesondere aber stellt sich die Frage, ob das Dreifach-Doppelgebot der Gottes- und Nächstenliebe in diesem Kontext positive oder negative Spuren hinterlassen kann und eine besondere Sensibilität für diesen „Nächstenliebe-Kontext“ zu gewinnen ist. Es wird daher angestrebt, den Auswirkungen eines positiven oder negativen Gottesbildes auf den Heilungsprozess co-abhängigen Verhaltens nachzugehen, nach deren ethischer Bedeutung und nach den Konsequenzen für einen christlichen normativen und pastoralen Umgang mit der Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit zu fragen.

Bezüglich der Lebenswelt co-abhängiger Personen gibt Melody Beattie, eine mehrfach Betroffene, ehemalige Alkoholikerin und Drogenabhängige, aus einer alkoholgeprägten Familie stammend, in ihrem Selbsthilfebuch „Die Sucht, gebraucht zu werden“, wichtige Hinweise. Sie merkt an, dass co-abhängige Personen vom dringlichen Wunsch erfüllt sind, die erheblichen, lang andauernden Schmerzen hinter sich zu lassen und ein selbstbestimmtes Leben zu führen.<sup>31</sup> Ob der von Melody Beattie aufgezeigte Wunsch co-abhängiger Personen auch für die Mitglieder der ausgewählten Al-Anon Gruppen von dringlicher Aktualität ist, wird im empirischen Teil dieser Arbeit<sup>32</sup> geklärt. Hierfür werden die in zwei ausgewählten Al-Anon Gruppen erhobenen Daten aus der Feldforschung herangezogen und ausgewertet. Hinsichtlich des Verständnisprozesses des Phänomens Co-Abhängigkeit merkt Beattie an:

*„Als Fachleute Co-Abhängigkeit besser kennenlernten, gesellten sich weitere Gruppen von Menschen hinzu: erwachsene Kinder von Alkoholikern; Menschen, die Beziehungen zu gefühlsmäßig oder geistig gestörten Personen hatten; Menschen mit Beziehungen zu*

---

<sup>30</sup> Vgl. ebd., 14-17.

<sup>31</sup> Vgl. Beattie, Melody (1999): Die Sucht, gebraucht zu werden. Aus dem Amerikanischen von Hartmut Hult. München: Wilhelm Heyne Verlag, 17.

<sup>32</sup> Die Forscherin beabsichtigt, als teilnehmende Beobachterin zwölf Monate lang (ab September 2016) an Meetings der ausgewählten Al-Anon Gruppen teilzunehmen.

*chronisch kranken Menschen; Eltern von Kindern mit Verhaltensstörungen; Menschen in Beziehungen zu unzurechnungsfähigen Menschen; Fachleute: Krankenschwestern, Sozialarbeiter und andere in helfenden Berufen. Selbst genesende Alkoholiker und Süchtige merkten, daß sie co-abhängig waren und es vielleicht lange gewesen waren, bevor sie stofflich abhängig wurden. Co-Abhängige tauchten plötzlich überall auf.*<sup>33</sup>

Auf die Frage, wer nun co-abhängig sei, antwortet sie mit folgenden Worten:

*„Ich bin es. Schätzungsweise 80 Millionen Menschen sind suchtkrank oder stehen in Beziehung zu jemandem, der abhängig ist. Sie sind wahrscheinlich co-abhängig. Menschen, die betroffene Menschen lieben, für sie sorgen oder mit ihnen arbeiten, können co-abhängig sein.“*<sup>34</sup>

Durch die Kann-Bestimmung legt die Autorin die Entscheidung, ob Co-Abhängigkeit vorliegt, in die Hände jedes einzelnen Individuums. Aus ihrer Sicht kann eine Selbstüberprüfung anhand einer Checkliste von dreizehn Charakteristika<sup>35</sup> erfolgen.

Zum Verständnis des speziellen Interaktionsgeschehens zwischen einer co-abhängigen und einer suchtabhängigen Person sind Arnold Schmieders<sup>36</sup> Forschungsergebnisse anzuführen. Diese sind für den empirischen Teil dieser Forschungsarbeit hinsichtlich folgender Aspekte von Bedeutung: für die Datenerhebung zur Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit und für die Analyse der Daten. Seine Ergebnisse belegen, dass das interaktive Geschehen vor allem durch die suchtkranke Person bestimmt wird, sodass die co-abhängige Person nicht mehr in der Lage ist, sich selbstbestimmt zu verhalten, zu denken oder zu empfinden. Sie ist in ihrem Verhalten, Denken und Empfinden unmittelbar abhängig von der suchtabhängigen Person. Ihr Verhalten hat wiederum Auswirkungen auf die Dauer der Sucht einer suchtabhängigen Person, fördert die Sucht und verlängert somit dessen Leidensweg. Anhand statistischer Daten wird Co-Abhängigkeit vom Autor primär, also in erster Linie auf Partnerinnen alkoholabhängiger, sehr nahestehender Bezugspersonen bezogen.<sup>37</sup> Seine Ausführungen zu den Ursächlichkeiten gesellschaftlicher, co-abhängiger Dispositionen widersprechen jenen von Anne Wilson Schaef, der er vorwirft, keine umfassende Untersuchung durchgeführt zu haben. In Schmieders Worten:

---

<sup>33</sup> Beattie, Melodie (1999): Die Sucht gebraucht zu werden, 46.

<sup>34</sup> Ebd., 67.

<sup>35</sup> Vgl. hierzu Teil I: Theoretische Grundlegung. 1.2.6 Charakteristika/Kernsymptome.

<sup>36</sup> Arnold Schmieder bezieht sich in seinen Ausführungen zu co-abhängigem Verhalten auf die Argumentation von Monika Rennert.

<sup>37</sup> Vgl. Schmieder, Arnold (1992): Normalität der Abwehr, 107.

*„Die Analyse der Affinität zwischen den Formen alltäglicher Interaktionen und alltäglicher Emotionalität und jenen in manifest-suchtkranken Lebenszusammenhängen verbleibt in der erst noch zu erklärenden Normalität. Sie dringt nicht zu objektiven, kernstrukturellen Begründungszusammenhängen vor, den tieferen Ursachen einer gesellschaftlichen Disposition (u.a.) süchtiger psychischer Abweichung.“<sup>38</sup>*

Demgegenüber wird aus der Sicht namhafter amerikanischer Experten und Expertinnen der Begriff Co-Abhängigkeit nicht nur auf die Kernfamilie und den Freundeskreis bezogen, sondern davon ausgegangen, dass co-abhängiges Verhalten das gesamte soziale Umfeld in das Interaktionsgeschehen zwischen co-abhängiger Person und suchtabhängiger Person mit hineinnimmt und verstrickt. Damit erweitert sich der Kreis der Betroffenen auf die Arbeitskollegen, den oder die Vorgesetzten und die professionellen Suchthelfer in der Suchtkrankenhilfe. Es wird mit Nachdruck darauf verwiesen, dass sich das Phänomen auch außerhalb der Familie, auf die Gesellschaft an sich, ausbreitet.<sup>39</sup>

Einen weiteren Baustein zum Verständnis von Co-Abhängigkeit liefert Arthur Günthner<sup>40</sup> (1996). Er unterscheidet drei Verwendungsebenen<sup>41</sup> des Begriffes Co-Abhängigkeit: als didaktisches Werkzeug, als psychologisches Konzept und als psychische Störung. Als didaktisches Werkzeug dient der Begriff Co-Abhängigkeit in erster Linie als Hilfestellung, d.h. zunächst die eigene Lebenslage als Mit-Abhängiger oder als Mit-Abhängige mitteilen zu können, und in zweiter Linie zur Wahrnehmung und Stärkung der eigenen Verantwortlichkeit für das eigene Leben. In psychologischem Sinn wird das Verhalten einer co-abhängigen Person beschrieben, die die Aufrechterhaltung des Suchtsystems stützt. Hinsichtlich einer möglicherweise auftretenden psychischen Störung wurde erkannt, dass für das Phänomen Co-Abhängigkeit eine diagnostische Kategorie erforderlich ist, um co-abhängige Personen als behandlungsdürftige Patienten und Patientinnen ausweisen zu können.

Die Ebene Co-Abhängigkeit als didaktisches Werkzeug hat vor allem eine Funktion im therapeutischen Alltag. Dort findet der Begriff Verwendung in der Therapiearbeit mit

---

<sup>38</sup> Schmieder, Arnold (1992): Normalität der Abwehr, 15.

<sup>39</sup> Nach Anne Wilson Schaef soll der Fokus insbesondere auf die Beschreibung der Wesenszüge gelegt werden, um zu unterstreichen, dass es sich bei Co-Abhängigkeit um eine Krankheit handelt, die sich auf dem Nährboden einer Suchtgesellschaft entwickelt.

<sup>40</sup> Günthner, Arthur (1996): Co-Abhängigkeit und Sucht. In: Mann, Karl/Buchkremer, Gerhard (Hg.): Sucht: Grundlagen, Diagnostik, Therapie; 38 Tabellen. Stuttgart [u.a.]: G. Fischer, 169-177.

<sup>41</sup> In seinen Ausführungen bezieht sich Günthner auf J.P. Morgan. Vgl. Morgan, J.P., jr. (1991): What is Codependency? Journal of Clinic Psychology 47, 720-729.

den Angehörigen Suchtabhängiger. Angehörige werden aufgeklärt, dass ihre Persönlichkeitsstruktur und insbesondere ihr Selbstwertgefühl nicht unmittelbar vom Zustand des suchtabhängigen Partners oder der suchtabhängigen Partnerin abhängen. Das dem Leben förderliche Maß an zu tragender Verantwortung für den Nächsten steht auf dieser Verwendungsebene im Fokus.

Mit dem Begriff Co-Abhängigkeit als psychologisches Konzept wird versucht, das Verhalten der Angehörigen von Suchtkranken aufzudecken. Im Vordergrund steht die Auseinandersetzung mit dem Prozess, der zwischen Angehörigen und suchtabhängigen Personen stattfindet. Es wird nach der Rolle gefragt, die co-abhängige Angehörige in Bezug auf die Aufrechterhaltung des Suchtverhaltens einnehmen. Aus therapeutischer Sicht wird eine Rollenänderung angestrebt und zudem versucht, diese Rollenänderung in therapeutischem Sinne nutzbar zu machen.<sup>42</sup> Da ein wesentliches Anliegen dieses Forschungsprozesses darin liegt, co-abhängigen Personen Wege zur Freiheit, zur Eigenmächtigkeit bzw. zur einer selbstbestimmten Handlungsfähigkeit zu ermöglichen, ist es einerseits wichtig, Kenntnis über das Verhalten co-abhängiger Personen aus psychologischer Sicht zu haben und andererseits diese Vorkenntnisse während des gesamten explorativen Forschungsprozesses zu reflektieren. Dies ist auch für die Frage, welche Rolle der Glaube bei der Findung alternativer Handlungsweisen spielen kann, von Wichtigkeit.

Die dritte Ebene von Co-Abhängigkeit ist für die ethnographische Feldforschung, die Beobachtetes und Wahrgenommenes festhält, von Interesse. Diese zu kennen, schützt davor, nicht der Gefahr vorschneller Bewertungen zu unterliegen. Es wird die dysfunktionale Abhängigkeit des oder der Angehörigen von der süchtigen Person in den Blick genommen. Co-Abhängigkeit wird auf dieser Ebene als eigenständige Störung im Sinne einer Persönlichkeitsstörung in zeitlicher und situationsübergreifender Hinsicht betrachtet. Es wird versucht, Mit-Abhängige selbst als Patienten bzw. Patientinnen mittels einer diagnostischen Kategorie zu erfassen.<sup>43</sup> Co-abhängiges Verhalten wurde standardisiert und als eigenständiges Krankheitsbild kategorial erfasst. Diese kategoriale Erfassung ist neben der Erfassung sozialer Konstrukte von außerordentlicher Wichtigkeit für die Suchtkrankenhilfe, welche nicht nur die soziale Dimension

---

<sup>42</sup> Vgl. Günthner, Arthur (1996): Co-Abhängigkeit und Sucht, 169-177, 172, 173.

<sup>43</sup> Vgl. ebd., 169-177, 172, 173.

süchtigen Verhaltens berücksichtigt, sondern auch somatische und psychische Faktoren.<sup>44</sup>

Ein weiterer wichtiger Ansatz zum Verständnis von Co-Abhängigkeit ist Helmut Kolitzus zu verdanken, der auf einen neuen Aspekt hinweist: Süchtige und co-abhängige Teile sind in allen Menschen vorzufinden. Co-Abhängigkeit und Sucht können seiner Meinung nach in einer Person auftreten. Er hält fest, dass Süchtige oft Partner wählen, die selbst süchtig sind und schildert die möglicherweise auftretenden Komplikationen, die dann auftreten können, wenn Co-Abhängige ihre Suchtstruktur delegiert haben:<sup>45</sup>

*„Kompliziert wird es immer dann, wenn Co's im Süchtigen eigene Tendenzen gefunden haben und sie bekämpfen, wenn wir eigene Schwächen, das heißt auch Süchte mit ihrem Kontrollverlust, vielleicht delegiert haben, weil wir sie in uns selbst spüren.“<sup>46</sup>*

Sein Verständnis von Co-Abhängigkeit ist für den empirischen Teil dieses Forschungsvorhabens von Wichtigkeit. Es wird angestrebt, Daten zu den vom Autor angesprochenen Prozessen<sup>47</sup>, die sich innerhalb einer familiären Schicksalsgemeinschaft und außerhalb dieser, in der sozialen Umwelt, ereignen, zu sammeln. Seine Forschungsergebnisse sind, auch für die Erforschung des Zusammenspiels von Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit richtungsweisend.

Kolitzus hält Co-Abhängigkeit für ein Syndrom und nicht für eine Krankheit im engeren Sinn. Demzufolge ist seiner Ansicht nach eine biochemische Verankerung des co-abhängigen Geschehens im Gehirn auszuschließen. Seine Argumentation lautet: Co-Abhängige leiden im Gegensatz zu Alkoholikern nicht unter Kontrollverlust, befinden sich jedoch oft in Partnerschaften, in denen Kontrolle und Kontrollverlust häufig ein Problemfeld bilden. Sie haben grundsätzlich die Wahl, aus ihrem co-abhängigen Verhalten auszusteigen. Allerdings kann eingeräumt werden, dass das Verhaltensrepertoire nicht von allen co-abhängigen Personen verändert oder gar

---

<sup>44</sup> Vgl. ebd., 169-177, 178.

<sup>45</sup> Vgl. Kolitzus, Helmut (1997): Die Liebe und der Suff ... Schicksalsgemeinschaft Familie. München: Kösel-Verlag, 76.

<sup>46</sup> Kolitzus, Helmut: (2000): Ich befreie mich von deiner Sucht. Hilfen für Angehörige von Suchtkranken. München-Kösel Verlag, 286.

<sup>47</sup> Prozesse, die sich innerhalb der Familie als einer Schicksalsgemeinschaft und in der sozialen Umwelt ereignen, werden von Helmut Kolitzus als Phasen der Co-Abhängigkeit bezeichnet. Vgl. hierzu Teil I: Theoretische Grundlegung. 1.2.4 Phasen.

losgelassen werden kann.<sup>48</sup> Kolitzus' Feststellung der Möglichkeit, aus co-abhängigem Verhalten aussteigen zu können, ist für das Forschungshaben eine sehr wesentliche, da diese die Sinnhaftigkeit des Anliegens belegt, nach Wechselwirkungen von Gottesbild und co-abhängigem Verhalten zu fragen, positive oder negative Auswirkungen aufzuzeigen und eine theologisch-ethische Analyse der Befunde durchzuführen. Auch zu co-abhängigem Verhalten gibt der Autor aufschlussreiche Informationen:

*„Viele halten zäh daran fest, betreiben es weniger selbstschädigend, neigen aber immer wieder zu Partnerschaften, in denen Sucht, Kontrolle und Kontrollverlust, Scham und Schuld vorkommen. Sie selbst entscheiden letzten Endes, zu welcher Gruppe Sie gehören wollen.“<sup>49</sup>*

Sonja Nufer und Christian Schrader (2007) gehen konform mit Kolitzus bezüglich möglicher auftretender Verstrickungen im Zusammenleben von co-abhängigen mit süchtigen Personen. Die Autoren weisen darauf hin, dass Süchtige und Co-Abhängige sich im Spiegelbild des anderen erblicken. Sie postulieren, dass hinter jeder Sucht ein co-abhängiges Muster und hinter jeder Co-Abhängigkeit eine Suchtstruktur steckt.<sup>50</sup>

*„Jeder Partner repräsentiert einen Teil von einem selbst, weshalb eine Trennung manchmal so schwerfällt. [...] Je mehr der eine seine Sucht auslebt, desto co-abhängiger wird der andere. Und je co-abhängiger der eine Partner, desto mehr wird der andere in die Sucht ‚getrieben‘.“<sup>51</sup>*

Die Ausführungen der o.a. Autoren geben wichtige Hinweise für das Ziel des Forschungsvorhabens, nämlich schädliche Mechanismen aufzudecken und lebensförderliche Wege aus co-abhängigem Verhalten aufzuzueigen. Es wird in diesem Zusammenhang zu klären sein, wie sich der Kern der Selbstliebe zur Nächstenliebe verhält und wie dies mit dem Gottesbild der co-abhängigen Person zusammenhängt.

Ein völlig neues Verständnis des Phänomens Co-Abhängigkeit stellt Paul Josef Aumüller (2004) vor. Er weist darauf hin, dass der Begriff Co-Abhängigkeit nach aktuellem Wissenstand bereits als überholt gelte.<sup>52</sup> Vorzuziehen sei der Begriff co-existierende Abhängigkeiten, da dadurch die Möglichkeit sowohl stofflicher

---

<sup>48</sup> Vgl. Kolitzus, Helmut (2000): Ich befreie mich von deiner Sucht, 186.

<sup>49</sup> Ebd., 186.

<sup>50</sup> Vgl. Nufer, Sonja / Schrader, Hans Christian (2007): Wenn Liebe zum Desaster wird. Mobbing in der Partnerschaft. Frankfurt am Main: Eichborn AG, 114.

<sup>51</sup> Ebd., 114.

<sup>52</sup> Auch Irmgard Vogt distanziert sich von der Verwendung des Begriffes Co-Abhängigkeit. Sie weist die Gleichsetzung mit einer eigenständigen psychischen Erkrankung zurück. Vgl. Vogt, Irmgard (2004): Beratung von süchtigen Männern und Frauen. Grundlagen und Praxis. Weinheim [u.a.]: Beltz, 111.

Abhängigkeit als auch nicht stofflicher Art deutlicher zum Ausdruck komme. Er begründet seine Kritik anhand einer Untersuchung des Wortes Co-Abhängigkeit und erläutert, dass zusammen oder gemeinsam der Sinngehalt der englischen Vorsilbe co, lateinischen Ursprungs sei. Das Wort Abhängigkeit bezeichne jedoch eine einseitige Bezogenheit zwischen Subjekten, Objekten oder Gegenständen, die einander gegenseitig beeinflussen. Er kommt zum Schluss, dass alte Definitionen von Co-Abhängigkeit weder deutlich machen, dass die beschriebene Form von Abhängigkeit ein krankhaftes Suchtgeschehen ist, noch die Gefahr wahrnehmen, dass zur nicht-stofflichen Sucht auch noch eine stoffliche Sucht hinzukommen kann. Weiters entfaltet Aumüller, dass das abhängige Verhalten co-abhängiger Personen ein zwanghaftes sein kann, eine Abhängigkeit nichtstofflicher Art. Die Abhängigkeit kann sich jedoch auch in einer Abhängigkeit stofflicher Art, z.B. von chemischen Substanzen manifestieren. Er hält zudem fest, dass die Gesellschaft von diesen Prozessen nicht ausgenommen ist.<sup>53</sup> Aumüllers Unterscheidungen sind insofern für das Forschungsvorhaben wichtig, da erstens zu klären sein wird, wie sich zwanghaftes Verhalten co-abhängiger Personen zeigt. Dies ist in zweierlei Hinsicht von Bedeutung: einerseits für die Frage nach der Rolle des Glaubens im Leben co-abhängiger Personen und andererseits für die Frage nach den Auswirkungen des Gottesbildes auf co-abhängige Personen, insbesondere hinsichtlich eines möglichen Verbleibens im co-abhängigen System. Während der teilnehmenden Beobachtung im Feld erscheint es daher wichtig, auch die Möglichkeit einer stofflichen Abhängigkeit co-abhängiger Personen im Blick zu haben.

In einem nächsten Schritt wird versucht aufzuzeigen, wie Abhängigkeit, sei es stofflicher oder nicht stofflicher Art, zustande kommt. Hierzu sind die Ausführungen Aumüllers zur Co-Abhängigkeitsfalle von besonderem Interesse. Nachstehend werden diese kurz vorgestellt.

### **1.2.2 Abhängigkeitsfalle nach Aumüller**

Aumüller zeigt auf, dass Co-Abhängigkeit kein Phänomen ist, das in einem luftleeren Raum ohne Interaktionen zur bzw. in der Außenwelt auftritt. Er verweist darauf, dass der Mensch nicht nur im zwischenmenschlichen Bereich in Co-Abhängigkeiten lebt, sondern auch mit der Natur. Seiner Ansicht nach macht Co-Abhängigkeit tatsächlich

---

<sup>53</sup> Vgl. Aumüller, Paul Josef (2004): Aufbrechen einer Maske. Auf dem Weg der Genesung von Co-Abhängigkeit und Sucht. Niebüll: Verlag Videel, 21-26.

einen erheblichen Teil unseres Menschseins aus und kann auch als Krankheit einer Person in einer süchtigen Gesellschaft auftreten.<sup>54</sup>

Wie geraten nun Personen in die Co-Abhängigkeitsfalle? Die Grenze vom Genuss eines Suchtmittels oder eines angemessenen Verhaltens nichtstofflicher Art wird überschritten, geht einher mit Kontrollverlust und die Co-Abhängigkeitsfalle schnappt zu. Es wird ein Weg vom Genuss bis zum Missbrauch beschritten, der den Suchtprozess nachzeichnet. Der Kontrollverlust kann sich auf Substanzen wie Alkohol, Nikotin, Koffein, Zucker und Drogen oder auf Arbeit, Beziehungen, Spielen, Kaufen, Extremsport und Essverhalten beziehen. Ein Rausch kann mittels stofflicher Art erzeugt werden, jedoch auch durch Verhalten, also auf nichtstoffliche Art. Es handelt sich um einen Kreislauf, der im Gehirn abgespeichert ist und immer wieder durch Rauschmittel stofflicher oder nicht stofflicher Art aktiviert wird. Der Kreislauf des Verlangens immer wieder kehrender Rausche kann mit einem Karussell, das eine ungesunde Eigendynamik besitzt, verglichen werden. Alle Energie fließt in dieses zerstörerische Verhalten. Auslöser für das in Gang Setzen des beschriebenen Karussells können emotionale Verletzungen aus der Vergangenheit oder eine aktuelle Überforderung in der Gegenwart sein. Es entsteht ein massiver Erlösungswunsch, der durch spürbaren Druck an Intensität gewinnt und den Wunsch nach einem befreienden, erlösenden Rausch immens verstärkt. Rausche können zunächst fantastische Gefühle freisetzen, danach folgt jedoch der Kater und es entsteht der brennende Wunsch nach mehr. Das Gehirn hat die Fähigkeit, wiederum einen neuerlichen Rausch hervorzurufen.<sup>55</sup>

Auf die intensive Wirkung eines Rausches verweist auch Werner Gross,

*„[...] z.B. intensive ekstaseähnliche und tiefe emotionale Erfahrungen, die extreme Befriedigung und das Gefühl von Eins-Sein mit sich, Gott und der Welt hervortreten können, das Heraustreten aus unserer rationalen und technisierten Welt [...].“<sup>56</sup>*

Nach dem Aufzeigen der Bedeutungsverschiebungen des Begriffes Co-Abhängigkeit und der Darstellung der Falle Co-Abhängigkeit nach Aumüller, wird versucht, anhand direkter Zitate und einer vergleichenden Darstellung unterschiedlicher Definitionen von Co-Abhängigkeit, enge und weite Auslegungen miteinander ins Gespräch zu bringen.

---

<sup>54</sup> Vgl. ebd., 20-21.

<sup>55</sup> Vgl. ebd., 35-39.

<sup>56</sup> Gross, Werner (1990): Sucht ohne Drogen, 15.

Auf diese Weise soll das Ringen um den Begriff Co-Abhängigkeit und die Versuche, einen erfolgreichen Weg aus der Co-Abhängigkeit zu finden, aufgezeigt werden. Es zeigt sich hierin auch die Komplexität dieses Phänomens. Der Erwerb dieser Kenntnisse ermöglicht es der Forscherin vor dem Betreten des Forschungsfeldes, einen möglichst umfangreichen Einblick in den Forschungsgegenstand zu gewinnen.

### 1.2.3 Unterschiedliche Definitionen

Wie kam es nun zu der Vielfalt unterschiedlicher Definitionen zum Phänomen Co-Abhängigkeit? Nachstehend wird versucht, den geschichtlichen Weg der Entdeckung dieses Phänomens bis in die Gegenwart nachzuzeichnen.<sup>57</sup>

Zunächst wurde besonderes Augenmerk auf die Erkenntnisse aus der psychotherapeutischen Medizin und aus den autobiographischen Erfahrungsberichten Betroffener gelegt, die zum größten Teil in der Suchttherapie bzw. Suchtkrankenhilfe, oftmals auch als Sozialarbeiter oder Sozialarbeiterin arbeiteten. Letztgenannte konnten die Symptome von Co-Abhängigkeit und die Auswirkungen, die ein Leben mit Co-Abhängigkeit bestimmen, besonders eindrucksvoll benennen. Ihre Intention bestand darin, insbesondere jenen Mut zu machen, die in einer co-abhängigen Beziehung leben. Beattie Melody, ehemalige Süchtige und Alkoholikerin erzählt von den Anfangsschwierigkeiten, Co-Abhängigkeit exakt zu definieren. Ihre erste Begegnung mit Co-Abhängigen fand in den Sechziger Jahren statt. Zu dieser Zeit wurden Menschen, deren Zusammenleben mit Alkoholikern bzw. Alkoholikerinnen spezifische Eigentümlichkeiten aufwies, noch nicht als Co-Abhängige bezeichnet.<sup>58</sup> Die Autorin schildert ihre eigenen Erfahrungen mit den Co's mit folgenden Worten:<sup>59</sup>

*„Co-Abhängige waren ein notwendiges Übel. Sie waren feindselig, kontrollierend, beeinflussend, Schuldgefühle verursachend. Es fiel schwer mit ihnen zu reden [...] Sie sprachen mich an, versteckten meine Pillen, machten ein böses Gesicht, schütteten meinen Alkohol in den Ausguß, versuchten mich daran zu hindern, mir Drogen zu beschaffen, wollten wissen, warum ich ihnen das antat, und fragten, was mir denn fehle. Aber sie waren immer da, bereit, mich aus meinen selbstgeschaffenen Katastrophen zu retten.“<sup>60</sup>*

---

<sup>57</sup> Die Definitionen werden in chronologischer Reihenfolge angeführt. Abweichungen sind einem sinnstiftenden Zusammenhang geschuldet.

<sup>58</sup> Vgl. Beattie, Melody (<sup>6</sup>1999): Die Sucht, gebraucht zu werden, 9.

<sup>59</sup> Erst im Jahr 1979 wurde der oben beschriebene Sachverhalt als Co-Abhängigkeit definiert. Co-Abhängige wurden zuvor auch als Co-Alkoholiker bzw. Para-Alkoholiker bezeichnet. Vgl. Beattie, Melody (<sup>6</sup>1999): Die Sucht gebraucht zu werden, 11.

<sup>60</sup> Beattie, Melody (<sup>6</sup>1999): Die Sucht, gebraucht zu werden, 9.

Beattie Melodys Definition lautet:

*„Co-abhängig ist ein Mensch, der das Verhalten eines anderen Menschen auf sich hat wirken lassen und der davon besessen ist, das Verhalten dieses Menschen zu kontrollieren.“<sup>61</sup>*

Co-abhängige Personen werden hier als Helfer bzw. Helferinnen beschrieben, die einerseits nicht in der Lage sind, sich vom süchtigen Verhalten suchtabhängiger Personen abzugrenzen bzw. ihr Leben selbst zu bestimmen und andererseits massiv Kontrolle ausüben, indem sie in deren Leben eingreifen.

Die amerikanische Psychotherapeutin Anne Wilson Schaef vertritt die Auffassung, dass Co-Abhängigkeit sowohl eine individuelle Krankheit, die einem Krankheitsprozess unterliegt als auch ein Krankheitsbild des Suchtprozesses ist. Nach Wilson Schaef ist der Suchtprozess verantwortlich für das Entstehen von Alkoholismus und Co-Abhängigkeit und wird von ihr als Primärerkrankung bezeichnet. Das Suchtphänomen verortet sie in den Strukturen der Gesellschaft und in der Folge Co-Abhängigkeit als Krankheitsbild des Suchtprozesses.<sup>62</sup> Ihrer Ansicht nach ist Co-Abhängigkeit eine Krankheit mit eigener Symptomatik.<sup>63</sup> Co-Abhängige weisen körperliche Symptome auf, die sowohl einen physischen, psychischen als auch einen emotionalen und geistigen Verfall aufzeigen, der oftmals dazu führt, dass co-abhängige Personen vor der süchtigen Person sterben.<sup>64</sup> Dieser These, Co-Abhängigkeit als Krankheit auszuweisen, stimmt auch Timmen Cermak zu:

*„Nach allem, was wir gelernt haben, scheint auf sie der normale Begriff Krankheit zu passen (mit erkennbaren Symptomen, die vorhersehbar, fortschreitend und beeinträchtigend sind).“<sup>65</sup>*

Dem Zugang Anne Wilson Schaef, das Suchtsystem für das Entstehen von Co-Abhängigkeit und Alkoholismus verantwortlich zu machen, werden jedoch von Arnold Schmieder folgende Argumente entgegengehalten:

*„Dieser Zugang, die Pathogenität gesellschaftlicher Verhältnisse nicht erst aus ihren – allenfalls reformierbaren – Auswüchsen, sondern aus eben sozialer und psychosozialer*

---

<sup>61</sup> Ebd., 48.

<sup>62</sup> Vgl. Wilson Schaef, Anne (<sup>2</sup>1992): Co-Abhängigkeit, 32.

<sup>63</sup> Ebd., 16.

<sup>64</sup> Vgl. ebd., 16-17.

<sup>65</sup> Zitiert nach: Melody, Pia (<sup>2</sup>1991): Verstrickt in die Probleme anderer. Über Entstehung und Auswirkung von Co-Abhängigkeit, 227.

*Normalität zu entwickeln, radikalisiert mitsamt der Auffassung zum Gegen-Verhalten und Gegen-Lernen die Sichtweise vorherrschender suchtheoretischer Erklärungsansätze und den Orientierungsrahmen auf Reintegration zielender therapeutischer Interventionsmethoden. Dennoch wird hier das Resultat (das sogenannte Suchtsystem mit seinen krankmachenden Formen des Fühlens, Denkens, Handelns) zu seiner eigenen Voraussetzung gemacht.*<sup>66</sup>

Arthur Günthner zieht folgenden Schluss:

*„Die ‚abhängige Persönlichkeit‘ als Störung bzw. Krankheit ist im DSM-III bzw. DSM-III-R<sup>67</sup> als eigenständige Kategorie realisiert. Auch die Ansätze von Cermak (1986) und Schaeff (1986) können prinzipiell hier eingeordnet werden. Zu den mehr psychologisch-prozesshaften und Werkzeug-Ansätzen können die Arbeiten von Wegscheider-Curse<sup>68</sup> (1985), Norwood<sup>69</sup> (1986) und Subby<sup>70</sup> (1987) gerechnet werden.*<sup>71</sup>

Günthner trifft hinsichtlich des Phänomens Co-Abhängigkeit folgende Unterscheidungen:

*„Im weitesten Sinn wird Co-Abhängigkeit als Beschreibungsbegriff für das Zusammenleben mit einem suchtkranken Partner verwendet, im engeren (und psychologischen) Sinn beschreibt Co-Abhängigkeit ein prozeßhaftes bzw. funktionales Verhalten, das als Konsequenz die Aufrechterhaltung des Suchtverhaltens beim suchtkranken Partner hat und im engsten (und psychiatrischen) Sinn stellt Co-Abhängigkeit eine diagnostische Kategorie für ein eigenständiges Krankheitsbild bzw. eine psychische Störung dar, die ebenso wie die Suchtkrankheit behandlungsdürftig ist.*<sup>72</sup>

Jörg Fengers Definition gibt Hinweise zur Ähnlichkeit der Symptome bei Süchtigen und deren Partnern oder Partnerinnen, zu gegenseitigen Verstrickungen und zum Kreis der Betroffenen.

---

<sup>66</sup> Schmieder, Arnold (1992): Normalität der Abwehr, 15.

<sup>67</sup> Als DSM-III bzw. DSM-III R bezeichnet man das Diagnostische und Statistische Manual der amerikanischen Psychiatrie (American Psychiatric Association). Es wird zur Klassifikation psychischer Störungen genutzt.

<sup>68</sup> Nach Sharon Wegscheider-Cruse stellt Co-Abhängigkeit eine Krankheit dar, von der alle betroffen sind, die mit einem Alkoholiker leben. Als Co-Abhängige gelten auch Personen, deren Eltern oder Großeltern Alkoholiker sind. Sie weitet den Begriff auch auf jene an, die aus emotional unterdrückenden Familien stammen. Zitiert nach Wilson Schaeff, Anne: Co-Abhängigkeit, 25.

<sup>69</sup> Robin Norwood verweist auf die Macht der Kindheitserlebnisse von Co-Alkoholikerinnen, die ihren unheilvollen Niederschlag in deren Beziehungen als Erwachsene zu Männern finden. Zitiert nach: Norwood, Robin( 31990): Wenn Frauen zu sehr lieben. Die heimliche Sucht gebraucht zu werden. Dt. von Sabine Hedinger. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag [1988].

<sup>70</sup> Robert Subby führt Co-Abhängigkeit auf starre Regeln innerhalb eines Familiensystems zurück. Nach Subby ist nicht der Alkohol der Auslöser für die Mitabhängigkeit, sondern die Auslöser sind emotionale und psychische Vorbedingungen im familiären Umgang. Zitiert nach Wilson Schaeff, Anne: Co-Abhängigkeit, 26-27.

<sup>71</sup> Günthner, Arthur (1996): Co-Abhängigkeit und Sucht, 169-177, 173.

<sup>72</sup> Ebd., 178.

*„Co-Abhängigkeit ist also Irrtum, Versäumnis und Verstrickung. Sie ist in ähnlicher Weise behandlungsbedürftig wie die Abhängigkeit des Süchtigen. Sie hat in vielen Fällen Krankheitscharakter. [...] Das Phänomen Co-Abhängigkeit wurde zunächst in Kreisen der Anonymen Alkoholiker erwähnt. Heute wissen wir: Co-Abhängigkeit kann in allen Lebensbereichen auftreten, in denen sich ein süchtiger Mensch bewegt.“<sup>73</sup>*

Co-Abhängigkeit kann demnach in unterschiedlichen gesellschaftlichen Lebensbereichen auftreten: im Arbeitsleben, im Freundeskreis, in der Familie oder im Kontakt mit medizinischem Personal während des Behandlungszeitraumes. Das Interaktionsgeschehen der Beteiligten beschreibt der Autor folgendermaßen:

*„Co-Abhängigkeit ist immer eine gemeinsame Abhängigkeit mit verteilten Rollen. Sie ist durch den stillen Konsens gekennzeichnet, sich wechselseitig nicht ins Gehege zu kommen. Der eine Partner ist vom Suchtmittel oder Suchtverhalten abhängig, der andere von Liebe, Harmonie oder Bewunderung. Der letztere profitiert u.U. in kranker Weise vom Süchtigsein des anderen; er zieht nicht hinreichend Grenzen zwischen sich und dem süchtigen Partner; er kann es vielleicht auch nicht. Oft fehlt es ihm an Eigenständigkeit. Jedenfalls leistet er einen Beitrag dazu, daß alles so bleibt wie es ist. So wird er zum Komplizen der Sucht.“<sup>74</sup>*

Co-Abhängigkeit als Krankheitsgeschehen zu definieren, wird von Helmut Kolitzus, einem deutschen Experten, zurückgewiesen. In seinen Worten:

*„[...] halte ich die Co-Abhängigkeit für ein Syndrom, nicht für eine Krankheit im engeren Sinne.“<sup>75</sup>*

Über die Ursachen co-abhängigen Verhaltens finden sich Hinweise bei Bernhard van Treeck, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, der mehrere Jahre lang eine Suchtklinik in Berlin geleitet hat. Er spricht die Rolle der Eltern als auch der Partner bzw. der Partnerinnen und deren Verhalten gegenüber der suchtkranken Person an. Solch ein Verhalten

*„nennt man Co-Abhängigkeit. Nicht selten liegen bei den Partnern von Süchtigen ähnliche psychische Probleme vor wie beim Patienten. Der Unterschied besteht darin, dass sie ihre Defizite über die Helferfunktion ausleben. Eine andere Ursache für Co-Abhängigkeit ist das schlechte Gewissen der Eltern. Sie fühlen sich fast immer schuldig, weil ihr Kind süchtig geworden ist, und versuchen gegen dieses Schuldgefühl anzugehen, indem sie dem Süchtigen*

---

<sup>73</sup> Fengler, Jörg (2000): Co-Abhängigkeit. In: Stimmer, Franz/ Andreas-Siller, Petra (Hg.): Suchtlexikon, 90-96, 91.

<sup>74</sup> Ebd., 90-96, 92.

<sup>75</sup> Kolitzus, Helmut (2000): Ich befreie mich von deiner Sucht, 186.

*viele Dinge abnehmen, die er im Sinne der Genesung besser selber machen müsste, um selbständig zu werden.*<sup>76</sup>

Sowohl die Ausführungen Fenglers als auch Van Treeks zu den Verstrickungen innerhalb eines Familiengefüges können bei der Deutung der gewonnenen Daten aus den narrativen Interviews<sup>77</sup> richtungsweisend sein. Anhand der Interviews wird angestrebt, Informationen über die Beziehungen einer co-abhängigen Person zu sich selbst, zum Partner oder Partnerin und zu Gott zu erheben und eine in den erhobenen Daten fundierte Theorie zu entwickeln, die Konsequenzen für einen normativen und pastoralen Umgang mit der Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit aufzeigt. Ein wichtiges Anliegen dieser Forschungsarbeit besteht darin, für co-abhängige Personen Wege für ein selbstverantwortetes, gelingendes Leben aufzuzeigen und Formen falsch verstandener Nächstenliebe aufzudecken, die verhindern, eigene Defizite wahrnehmen zu können, worauf Van Treek in seiner Definition hinweist.

Paul Josef Aumüllers Definition zum Phänomen Co-Abhängigkeiten hebt sich von den bisher vorgestellten Definitionen deutlich ab.<sup>78</sup>

*„Wir sind nicht co-abhängig, weil wir in einer Beziehung leben, sondern wir sind co-abhängig, weil in unserem Gehirn Prozesse ablaufen, die uns in zwanghafte Abhängigkeiten führen. Wir nehmen keine Rauschmittel, weil die Umstände miserabel sind, die Neugier nicht mehr zu stillen ist, wir schlucken, spritzen, trinken, inhalieren, schnupfen, weil in unserem Gehirn die Bereitschaft dazu bereits programmiert ist.“*<sup>79</sup>

Aumüller sieht Co-Abhängigkeit als einen Krankheitsprozess, dem chemische Reaktionen und veränderte Abläufe im Gehirn zugrunde liegen. Als Auslöser für die krankhaften Abläufe im Gehirn werden chemische Substanzen oder zwanghaftes Verhalten genannt, wobei es in der Folge sowohl zu körperlichen als auch zu psychischen Symptomen kommen kann.<sup>80</sup> Aumüller bezieht sich in seinen Ausführungen auf Sharon Wegscheider-Cruse und Joseph Cruse, die im Werk

---

<sup>76</sup> Van Treeck, Bernhard (2004): Drogen- und Sucht-Lexikon. Berlin: Schwarzkopf & Schwarzkopf Verlag, 138-139.

<sup>77</sup> Nach Fritz Schütze erzählen interviewte Personen aus ihren Erfahrungen über ihr Leben. Der Interviewer oder die Interviewerin kann aus diesen Erzählungen sowohl zu Erkenntnissen über konkrete Erlebnisse gelangen, als auch die von der interviewten Person angewandten Deutungsmuster wahrnehmen. Vgl.: Schulz, Claudia (2002): Hilfe – Hoffnung – Hindernis: Die Bedeutung des Religiösen in der Lebensgeschichte von Alkoholabhängigen. Marburg: Diagonal Verlag, 78. Es ist geplant, narrative Interviews gegen Ende des Forschungsaufenthaltes mit Mitgliedern aus zwei gewählten AI-Anon Gruppen durchzuführen.

<sup>78</sup> Der Autor bezeichnet sich selbst als beziehungsüchtig und noch als auf dem Heilungsweg unterwegs.

<sup>79</sup> Aumüller, Paul Josef (2004): Aufbrechen einer Maske, 30.

<sup>80</sup> Vgl. ebd., 29.

„Understanding Co-Dependency“<sup>81</sup> ebenso auf die spezifischen Vorgänge im Gehirn Co-Abhängiger hingewiesen haben. Aumüller hält fest:

*„Weil wir ein Gehirn haben, das uns einen exzessiven Rausch geben kann, erliegen wir einem Verhalten, das den Rausch erzeugt (Co-Abhängigkeit).“<sup>82</sup>*

Seine Definition von Co-Abhängigkeit legt die Ursachen für die Entstehung dieser Abhängigkeitsform, die auch er als Krankheit bezeichnet, dar. Die alte Definition von Co-Abhängigkeit als bloße Beziehungsverstrickung ist im Einklang mit anderen Experten, z.B. Sharon Wegscheider-Cruse und Joseph Cruse nicht nachzuvollziehen. Hierzu merkt Aumüller an:

*„Co-Abhängigkeit ist kein Begriff, der unter Fachleuten eindeutig und unumstritten einen bestimmten Zustand beschreibt. Was Co-Abhängigkeitsexperten als Gehirnprozesse darstellen, sind für manche Suchtexperten immer noch Beziehungsverstrickungen zwischen einer süchtigen Indexperson und einem Nichtsüchtigen. Zurück bleibt ein interessiertes Publikum, wobei das Wort Co-Abhängigkeit als ein diffuses Wortgebilde in der Beliebigkeit verschwindet.“<sup>83</sup>*

Die Verunsicherung Betroffener aufgrund der Vielfalt möglicher Definitionen von Co-Abhängigkeit wird von Aumüller folgendermaßen zum Ausdruck gebracht:

*„Was die Sucht- und Co-Abhängigkeitsexperten alles als Co-Abhängigkeit definierten, war in der Tat überwältigend. Co-Abhängigkeit war wie ein Stück Seife, das bei Gebrauch aus der Hand flutschte und sich danach unter Zurückbildung diffuser Wortgebilde aufzulösen schien.“<sup>84</sup>*

Renate Brosch geht von einem Beziehungsmuster im psychosozialen Umfeld suchtkranker Personen mit nahestehenden Personen aus und verweist darauf, dass dieses „[...] wesentliche Kriterien der wechselseitigen suchtartigen Abhängigkeit aufweist.“<sup>85</sup>

Mit der Definition Ralf Schneiders wird das Phänomen Co-Abhängigkeit einem neuerlichen Klärungsversuch unterzogen.

---

<sup>81</sup> Wegscheider-Cruse, Sharon and Cruse, Joseph (1988): Understanding Co-Dependency. Deerfield Beach, Florida: Health Communication Inc..

<sup>82</sup> Aumüller, Paul Josef (2004): Aufbrechen einer Maske, 32.

<sup>83</sup> Ebd.: Aufbrechen einer Maske, 27.

<sup>84</sup> Ebd.: Aufbrechen einer Maske, 18.

<sup>85</sup> Brosch, Renate (<sup>2</sup>2009): Co-Abhängigkeit. In: Stumm, Gerhard, Pritz, Alfred (Hg.): Wörterbuch der Psychotherapie. Wien-New York: Springer [2000], 111-112, 111.

*„Unter ‚co-abhängig‘ werden Personen und sogar Institutionen verstanden, die die Bedingungen herstellen oder fördern, die etwas beitragen zum Fortschreiten und zur Aufrechterhaltung der Krankheit.“<sup>86</sup>*

Die exemplarische Auswahl und Darstellung unterschiedlicher Definitionen entlang einer Zeitlinie sollte ermöglichen, einen Einblick in die Komplexität dieses Phänomens zu gewinnen. In einem nächsten Schritt wird versucht, einen kurzen Überblick über die Zusammenhänge der unterschiedlichen Interpretationslinien zu geben.

#### **1.2.4 Zusammenschau der Definitionen**

Die dargelegten Definitionen demonstrieren unterschiedliche Positionen zum Phänomen Co-Abhängigkeit. Die meisten Definitionen gleichen sich zwar in den Hauptaussagen, jedoch weisen einige Definitionen auch neue Akzente auf. Diese sind vor allem durch Erfahrungen in der Therapiearbeit in Definitionen eingeflossen, was zur Folge hatte, dass es immer wieder zu neuen Definitionen kam. So existieren Definitionen, die Co-Abhängigkeit lediglich als Beziehungsverstrickung innerhalb eines Familienverbandes verorten. Demgegenüber vertritt der Mainstream, dass dieses Phänomen als Folge von Begegnungen mit einer süchtigen Person in welchem Kontext auch immer zu definieren sei. Die Forscherin folgt in ihrer Arbeit dem Mainstream und der Einigkeit der meisten Autorinnen und Autoren über den Beweggrund co-abhängigen Verhaltens: der Sehnsucht nach Liebe. Ausschlaggebend ist das übergroße Bedürfnis geliebt zu werden, dies lässt co-abhängige Personen ihr gesamtes Sein nach jenen Personen ausrichten, deren Leben von stoffgebundenen Suchtformen bestimmt ist. Diese Erkenntnis wird insbesondere für die Fragestellung, wie sich der Kern der Selbstliebe zur Nächstenliebe verhält und wie das mit dem Gottesbild zusammenhängt, im Datenerhebungsprozess von Interesse sein.

Aumüllers Forschungen versuchten, einerseits die Ursachen für die Entstehung co-abhängigen Verhaltens aufzuzeigen, welches auch er als krankhaft bezeichnet, und andererseits das Durcheinander der unterschiedlichen Definitionen und Bedeutungsebenen des Begriffes Co-Abhängigkeit zu entwirren. Sein Blick auf das Phänomen Co-Abhängigkeit ist der eines selbstbetroffenen Beziehungssüchtigen. Für

---

<sup>86</sup> Schneider, Ralf (<sup>15</sup>2010): Suchtfibel: wie Abhängigkeit entsteht und wie man sich daraus befreit; Informationen für Betroffene, Angehörige und Interessierte, 251.

ihn sind besonders die Auswirkungen der Interpretationsvielfalt von Co-Abhängigkeit zu reflektieren. In seinen Worten:

*„Für einen Betroffenen allerdings haben die verschiedenen Interpretationen gravierende Auswirkungen. Ist er als Co nun mehrfach abhängig oder nur in eine Beziehung verstrickt? Und so verstecken sich viele Betroffene hinter einem Begriff, obwohl sie doch offensichtlich Süchtige sind.“<sup>87</sup>*

Das Phänomen Co-Abhängigkeit erfuh durch Aumüller folgende Bedeutungsausweitung: die aus der Sicht des Autors gängige verharmlosende Vorgangsweise, Co-Abhängigkeit lediglich als interaktives Geschehen zwischen suchtabhängigen Personen und co-abhängigen Personen zu beschreiben, versucht er in seinem Werk „Aufbrechen einer Maske“ zu korrigieren. Sein Anliegen besteht vor allem darin, aus der Sicht eines Betroffenen einen Weg der Genesung aus Co-Abhängigkeit und Sucht aufzuzeigen. Der von ihm geprägte Begriff Co-Abhängigkeitsfalle wird nicht primär auf Co-Abhängigkeit als eigenständige Krankheit bezogen, sondern als Teil eines Suchtprozesses verstanden, der in drei Stadien beschrieben werden kann: primäre Krankheit, Co-Abhängigkeit und Sucht.<sup>88</sup> Seine Forschungen bauen auf die Forschungserkenntnisse von Sharon Wegscheider-Cruse und Joseph Cruse auf: die Probleme Co-Abhängiger sind nicht auf ihr Zusammenleben mit einem Alkoholabhängigen oder einem anderen Suchtabhängigen zurückzuführen und beruhen auch nicht auf einem geringen Selbstwert. Auch das Argument, die Probleme co-abhängiger Personen könnten aus ihrer Stammfamilie resultieren, wird abgelehnt. Sharon Wegscheider-Cruse und Joseph Cruse vertreten die Ansicht, dass all diese Probleme Symptome einer Krankheit sind, die den Namen Co-Abhängigkeit trägt.<sup>89</sup> In ähnlicher Weise argumentiert auch Kolitzus, wenn er co-abhängiges Verhalten als Syndrom bezeichnet und nicht primär als krankhaftes Geschehen, bezeichnet.

Zusammenfassend lassen sich unterschiedliche Thesen klassifizieren:

- Die Gesellschaft trägt die Verantwortung für das Entstehen und Weiterbestehen co-abhängiger Strukturen.<sup>90</sup>

---

<sup>87</sup> Aumüller, Paul Josef (2004): Aufbrechen einer Maske, 27.

<sup>88</sup> Vgl. ebd.: Aufbrechen einer Maske, 37.

<sup>89</sup> Vgl. ebd.: Aufbrechen einer Maske, 17.

<sup>90</sup> Diese These wird von Schaef, Melody und auch von Aumüller vertreten.

- Co-Abhängigkeit ist primär eine Interaktion zwischen einer co-abhängigen Person und einer sehr nahestehenden Bezugsperson. Die suchtkranke Gesellschaft darf daher nicht als Ausgangspunkt der ursächlichen Entstehungsbedingungen für co-abhängiges Verhalten herangezogen werden.<sup>91</sup>
- Co-abhängiges Verhalten wird in einer suchtkranken Familie erlernt und bestimmt das Verhalten als co-abhängiger Erwachsener oder als co-abhängige Erwachsene.<sup>92</sup>
- Co-abhängiges Verhalten wird primär als Symptom einer Krankheit bezeichnet.<sup>93</sup>
- Jeder Mensch trägt co-abhängige Anteile in sich.<sup>94</sup>
- Die süchtigen bzw. co-abhängigen Anteile werden im Spiegelbild des anderen bzw. der anderen erkannt.<sup>95</sup>

Die Ergebnisse aus dem Literaturstudium über das Phänomen Co-Abhängigkeit zeigen sich demnach als sehr uneinheitlich und umstritten. Für die empirische Forschung bedeutet dies, sich offen für die unterschiedlichen Aspekte von Co-Abhängigkeit zu zeigen.

Es können für das Forschungsvorhaben jedoch zwei wichtige Linien gezogen werden.

(1) Das Zusammenleben co-abhängiger Personen mit Personen, deren Leben von stoffgebundenen oder stoffungebundenen Formen bestimmt ist, wird vom Bedürfnis nach Liebe, einer übergroßen Sehnsucht nach Liebe bestimmt. Dies kann mit einem zunehmenden Verlust des Selbststandes, der Selbstwahrnehmung einhergehen. Für die empirische Forschung sind diese Erkenntnisse insofern wichtig, da diese Hinweise auf mögliche verzerrte Formen von Selbstliebe bzw. Nächstenliebe sein können. Folgenden daraus resultierenden Fragen wird in der empirischen Phase des Forschungsvorhabens nachgegangen werden: Wann ist Selbstliebe bzw. Nächstenliebe in ausreichendem Maß

---

<sup>91</sup> Diese These wird von Schmieder vertreten.

<sup>92</sup> VertreterInnen dieser These sind Beattie, Brosch, Fengler, Gross, Melody und Van Treek. Vgl. betreffend Beattie und Melodys These: Teil I: Theoretische Grundlegung. 1.2.1 Wandelndes Verständnis und 1.2.6 Charakteristika/Kernsymptome.

<sup>93</sup> Dies wird von Aumüller, Cermak, Cruse und Wegscheider-Cruse vertreten. Aumüller und Schaefer sprechen von einem Krankheitsprozess. Gemäß Fengler hat Co-Abhängigkeit einen Krankheitscharakter, nach Günthner ist Co-Abhängigkeit im engeren Sinn ein Krankheitsgeschehen.

<sup>94</sup> Dies wird von Koltitzus vertreten. Er richtet den Fokus vor allem auf die Auswirkungen co-abhängigen Verhaltens. Brosch argumentiert in ähnlicher Weise.

<sup>95</sup> Diese These wird von Koltitzus, Nufer und Schrader vertreten.

gegeben, sodass die Ursache für co-abhängiges Verhalten überwunden werden kann? Welche Rolle kann hier der Glaube spielen und welche Bedeutung kommt hierbei dem Gottesbild einer co-abhängigen Person zu? Welche Auswirkungen kann ein positives bzw. negatives Gottesbild hinsichtlich der Trias Selbstliebe, Gottesliebe und Nächstenliebe haben? Welche Folgen hat dies für die Beziehung zum Nächsten bzw. zur Nächsten? Hierfür wird es notwendig sein, Kriterien für ein positives bzw. negatives Gottesbild festzulegen.<sup>96</sup>

(2) Als Kontextinformation zum Forschungsfeld „Co-Abhängigkeit“ ist der Aufweis einer dreifachen Funktionalität dieses Begriffes, als didaktisches Werkzeug, als psychologisches Konzept und als psychische Störung, als Vorwissen von Wichtigkeit. Für die Feldforschung rückt insbesondere die psychologische Funktion des Phänomens Co-Abhängigkeit in den Blick. Während des Feldaufenthaltes wird daher versucht, den Fokus auf einen möglichen Beitrag co-abhängiger Personen zur Aufrechterhaltung des Suchtsystems zu richten. Es sollen zudem befreiende Wege aus der Abhängigkeit aufgezeigt werden, die es ermöglichen, das Suchtsystem zu überwinden und zu einer lebensförderlichen Gestaltung des Lebens führen. Auch gilt es eine weitere Kontextinformation für die empirische Forschungsarbeit mitzubedenken: Co-Abhängigkeit kann auch auf eine Mehrfachabhängigkeit hindeuten.

Die Erfassung der Komplexität der unterschiedlichen Aussagen zum Phänomen Co-Abhängigkeit konnte noch nicht ausreichend deutlich werden lassen, wie Betroffene in der Lebenswelt, sei es in der Partnerschaft oder im sozialen Umfeld agieren. Helmut Kolitzus gibt hierzu in seinem Werk<sup>97</sup> wichtige Hinweise.<sup>98</sup>

### **1.2.5 Phasen co-abhängigen Verhaltens**

Co-abhängiges Verhalten kann in drei Phasen gegliedert werden: Beschützen und Erklären, Kontrolle und Anklage.

Schon in der ersten Phase „Beschützen und Erklären“ wird das Geheimnis der Sucht in der Familie ebenso wie in der Arbeitswelt versucht zu verheimlichen. Süchtige und co-

---

<sup>96</sup> Vgl. hierzu Teil V: Wege aus der Co-Abhängigkeit: Interdisziplinäre Zugänge.

<sup>97</sup> Kolitzus, Helmut (1997): Die Liebe und der Suff ... Schicksalsgemeinschaft Suchtfamilie.

<sup>98</sup> Auch Berhand van Treeck greift in seiner Definition das Beziehungsgeschehen innerhalb einer Familie auf. Er berichtet, dass co-abhängige Personen ihre Defizite über das Helfen kompensieren. Vgl. Teil I: Theoretische Grundlegung. 1.2.2: Unterschiedliche Definitionen. Kolitzus' Ausführungen beziehen sich nicht nur auf die Suchtfamilie, sondern auch auf das soziale Umfeld.

abhängige Personen nehmen diesen Prozess allerdings nicht bewusst wahr. Auch die Suchtkarriere kann nicht in ihrer vollen Tragweite erkannt werden. In typischen Weisen, z.B. das Verhalten der süchtigen Person zu verschleiern oder zu entschuldigen, die Verantwortung für sie zu übernehmen, Suchtkranke vor Konsequenzen ihres Verhaltens abzuschildern, missachten Beschützer und Beschützerinnen oftmals ihre ethischen Grundsätze. Sie lassen ihre eigenen Überzeugungen allmählich hinter sich. Ebenso wie süchtige Personen lügen co-abhängige Personen häufig, verschleiern die Realität und verfügen über mannigfaltige Mechanismen, um die Sucht zu verschleiern. Obwohl von beiden die Suchtkarriere nicht durchschaut werden kann, fühlen sich alle Beteiligten mit einem folgenschweren Geheimnis belastet. In der ersten Phase wird die Suchtkarriere indirekt gefördert. Das Verhalten einer co-abhängigen Person trägt zur Lösung des Suchtproblems in keinerlei Weise bei und es wird daher weiterhin nach einer neuen Lösungsstrategie gesucht.

In der zweiten Phase wird die süchtige Person vom Umfeld zunehmend kontrolliert und unter Druck gesetzt. Selbst vor Drohungen wird nicht Halt gemacht, worauf die süchtige Person dementsprechend reagiert: Ärger, Wut, Angst, Scham und Trauer bestimmen die Beziehung zwischen der süchtigen Person und seinem sozialen Umfeld. Die suchtabhängige Person kann jedoch sehr wohl ernst gemeinte von nicht ernst gemeinten Drohungen unterscheiden und versucht, wenn sich die Lage zuspitzt, einzulenken. Doch bald ereignet sich wiederum ein Rückfall in das bereits gelernte süchtige Verhalten und der geschilderte Ablauf wiederholt sich. Im Falle von Alkoholabhängigkeit kann dieser Prozess in der Familie bzw. in der Arbeitswelt zwischen fünf bis acht Jahre andauern.

In der dritten Phase "Kontrolle" sind co-abhängige Personen an die Grenzen ihrer Belastbarkeit gelangt. Sie können aggressiv werden und auch selbst ernstlich erkranken. Sowohl in der Familie als auch in der Arbeitswelt stellt sich ein eklatanter Mangel an Selbstbewusstsein ein und es zeigen sich oft katastrophale Auswirkungen der falsch verstandenen und ausgeführten Hilfeleistungen. Dieses Verhalten führt schließlich zur dritten Phase, „der Anklage“, einem prozesshaften Geschehen, das mit

einer Trennung vom Partner oder Partnerin einhergehen oder im Arbeitsleben, die Entlassung nach sich ziehen kann.<sup>99</sup>

In einem nächsten Schritt der Arbeit wird der Versuch unternommen, die Ursachen co-abhängigen Verhaltens darzustellen. Hierfür ist es notwendig zu klären, welche Charaktereigenschaften dazu beitragen, die oben beschriebenen Phasen co-abhängiger Prozesse zu unterstützen. Dies ist insbesondere für die Frage, welche Rolle der Selbstannahme, der Hinwendung zum suchtkranken Partner oder zur suchtkranken Partnerin, d.h. den religiösen Bezugspunkten zukommt, von Bedeutung. Das Aufzeigen der co-abhängigem Verhalten zugrundeliegenden Faktoren sowie die Offenlegung der Charakteristika co-abhängigen Verhaltens erfordern, eine Klassifikation der Charakteristika vorzunehmen.

### **1.2.6 Charakteristika/Kernsymptome co-abhängigen Verhaltens**

Melody Beatties erste Begegnungen mit co-abhängigen Personen in den 60er Jahren des vorigen Jahrtausends waren von gegenseitigem Missverständnis und Unverständnis geprägt.<sup>100</sup> 1976 traf sie als genesende Süchtige und Alkoholikerin in Minnesota beruflich wiederum co-abhängige Personen. Aufgrund ihrer beratenden Tätigkeit in der Suchtkrankenhilfe konnte sie zahlreiche Eindrücke über co-abhängiges Verhalten gewinnen und infolgedessen aufzeigen, warum co-abhängige Personen ungesunde, zerstörerische Verhaltensweisen ausüben. Sie kam zur Erkenntnis, dass diese Menschen viele ihrer Verhaltensweisen schon in ihrer Kindheit bzw. im späteren Leben gelernt haben. Ihrer Ansicht nach können Interpretationsmöglichkeiten von Religion<sup>101</sup> dazu beitragen, dass sich zerstörerische Verhaltensmuster bilden.<sup>102</sup>

Werner Gross führt als Ursache co-abhängigen Verhaltens das große Verlangen nach Liebe an.<sup>103</sup> Die Sehnsucht geliebt zu werden, bleibt ein bestimmender Faktor für die Gestaltung des Lebens erwachsener co-abhängiger Personen, sodass diese oft

---

<sup>99</sup> Vgl. Kolitzus, Helmut (1997): Die Liebe und der Suff, 47-49.

<sup>100</sup> Vgl. Beattie, Melody (<sup>6</sup>1999): Die Sucht, gebraucht zu werden, 9. Melody Beattie machte ihre ersten Erfahrungen als Alkoholikerin und Süchtige in einer Zeit als man Angehörige von Alkoholkranken noch nicht als co-abhängig bezeichnete.

<sup>101</sup> Für folgende Fragestellungen: „Wirkt Religiosität sich positiv oder negativ auf das Phänomen Co-Abhängigkeit aus?“, „Welche Rolle spielt die religiöse Biographie für Familienangehörige alkoholkranker Partner oder alkoholkranker Partnerinnen?“, gibt Beattie Melody an dieser Stelle einen wichtigen Hinweis.

<sup>102</sup> Vgl. Beattie, Melody (<sup>6</sup>1999): Die Sucht, gebraucht zu werden, 53.

<sup>103</sup> Vgl. Gross, Werner (1990): Sucht ohne Drogen, 146.

unbewusst Partnerschaften mit Alkoholikern oder Drogenabhängigen eingehen.<sup>104</sup> Er zeigt auf, dass co-abhängige Erwachsene oftmals in einem suchtkranken Umfeld aufgewachsen sind<sup>105</sup> und kommt zu folgendem Schluss:

*„Den in der Kindheit gelernten Umgang mit einem süchtigen Vater oder einer süchtigen Mutter übertragen sie dann auf ihre Partnerbeziehung. Erhalten bleibt die süchtige Grundstruktur der/des Co-Abhängigen.“*<sup>106</sup>

Auch Pia Mellody<sup>107</sup> und Melody Beattie<sup>108</sup> zeigen den Zusammenhang zwischen einem nicht intakten Familienleben in der Ursprungsfamilie und dem späteren leidvollen Leben erwachsener co-abhängiger Personen auf. Nach Pia Mellody haben diese oft auch Misshandlungen in der Kindheit erfahren. Ihre Forschungsergebnisse<sup>109</sup> zeigen die Notwendigkeit auf, sich „von den zerstörenden Nachwirkungen der Kindheit und einem Leben als erwachsener Co-Abhängiger zu befreien“. <sup>110</sup> Ziel dieses Forschungsprojektes ist es, für die pastorale Begleitung co-abhängiger Personen lebensförderliche Wege aus dem Dilemma co-abhängigen Verhaltens aufzuzeigen und die Erkenntnisse aus der empirischen Forschung für neue lebensorientierte Wege nutzbar zu machen. Ein Teilschritt zur Erreichung dieses Zieles, besteht im Aufzeigen jener Charakterhaltungen, die im Kontext co-abhängigen Verhaltens ein ethisch gelingendes Leben erheblich erschweren.

Melody Beatties Ausführungen können wichtige Einblicke in das zu erforschende Feld Co-Abhängigkeit vermitteln.<sup>111</sup> Dreizehn Charakteristika<sup>112</sup> und ein möglicherweise im

---

<sup>104</sup> Auch Melodie Beattie verweist darauf, dass co-abhängige Personen oft unbewusst Partnerschaften eingehen, in denen das Verhaltensrepertoire wiederholt wird und ein ähnlicher Bewältigungsmechanismus zum Tragen kommt. Vgl. Beattie, Melodie (<sup>3</sup>1999): Die Sucht gebraucht zu werden, 46. Auch Koltzhus argumentiert in ähnlicher Weise: Er spricht davon, dass co-abhängige Personen ihre Suchtstruktur delegieren, indem sie Partner wählen, die selbst süchtig sind. Vgl. hierzu Teil I: Theoretische Grundlegung. 1.2.1: Wandelndes Verständnis.

<sup>105</sup> Demgegenüber kann nach Aumüller das Entstehen von Co-Abhängigkeit nicht auf ein suchtkrankes Familienumfeld zurückgeführt werden. Die Forschungslage zeigt ein uneinheitliches, widersprüchliches Bild. Es überwiegen jene Stimmen, die einen Zusammenhang zwischen suchtkrankem Umfeld in der Stammfamilie und dem Leben als erwachsene co-abhängige Person nachweisen. Vgl. Teil I: Theoretische Grundlegung: 1.2.3 Unterschiedliche Definitionen.

<sup>106</sup> Gross, Werner (1990): Sucht ohne Drogen, 146.

<sup>107</sup> Vgl. Mellody, Pia (<sup>2</sup>1991): Verstrickt in die Probleme anderer. Über Entstehung und Auswirkung von Co-Abhängigkeit, 226.

<sup>108</sup> Vgl. Beattie, Melody (<sup>6</sup>1999): Die Sucht, gebraucht zu werden, 47.

<sup>109</sup> Pia Mellodys Forschungsergebnisse wurden aus ihrem eigenen Heilungsprozess und aus ihrer Arbeit als Beraterin in der Suchtkrankenhilfe (1976) mit co-abhängigen Personen gewonnen. Diese legen Kernsymptome, auch Primärsymptome genannt und Sekundärsymptome krankhaften co-abhängigen Verhaltens dar.

<sup>110</sup> Mellody, Pia (<sup>2</sup>1991): Verstrickt in die Probleme anderer, 26.

<sup>111</sup> Vgl. Beattie, Melody (<sup>6</sup>1999): Die Sucht gebraucht zu werden, 55-66.

fortgeschrittenen Stadium co-abhängigen Verhaltens erreichter kritischer Zustand verdeutlichen anschaulich, inwiefern eine positive Lebensgestaltung im Kontext von Co-Abhängigkeit erschwert bzw. oftmals nahezu verhindert wird. Als Charakteristika sind zu nennen: sich Sorgen machen, schwaches Selbstwertgefühl, Verdrängung, Besessenheit, Kontrolle, Verleugnung, Abhängigkeit, unzulängliche Kommunikation, schwache Grenzen, Vertrauensmangel, Wut, Sexualprobleme und Vermischtes<sup>113</sup>. Der schrittweise Verlust jeglicher Hoffnung wird von der Autorin als kritischer Zustand<sup>114</sup> beschrieben. Dieser zeigt sich zumeist in antriebslosem Verhalten mit Tendenzen zu Isolation und Rückzug. Hinzu können Depressionen bis hin zu Selbstmordgedanken auftreten und auch Gewalttätigkeit kann nicht ausgeschlossen werden. Vernachlässigung der täglichen Pflichten wirkt sich auf Kinder und andere Angehörige aus. Zur Vernachlässigung kann zusätzlich noch Missbrauch hinzukommen. Bisweilen wird auch geplant, aus der Beziehung zu flüchten und die gefühlte Gefangenschaft zu durchbrechen. Die co-abhängige Person ist in diesem Zustand gefährdet, selbst zu Alkohol oder Drogen zu greifen. Ernsthaftes körperliche, geistige und seelische Krankheiten können nicht ausgeschlossen werden. Nachstehend werden unter Bezugnahme auf Beatties Checkliste jene Charakteristika vorgestellt, die hinsichtlich Selbst-, Gottes- und Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit wichtige Anhaltspunkte geben können.<sup>115</sup> Diese sind einerseits für die Erforschung der Wechselwirkungen zwischen Co-Abhängigkeit und Gottesbild und andererseits für die Erkundung, wann das Gottesbild positive oder negative Auswirkungen auf co-abhängige Personen hat, von Wichtigkeit. Im Folgenden werden die genannten Elemente kurz beschrieben:

---

<sup>112</sup>Melody Beattie betont, dass zum einen die von ihr erstellte Checkliste nicht alle Charakteristika, die auftreten können, erfasst und zum anderen einige der angeführten Charakteristika in unterschiedlicher Intensität auch bei nicht co-abhängigen Personen auftreten können. Für die Forscherin sind die Vorkenntnisse über die Charakteristika co-abhängigen Verhaltens eine wichtige Grundlage für die Interpretation der aus den narrativen Interviews erhobenen Daten. Vgl. hierzu Teil V: Theologisch-Ethische Wege aus der Co-Abhängigkeit: Interdisziplinäre Zugänge. 2 Interdisziplinäre Lösungsansätze.

<sup>113</sup>Mit dem Begriff Vermischtes wird das Verhalten einer co-abhängigen Person bezeichnet, das sich in eine völlig entgegengesetzte Richtung entwickeln kann, z.B. auf der einen Seite ein sehr hohes Maß an Verantwortungsübernahme und auf der anderen Seite verantwortungsloses Agieren.

<sup>114</sup>Kritische Zustände co-abhängigen Verhaltens während des Feldaufenthaltes wahrzunehmen und als Datenmaterial festzuhalten, ist für das Erforschen des Zusammenhanges von Selbstliebe und Nächstenliebe und des zugrundeliegenden Gottesbildes eine wichtige Aufgabe dieser Forschungsarbeit.

<sup>115</sup>Die Kurzfassungen der für die empirische Forschungsarbeit wesentlichen Charakteristika orientieren sich an der Charakteristikaliste Beatties. Vgl. Beattie, Melody (1999): Die Sucht gebraucht zu werden, 55-66.

*Sich Sorgen machen:* Viele co-abhängige Personen verlieren in ihren Beziehungen zunehmend die eigene Lebenskraft, weil sie ständig in einem Stand-by-Modus für andere leben. In der Folge leiden sie unter dem Gefühl der Nichtwürdigkeit und der Nutzlosigkeit. Dieses Charakteristikum gibt wichtige Hinweise zu defizienter Selbstliebe: mangelnde Fürsorge für sich selbst bzw. Verlust des Selbststandes.

*Schwaches Selbstwertgefühl:* Aufgrund nicht intakter Verhältnisse in der Ursprungsfamilie kommt es bei co-abhängigen Personen häufig zur Entwicklung eines verzerrten Selbstbildes. Sie sind häufig Opfer von körperlichem, emotionalem und nicht selten auch von sexuellem Missbrauch. Die Sehnsucht, endlich Gutes und Glück im Leben zu erfahren, von anderen geliebt zu werden, bestimmt in weiten Zügen ihr Leben. Der Glaube, dass dies möglich ist, ist jedoch schwach ausgeprägt. Ständige Suche nach Beweisen, gut genug für diese Welt zu sein, und dem Gefühl, gebraucht zu werden, gehören zum Lebensprogramm vieler co-abhängiger Personen. Dieses Charakteristikum gibt wichtige Hinweise für die Frage der Dynamik zwischen Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe. Inwiefern ein schwaches Selbstwertgefühl dazu beiträgt, lebensförderliche Formen von Selbst- und Nächstenliebe möglicherweise zu erschweren oder zu verunmöglichen, wird im empirischen Teil der Arbeit nachgegangen.

*Verdrängung:* Die Nicht-Konfrontation mit belastenden Gedanken und Gefühlen führt häufig zur Realitätsferne. Für die empirische Studie war es daher wichtig zu erkunden, ob co-abhängige Personen eine positive Gottesbeziehung darin unterstützen kann, sich belastenden Situationen zu stellen und den Kern ihres Selbst zu festigen.

*Besessenheit, Kontrolle und Abhängigkeit:* Probleme und Verhalten anderer Menschen beschäftigen co-abhängige Personen in einem solchen Ausmaß, dass ihr Denken permanent um diese kreist. Ein wesentliches Faktum co-abhängigen Verhaltens ist die Kontrolle anderer und das Bestreben, deren Fehler aufdecken zu wollen. Die Kontrolle kann sich auf andere Personen oder Ereignisse erstrecken, wobei als Mittel bisweilen Drohungen, Hilflosigkeit, manipulative und zwanghafte Handlungen u.a. eingesetzt werden. Die Furcht vor Kontrollverlust ist bestimmend für übergriffige Kontrollhandlungen, die jedoch häufig nicht ausreichend reflektiert werden. Das Leben in Abhängigkeit verhindert oftmals, einen Zustand innerer ruhiger Zufriedenheit erfahren zu können. Glück wird vor allem im Außen gesucht, und diese Suche ist nicht

selten von Gefühlen schrecklicher Bedrohung begleitet. Oftmals fehlt es an Hoffnung, dass jemand sie wahrhaftig lieben könnte.

Viele co-abhängige Personen setzen die Suche nach Liebe und Anerkennung dennoch fort, erkennen jedoch häufig nicht, welche Personen für die eigene Entwicklung förderlich sind und welche nicht. Die Charakteristika Besessenheit, Kontrolle und Abhängigkeit geben wichtige Hinweise über den Akt der Zuwendung und Hinwendung co-abhängiger Personen zu sehr nahestehenden alkoholkranken Bezugspersonen. Sie liefern zudem wichtige Kenntnisse für das Anliegen dieser Forschungsarbeit, verzerrende Formen von Nächstenliebe, die Wege aus dem Dilemma co-abhängigen Verhaltens verstellen, aufzudecken.

*Unzulängliche Kommunikation und schwache Grenzen:* Kommunikation auf Augenhöhe zu führen kann ein weiteres Problem co-abhängiger Personen darstellen. Sehr oft wird ein offener, klarer Meinungs austausch vermieden. Äußerst unklar wird in der Folge das Miteinander, da oftmals nicht wahrhaftig kommuniziert wird, z.B. für andere gelogen wird oder eigene Probleme nicht ehrlich angesprochen bzw. manipulative Redeweisen eingesetzt werden. Co-abhängige Personen verfügen häufig über schwache Grenzen, die oft aufgrund des Unvermögens, gesunde Grenzen setzen zu können, zunehmend erweitert werden.<sup>116</sup> Die ständige Erweiterung der eigenen Toleranzgrenze zieht nicht selten Wut und völlige Intoleranz nach sich. Diese Charakteristika zeigen zum einen wichtige aufschlussreiche Zuschreibungen hinsichtlich Selbst- und Nächstenliebe auf und die Notwendigkeit, am Ende der Feldforschung im Rahmen der narrativen Interviews Fragen zur Beziehung zu sich selbst und zu sehr nahestehenden Personen zu stellen.

*Vertrauensmangel:* Das Vertrauen co-abhängiger Personen wird oftmals schwer verletzt, sodass sich ein tiefes Verlassenheitsgefühl einstellt, nicht nur Menschen, sondern auch Gott gegenüber. Dies hat zur Folge, dass sich ein Gefühl der Gottverlassenheit ausbreitet, das häufig zur Überzeugung führt, Gott nicht mehr vertrauen zu können. Dieses innere Erleben führt häufig zu weiteren Belastungssituationen.<sup>117</sup> Kenntnis über dieses Charakteristikum zu haben, ist einerseits für die Frage nach dem Gottesbild co-abhängiger Personen, nach deren Glauben und

---

<sup>116</sup> Permanent Grenzen zu überschreiten, gehört jedoch auch zum Spektrum co-abhängigen Verhaltens.

<sup>117</sup> Vgl. Beattie, Melody (<sup>6</sup>1999): Die Sucht gebraucht zu werden, 55-66.

den daraus resultierenden Auswirkungen von Bedeutung und andererseits für die Klärung des Zusammenhanges der Trias Selbstliebe, Gottesliebe und Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit. Im Rahmen der narrativen Interviews erschien es daher sinnvoll, auch nach der Gottesbeziehung zu fragen.

Auch Pia Melody versuchte einen umfassenden Einblick in das Phänomen Co-Abhängigkeit zu geben. Ihre Forschungserkenntnisse<sup>118</sup> verweisen auf Kernsymptome, auch Primärsymptome<sup>119</sup> genannt, und Sekundärsymptome, die co-abhängiges Verhalten bestimmen. Als Kernsymptome bezeichnet sie: Probleme mit angemessener Selbstachtung, Probleme mit gesunder Grenzziehung, eingeschränkte Verfügungsgewalt über die eigene Realität, Probleme im Erkennen und Erfüllen eigener Bedürfnisse, keine Mäßigkeit. Während die aufgezählten Kernsymptome, auch Primärsymptome genannt, co-abhängige Personen erheblich in ihrer inneren Selbstwahrnehmung und in ihren Beziehungen mit anderen beeinträchtigen, verhindern fünf Sekundärsymptome nicht nur eine gegenseitig bereichernde Beziehung, sondern wirken sich vor allem zerstörerisch auf jegliche Begegnung aus. Diese sind: negative Kontrolle, Groll, verzerrte oder nicht existente Spiritualität, Realitätsvermeidung und die eingeschränkte Fähigkeit, Intimität aufrecht zu erhalten. Häufig wird versucht, negative Kontrolle auszuüben, indem die Realität eines anderen manipuliert und Nutzen daraus gezogen wird. Vermeintliche oder tatsächliche Angriffe auf die Selbstachtung werden mit Groll beantwortet und es entsteht häufig auch das Bedürfnis, sich für die erlittene Scham zu rächen. In der Folge kann sich entweder keine Spiritualität oder nur eine verzerrte Form von Spiritualität entwickeln. Co-abhängige Personen neigen dazu, dem Leben mit seinen Herausforderungen auszuweichen, indem sie häufig körperlich oder/und geistig krank oder süchtig werden. Der Versuch, der Realität zu entfliehen, die eingeschränkte Fähigkeit, Intimität aufrechtzuerhalten, beeinträchtigen das alltägliche Miteinander. Auch die Wahrnehmung, wer man selbst ist und wer die anderen sind, ist weitgehend blockiert, sodass einerseits die eigene Persönlichkeit nicht klar ausgedrückt werden kann und andererseits in der Kommunikation die Neigung zu Grenzüberschreitungen besteht. Jedes einzelne Sekundärsymptom kann den Ursprung in einem oder mehreren

---

<sup>118</sup> Pia Melodys Forschungserkenntnisse stützen sich auf den eigenen Heilungsprozess und auf ihre Arbeit mit co-abhängigen Personen.

<sup>119</sup> Die von Melody aufgezeigten Kern- bzw. Primärsymptome und Sekundärsymptome co-abhängigen Verhaltens entsprechen weitgehend den von Beattie angeführten Charakteristika.

Kernsymptomen haben.<sup>120</sup> Für die ethnographische Forschung sind sowohl die Erkenntnisse Beatties als auch Mellodys von besonderer Wichtigkeit, da einerseits der Blick von außen auf das Forschungsfeld gewährleistet ist und andererseits bei der Auswertung der in den Al-Anon Gruppen erhobenen Daten dieses Vorwissen den Blick auf die Daten weitet bzw. schärft.<sup>121</sup>

Auch die vom Psychologen Martin Hambrecht vorgenommene Einteilung co-abhängiger Personen in vier Typen<sup>122</sup> ermöglichte es der Forscherin, sich vor dem Betreten des Forschungsfeldes einen möglichst umfassenden Einblick in das Phänomen Co-Abhängigkeit zu verschaffen. Hambrecht unterscheidet folgende unterschiedliche Typen, die jeweils bestimmte Aspekte co-abhängigen Verhaltens aufzeigen: mütterliche, väterliche, kumpelhafte und berufliche Co-Abhängige. Nachstehend werden die Unterschiede möglichen co-abhängigen Verhaltens näher entfaltet.

Insbesondere der mütterliche Typ ist für die Feldforschung von besonderem Interesse, da co-abhängiges Verhalten überwiegend Frauen betrifft. Diese sorgen sich in besonderer Weise um süchtige Angehörige und versuchen alles, um diese vor den Härten des Lebens abzuschirmen. Pflege und Sorge, die Übernahme einer stark beschützenden Rolle bestimmen weitgehend das tägliche Miteinander. Demgegenüber glauben väterliche co-abhängige Personen, den Weg zu kennen, wie man das Leben in den Griff bekommen kann. In der Folge wird der suchtkranken Person zunehmend abgesprochen, die Selbstverantwortung übernehmen zu können. Hinzu kommt die Erteilung zahlreicher Vorschriften sowie die Übernahme und Ausführung der Aufgaben und Pflichten der suchtkranken Bezugsperson. Kumpelhafte co-abhängige Personen legen einen Großteil ihrer Energie in den Versuch, die Suchterkrankung ihres Partners oder ihrer Partnerin zu verheimlichen. Mit großer Nachsichtigkeit wird über die realen Verhältnisse hinweggesehen. Ihr Ziel besteht in stetigen Bemühungen, einen Zustand

---

<sup>120</sup> Vgl. Melody, Pia (<sup>2</sup>1991): Verstrickt in die Probleme anderer, 26-64.

<sup>121</sup> Sowohl Melody Beattie als auch Pia Melody haben anhand ihres biographischen Hintergrundes und ihrer praxisbezogenen Arbeit einen umfassenden Überblick gegeben, in welcher Weise das Leben von co-abhängigen Erwachsenen meist in erheblichem Ausmaß durch Charakteristika bzw. Kern- und Sekundärsymptome der Krankheit Co-Abhängigkeit beeinträchtigt ist. Melody Beattie betont, dass alle bisherigen Definitionen von Co-Abhängigkeit, die Ursache, Auswirkungen, Symptome, Schmerz oder Verhaltensmuster aufgezeigt und festgehalten haben, auch weiterhin gültig sein sollen. Co-Abhängigkeit tritt ihrer Ansicht nach nicht ausschließlich in einer Beziehung mit einer suchtkranken Person auf, denn sowohl Männer, Frauen als auch Kinder können co-abhängiges Verhalten entwickeln. Vgl. Beattie, Melodie (<sup>3</sup>1999): Die Sucht gebraucht zu werden, 47.

<sup>122</sup> Zitiert nach: Vgl. Gross, Werner (1990): Sucht ohne Drogen, 146.

des Friedens zu bewahren. Berufliche Co-Abhängige finden sich vor allem in den sozialen Berufen, in Arztpraxen und in Beratungsstellen.<sup>123</sup> In besonderer Weise wird alles darangesetzt, auf jeden Fall zu helfen und sozial zu sein.<sup>124</sup>

Was ist nun allen suchtkranken und co-abhängigen Personen gemeinsam?

Werner Gross verweist auf die Verstrickung aller Beteiligten in einem süchtigen Spiel, das mit unterschiedlicher Rollenbesetzung gespielt wird. Er führt weiter aus, dass dieses Spiel in der Schicksalsgemeinschaft Familie aufgrund der Einnahme unterschiedlicher Rollen seinen Ort hat.<sup>125</sup> Nach Kolitzus werden auf diesem Schauplatz unterschiedliche Rollen eingenommen, so tritt z.B. die Mutter sehr häufig als Retterin, Verfolgerin und Opfer auf.<sup>126</sup> Insbesondere Mellody, Beattie und Gross zeigen den Zusammenhang von in der Kindheit und Jugendzeit erlernten Verhaltensmustern mit co-abhängigem Verhalten im Erwachsenenalter<sup>127</sup> auf. Kolitzus, Facharzt für Psychotherapeutische Medizin, macht auf die hohe Sensibilität von Kindern, die in einer such�geprägten Familie voll Spannungen aufwachsen, aufmerksam. Die Folgen des Retter-Verfolger-Opfer-Spiels schildert er folgendermaßen:

*„Sie leiden, hoffen mit, wenn sie Mutter und Vater in ihrem heillosen Kampf beobachten.“<sup>128</sup>*

Folgende wichtige Erkenntnisse können aus den oben beschriebenen Charakteristika, Kern- und Sekundärsymptomen und Typenbeschreibungen festgehalten werden: Erwachsene co-abhängige Personen leben ihr Leben größtenteils für andere, da die Neigung besteht, die eigenen Wünsche oder Bedürfnisse zu unterdrücken. Diese können zunehmend kaum wahrgenommen bzw. schwer ausgedrückt werden. Problembelastet ist zudem die eigene Zukunftsplanung, insbesondere das Setzen eigener Ziele, weil größtenteils unbewusst das Leben einer anderen Person gelebt wird. In der Folge tritt zunehmend ein eklatanter Selbstverlust ein, ohne dass dies in voller Tragweite wahrgenommen werden kann. Co-abhängiges Verhalten hat das Leben schließlich in

---

<sup>123</sup> Vgl. ebd., 146.

<sup>124</sup> Zitiert nach: Vgl. Gross, Werner (1990): Sucht ohne Drogen, 146.

<sup>125</sup> Vgl. ebd., 146.

<sup>126</sup> Vgl. Kolitzus, Helmut (1997): Die Liebe und der Suff, 61.

<sup>127</sup> Diese Auffassung widerspricht jener von Aumüller, der Co-Abhängigkeit als einen Krankheitsprozess ansieht. Vgl. Teil I: Theoretische Grundlagen. 1.2.3 Unterschiedliche Definitionen. Auch Wegscheider-Cruse und Cruse sehen keinen Zusammenhang zwischen co-abhängigem Verhalten im Erwachsenenalter und erlernten Verhaltensmustern in der Ursprungsfamilie.

<sup>128</sup> Kolitzus, Helmut (1997): Die Liebe und der Suff, 61.

den meisten Fällen von Kindesbeinen an bestimmt. Die geschilderten Primärsymptome erschweren einerseits die innere Selbstwahrnehmung, andererseits eine ehrliche und offene Kommunikation in Beziehungen. Sekundärsymptome führen meist zu zerstörenden Begegnungserfahrungen. In suchtblasteten Familien werden häufig unbewusst unterschiedlichste Rollen eingenommen. Den Folgewirkungen der Rollenübernahme innerhalb eines Familiengefüges mit einer Suchtproblematik wird im folgenden Kapitel nachgegangen.

### **1.2.7 Rollenbilder**

Monika Rennert verweist darauf, dass in der Literatur zum Teil völlig unterschiedliche Erkenntnisse zu eingenommenen Rollen innerhalb einer Familie und zu Entwicklungsprozessen existieren. Einigkeit besteht jedoch darin, dass solche Rollen nicht nur in suchtblasteten Familien auftreten, sondern auch im Kontext nicht belasteter Familien. Rennert betont die wechselseitige Entwicklung von Sucht und Co-Abhängigkeit: Unabhängig davon, ob sich die Familienangehörigen suchtkranker Personen verantwortungsvoll oder unverantwortlich verhalten, richtet sich ihr Leben nach der Sucht aus.<sup>129</sup> Kenntnisse über den Rollenfächer innerhalb einer Familie ermöglichen einerseits, den Blick auf die eingenommene Rolle einer co-abhängigen, erwachsenen Person in der Selbsthilfegruppe richten zu können, und sind andererseits für die ethische Frage nach einem gelingenden Leben im Kontext von Co-Abhängigkeit wichtig. Die Fähigkeit, eigene Verhaltensweisen als lebensfördernde bzw. lebensverhindernde Verhaltens- und Interaktionsmuster reflektieren zu können, ist essentiell für die Hinwendung zu sich selbst und zum Nächsten bzw. zur Nächsten. Diesbezügliche Defizite können sich auf die Selbstliebe, die Liebe zum Nächsten bzw. zur Nächsten auswirken und zudem einen lebensbejahenden Genesungsprozess co-abhängiger Personen beeinträchtigen. Dies führt zur Schlussfolgerung, dass dem in der Herkunftsfamilie eingenommenen Rollenverhalten hinsichtlich der Dynamik der Trias Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe eine wichtige Bedeutung zukommt. Nachstehend werden daher die unterschiedlichen Positionen kurz vorgestellt und miteinander ins Gespräch gebracht.

---

<sup>129</sup> Vgl. Rennert, Monika (1993): Rollenverteilung in belasteten Familien und die Entdeckung von Co-Abhängigkeit in Familien mit Suchtkranken. Bd. 35, 27-35, 28.

Sharon Wegscheider nennt vier Rollen, die von Kindern eingenommen und verkörpert werden: der Held/die Heldin, das Sündenbock-Kind, das verlorene Kind und das Maskottchen, in welche Kinder vom ältesten bis zum jüngsten Kind schlüpfen können.

*Der Held/die Heldin:* Diese Rolle wird meistens vom ältesten Kind, dem Sohn oder der Tochter übernommen. Der Held oder die Heldin reagiert ganz spezifisch auf den suchtkranken Vater, die suchtkranke Mutter oder das Geschwisterkind. Das älteste Kind leidet besonders unter der Familiensituation und versucht, als Ausgleich perfekt zu funktionieren. Dieses Kind ist auf besondere Weise mit den Eltern verstrickt. Es stellt sich an die Seite jenes Familienmitgliedes, das den Kampf gegen die Sucht aufnimmt. Im Erwachsenenalter fühlt sich der ehemalige Held bzw. die Heldin meist unzulänglich, wird von Schuldgefühlen geplagt und leidet auch weiterhin unter der in der Kindheit übernommenen Rolle der Überverantwortlichkeit.

*Rolle des Sündenbocks:* Diese dient dazu die Sucht, den Konflikt zwischen den Eltern zu verschleiern. Der Sündenbock ist im Unterschied zum Helden/zur Heldin nicht mit dem elterlichen Subsystem verbunden. Diametral zur Überverantwortung des Helden/der Heldin fällt dieses Kind besonders durch sein schlechtes Verhalten auf. Held oder Heldin wollen im Herzen der Eltern einen besonderen Platz einnehmen. Demgegenüber will ein Kind, das die Rolle des Sündenbocks einnimmt, durch sein unverantwortliches Handeln in besonderer Weise die Aufmerksamkeit auf sich ziehen.

*Das verlorene Kind:* Diese ist ebenso wie das Maskottchen nicht in einem Beziehungsdreieck mit den Eltern verstrickt. Als Einzelgänger oder Einzelgängerin wird ihm bzw. ihr nur wenig Aufmerksamkeit geschenkt und es erfährt zudem kaum Förderung seiner Talente. In der Folge fühlt es sich häufig wertlos und ist bisweilen konfus in seiner Gefühlswelt gefangen. Seine besondere Hilfeleistung für die Familie besteht darin, nicht aufzufallen. In der Folge kann es enorme Bindungsängste entwickeln, die mit immenser Furcht einhergehen können.

*Besonderer Bedarf an Nachreifung:* Das Maskottchen entspannt die Familiensituation, in dem es die „Rolle des Kaspars“<sup>130</sup> bzw. des Clowns einnimmt. Es sorgt für Unterhaltung und Spaß in der Familie. Durch dieses Rollenverhalten sichert es sich seinen Platz im Familiengefüge. Es verfügt über hohe Sensibilität, sodass es in der Lage

---

<sup>130</sup> Ebd., Bd. 35, 27-35, 32.

ist, Spannungen des labilen Familienklimas frühzeitig wahrzunehmen. Mit seinem Verhalten versucht es, die in der Familie auftretenden chaotischen, erschreckenden und verwirrenden Gefühle zu kontrollieren. Sein kindliches Verhalten wirkt auch im Erwachsenenleben bestimmend nach. In der Erwachsenenwelt erweist sich die Rolle des Maskottchens allerdings nicht als tauglich, Krisen konstruktiv zu bewältigen. In Folge dessen wird es als Erwachsener oder Erwachsene oft nicht als Partner oder Partnerin auf Augenhöhe wahrgenommen. Im emotionalen Bereich agiert das ehemalige Maskottchen im Erwachsenenalter weiterhin überverantwortlich, ist jedoch nicht in der Lage, im funktionalen Bereich angemessen zu agieren. In diesem Bereich besteht ein hoher Bedarf nachzureifen.<sup>131</sup>

Claudia Black trifft für die Rollenverteilung in von Sucht betroffenen Familien ebenfalls vier Zuschreibungen: drei Eigenschaftszuschreibungen, verantwortlich, ausagierend, beschwichtigend und eine Zustandsbeschreibung, anpassend. Ihre Einteilungen orientieren sich an den von Wegscheider angeführten emotionalen Mustern, und auch die Folgen der eingenommenen Rollen ähneln jenen Wegscheiders.

*Die Rolle des verantwortlichen Kindes* stimmt im Wesentlichen mit der Rolle des Helden/der Heldin, die Rolle des ausagierenden Kindes mit der Rolle des Sündenbocks bei Wegscheider überein. Claudia Black betont, dass das verantwortliche Kind elterliche Verantwortung in sehr frühem Alter übernimmt. Sie spricht auch den Aspekt der Belohnung an, den das verantwortliche Kind für sein Organisationstalent erhält. Im Erwachsenenalter treten zudem in den meisten Fällen erhebliche Beeinträchtigungen im Bereich der Emotionalität und der sozialen Kompetenz auf. Diese Auswirkungen schreibt Wegscheider dem Maskottchen zu. Sündenbock und ausagierendes Kind lenken vom Suchtproblem der Familie ab.

*Das ausagierende Kind* hat ebenso wie das Maskottchen häufig Schwierigkeiten, im emotionalen Bereich für sich selbst zu sorgen. Erwachsenen, die als Kinder die Rolle des ausagierenden Kindes eingenommen haben, fällt es oft schwer, eigene Schuld einzugestehen, sodass sie dazu neigen, andere zu beschuldigen.

---

<sup>131</sup> Zitiert nach: Vgl. Rennert, Monika (1993): Rollenverteilung in belasteten Familien und die Entdeckung von Co-Abhängigkeit in Familien mit Suchtkranken. Bd. 35, 27-35, 31, 32.

*Das beschwichtigende Kind* ist extrem mitfühlend, selbstlos und agiert seine persönlichen Bedürfnisse meist nicht aus. Es setzt alles daran, den Frieden in der Familie wieder herzustellen und möchte auf diese Weise einen Beitrag für die Familie leisten. Dieses Verhalten kann sich in extremen Formen zeigen, da dieser Einsatz für den Familienverband von den Eltern begrüßt und entsprechend gefördert wird.

Rennert hebt hervor, dass dieses Frieden herstellende, sich für Versöhnung einsetzende, beschwichtigende Kind mit Wegscheiders Zuschreibungsrolle des Helden/der Heldin verglichen werden kann. Sie sieht in Blacks Ausführungen zum beschwichtigenden Kind auch Aspekte des Maskottchens, insbesondere die geschärfte Wahrnehmung der emotionalen Befindlichkeit der übrigen Familienmitglieder. Kinder in dieser beschwichtigenden Rolle achten nur wenig bis gar nicht auf ihre eigene seelische und körperliche Gesundheit.

Bepko und Krestan wiederum stellen einen Bezug zur Rolle des Sündenbocks her, der durch sein unverantwortliches Handeln von den Spannungen innerhalb der Familie ablenken will.

*Das Kind, das sich anpasst*, korrespondiert am ehesten mit Ursula Lambrous Rollenbeschreibung des „Chamäleons“. Bei Wegscheider entspricht dies dem verlorenen Kind. Nach Black nimmt die Rolle der Anpassung das mittlere Geschwisterkind ein. Dieses Kind hat es am schwersten, eine persönliche Identität auszubilden, denn Auseinandersetzungen erscheinen ihm extrem bedrohlich. Im Unterschied zum Sündenbock vermeidet es, Aufmerksamkeit auf sich zu ziehen, denn es will ja gerade nicht auffallen.

Rennert vertritt den Standpunkt, dass die Rollen an sich grundsätzlich weder als gut noch als schlecht bewertet werden können. Allerdings kommt es zu Verzerrungen, wenn diese sich in einem extremen, übersteigerten Verhalten ausdrücken, in der Folge als erstarrte Verhaltensmuster die Persönlichkeit des Kindes prägen und im Erwachsenenalter beibehalten werden. In Familien, in denen die Rollenbilder auf die oben beschriebene Weise eingenommen werden, entwickeln sich zunehmend komplementäre Verhaltensweisen und in der Folge werden Individualität und Unterschiedlichkeit, Vielfalt und Beweglichkeit als Bedrohung angesehen. Die einzelnen Familienmitglieder erfüllen je nach Rollenbild eine bestimmte Funktion, können jedoch nicht mehr selbständig agieren, sondern nur auf das andauernde Chaos,

auf permanente Stresssituationen, Belastungen und Reize in der Familie reagieren. Leben Kinder permanent in Überforderung und meinen, das aus dem Gefüge geratene Familiengefüge in unterschiedlicher Rolle zusammenhalten zu müssen, so besteht die Gefahr, dass sie als Erwachsene dazu tendieren, das erlernte Verhalten in einem ähnlichen System zu wiederholen. Allen Rollen gemeinsam ist, dass die Rollendarsteller und Rollendarstellerinnen ihr körperliches und seelisches Wohlergehen eklatant vernachlässigen.<sup>132</sup>

Abschließend soll diese Thematik noch aus dem praktisch-therapeutischen Blickwinkel von Helmut Kolitzus beleuchtet werden. Der Autor trifft dieselbe Rolleneinteilung wie Sharon Wegscheider und stimmt zudem in den wesentlichen Aspekten mit Wegscheider, Black und Rennert überein.<sup>133</sup> Kolitzus verweist jedoch zudem auf mögliche Potenziale nach erfolgreicher Problembearbeitung des jeweiligen eingenommenen Rollenbildes. Alle Rollen bzw. Überlebensstrategien können nach der Problembearbeitung neue Potenziale für die jeweiligen Träger und Trägerinnen entfalten. Als Erwachsene können der ehemalige Held und die ehemalige Heldin sich als kompetent, erfolgreich und zuverlässig erweisen und sich gut für Leitungspositionen eignen. Der ehemalige Sündenbock verfügt dann über die Fähigkeit, sich der eigenen Realität und der anderer, stellen zu können. Er kann Risiken eingehen und verfügt über eine große Portion an Mut. Das ehemals verlorene Kind ist im Erwachsenenalter unabhängig von der Meinung anderer, kann seine Kreativität entfalten, seine phantasievolle und erfinderische Seite leben und sich aufgrund der erfolgreichen Bearbeitung der ehemaligen in der Kindheit erworbenen Defizite nun selbst behaupten. Das ehemalige Maskottchen kann einfühlsam, hilfsbereit, humorvoll, geistreich und witzig sein und in Gesellschaft charmant sein. Seine schauspielerischen Fähigkeiten, die ihm in der Kindheit viel Leid eingebracht haben, kann es nach einer erfolgreichen Therapie zum Beruf machen.

In nachstehender Tabelle wird ein zusammenfassender Überblick über die oben vorgestellten Rollenbilder gegeben.

---

<sup>132</sup> Vgl. Rennert, Monika (1993): Rollenverteilung in belasteten Familien und die Entdeckung von Co-Abhängigkeit in Familien von Suchtstrukturen. Bd. 35, 27-35, 31-34.

<sup>133</sup> Die Forscherin orientiert sich während des Feldaufenthaltes an den Erkenntnissen Wegscheiders und an den Ausführungen Kolitzus' zu den möglichen Potenzialen nach erfolgreicher Problembearbeitung der eingenommenen Rollen in der Herkunftsfamilie.

<b><i>Rollenbilder nach Wegscheider</i></b>	<b><i>Rollenbilder nach Black</i></b>	<b><i>Einschätzung der Rollenbilder nach Rennert</i></b>	<b><i>Einschätzung der Rollenbilder nach Bepko und Kristan</i></b>
Held/Heldin	das verantwortliche Kind <sup>134</sup>	das beschwichtigende Kind ist vergleichbar mit dem Rollenbild des Helden/der Heldin	
Sündenbock – <i>lenkt vom Suchtproblem der Familie ab</i>	das ausagierende Kind <i>lenkt vom Suchtproblem der Familie ab</i>		das Verhalten des beschwichtigenden Kindes ist mit dem des Sündenbocks gleichzusetzen
das verlorene Kind	das Kind, das sich anpasst (Lambrou: „das Chamäleon“)		
das Maskottchen	das beschwichtigende Kind	das beschwichtigende Kind weist auch Aspekte des Maskottchens auf	

Tab.1: Unterschiedliche Rollenbilder

Auch zur Rangfolge der Geborenen und der übernommenen unterschiedlichen Rollen gibt Kolitzus wertvolle Hinweise. Die Rolle des Helden oder der Heldin nimmt der oder die Erstgeborene ein. Überdurchschnittlich viele Helden finden sich im Berufszweig der Ärzte. Zweitgeborene übernehmen häufig die Überlebensstrategie des Sündenbocks. Sie schließen selten ihre Schulbildung erfolgreich ab und ein Studium kommt für sie kaum in Frage. Das drittgeborene Kind nimmt die Rolle des verlorenen Kindes ein. Da das Familiengefüge einem Mobile gleicht, versucht es dieses Mobile im Gleichgewicht zu halten, indem es seine Geschwister, das erst- und das zweitgeborene Kind unterstützt. Das viertgeborene Kind, das jüngste der Geschwister, übernimmt die Überlebensstrategie des Maskottchens und ist in der Folge besonders für seelische Störungen anfällig. Angst gehört zum täglichen Leben des Maskottchens, allerdings neigen diese Kinder als Erwachsene nicht selten dazu, andere zu manipulieren.<sup>135</sup>

Kolitzus beendet seine Ausführungen zu dieser Thematik, indem er sich der Position von Sharon Wegscheider anschließt. In seinen Worten:

*„Man könnte sagen, dass die Familienmitglieder schließlich von ihren Rollen abhängig geworden sind, da sie diese als wesentlich für ihr Überleben betrachten und sie mit*

<sup>134</sup> Die Auswirkungen der eingenommenen Rolle des verantwortlichen Kindes wird von Wegscheider dem Rollenbild des Maskottchens zugeschrieben.

<sup>135</sup> Vgl. Kolitzus, Helmut (1997): Die Liebe und der Suff, 65-73.

*derselben Zwanghaftigkeit, Realitätsverkenning und Verleugnung spielen, wie der Abhängige seine Rolle als Trinker spielt.*<sup>136</sup>

Es gilt allerdings zu bedenken, dass nicht alle Familien aus Eltern mit vier Kindern bestehen. Wie gestaltet sich daher z.B. die Rolle des Einzelkindes? Wie findet die Rollenverteilung in einer Familie statt, die aus mehr als vier Kindern besteht? Folgendes Zitat kann Aufschluss zu diesen Fragestellungen geben:

*„Ein Einzelkind übernimmt nacheinander oder zugleich mehrere Rollen. Bei Familien mit mehr als vier Kindern sieht es umgekehrt aus: Wie in einer Schauspieltruppe werden einzelne Rollen mehrfach besetzt.“*<sup>137</sup>

Kolitzus verweist darauf, dass in funktionalen Familien außerordentliche Herausforderungen, z.B. finanzielle Probleme, Krankheit, Unfälle, Tod u.a. ohne Entwicklung posttraumatischer Störungen bewältigt werden können. Intuitiv nimmt jedes Familienmitglied eine bestimmte Rolle ein. Im Unterschied zu dysfunktionalen Familien handelt es sich dabei jedoch um flexible Rollen, die nicht starr und unflexibel festgeschrieben werden. Insbesondere in Suchtfamilien, die extrem dysfunktionale Züge aufweisen, sind bestimmte Rollen immer wieder vertreten. Dies wirkt sich umso dramatischer aus, weil kein Familienmitglied mehr unabhängig vom anderen agieren kann. Die Familie wird zunehmend durch folgende Merkmale bestimmt: Selbstwertproblematik, Beziehungsstörungen, Angst vor Veränderung und Suchtgefährdung.<sup>138</sup>

Zusammenfassend ist festzuhalten, dass Kinder, die in dysfunktionalen Familien eine komplementäre Rolle übernommen haben, als Erwachsene sehr häufig unter posttraumatischen Belastungsstörungen leiden. Das in der Kindheit entwickelte Helfersyndrom begleitet sie auch als Erwachsene und so versuchen sie immer dann, wenn ein Ungleichgewicht in ihrem Lebensumfeld auftritt, dieses wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Gelingt es ihnen jedoch die Charakteristika ihrer Co-Abhängigkeit und die in der Kindheit erworbenen Defizite zu erkennen, besteht die Möglichkeit, dass sich diese in lebensfördernde Kompetenzen wandeln lassen. Welche Rolle hierbei dem Gottesbild bzw. der Gottes-, Selbst – und Nächstenliebe zukommt, kann während des Feldaufenthaltes in zwei ausgewählten Al-Anon Selbsthilfegruppen

---

<sup>136</sup> Ebd., 73.

<sup>137</sup> Ebd., 73-74.

<sup>138</sup> Vgl. ebd., 65-66.

für Angehörige und Freunde von Alkoholikern beobachtet werden. Den Vorkenntnissen über die zentralen Probleme erwachsener co-abhängiger Personen kommt hierbei große Bedeutung zu. Ebenso ist das Wissen über die Verwobenheit von Co-Abhängigkeit und Suchtgeschehen, über das ausgeprägte Helfersyndrom, die daraus resultierende eingeschränkte Handlungs- und Willensfreiheit von zentraler Bedeutung für den empirischen Teil dieser Arbeit. Die erworbenen Grundkenntnisse über das Phänomen Co-Abhängigkeit ermöglichen der Forscherin einen möglichst lebensnahen Blick auf die Lebenswelt co-abhängiger Personen.

Wie aber können diese Rollen mit einem Gottesbild und mit dem Gebot der Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe verbunden werden? Der Schwerpunkt der Untersuchung liegt ja einerseits auf den Wechselwirkungen zwischen Co-Abhängigkeit und Gottesbild, andererseits auf den Folgen eines positiven oder negativen Gottesbildes und auf den Formen von Selbstliebe co-abhängiger Personen. Andererseits wird auch lebenshemmenden oder lebensfördernden Formen von Nächstenliebe in der Feldforschung nachgegangen. Für das Aufzeigen theologisch-ethischer Wege aus der Co-Abhängigkeit ist es daher wichtig, sich nicht nur mit den genannten psychologischen Aspekten, sondern auch mit theologisch-ethischen Betrachtungsweisen auseinanderzusetzen.

## **2 Die christliche Tugend der Nächstenliebe: Theologisch-ethische Betrachtungsweisen**

Diese Forschungsarbeit wird im Rahmen der Theologischen Ethik<sup>139</sup> (Moraltheologie) durchgeführt, wobei den Ausführungen im Bereich der Bioethik<sup>140</sup> zu Sucht und Suchtgefahren, der theologischen Tugendethik<sup>141</sup>, die die Haltungen und auch die

---

<sup>139</sup> „Theologische E. ist E. im Medium des Glaubens. Dies setzt voraus, daß dem im Glauben Erkannten eine eigene Relevanz für das menschliche Handeln zukommt.“ Korff, Wilhelm (1998): Ethik.

2. Theologisch. 2.1 Gegenstand und Aufgabenstellung. In: Korff, Wilhelm / Beck, Lutwin / Mikat, Paul (Hg.): Lexikon der Bioethik, Bd.1, im Auftrag der Görres-Gesellschaft von Wilhelm Korff, u.a. Gütersloh: Gütersloher Verl.-Haus, 654 -674, 662.

<sup>140</sup> „Bioethik formuliert und überprüft moralische Regeln für den wissenschaftlich-technischen Umgang mit Leben allgemein, insbesondere mit menschlichem Leben.“ Reiter, Johannes (2008): Bioethik. In: Böhnke, Michael / Söding, Thomas (Hg.): Orientierung finden. Ethik der Lebensbereiche. Bd.5., Freiburg im Breisgau: Verlag Herder, 7-60, 7.

<sup>141</sup> „Die Tugendethik bewertet menschliche Charaktereigenschaften bzw. Haltungen unter der Differenz von menschlich gut und schlecht bzw. böse.“ Marschütz, Gerhard (2009): theologisch ethisch nachdenken. Bd. 1: Grundlagen, Würzburg: Echter Verlag, 11.

Charaktereigenschaften hinsichtlich ihres Sinngehaltes für ein ethisch gelingendes Leben beurteilt, und der normativen Ethik<sup>142</sup> besondere Bedeutung zukommt. Die Bioethik gibt wichtige Hinweise zum Begriff und Gegenstand der Sucht, zu kulturanthropologischen Aspekten des Suchtverhaltens, zu den Ursachen von Sucht und zu den Handlungsoptionen gegen Suchtabhängigkeit, sei es stofflicher oder nicht stofflicher Art. Die Beschäftigung mit den theologischen Tugenden (Glaube, Liebe, Hoffnung) ist insbesondere für die Analyse des Zusammenhanges von Sucht und Gottesbeziehung von Wichtigkeit. Handlungsweisen und Charaktereigenschaften einer co-abhängigen Person gegenüber einer alkoholkranken Person sind hier vor allem im Blick. Die Theologische Ethik kann zudem Hilfestellungen für das Ziel dieser Forschungsarbeit geben, normative Aspekte für einen christlichen Umgang mit der Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit und für die Erstellung eines pastoralen Leitfadens für den Umgang mit co-abhängigen Personen aufzuzeigen.

Günter Virts Ausführungen zu Sucht/Suchtgefahren<sup>143</sup> im Lexikon der Bioethik geben wichtige Hinweise hinsichtlich der anthropologischen Grundlage süchtigen Verhaltens und zum Phänomen Co-Abhängigkeit<sup>144</sup>, die einerseits Kenntnisse zum Forschungsthema und andererseits zum Forschungsfeld<sup>145</sup> vermitteln.

*„Der einzelne Süchtige trägt nach dem Maß seiner Freiheitsmöglichkeiten selbst Verantwortung, wie auch seine Familie, die Erziehungsinstitutionen und andere Institutionen einer Gesellschaft. [...] Der Süchtige ist oft Symptomträger von Suchtsystemen. Umgekehrt sind von seiner Sucht auch Partner, Kinder und andere Angehörige betroffen. Sie alle sind in ein belastendes Beziehungsnetz eingebunden und leiden und agieren in ganz bestimmten Rollen.“<sup>146</sup>*

Nachstehend wird versucht, die Bedeutung christlicher Ethik für ein gelingendes, glückendes Leben darzulegen und die für den Kontext von Co-Abhängigkeit aufschlussreichen Aspekte aufzuzeigen.

---

<sup>142</sup> „Deren Aufgabe ist es, unter Absehung je unterschiedlicher Interessen einen objektiven, d.h. unparteiischen moralischen Standpunkt einzunehmen. Derart sucht sie ethische Urteile über moralisch richtiges und falsches Handeln mit dem Anspruch universeller Geltung zu begründen.“ Marschütz, Gerhard (2009): theologisch ethisch nachdenken. Bd. 1, 175.

<sup>143</sup> Zur etymologischen Herkunft, zum Bedeutungshorizont des Begriffes Sucht, zu den Suchtformen, zum Suchtverlauf süchtigen Verhaltens: Vgl. Teil I: Theoretische Grundlegung. 1.1. Sucht.

<sup>144</sup> Zum Phänomen Co-Abhängigkeit: Vgl. Teil I: Theoretische Grundlegung. 1.2. Co-Abhängigkeit.

<sup>145</sup> Das empirische Forschungsvorhaben wird in zwei ausgewählten Al-Anon Familiengruppen für Angehörige von Alkoholikern und Freunden durchgeführt.

<sup>146</sup> Virt, Günter (1988): Sucht/Suchtgefahren. In: Lexikon der Bioethik, Bd. 3., Korff, Wilhelm / Beck, Lutwin / Mikat, Paul (Hg.), im Auftrag der Görres Gesellschaft von Wilhelm Korff u.a.. Gütersloh: Gütersloher Verl.-Haus, 487-489, 489.

## 2.1 Ziel christlicher Ethik

Co-abhängige Personen haben vielfach Probleme, sich selbst anzunehmen, suchen Befreiung aus ihren leidvollen Zuständen, z.B. Hoffnungslosigkeit und Einsamkeit. Sie sehnen sich nach lebensförderlichen Beziehungen, nach einem heilvollen Dasein und sind dennoch oft über längere Zeiträume sehr intensiv in die Suchtkrankheit des Partners oder der Partnerin verstrickt. Das Denken, Fühlen und Handeln co-abhängiger Personen ist durch das das Familiengefüge dominierende Suchtgeschehen insofern beeinträchtigt, als das ganze Familiensystem großem Leid ausgesetzt ist. Entfremdungen und unheilvolle Begegnungen verstärken die Sehnsucht nach einem heilvollen Dasein. Da eine Hauptfrage dieser Forschungsarbeit den Wechselwirkungen zwischen Co-Abhängigkeit und Gottesbild nachgeht, ist es erforderlich, Formen christlicher Gottesbeziehung näher in den Blick zu nehmen und von unheilvollen Formen von Gottesbeziehung abzugrenzen.

*„Der wahre Gott begegnet uns in unseren tiefen Sehnsüchten und Urwünschen nach Leben und Liebe.“<sup>147</sup>*

Das aus christlicher Sicht dem Menschen innewohnende Sehnen nach Gott wird besonders in den Psalmen<sup>148</sup> des Alten Testaments deutlich gemacht. Der Mensch wird von Gott in zweierlei Weise angesprochen:

*„Gott spricht den Menschen von innen her durch den göttlichen Geist sowie das göttliche Wort an und von außen durch das Mensch gewordene Wort Gottes sowie die Ereignisse und Begegnungen. Diesem An-spruch soll der Mensch antworten.“<sup>149</sup>*

Nach christlichem Verständnis kann der Mensch auf Gottes Zusage, seiner würdig zu sein, vertrauen. Diese sichert jedem Menschen Gottes Liebe vor jeglicher Leistung zu. Insbesondere auch dann, wenn ein schwaches Selbstwertgefühl, Erfahrungen des Verlusts von Wert und Würde zum Alltag gehören, wie dies im Falle von Co-Abhängigkeit nicht selten der Fall ist.

*„Wenn es des Menschen höchste Auszeichnung ist, von Gott angeredet und seiner Gemeinschaft würdig zu sein, dann ist jeder Mensch vor aller mitmenschlicher Begegnung in*

---

<sup>147</sup> Frielingsdorf, Karl (2004): Gottesbilder. Wie sie krank machen – wie sie heilen. In: Kiechle Stefan SJ / Lambert, Willi S.J. (Hg.): Ignatianische Impulse. Bd.7., Würzburg: Verlag Echter, 9.

<sup>148</sup> Dies wird nach Schockenhoff in den Psalmen „42,2; 63,2; 84,3; 119,20; 130,5; 143,6-8“ *deutlich*. Schockenhoff, Eberhard (2009): Ethik des Lebens. Grundlagen und neue Herausforderungen. Freiburg im Breisgau: Verlag Herder GmbH, 171.

<sup>149</sup> Beck, Matthias (2016): Christ sein Was ist das? Glauben auf den Punkt gebracht. Styria Premium, 38.

*seinem Dasein gerechtfertigt [...]. Er steht unter dem Anspruch, im geschöpflichen Gegenüber zu Gott zu existieren, aber er muss für sein geschöpfliches Dasein vor niemandem Rechenschaft ablegen.*<sup>150</sup>

Körperliche und seelische Not nehmen im Lebensalltag co-abhängiger Personen einen so großen Raum ein, sodass in der Folge häufig verminderte Leistungsfähigkeit und Perspektivenlosigkeit auftreten.

Der biblische Befund des Alten Testaments hinsichtlich leidvoller Erfahrungen und Zeiten der Not ergibt, dass sowohl Krankheit als auch Heilung<sup>151</sup> „die lebenspraktische Bedeutung der biblischen Heilsbotschaft erschließen“<sup>152</sup>. Auch im Neuen Testament finden sich diesbezügliche Hinweise.

*„Die Überwindung der Krankheit wird in den Evangelien als besonderes Signum der messianischen Heilszeit dargestellt (vgl. Mt 8,16; Lk 7,21), das auf den Anbruch des Reiches Gottes verweist. Die bevorzugte Zuwendung Jesu zu den Kranken ermöglicht es, die Situation des Krankseins auch in einem positiven Licht zu sehen.*“<sup>153</sup>

Die Krankenheilungen Jesu sind heilsam in dreierlei Hinsicht: Erstens werden jene, die der Heilung bedürfen, aus an den Rand gedrängten Situationen befreit und wieder in die Mitte des Lebens gestellt. Heilung an Leib und Seele veranschaulicht die biblische Heilsbotschaft in ihrem ganzheitlichen Akt. Zweitens wird mit der Heilung der körperlichen und seelischen Gebrechen die Heilsbotschaft mit ihrem ganzheitlichen Anspruch deutlich.<sup>154</sup> Drittens zieht diese heilsame Begegnung „die Beauftragung zu einem neuen Lebenswandel unter dem Zeichen der Gottesherrschaft“<sup>155</sup> nach sich.

*„Zur Gesundheit eines Menschen gehört deshalb nicht nur seine private und berufliche Leistungsfähigkeit, sondern auch seine Bereitschaft, unvermeidbares Leiden auszuhalten und an den Leiden anderer teilzuhaben. [...] Gesund ist der Mensch als Person, wenn er sich seinen Lebensaufgaben stellt und der Erfahrung des Schweren und Widrigen nicht im Weg steht.*“<sup>156</sup>

Wieder in der Mitte des Lebens stehen zu können, gesellschaftliche Anerkennung zu erfahren und lebensfeindliche Verhaltensmuster in lebensfördernde verwandeln zu können, ist im Kontext von Co-Abhängigkeit ein dringender Wunsch vieler Betroffener.

---

<sup>150</sup> Schockenhoff, Eberhard (2009): Ethik des Lebens. Grundlagen und neue Herausforderungen, 210.

<sup>151</sup> Vgl. ebd., 324.

<sup>152</sup> Ebd., 324.

<sup>153</sup> Ebd., 330.

<sup>154</sup> Vgl. ebd., 336.

<sup>155</sup> Ebd., 336.

<sup>156</sup> Ebd., 311.

Die christliche Heilsbotschaft kann co-abhängige Personen ermutigen, einen befreienden Weg aus co-abhängigem Verhalten hin zu einem freien, selbstbestimmten, eigenverantwortlichen Handeln einzuschlagen. Für die Annahme dieser Botschaft kommt der Gottesvorstellung eine entscheidende Bedeutung zu. Es gilt daher zu fragen, ob durch das eingenommene Gottesbild Hindernisse auf dem Weg des Setzens gesundheitsfördernder Schritte aus co-abhängigem Verhalten aufgebaut werden oder ob ermutigende, eigenbestimmte Wege zu Freiheit, Eigenmacht und Handlungsfähigkeit beschritten werden können, die sich auch lebensfördernd auf den suchtkranken Partner, die suchtkranke Partnerin auswirken.

### **2.1.1 Gottesbild**

Im Rahmen des empirischen Teils dieser Forschungsarbeit wird der Bedeutung des Gottesbildes im Kontext von Co-Abhängigkeit, möglichen Auswirkungen einer lebendigen liebenden Gottesbeziehung bzw. einer nicht vorhandenen oder defizienten Form von Gottesbeziehung auf das co-abhängige System nachgegangen werden.<sup>157</sup> Nachstehend werden daher Forschungserkenntnisse zur Vielfalt von Gottesbildern aufgezeigt und Kriterien für ein positives oder negatives Gottesbild angeführt.

Hinsichtlich des Gottesbildes kommt der emotionalen Dimension eine höhere Bedeutung zu als der kognitiven. Religiös-persönliche Erfahrungen werden als wichtiger erachtet als kognitiv-inhaltliche Vorstellungen von Gottesbildern. Gottesbilder können unterschiedlich ausgeprägt sein: biographisch, kulturell und aufgrund persönlicher Erfahrungen. Gottesbilder können als potenziell veränderbare Konstrukte angesehen werden. Eine Notwendigkeit zur Veränderung bestehender Gottesbilder kann aufgrund belastender Emotionen und religiöser Kognitionen bestehen. Weiterentwicklung eines Gottesbildes kann durch Reflexion religiöser Kognitionen, Erfahrungen und Emotionen erfolgen.<sup>158</sup> Hingegen kann ein unreflektiertes Glaubensleben zur Übertragung negativer Lebensgrundhaltungen auf Gott führen.<sup>159</sup> Für das Gelingen einer positiven Gottesbeziehung bedarf es der

---

<sup>157</sup> Diesbezügliche Daten werden während des Feldaufenthaltes in zwei Al-Anon Selbsthilfegruppen für Angehörige von Alkoholikern und Freunden erhoben. Ergänzende Daten können zudem aus den narrativen Interviews exploriert werden. Vgl. hierzu: Teil V: Theologisch-ethische Wege aus der Co-Abhängigkeit: Interdisziplinäre Zugänge.

<sup>158</sup> Vgl. Reyßer-Aichele, Margita: Gottesbild und Emotionen. Theologisch-anthropologisches Konzept und empirische Untersuchung. Göttingen: Waxmann Verlag GmbH, 270.

<sup>159</sup> Vgl. Frielingsdorf, Karl (2004): Gottesbilder, 25.

Gemeinschaft und des Dialogs.<sup>160</sup> Die Erinnerung positiver Lebenserfahrungen kann lebensfördernde Gottesbegegnungen wieder erfahrbar werden lassen.<sup>161</sup>

*„Positive Gefühle Gott gegenüber korrelieren positiv mit einer amorph-pan(en)theistischen und insbesondere mit einer liebevoll-zugewandten Gottesvorstellung (verstanden als ‚Verhalten und Gefühle Gottes‘), mit persönlicher Glaubensbedeutsamkeit und der Ausübung religiöser Praktiken: belastende oder abweisende Gefühle Gott gegenüber korrelieren mit einer restriktiv-straftenden Gottesvorstellung.“<sup>162</sup>*

Ein negatives Gottesbild kann auf die Verabsolutierung eines Teilaspektes vieler Gottesbilder zurückzuführen sein<sup>163</sup>, zu einem aggressionsbeladenen Konflikt mit Gott führen und zudem eine Integration der Vergangenheit verhindern.<sup>164</sup> Auch durch eine abweisende Gefühlslage Gott gegenüber kann solch ein negatives Bild von Gott entstehen.<sup>165</sup> Es ist daher unerlässlich, sich mit dem eigenen Glaubensweg reflektiert auseinanderzusetzen.

*„Ein weiterer Grund, die persönliche Glaubensgeschichte bewusst anzuschauen, ist die Erfahrung, dass viele Menschen die in ihrer Schlüsselposition verankerte negative Grundeinstellung zum Leben, etwa Ängste, Misstrauen, Minderwertigkeitsgefühle, unbemerkt auf Gott und ihre Haltung zu ihm übertragen. Unbewusst sehen sie in Gott den Verursacher ihrer Misere.“<sup>166</sup>*

Es stellt sich die Frage, welche Gottesbilder mit negativen, krankmachenden Mechanismen korrelieren, z.B. mit schädigenden Wertevorstellungen, mit defizitären Formen von Selbstliebe und Hinwendung zum Nächsten bzw. zur Nächsten. Gottesbilder, die verhindern, sich für die Gegenwart Gottes und für die Gegenwart anderer zu öffnen sind: ein strafender Richtergott, Todesgott, Buchhaltergott und Leistungsgott.<sup>167</sup> Dadurch wird nicht nur ein freies, unbedingtes Ja zu Gott verstellt, sondern ein angstbesetztes Gottesbild aufgebaut, das „ein Leben in Fülle, das die geordnete Liebe zu sich selbst, zu den Menschen und zu Gott einschließt“<sup>168</sup>, verhindert.

Wie kann es gelingen, ein positives Gottesbild zu entwickeln? Der Weg zu einem positiven, lebensfördernden Gottesbild, das von einer Beziehung zu einem personalen

---

<sup>160</sup> Vgl. Reyßer-Aichele, Margita: Gottesbild und Emotionen, 271.

<sup>161</sup> Vgl. Frielingsdorf, Karl (2004): Gottesbilder, 9.

<sup>162</sup> Reyßer-Aichele, Margita: Gottesbild und Emotionen, 97.

<sup>163</sup> Vgl. Frielingsdorf, Karl (2004): Gottesbilder, 8.

<sup>164</sup> Vgl. ebd., 34.

<sup>165</sup> Vgl. Reyßer-Aichele, Margita: Gottesbild und Emotionen, 97.

<sup>166</sup> Frielingsdorf, Karl (2004): Gottesbilder, 25.

<sup>167</sup> Vgl. ebd., 43.

<sup>168</sup> Ebd., 45.

Gott geprägt ist, kann durch die Auseinandersetzung mit negativen, unbewussten Gottesbildern erfolgen. Durch das Sichtbarwerden und die Umwandlung dieser Bilder kann erfahrbar werden, dass der von Jesus geoffenbarte Gott ein liebender, seine Schöpfung bejahender Gott ist.<sup>169</sup>

*„In Jesus wird die Grundhaltung Gottes zum Menschen sichtbar: die Achtung vor der Würde und Freiheit des Einzelnen, getragen von einer grundsätzlichen Zuwendung und Liebe, die bleibt, egal ob sich der Mensch für oder gegen Gott entscheidet.“<sup>170</sup>*

Positive Gottesbilder, wie der barmherzige und liebe Gott, der Gott des Lebens, Gott als guter Hirte und der Frucht bringende Gott sind die Pendanten zu den o.a. negativen Gottesbildern.<sup>171</sup>

*„Der Mensch soll befreit werden aus falschen Abhängigkeiten (Menschen, Dingen) und erlöst werden von falschen Ängsten (sorgt euch nicht) und diese innere Befreiung soll mit der äußeren Befreiung korrelieren. Diese Befreiung ist aber nur möglich, wenn auch Gott ganz frei ist.“<sup>172</sup>*

*„Und nur wenn Gott vollständig frei ist, kann es auch der Mensch werden: innerlich durch das befreiende und erlösende Wirken Jesu und die Entfaltung des Menschen sollte auch äußerlich ermöglicht werden [...].“<sup>173</sup>*

### **2.1.2 Christliche Tugenden**

Für die theologisch-ethische Auseinandersetzung mit der Trias „Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit“ sind sowohl Grundhaltungen als auch Handlungen co-abhängiger Personen von besonderem Interesse. Haltungen insofern, als gute und schlechte Charakterhaltungen für das Gelingen des Lebens von wichtiger Bedeutung sind. Auch für die Analyse der eingenommenen Gottesbeziehung co-abhängiger Personen, deren Beziehung zu sich selbst und zum Nächsten bzw. zur Nächsten spielen eingenommene Haltungen eine wichtige Rolle.

*„Bei den Tugenden geht es aber darum, das Sein des Menschen zu beschreiben. Denn die Tugenden sind Haltungen, die dem Menschen innewohnen. Er soll sie pflegen und entfalten. Aber sie sind in ihm angelegt.“<sup>174</sup>*

---

<sup>169</sup> Vgl. ebd., 44.

<sup>170</sup> Ebd., 44.

<sup>171</sup> Vgl. ebd., 46-76.

<sup>172</sup> Beck, Matthias (2012): Leben - Wie geht das? Die Bedeutung der spirituellen Dimension an den Wendepunkten des Lebens. StyriaPremium, 222.

<sup>173</sup> Ebd., 223.

<sup>174</sup> Grün, Anselm (2007): Das kleine Buch der Tugenden. Der Glaube, die Hoffnung, die Liebe. München: Pattloch Verlag, 9.

Inwiefern die christlichen Tugenden Hoffnung, Glaube und Liebe im Kontext von Co-Abhängigkeit zum Selbststand, zum Selbst-sein-Können, zur Heilung der biographischen Brüche, zur Gottesliebe und zur Nächstenliebe beitragen können, wurde anhand der Daten aus der teilnehmenden Beobachtung in zwei Al-Anon Selbsthilfegruppen und anhand der Daten aus narrativen Interviews untersucht. Die Verbindung innerhalb der o.a. Tugenden

*„geht auf die berühmte Stelle im Hohen Lied der Liebe zurück, das uns Paulus im 1. Korintherbrief besingt. Er schließt seinen Lobgesang der Liebe mit den Worten: ‚Für jetzt bleiben Glaube, Hoffnung, Liebe, diese drei; doch am größten unter ihnen ist die Liebe (1 Kor 13,12).“<sup>175</sup>*

Die angesprochenen Tugenden werden auch als göttliche Tugenden bezeichnet, weil sie einerseits ein Geschenk Gottes an die Menschen sind und weil in ihnen Gottes Geist, der Heilige Geist, lebendig wird.<sup>176</sup> Die Liebe Gottes wird in ihnen sichtbar und erfahrbar, denn es „fließt das göttliche Leben in den Menschen ein“<sup>177</sup>. Aufgrund dieses Geschenkes ist dem Mensch eine sittliche Grundausrichtung gegeben, die ihn befähigt, Lebenstaugliches von Lebensuntauglichem zu unterscheiden.

*„Der inhaltlich bestimmbare und persönlich zu lebende Glauben führt als Hoffnung über den Tod hinaus und offenbart in allem die göttliche und menschliche Liebe.“<sup>178</sup>*

Die Verbindung von Glaube und Hoffnung wurde vom Apostel Paulus im Hebräerbrief festgehalten: ‚Glaube aber ist: Feststehen in dem, was man erhofft, Überzeugtsein von Dingen, die man nicht sieht‘.<sup>179</sup>

*„Der Glaube an das ewige Leben macht noch einmal deutlich, dass unser Dasein ein Geschenk ist, daß wir in der Weise des Empfangens existieren und daß unser Empfangen vor unserer Leistung kommt. Nur in einem Satz sei hinzugefügt, daß der Mensch in Freiheit diese seine endgültige Bestimmung auch verfehlen kann.“<sup>180</sup>*

Der von Gott angesprochene Mensch ist in Freiheit dazu berufen, auf den Anruf Gottes zu antworten. Wie sich der Glaubensvollzug im Kontext von Co-Abhängigkeit darstellt und welche Folgewirkungen sich aus diesem für eine mögliche Überwindung co-

---

<sup>175</sup> Ebd., 8.

<sup>176</sup> Vgl. ebd., 9.

<sup>177</sup> Ebd., 11.

<sup>178</sup> Beck, Matthias (2016): Christ sein - was ist das?, 34.

<sup>179</sup> Grün, Anselm (2007): Das kleine Buch der Tugenden, 15. Es handelt sich um die Bibelstelle aus dem Hebräerbrief (Hebr 11,1).

<sup>180</sup> Fries, Heinrich (1979): Hoffnung, die den Menschen heilt. Geistliche Orientierung. Freiburg-Basel-Wien: Herder, 110.

abhängigen Verhaltens und für den Umgang mit der suchtkranken Person ergeben, wird im empirischen Teil der Arbeit untersucht und diskutiert. An dieser Stelle sei das christliche Verständnis der sich durchdringenden Tugenden dargelegt, welches verdeutlicht,

*„dass wir das ursprüngliche Bild Gottes in uns wieder in seinem wahren Glanz erstrahlen lassen und dass wir zugleich immer mehr hineinwachsen in die Gestalt Jesu Christi, der auf eine die ursprüngliche Schöpfung überbietende Weise das Bild Gottes in dieser Welt dargestellt hat. [...] Durch Glaube, Hoffnung und Liebe, die in uns angelegt und zugleich durch die Gnade Gottes in uns gestärkt werden, wachsen wir immer mehr zu dem ganzen und vollständigen Menschen, wie er uns in Jesus Christus begegnet.“<sup>181</sup>*

Gottes Liebe zu allen Menschen, die sich in der vollständigen Annahme jeder einzelnen Person zeigt, ist Voraussetzung dafür, dass Selbst- und Nächstenliebe überhaupt möglich sind. Dieses sich Angenommenwissen ist besonders im Kontext von co-abhängigem Verhalten wichtig, da co-abhängige Erwachsene häufig gegenteilige Erfahrungen in ihrer Kindheit und Jugendzeit gemacht haben. Defiziente Vertrauens- und Liebeserfahrungen erschweren häufig, lebensfördernde Schritte setzen zu können. Dies wirkt sich auch auf das gesamte Familiengefüge bzw. Miteinander aus. Vielfach wurde nicht gelernt, gut mit sich selbst und im rechten Maß, gut mit anderen umzugehen.

*„Suchtkrankheit und Co-Abhängigkeit sind äußerst schmerzhaft Hinweise der Seele, dass ein Nachreifungsprozess dringend erforderlich ist.“<sup>182</sup>*

### **2.1.3 Trias Gottesliebe, Selbstliebe, Nächstenliebe**

Welche Relevanz den Zusammenhängen zwischen Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe aus christlicher Sicht zukommt, wird im Teil V dieser Arbeit anhand diesbezüglicher Literatur erschlossen.<sup>183</sup> Es werden auch die Erkenntnisse aus der empirischen Feldforschung in ausgewählten Al-Anon Selbsthilfegruppen herangezogen, um das Spannungsverhältnis von Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe im Leben co-abhängiger

---

<sup>181</sup> Grün, Anselm (2007): Das kleine Buch der Tugenden, 17-18.

<sup>182</sup> Röhr, Heinz-Peter (2008): Sucht – Hintergründe und Heilung. Abhängigkeit verstehen und überwinden. Düsseldorf: Patmos Verlag, 48.

<sup>183</sup> Vgl. Teil V: Theologisch-ethische Wege aus der Co-Abhängigkeit: Interdisziplinäre Zugänge.

3 Theologisch-ethische Interpretationsansätze im Hinblick auf Nächstenliebe. 3.1 Die Blockade der Liebe und Fehlformen von Nächstenliebe – Theologisch-ethische Beobachtungen und Reflexionen. 3.2 Helfen ohne Ende – ist das Liebe? – Eine theologisch-ethische Kritik der Fehlformen von Nächstenliebe. 3.3 Überlegungen zu Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe – empirisch ausgewiesene Fehlformen im Kontext von Co-Abhängigkeit.

Personen darzulegen. Dabei wird der Blick insbesondere auf die Dynamik zwischen Selbst- und Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit gerichtet.<sup>184</sup>

---

<sup>184</sup> Vgl. ebd., 3.2.1 Die fehlende Dynamik zwischen Selbst- und Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit.

# **TEIL II: KLÄRUNG DER FORSCHUNGSFRAGE - DER RELIGIÖSE UND SPIRITUELLE KONTEXT VON CO-ABHÄNGIGKEIT**

## **1 Nähere Bestimmung von Ziel und Forschungsfrage**

Aufgrund der fehlenden empirischen Ergebnisse zu Wechselwirkungen zwischen Gottesbild und Verbleiben in der Co-Abhängigkeit ist es wichtig, mögliche positive bzw. negative Auswirkungen des Gottesbildes auf co-abhängige Personen bzw. auf die Religiosität co-abhängiger Personen zu erforschen. Ebenso bedeutsam ist die Frage, ob eine Anpassung der Religiosität co-abhängiger Personen an die persönliche Lebenssituation erfolgt, wie sie von Claudia Schulz<sup>185</sup> für die untersuchten Selbsthilfegruppen der Anonymen Alkoholiker konstatiert wurde.

Es wird versucht, Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit so zu spezifizieren, dass diese Trias eine gesundheitsförderliche Norm für co-abhängige Personen sein kann und Konsequenzen für einen christlich-normativen Umgang mit der Nächstenliebe aufzuzeigen. Durch einen hermeneutischen, normativ-ethischen und qualitativ-empirischen Zugang wird versucht, diese Zusammenhänge zu erörtern.

Hierfür bedarf es neben einer theoretischen Auseinandersetzung im Forschungskontext von Co-Abhängigkeit auch einer empirischen Feldforschung in Selbsthilfegruppen, kurz Al-Anon Gruppen<sup>186</sup> genannt. Erstens ist es notwendig, das Spektrum co-abhängigen Verhaltens mit den jeweiligen Folgewirkungen darzulegen, zweitens das eingenommene Gottesbild zu beleuchten und drittens Daten zu Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe zu erheben. Ziel ist es, aus den explorativ gewonnenen Forschungsergebnissen und aus narrativen Interviews zur Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe Schlüsselkategorien zu ermitteln, auf die sich eine Vielfalt von Kodes beziehen lassen. Als praktischer Ertrag dieser Forschungsarbeit wird angestrebt, aufgrund einer theologisch-ethischen Auseinandersetzung mit Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit ethische Grundlinien für einen lebensorientierten Umgang mit co-

---

<sup>185</sup> Die aus dem Forschungsdesiderat von Claudia Schulz übernommene und an das Forschungsfeld Co-Abhängigkeit angepasste Frage wird als Nebenfrage der ersten zweigliedrigen Hauptfrage untersucht.

<sup>186</sup> Bei Al-Anon handelt es sich um Selbsthilfegruppen für Angehörige und Freunde von Alkoholikern.

abhängigen Personen in der Pastorseelsorge aufzuzeigen, mögliche Ansatzpunkte für befreiende Wege aus der Co-Abhängigkeit im pastoralen Kontext zu erkunden, insbesondere neue Handlungsoptionen. Für die pastorale Seelsorge im Kontext von Seelsorge wird abschließend ein Leitfaden für die Ermöglichung der Umsetzung so befreiender Wege aus der Co-Abhängigkeit erstellt.

In der vorliegenden Forschungsarbeit wird daher versucht, anhand von konkreten Hauptfragen und untergeordneten Fragen die aufgezeigte Forschungslücke zu schließen.

Hauptfrage 1: „Welche Wechselwirkungen zwischen Co-Abhängigkeit und Gottesbild lassen sich erkennen?“

Untergeordnete Fragen: „Passen Angehörige alkoholkranker Personen ebenso ihre Religiosität an die je eigene Lebenssituation an wie diese? Wann hat das Gottesbild positive oder negative Auswirkungen auf co-abhängige Personen? Welche Rolle spielt das Gebot der Selbst-, Nächsten- und Gottesliebe?“

Hauptfrage 2: „Wie lassen sich diese Zusammenhänge aus ethischer Sicht bewerten? Welche Konsequenzen hätte das für einen christlich normativen Umgang mit der Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit?“

Die beiden Hauptfragen spiegeln sich im Titel dieser Forschungsarbeit wider: „Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit. Eine theologisch-ethische Auseinandersetzung.“

## **2 Methodologische Vorüberlegungen - Forschungsergebnisse zur Bedeutung des Religiösen und Spirituellen**

Es existieren richtungsweisende Studien zur Bedeutung des Religiösen und Spirituellen, in denen Formen von Religiosität, das Verhältnis von expliziter und impliziter Religiosität, die Beziehungsebenen eines religiösen Menschen, Gottesbild und Emotionen untersucht wurden. Ebenso Studien zur Rolle und Bedeutung von Gottesbeziehung im klinisch-psychiatrischen Feld, zu den Motiven Sucht, Kapitulation und Umkehr im Rahmen der Suchtkrankenpastoral, zur Sucht als religiöser Macht, zur Teilnahme der Anonymen Alkoholiker am Genesungsprogramm, dem Zwölf-Schritte Programm, zum religiös-spirituellen Befinden von Suchtpatienten bzw.

Suchtpatientinnen und zur Religiosität und Spiritualität als möglicher Ressource in der Krisenbewältigung. Alle Studien belegen den positiven und negativen Einfluss von Religion und Spiritualität. Nachstehend werden diese hinsichtlich ihrer Relevanz für die vorliegende Forschungsarbeit vorgestellt und anschließend ein detaillierter Überblick über deren wichtigste Forschungsergebnisse gegeben.

## **2.1 Methodische Vorüberlegung zur Untersuchung von Religiosität als Phänomen bei den Al-Anon Gruppen**

Das Thema der vorliegenden Arbeit verweist auf die Frage nach positiven oder negativen Auswirkungen des Gottesbildes auf co-abhängige Personen, also auf die Frage, unter welchen Voraussetzungen die christliche Norm der Selbst-, Gottes- und Nächstenliebe fruchtbar sein kann im Kontext von Co-Abhängigkeit. Dafür ist zunächst zu erheben, welche Rolle das Gottesbild für co-abhängige Personen spielt. Es ist wichtig zu klären, welchen Stellenwert Religiosität im Leben eines Menschen einnimmt und inwiefern ihr eine sinnstiftende Funktion zugeschrieben werden kann. Hierzu gibt die Studie von Tatjana Schnell<sup>187</sup> wichtige Hinweise. Ihre Studie ist die Antwort darauf, ob o.a. Frage auch im Hinblick auf nicht religiöse Menschen in legitimer Weise beantwortet werden kann. Ein wichtiges Ergebnis ihrer Forschung ist, dass implizite Religiosität<sup>188</sup> auch für jene erfahrbar ist, die keiner bestimmten Konfession angehören. Das religiöse Thema ist sowohl in den Selbsthilfegruppen der Anonymen Alkoholiker als auch bei deren Angehörigen, den Al-Anon Familiengruppen für Angehörige und Freunde von Alkoholikern von besonderer Bedeutung. Das zeigt sich sowohl in den Zwölf Schritten<sup>189</sup> als auch in den Zwölf Traditionen<sup>190</sup> dieser Selbsthilfegruppen, in denen sich zahlreiche Hinweise auf implizite Religiosität finden. So beten Mitglieder dieser Gruppen um Weisheit, die ermöglichen soll, die Zwölf Schritte im täglichen Leben anzuwenden. In den Zwölf Schritten finden sich Begriffe wie Glauben, Gott – wie wir Ihn verstanden, Sorge Gottes, Gott Verfehlungen eingestehen, Charakterfehler von Gott beseitigen zu lassen, Gebet, Meditation, einen bewussten Kontakt zu Gott

---

<sup>187</sup> Schnell, Tatjana (2009): Implizite Religiosität. Zur Psychologie des Lebenssinns. Lengerich: Pabst Science Publishers.

<sup>188</sup> Der Begriff „Implizierte Religiosität“ ist sehr weit gefasst. Wichtige Merkmale sind Lebensaufgabe, Rituale und Transzendierungserfahrungen.

<sup>189</sup> Al-Anon Familiengruppen (Hg.) (1997): Al-Anon/Alateen Handbuch für Dienste, Teil 1, Arbeit in den Gruppen. Best.-Nr. 403 (P-24). Essen: Al-Anon Familiengruppen Interessensgemeinschaft e.V. mit Druckgenehmigung vom Weltdienstbüro, 5-6.

<sup>190</sup> Ebd., 7-8.

suchen, Bitte um Kraft und Gottes Willen erkennen und ausführen zu können. Al-Anon Familiengruppen verstehen sich als eine spirituelle Gemeinschaft, in der sowohl Angehörige ohne konfessionelle Bindung als auch Angehörige jeglicher Glaubensrichtung vertreten sein können. Als religiöse Gemeinschaft verstehen sie sich allerdings nicht, sodass in Al-Anon Familiengruppen Formen impliziter als auch expliziter Religiosität<sup>191</sup> wahrgenommen werden können. Tatjana Schnells Forschungsergebnisse hinsichtlich einer psychologischen Theorie der impliziten Religiosität können dabei als Orientierung für die teilnehmende Beobachtung im Feld der Al-Anon Familiengruppen dienen.

Die Forscherin beabsichtigt die Forschungsergebnisse o.a. Studie aufzugreifen und darüber hinaus weiteren Fragen nachzugehen:

- Welche Rolle spielen das Gottesbild und der Glaube im Lebenslauf der Angehörigen alkoholkranker Personen?
- Welchen Beitrag kann der Glaube auf der Suche nach einem sinnerfüllten Leben leisten?
- In welcher Weise kann sich implizite Religiosität bzw. explizite Religiosität auf den eigenen Heilsweg bzw. auf die Heilung des gesamten Familiensystems<sup>192</sup> auswirken?
- Wie hängen Gottesliebe, Selbst- und Nächstenliebe zusammen?

Tatjana Schnells Studie zeigt die prinzipielle Möglichkeit auf, das Forschungsthema zu erkunden und der Frage nach den Konsequenzen für einen christlich normativen Umgang mit der Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit durch eine Untersuchung von Co-Gruppen nachgehen zu können, auch wenn diese Gruppen plurale religiöse Einstellungen zulassen.

### **2.1.1 Tatjana Schnell: Implizite Religiosität**

Tatjana Schnells Forschungsinteresse galt der Entwicklung und Darstellung einer psychologischen Theorie der impliziten Religiosität.<sup>193</sup>

---

<sup>191</sup> Explizite Religiosität: Darunter versteht man die Bindung an eine Konfession, damit verbunden sind der Glaube an ein transzendentes Wesen, mit dem man durch Rituale in Verbindung treten kann.

<sup>192</sup> Von Schlippe, Arist / Schweitzer Jochen (<sup>3</sup>2016): Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung. I. Das Grundwissen. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 31. Definition System: „Als System bezeichnen wir eine beliebige Gruppe von Elementen, die durch Beziehungen miteinander verbunden und durch eine Grenze von ihren Umwelten abgrenzbar sind.“

*„Unter impliziter Religiosität ist eine idiosynkratische Form der Religiosität zu verstehen, die unabhängig von jeglichen institutionalisierten Religionen auftreten kann. [...] Implizite Religiosität kann, muss aber nicht bewusst als Religiosität erlebt werden.“<sup>194</sup>*

Der weit gefasste Religionsbegriff impliziter Religiosität ist von persönlicher Relevanz und erfüllt eine sinnstiftende Funktion für das individuelle Denken, Handeln und Erleben bzw. Handeln oder Erleben.<sup>195</sup> Die Theorie impliziter Religiosität erachtet Religiosität nur als eine Sinnquelle neben anderen verschiedensten Sinnquellen.<sup>196</sup> In dieser Studie wurde deutlich, dass implizite Religiosität auch für jene erfahrbar ist, die auf keine explizit religiöse Anbindung zurückgreifen können. Diese Form von Religiosität kann für die Existenz einer Person als lebenswichtige Haltung verstanden werden. Die Datenanalyse führte unter anderem zu dem Schluss, dass zum Grundgerüst impliziter Religiosität neben einer Lebensaufgabe auch persönliche Rituale und Transzendierungserlebnisse gehören.<sup>197</sup>

*„Diese Merkmale weisen vielfältige Zusammenhänge untereinander auf und korrelieren zudem positiv mit persönlicher Religiosität.“<sup>198</sup>*

Von Relevanz ist, dass implizite Religiosität sowohl auf der kognitiven als auch auf der Verhaltens- und Erlebensebene realisiert werden kann. Anhand dieser drei basalen Typen kann persönliche Religiosität in unterschiedlicher Weise definiert werden und demzufolge auch unterschiedlich ausgeprägt sein.

Durch Interviewmethodik wurden Fragen zum persönlichen Mythos, zu persönlichen Ritualen und zu Transzendierungserlebnissen gestellt. Der persönliche Mythos „kann als Interpretation, als Überbau bedeutungsvoller Handlungsweisen, also der Rituale bezeichnet werden“<sup>199</sup>.

Dieses empirische Forschungsvorhaben wurde anhand der Gütekriterien qualitativer Forschung durchgeführt. Die Forschungsergebnisse verdeutlichten die Notwendigkeit, den persönlichen Mythos, persönliche Rituale und Transzendierungserlebnisse als zusammenhängende universalreligiöse Komponenten zu verstehen. Empirisch belegt ist

---

<sup>193</sup> Vgl. Schnell, Tatjana (2009): Implizite Religiosität.

<sup>194</sup> Ebd., 37.

<sup>195</sup> Vgl. ebd., 187.

<sup>196</sup> Vgl. ebd., 110.

<sup>197</sup> Vgl. ebd., 183-184.

<sup>198</sup> Ebd., 184.

<sup>199</sup> Ebd., 99.

der Zusammenhang zwischen Ritualen und Mythos. Der ebenso enge Zusammenhang zwischen Transzendierungserlebnissen und persönlichem Mythos wird auf je eigene Weise interpretiert. Implizite Religiosität kann sich in allen drei Dimensionen in unterschiedlicher Intensität ausdrücken. Es wird jedoch keine Dimension als vorrangig behandelt.<sup>200</sup>

*„Erst die Verknüpfung mit ultimativen Bedeutungen läßt die Inhalte impliziter Religiosität existentiell auf und verleiht ihnen sinnstiftende Funktion.“<sup>201</sup>*

Sachverhalte, die mit ultimativen, d.h. maßgeblichen Bedeutungen versehen werden, werden zu sinnlichen Zeichen.<sup>202</sup> Tatjana Schnell untersuchte auch explizite Religiosität, darunter versteht man

*„die Orientierung an einer religiösen Tradition, die die Annahme einer transzendenten Größe beinhaltet und Rituale bereitstellt, die einen Bezug zu dieser Größe ermöglichen.“<sup>203</sup>*

Die Autorin kam im Laufe ihrer Untersuchungen zu dem Ergebnis, dass explizite und implizite Religiosität einander empirisch gleichgesetzt auf gleicher Ebene behandelt werden können. Vier Hypothesen bezüglich der Äquivalenz expliziter und impliziter Gestaltung von Religiosität wurden aufgestellt und anschließend in einer Gelegenheitsstichprobe überprüft. Untersucht wurde die Gestaltung in Bezug auf den integrativen oder kognitiven Typ, in Bezug auf die Häufigkeit persönlicher Rituale, der Anzahl von Transzendierungserfahrungen und auf das Ausmaß der erlebten Sinnerfüllung.<sup>204</sup> Die hypothetischen Annahmen konnten bestätigt werden. Explizit religiöse Personen unterschieden sich nicht von unterschiedlichen Orientierungen implizierter Religiosität

*„bezüglich der Durchdringung und Häufigkeit der universalreligiösen Strukturen, noch hinsichtlich des erlebten Ausmaßes der Sinnerfüllung. Diese Äquivalenz gilt für Personen, die sich der religiösen Gemeinschaft, bei der sie Mitglied sind, sehr zugehörig fühlen, wie auch bei jenen, die von wenig Zugehörigkeitsgefühl berichten.“<sup>205</sup>*

---

<sup>200</sup> Vgl. ebd., 97-100.

<sup>201</sup> Ebd., 101.

<sup>202</sup> Vgl. ebd., 101.

<sup>203</sup> Ebd., 187.

<sup>204</sup> Vgl. ebd., 188-190.

<sup>205</sup> Schnell, Tatjana (2009): Implizite Religiosität, 190.

## **2.2 Hinweise aus einer empirischen Feldstudie zum Verhältnis von Alkoholabhängigkeit und Religiosität**

Claudia Schulz<sup>206</sup> erforschte in ihrer Studie die Bedeutung und Wirkung des Religiösen in der Lebensgeschichte von alkoholabhängigen Personen. Diese Studie ist inhaltlich aufgrund des gleichen Kontextes „Abhängigkeit“ richtungsweisend für die empirische Forschung in zwei ausgewählten Al-Anon Familiengruppen für Angehörige und Freunde von Alkoholikern. Durch teilnehmende Beobachtung und abschließende narrative Interviews wird dabei die Bedeutung des Religiösen, die Auswirkung eines positiven oder negativen Gottesbildes co-abhängiger Personen auf den alkoholkranken Partner bzw. die alkoholkranken Partnerin erforscht.

Methodologisch sind sowohl die Auswertung der im Feld Alkoholabhängigkeit generierten Daten nach der Grounded Theory<sup>207</sup> als auch die durchgeführten narrativen Interviews<sup>208</sup> ein Beleg für die Tauglichkeit dieser Methoden, um in Bezug auf die hier vorliegenden Forschungsfragen mittels des Verfahrens des offenen, axialen und selektiven Kodierens eine Schlüsselkategorie ermitteln zu können, die auf eine Vielzahl von Kodes bezogen werden kann.

Die empirische Studie zum Verhältnis von Alkoholabhängigkeit und Religiosität belegt die Wirkung des Religiösen, weist aber darüber hinaus auf den Zusammenhang der religiösen Biographie mit der Selbsthilfegruppe der Anonymen Alkoholiker und auf die in der Folge auftretenden Wechselwirkungen hin. Diese Erkenntnis ist für die teilnehmende Beobachtung im Feld der Al-Anon Familiengruppen hinsichtlich der Auswirkungen des Gottesbildes co-abhängiger Personen von Bedeutung. Deren religiöse Identität stellt einen wichtigen Aspekt dar, den es einerseits vor dem Betreten des Feldes und auch für die Datenanalyse zu reflektieren gilt. Claudia Schulz wies in narrativen Interviews zudem die Andersartigkeit der religiösen Bedürfnisse alkoholkranker Personen gegenüber nicht suchtkranken Personen und eine individuelle

---

<sup>206</sup> Schulz, Claudia (2002): Hilfe – Hoffnung – Hindernis. Die Bedeutung des Religiösen in der Lebensgeschichte von Alkoholabhängigen. Marburg: Diagonal-Verlag.

<sup>207</sup> Die Methodologie der Grounded Theory wurde von Barney Glaser und Anselm Strauss entwickelt: Glaser / Strauss, 1967; Strauss, 1987/1994 und Strauss / Corbin, 1996. Es handelt sich um eine offene und explorative Methode, für die der Wechselprozess von Datenerhebung und Auswertung wesentlich ist.

<sup>208</sup> In den 1970er Jahren wurde in Deutschland von Friedrich Schütze das narrative Interview entwickelt. Es handelt sich um ein qualitatives Verfahren. Ausschlaggebend für das narrative Interview sind die tatsächlich gemachten Erfahrungen der interviewten Personen. Während des Erzählverlaufes können konkrete Erlebnisse und angewandte Deutungsmuster sichtbar werden.

Anpassung der Religiosität an die jeweilige Lebenssituation nach. Ob dies auch für die Angehörigen alkoholkranker Personen zutrifft, kann möglicherweise durch den geplanten Feldaufenthalt der Forscherin bzw. durch die am Ende der Forschung geplanten narrativen Interviews verifiziert werden. Richtungsweisend für den empirischen Teil der geplanten Forschungsarbeit sind auch die von Claudia Schulz nachgewiesenen Zusammenhänge zwischen Abhängigkeit und religiösen Deutungen.

Darüber hinaus müsste man noch folgende Punkte überlegen:

- In welcher Weise wirkt sich Religiosität auf das Phänomen Co-Abhängigkeit aus?
- Wie deuten co-abhängige Personen ihre religiösen Erfahrungen?
- Passen co-abhängige Personen ihre Religiosität an ihre Lebenssituation an?
- Stellen co-abhängige Personen einen Zusammenhang zwischen ihrer Religiosität und der Überwindung ihrer Abhängigkeit her?
- Welche Rolle spielt die religiöse Biographie für Familienangehörige alkoholkranker Partner oder alkoholkranker Partnerinnen?

### **2.2.1 Claudia Schulz: Die Bedeutung des Religiösen in der Lebensgeschichte von Alkoholabhängigen**

Claudia Schulz<sup>209</sup> beschäftigte die Frage, worin die Bedeutung und Wirkung des Religiösen im Leben von alkoholabhängigen Personen liegt. Ihr Forschungsspektrum umfasste die Wirksamkeit des Religiösen in der Lebensgeschichte von alkoholabhängigen Personen, die religionswissenschaftliche Forschung hinsichtlich aktueller Religiosität und der biographischen Bedeutung des Religiösen. Die Untersuchung einer biographischen Relevanz von Religion wurde auf alkoholabhängige Personen in einer Selbsthilfegruppe begrenzt. Für die Durchführung der Studie wurde ein qualitatives Vorgehen nach den Regeln der Grounded Theory<sup>210</sup> gewählt. Datenerhebung, Auswertung und Darstellung der Ergebnisse wurden im gesamten Forschungsprozess aufeinander bezogen, wie es der Grounded Theory nach Glaser, Strauss und Corbin entspricht. Die Studie wurde empirisch und explorativ durchgeführt. Ausgangspunkt der Erhebung bildeten Selbsthilfegruppen der Anonymen Alkoholiker.

---

<sup>209</sup> Schulz, Claudia (2002): Hilfe – Hoffnung – Hindernis.

<sup>210</sup> Zur Methodologie der Grounded Theory: Gemäß Glaser / Strauss (1967), Strauss (1987/1994) und Strauss / Corbin (1996): Vgl. Schulz Claudia (2002): Hilfe- Hoffnung – Hindernis, 75.

Die Lebensgeschichten der Mitglieder dienten als Einstieg ins Feld. Erhoben und ausgewertet wurden diese mittels narrativer Interviews.<sup>211</sup> Im Verlauf des Forschungsprozesses wurde über die Notwendigkeit weiter zu sammelnder Daten entschieden und das methodische Instrumentarium auf etwaige notwendige Ergänzungen hin überprüft. In der Folge zeigte sich die Notwendigkeit, Gruppenbesuche durch die Auseinandersetzung mit Selbsthilfeliteratur und Experteninterviews<sup>212</sup> zu ergänzen. Für die Theorieentwicklung wurde die Komparative Analyse nach Glaser und Strauss<sup>213</sup> bis zur theoretischen Sättigung einer Kategorie<sup>214</sup> herangezogen. Neben den Forschungsergebnissen der Bedeutung des Religiösen ist insbesondere „der Zusammenhang von biographischer Relevanz des Religiösen mit dem Besuch der Selbsthilfegruppe, darin enthaltene neue Bedeutungsdimensionen sowie mögliche Wechselwirkungen“<sup>215</sup> von besonderem Interesse. Mit Hilfe narrativer Interviews konnte belegt werden, dass die befragten Personen sich ihren Zugang zu religiösen Fragen individuell erarbeitet hatten. Da der Rückgriff auf eigene religiöse Erfahrungen oder auf Hilfestellungen religiöser Gemeinschaften nicht möglich war, mussten sie „statt dessen selbst nach Schnittstellen von biographischer Situation und religiöser Erfahrung oder Deutung suchen.“<sup>216</sup> Claudia Schulz konnte anhand der gewonnenen Daten aus Interviews und Protokollen „mehrfach Zusammenhänge der Abhängigkeitsproblematik mit Bedeutungsebenen von Religion“<sup>217</sup> nachweisen. Auswirkungen von Religiosität wurden von einigen Mitgliedern der untersuchten Selbsthilfegruppen nicht unmittelbar mit der Bewältigung von Sucht in Zusammenhang gebracht. Für andere abhängige Personen wurde Religiosität allerdings positiv für die Bewältigung von Sucht bewertet, von vielen im Zustand der Abhängigkeit erfahren und als Ausgangspunkt ihrer religiösen Erfahrungen benannt. Einige stellten eine kausale Verbindung zwischen ihrem erreichten abstinenten Zustand und ihrer Religiosität her. In Einzelfällen konnte die Gefährlichkeit religiöser Elemente für die abhängige Person konstatiert werden, da das Religiöse ähnliche Strukturen wie die Suchtabhängigkeit

---

<sup>211</sup> Vgl. Schulz, Claudia (2002): Hilfe – Hoffnung – Hindernis, 77f.

<sup>212</sup> Vgl. ebd., 81.

<sup>213</sup> Vgl. Glaser, Barney G. / Strauss, Anselm L. (1967): The Discovery of Grounded Theory. Strategies for Qualitative Research. New York: Adline Publishing, 61.

<sup>214</sup> Theoretische Sättigung ist dann erreicht, wenn nach der durchgeführten Prüfung der Konzepte und der weiterentwickelten Konzepte die Theorie nicht mehr durch Neues angereichert werden kann.

<sup>215</sup> Schulz, Claudia (2002): Hilfe – Hoffnung – Hindernis, 107.

<sup>216</sup> Ebd., 375.

<sup>217</sup> Ebd., 380.

aufwies. Claudia Schulz hält hierzu folgende Beobachtungen fest: Die befragten Personen beschrieben ihr Bedürfnis nach Religion unter Hinweis auf ihre Andersartigkeit im Vergleich zu nicht suchtabhängigen Personen und verwiesen zudem auf die daraus resultierende Andersartigkeit ihrer religiösen Bedürfnisse. Religiosität wurde von den interviewten Personen an die Lebenssituation individuell angepasst, eine hohe Verbindung mit ihr hergestellt und dieser Vorgang als äußerst zufriedenstellend erfahren. Claudia Schulz kam zum Schluss, dass dieser Aneignungsprozess auf unterschiedlichen Ebenen einer besonderen Erlaubnis und einer ausführlichen Begründung bedarf.<sup>218</sup>

### **2.3 Wirkungen von Religiosität auf psychische Gesundheit**

Zwei Kernaussagen werden aus der von Sebastian Murken<sup>219</sup> empirisch durchgeführten Studie zu Anonymen Alkoholikern herausgegriffen, da diese wichtige Hinweise für die Feldforschung im Kontext Co-Abhängigkeit geben. Sebastian Murken überprüfte, ob die Teilnahme der Anonymen Alkoholiker am Genesungsprogramm, dem Zwölf-Schritte-Programm, und die eingenommene spirituelle Haltung Faktoren darstellen, die für die Genesung konstitutiv sind. Dies konnte nicht nachgewiesen werden. Diese erste Kernaussage ist wesentlich, da die Al-Anon Familiengruppen mit demselben Genesungsprogramm arbeiten und sich auch auf die Wirkung von Spiritualität berufen. Die zweite Kernaussage dieser Studie ist für die Frage nach den positiven oder negativen Auswirkungen des Gottesbildes auf co-abhängige Personen von Bedeutung. In welchem Ausmaß sich Menschen von Gott beeinflusst bzw. kontrolliert erfahren, stellte die Ausgangsfrage zur zweiten Kernaussage Sebastian Murkens dar. Sein Ergebnis, dass fehlende Handlungskontrolle und belastende Gefühle aufgrund von Abhängigkeit mit psychischen Symptomen einhergehen, währenddessen psychische Gesundheit mit Internalität<sup>220</sup> zusammenhängt, ist ein wichtiger Hinweis für den Forschungskontext von Co-Abhängigkeit: Co-abhängige Personen leben vielfach unter immensem Stress und leiden an psychischen Symptomen. Abhängigkeitsgefühle, fehlende Handlungskontrolle gehören zu deren Lebensalltag. Die herausgegriffenen

---

<sup>218</sup> Vgl. ebd., 380-381.

<sup>219</sup> Murken, Sebastian (1994): Religiosität, Kontrollüberzeugung und seelische Gesundheit bei Anonymen Alkoholikern. Eine empirische Studie. Europäische Hochschulschriften, Reihe VI, Psychologie, Bd./Vol.475. Frankfurt am Main, Wien [u.a.]: Peter Lang.

<sup>220</sup> Unter „Internalität“ versteht man die selbstverantwortliche, subjektive Bewertung von Handlungsergebnissen. Vgl. Murken, Sebastian (1994): Religiosität, Kontrollüberzeugung und seelische Gesundheit bei Anonymen Alkoholikern, 48.

Erkenntnisse aus dem Beitrag von Sebastian Murken zeigen die Wichtigkeit einer explorativen Forschung auf, geben wichtige Hinweise inhaltlicher Natur und sind richtungsweisend für die teilnehmende Beobachtung im Feld.

Im Kontext von Co-Abhängigkeit ergeben sich aufgrund der genannten Studie daher folgende wichtige Fragestellungen:

- Welche Rolle spielen Gottesbild und Spiritualität in den Selbsthilfegruppen für Angehörige und Freude von Alkoholikern (Al-Anon)?
- Wie hoch ist die Bedeutung von Gottesbild und Spiritualität im Genesungsprozess co-abhängiger Personen einzuschätzen?

### **2.3.1 Sebastian Murken: Religiosität, Kontrollüberzeugung und seelische Gesundheit bei den Anonymen Alkoholikern**

Eine empirisch-psychologische Studie zu den Zusammenhängen von Religiosität, Kontrollüberzeugung und seelischer Gesundheit bei Anonymen Alkoholikern legte Sebastian Murken<sup>221</sup>, Religionswissenschaftler (M.A.) und Diplompsychologe, in den 1994 erschienenen Europäischen Hochschulschriften vor. An der empirischen Untersuchung beteiligten sich 300 Anonyme Alkoholiker. In Kapitel 1 seines Werkes gibt Sebastian Murken eine Übersicht über Studien, die sich mit der Frage nach der Beziehung zwischen Religiosität und seelischer Gesundheit bzw. der Frage nach psychischen Folgen von Religiosität beschäftigt haben. In Hinblick auf die Forschungsfrage der vorliegenden Arbeit werden einige von Sebastian Murken angeführte Studien nachstehend angeführt. Von Anette Dörr<sup>222</sup> wurden Forschungsergebnisse bis Mitte der 80iger Jahre hinsichtlich der Auswirkungen von Religiosität zusammengefasst. Ihre Untersuchung ergab, dass „sich Religiosität sowohl günstig als auch ungünstig auf das psychische Wohlbefinden auswirken kann.“<sup>223</sup> Wichtige Faktoren für die eine oder andere Richtung sind Persönlichkeitsstruktur, Erziehung, sozialer Kontext, Glaubenssystem und individuelle Entwicklung. Dörr konstatierte eine Beziehung zwischen Religionsausprägung und depressiven

---

<sup>221</sup> Murken, Sebastian (1994): Religiosität, Kontrollüberzeugung und seelische Gesundheit bei Anonymen Alkoholikern, 475.

<sup>222</sup> Dörr, Anette (1987): Religiosität und Depression. Eine empirisch-psychologische Untersuchung. Weinheim: Deutscher Studien Verlag.

<sup>223</sup> Zitiert nach: Murken, Sebastian (1994). Religiosität, Kontrollüberzeugung und seelische Gesundheit bei Anonymen Alkoholikern, 42.

Erkrankungen. Zweifelnde Personen mit mittlerer Religionsausprägung wiesen die höchsten Depressionswerte auf. Sehr oder wenig gläubige Menschen waren am wenigsten depressiv.<sup>224</sup> 1990 wurden diese Ergebnisse von Ross<sup>225</sup> bestätigt. 1988 wurde der Zusammenhang zwischen Religiosität und seelischer Gesundheit im deutschen Sprachraum untersucht. Ein Fragebogen mit 139 Items, gegliedert in 19 Inhaltsbereiche, wurde gemeinsam mit Religionslehrern entwickelt. Die Analyse erfolgte faktoranalytisch und kam zu dem Ergebnis, dass sich kein Zusammenhang zwischen Religiosität global und seelischer Gesundheit feststellen lässt. Ein negativer, allerdings schwacher Zusammenhang zwischen den Subskalen weltliche Wertvorstellung, strafendes Gottesbild und der Skala seelische Gesundheit scheint gegeben zu sein.<sup>226</sup> Nach Peter Becker<sup>227</sup> ist die Sinnfindung aufgrund ihrer Vermittlung von Aufgaben und Zielen eine zentrale Komponente seelischer Gesundheit. Die Art der Ziele wurde nicht definiert.<sup>228</sup>

Auf den transzendierenden Charakter der Ziele und Aufgaben wurde von Frankl<sup>229</sup> hingewiesen. Für ihn stellte die Sinnfindung einen zentralen Faktor für die seelische Gesundheit dar.<sup>230</sup> Das Konstrukt der Kontrollüberzeugung, „darunter versteht man die generalisierte Erwartungshaltung des Individuums in Bezug auf die Kontrollierbarkeit wichtiger Ereignisse“<sup>231</sup>, fand in der Religionspsychologie besondere Beachtung. Untersucht wurde die Beziehung zwischen Kontrolluntersuchung und Religiosität, insbesondere in welchem Ausmaß sich eine Person von Gott kontrolliert bzw. beeinflusst erfährt. Nach Murken konnten aufgrund der heterogenen Befunde noch keine gültigen Befunde erstellt werden.<sup>232</sup> Aufgezeigt werden konnte jedoch, dass die Kontrollüberzeugung zwischen Ereignis und dem subjektiv Erlebten einen Prozess der

---

<sup>224</sup> Vgl. ebd., 42-43.

<sup>225</sup> Ross, Catherine E. (1990): Religion and Psychological Distress. *Journal for the Scientific Study of Religion* 29 (2), 236-245.

<sup>226</sup> Zitiert nach: Vgl. Murken, Sebastian (1994): Religiosität, Kontrollüberzeugung und seelische Gesundheit bei Anonymen Alkoholikern, 43.

<sup>227</sup> Becker, Peter (1985): Sinnfindung als zentrale Komponente seelischer Gesundheit. In: Längle, A. (Hg.): *Wege zum Sinn. Logotherapie als Orientierungshilfe*. München: Piper, 186-207.

<sup>228</sup> Zitiert nach: Vgl. Murken, Sebastian (1994): Religiosität, Kontrollüberzeugung und seelische Gesundheit bei Anonymen Alkoholikern, 43.

<sup>229</sup> Frankl, Viktor E. (1975): *Ärztliche Seelsorge. Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse*. Durchgesehene und verbesserte Neuausgabe. Olten: Walter.

<sup>230</sup> Zitiert nach: Vgl. Murken, Sebastian (1994): Religiosität, Kontrollüberzeugung und seelische Gesundheit bei Anonymen Alkoholikern, 44.

<sup>231</sup> Ebd., 37.

<sup>232</sup> Vgl. ebd., 40-41.

Vermittlung übernimmt.<sup>233</sup> Betreffend des Zusammenhanges zwischen seelischer Gesundheit und Kontrollüberzeugung gibt es viele Anhaltspunkte, dass

*„psychische Gesundheit eher an Internalität gebunden ist, während Externalität, also das Gefühl der Abhängigkeit und fehlenden Handlungskontrolle, eher mit Streß und psychischen Symptomen korreliert.“*<sup>234</sup>

Sebastian Murken überprüfte einerseits die Aussage der Anonymen Alkoholiker, dass die Teilnahme am Programm der Anonymen Alkoholiker und die eingenuommene spirituelle Haltung konstitutiv für die Genesung sind und andererseits die psychologische Theorie, dass Internalität mit psychischer Gesundheit und Externalität mit psychischen Symptomen wie Angst, Stress u.a. korreliert.<sup>235</sup> Sebastian Murkens Forschungsergebnisse zeigen wichtige Erkenntnisse für die Suchtforschung und die Religionspsychologie auf.

Das zentrale Forschungsinteresse o.a. Studie lag in der Überprüfung der aufgestellten These eines Zusammenhanges zwischen Religiosität und seelischer Gesundheit. Solch ein Nachweis konnte nicht erbracht werden. Der fehlende Zusammenhang deckt sich mit vorherigen literarischen Befunden, in denen keine Korrelation zwischen Religiosität und seelischer Gesundheit angeführt wird und andererseits Korrelationen positiver bzw. negativer Art als gleichwertig ausgewiesen werden. Demgegenüber bewerten die Anonymen Alkoholiker die Bedeutung von Spiritualität im Genesungsprozess als sehr hoch. Diese Differenz kann aus sozialwissenschaftlicher und tiefenpsychologischer Perspektive unter Hinweis auf eine nicht ausreichend erfolgte Selbstentwicklung einer süchtigen Person beantwortet werden, oder anders gesagt, liegt solch ein Mangel einer Sucht an sich zugrunde.<sup>236</sup> Aufgrund der Daten dieser Untersuchung kann festgehalten werden, dass „die Beziehung zwischen Religiosität und seelischer Gesundheit keine direkt kausale bzw. korrelative Beziehung ist, sondern möglicherweise durch andere Prozesse vermittelt wird.“<sup>237</sup>

---

<sup>233</sup> Vgl. ebd., 48.

<sup>234</sup> Ebd., 48.

<sup>235</sup> Vgl. ebd., 48.

<sup>236</sup> Vgl. ebd., 102-105.

<sup>237</sup> Ebd., 105.

## 2.4 Verhältnisbestimmungen von Sucht und Religiosität

Reiner Fuchs<sup>238</sup> zeigt in seinem Artikel „Sucht als religiöse Macht“ drei sehr unterschiedliche Verhältnisbestimmungen von Sucht und Religiosität auf. Erstens: Sucht kann als Typ einer zerstörerischen Religion erlebt werden. Zweitens: Sucht wird von Mitgliedern der Anonymen Alkoholiker mit einer nicht spirituellen Haltung bzw. bisweilen auch mit einer schlechten Form von Religiosität in Verbindung gebracht. Drittens: Genesung macht Spiritualität erforderlich, die dementsprechend positiv bewertet und bei Verwendung christlicher Redeweise mit einem liebenden Gottesbild in Verbindung gebracht wird.

Reiner Fuchs' drittgenannte Verhältnisbestimmung widerspricht Sebastian Murkens Forschungsergebnissen<sup>239</sup>, da diese keinen positiven Einfluss von Religiosität auf die seelische Gesundheit belegen. Die Forschungslage ist uneinheitlich bzw. widersprüchlich, deshalb kann nicht von einer einheitlichen Forschungslage ausgegangen werden. Es erscheint daher wichtig, für alle sich zeigenden Elemente offen zu sein. Die unterschiedlichen Forschungsergebnisse zeigen die Wichtigkeit einer näher eingehenden explorativen Forschung auf.

An die herausgegriffenen Erkenntnisse aus dem Beitrag von Reiner Fuchs reihen sich im Forschungskontext Co-Abhängigkeit folgende Fragen an:

- Trifft der von Reiner Fuchs erstellte Befund für die Anonymen Alkoholiker, Bejahung von Spiritualität und Zurückweisung des Religiösen auch für deren Angehörige zu, die demselben Genesungsprogramm folgen?
- Korrelieren Spiritualität und Gottesbild im Kontext von Co-Abhängigkeit?
- Wenn ja, in welcher Weise zeigt sich dies?
- Welche Folgewirkungen ergeben sich daraus für den Umgang mit dem Nächsten bzw. der Nächsten, dem alkoholkranken Partner oder der alkoholkranken Partnerin?

---

<sup>238</sup> Fuchs, Reiner (2006): Sucht als religiöse Macht. Suchtkrankenpastoral – eine Spiritualität der Machtlosigkeit als Widerstand gegen die religiöse Gewalt der Sucht. In: Fuchs, Reiner / Sellmann, Matthias / Bell-D'Avis, Simone: Inmitten von Scham, Gewalt und Angst. Würzburg: Echter Verlag GmbH, 105-172.

<sup>239</sup> Vgl. Teil II: Klärung der Forschungsfrage – der religiöse und spirituelle Kontext von Co-Abhängigkeit. 2.3.1 Sebastian Murken: Religiosität, Kontrollüberzeugung und seelische Gesundheit bei den Anonymen Alkoholikern.

- Inwiefern kann bei Co-Abhängigkeit von einer Opferung der Lebensressourcen gesprochen werden und welche Rolle kommt in diesem Zusammenhang der Hinwendung zum Nächsten bzw. zur Nächsten zu?

Die von Fuchs dargelegte, differierende Wahrnehmung von Religiosität und Spiritualität in den Selbsthilfegruppen der Anonymen Alkoholikern konnte durch teilnehmende Beobachtung in zwei Al-Anon Familiengruppen für Angehörige und Freunde von Alkoholikern überprüft werden. Der Aufenthalt im Feld diente weiters dazu, Daten in Hinblick auf die Forschungsfrage „Wann hat das Gottesbild positive oder negative Auswirkungen auf co-abhängige Personen? Welche Konsequenzen hätte das für einen christlich normativen Umgang mit der Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit“, generieren und auswerten zu können.

#### **2.4.1 Reiner Fuchs: Sucht als religiöse Macht**

Reiner Fuchs, katholischer Klinikseelsorger in einer Psychosomatischen Klinik, untersuchte in seinem Artikel „Sucht als religiöse Macht“<sup>240</sup> die Notwendigkeit, Suchtkrankenpastoral theologisch zu fundieren. In zahlreichen Gesprächen mit Patienten und Patientinnen versuchte er, der Ambivalenz der Macht, Ohnmacht und Erfahrung in der Sucht nachzugehen. Seine These bezog sich auf das Verständnis von Sucht als Religion und der Notwendigkeit, diese im Licht des Evangeliums zu deuten. Abschließend skizzierte er eine praxisorientierte Perspektive im Rahmen der Suchtkrankenpastoral.<sup>241</sup> Nachstehend werden wichtige Aspekte dieser Arbeit angeführt.

Das Programm der Anonymen Alkoholiker versteht sich als ein spiritueller Genesungsweg, wobei darauf hingewiesen wird, keiner Religionsgemeinschaft verpflichtet zu sein. Es wird nicht von Religion gesprochen, sondern von Spiritualität. Somit ergibt sich ein paradoxer Befund, der Religiosität zurückweist und Spiritualität bejaht. Letztgenannte nimmt eine wichtige Rolle im Leben alkoholabhängiger Personen ein, wird als Nichtvorhandensein von Institutionalisierung und Machtstrukturen gesehen und dem Begriff Religion gegenübergestellt. Spiritualität wird als Kraft, als Verbundenheit mit der eigenen Innen- und Außenwelt verstanden. Sie verhilft zu mehr

---

<sup>240</sup> Fuchs, Reiner (2006): Sucht als religiöse Macht, 105-172, 105.

<sup>241</sup> Vgl. ebd., 105-172, 106.

Eigenständigkeit, demgegenüber wird Religion als Förderung von Abhängigkeit verstanden.<sup>242</sup>

*„Sucht ist Nicht-Spiritualität, manchmal böse Religiosität und für Patienten, die sich der christlichen Sprache bedienen, meistens Abwesenheit von Gott. Genesung ist Spiritualität, keine Religion und für christlich Sprechende die Anwesenheit eines liebenden Gottes.“<sup>243</sup>*

Das Phänomen Sucht kann als Typ einer zerstörerischen Religion verstanden werden, insofern Menschen in der Hoffnung auf eine Intensivierung ihres Lebens ihre Lebensressourcen opfern. Diese Hingabe wird mit einer grenzenlos zerstörenden und entleerenden Macht konfrontiert. Sie stellt eine zerstörerische und nicht zu bewältigende Kraft des Heiligen dar.<sup>244</sup> Suchtkrankenpastoral steht vor der Herausforderung, keinerlei Form religiöser Gewalt auszuüben. Anhand biblischer Erzählungen bietet Suchtkrankenpastoral einen Gang in die Mitte an. Sie hat weder die Macht, von Abhängigkeiten zu heilen, noch das Vermögen, gesund zu machen. Sie versucht suchtkranke Personen zu ermutigen, ihre Ohnmacht darzustellen, an diesem Ort mit Aufmerksamkeit zu verbleiben und Abstand von jeglichen Manipulationsmöglichkeiten und Fluchtimpulsen zu nehmen. Es gilt Entscheidungen zu treffen, die von Seelsorgern und Seelsorgerinnen in der Suchtkrankenpastoral begleitet werden können. Suchtkrankenpastoral setzt darauf, dass in der Ohnmacht heilende Macht offenbar wird. Sie nimmt den Ort des Konflikts wahr, bringt das Evangelium im Heute zur Sprache, stellt sich möglicher auftretender Gewalt und thematisiert sie. Seelsorger und Seelsorgerinnen sind angehalten, den eigenen Glauben, die eigene Beziehung zu Gott und die Rede über Gott im Umgang mit suchtkranken Patienten und Patientinnen zu reflektieren.<sup>245</sup>

## **2.5 Das verzerrte religiös-spirituelle Empfinden von süchtigen Personen**

Die Studie von Human-Friedrich Unterrainer<sup>246</sup> ist von besonderer Relevanz für das Forschungsprojekt. Die Frage nach der Bedeutung von Religiosität und Spiritualität begleitet die Forschungsfrage sowohl im theoretischen als auch im empirischen Teil der

---

<sup>242</sup> Vgl. ebd., 105-172, 115-116.

<sup>243</sup> Ebd., 105-172, 116.

<sup>244</sup> Vgl. ebd., 105-172, 143.

<sup>245</sup> Vgl. ebd., 105-172, 167-169.

<sup>246</sup> Unterrainer, Human-Friedrich (2010): Seelenfinsternis? Struktur und Inhalt der Gottesbeziehung im klinisch-psychiatrischen Feld. Münster- New York-München–Berlin: Waxmann Verlag.

vorliegenden Arbeit. Diese stützt sich auf die von Human-Friedrich Unterrainer aufgegriffene These von 1902, die die Notwendigkeit einer von Leidenschaft geprägten Religiosität für eine vollständige Heilung einer Suchterkrankung aufzeigte. Unterrainer verweist zudem darauf, dass diese These durch neuere Forschungserkenntnisse bestätigt wurde. Für die teilnehmende Beobachtung in den Al-Anon Gruppen ist nachstehendes Forschungsergebnis Unterrainers von besonderer Wichtigkeit. Es konnte aufgezeigt werden, dass bei Suchtpatienten bzw. Suchtpatientinnen im Vergleich mit allgemeinmedizinischen Patienten bzw. Patientinnen Religiosität und Spiritualität in verminderter Form auftritt, und zudem konnte die Relevanz des Gottesbildes nachgewiesen werden. Die Erkenntnis Unterrainers, dass defizitär erfahrene frühkindliche Bedürfnisse durch religiöse Sucht gestillt werden können, ist ein wichtiger Hinweis für die geplante Feldforschung. Ein weiterer Anknüpfungspunkt für die geplante Datenerhebung im Feld liegt im Nachweis Unterrainers, dass sich verankerte Gottesbilder in unterschiedlicher Weise auf das religiös-spirituelle Empfinden auswirken. Unterrainers Feststellen der Relevanz von positiven oder negativen Glaubensinhalten mit zunehmender Auswirkung auf die psychische Gesundheit bestätigen die prinzipielle Wirksamkeit von Glaubensinhalten, auch wenn aus den Untersuchungen keine eindeutige Antwort zum Einfluss von Religion und Spiritualität, sei es positiver oder negativer Art gegeben werden konnte.

Offen bleiben jedoch folgende Fragestellungen:

- Benötigen co-abhängige Personen ebenso wie ihre alkoholkranken Partner oder Partnerinnen religiöse und spirituelle Reifung?
- Wie beschreiben co-abhängige Personen ihre Gottesbeziehung bzw. ihre Spiritualität?
- Werden aufgrund der erfahrenen Ohnmacht und Verzweiflung im Zusammenleben mit alkoholkranken Angehörigen religiöse bzw. spirituelle Handlungen lediglich als Mittel zur Bewältigung des Alltags eingesetzt?
- Inwiefern kann eine vertrauensvolle, lebensförderliche Gottesbeziehung helfen, Co-abhängigkeit zu überwinden und zu einem eigenverantwortlichen, selbstbestimmten Leben beitragen?

Die aus Human-Friedrich Unterrainers Studie herausgegriffenen Aspekte wurden thematisiert, da einerseits die Wirksamkeit des Religiösen aufgezeigt wurde und dies

die prinzipielle Möglichkeit der Erforschung der zweiten Unterfrage zur Hauptfrage 1 „Wann hat das Gottesbild positive oder negative Auswirkungen auf co-abhängige Personen“, belegt. Zudem finden sich in dieser Studie auch wichtige Hinweise für die teilnehmende Beobachtung in den Al-Anon Gruppen, insbesondere für die Überprüfung von religiöser Sucht im Kontext von Co-Abhängigkeit. Die von Unterrainer nachgewiesene verminderte Wirksamkeit des Religiösen bei Suchtpatienten erweist die Erstellung eines theologisch-ethisch reflektierten pastoralen Leitfadens für den Umgang mit co-abhängigen Personen als sinnvoll.

### **2.5.1 Unterrainer, Human-Friedrich: Seelenfinsternis?: Struktur und Inhalt der Gottesbeziehung im klinisch-psychiatrischen Feld**

Human-Friedrich Unterrainer, Klinischer Gesundheitspsychologe, Psychotherapeut, medizinischer Wissenschaftler und Universitätslektor in Graz und Wien, interessierte sich in seiner 2010 durchgeführten Studie<sup>247</sup> u.a. für das religiös-spirituelle Befinden von Suchtpatienten, von Patienten ohne psychiatrische Diagnose und von ängstlich-depressiven Patienten. Diese Studie erforschte Grundlagen zur Bedeutung von Religiosität und Spiritualität im psychiatrischen Bereich. Neben psychoanalytischen und tiefenpsychologischen Ansätzen in den Kapiteln 1-5 wurden in Kapitel 6 die Forschungserkenntnisse zu Religiosität und Spiritualität hinsichtlich psychischer Gesundheit bzw. Krankheit dargestellt.<sup>248</sup> Für die empirische Planung seiner Studie knüpfte Human-Friedrich Unterrainer an bereits vorhandene Forschungsergebnisse an. William James<sup>249</sup> verwies bereits 1902 darauf, dass für eine vollständige Heilung einer Suchterkrankung eine von Leidenschaft geprägte Religion notwendig sei.<sup>250</sup> Sowohl C.G. Jung als auch der Mitbegründer der Anonymen Alkoholiker, Bill Wilson, plädierten für eine Suchtbekämpfungsformel, die auf den Heiligen Geist gegen den Geist im Alkohol setzt:<sup>251</sup> „Spiritus contra Spiritum“<sup>252</sup>. Diese Einschätzung wird von neueren Forschungserkenntnissen bestätigt.<sup>253</sup> Gorsuch, R. L. (1995)<sup>254</sup> verwies auf die

---

<sup>247</sup> Unterrainer, Human-Friedrich (2010): Seelenfinsternis?.

<sup>248</sup> Vgl. ebd., 62-87.

<sup>249</sup> James, William (<sup>2</sup>1979): Die Vielfalt der religiösen Erfahrung, übersetzt von W. Olten. New York: Longman.

<sup>250</sup> Zitiert nach: Vgl. Unterrainer, Human-Friedrich (2010): Seelenfinsternis?, 75.

<sup>251</sup> Zitiert nach: Vgl. Unterrainer, Human-Friedrich (2010): Seelenfinsternis?, 75.

<sup>252</sup> Unterrainer, Human-Friedrich (2010): Seelenfinsternis?, 75.

<sup>253</sup> Vgl. Unterrainer, Human-Friedrich (2010): Seelenfinsternis?, 75.

<sup>254</sup> Gorsuch, R. L. (1995): Religious Aspects of Substance Abuse and Recovery. *Journal of Social Issues*, 51, (2), 65-81.

Notwendigkeit, sowohl auf die Quantität als auch auf die Qualität der Gottesbeziehung zu achten.

*„So kann ein strafendes, rachsüchtiges Gottesbild durchaus neben einer depressionsfördernden auch eine suchtfördernde Wirkung entfalten. Religiös-spirituelle therapeutische Interventionsstrategien könnten deshalb eine mögliche Umdeutung negativ besetzter Gottesbilder enthalten.“<sup>255</sup>*

Aufbauend auf den Erkenntnissen der Arbeit in Anonymen Selbsthilfegruppen entwickelten Galanter et al.<sup>256</sup> 2007 ein Messinstrument zur Erhebung der spirituellen Bedürfnisse von suchtkranken Personen. Die Erhebung wurde im Vergleich mit gesunden Kontrollgruppen bzw. medizinischen Patienten durchgeführt. Die Forschungsgruppe hielt die zentrale Bedeutung des Ansprechens einer religiös-spirituellen Dimension für eine Anzahl von Patienten fest: nicht nur die salutogene Wirkung von Religiosität und Spiritualität in Bezug auf Hilfestellung bei der Bewältigung stoffgebundener Suchterkrankungen, sondern auch die religiöse Sucht. Bei dieser handelt es sich um eine stoffungebundene Sucht. Defizitäres Erleben und nicht in ausreichendem Maß gestillte frühkindliche Bedürfnisse können durch religiöse Sucht bedeckt werden.<sup>257</sup> „So mag es zu einer künstlichen ‚Ich-Erhöhung‘ in der Bezogenheit zu einem transzendenten Raum kommen.“<sup>258</sup> Human-Friedrich Unterrainer konnte in vorhergehenden Arbeiten (2005<sup>259</sup>, 2007<sup>260</sup>) nachweisen, dass Suchtpatienten im Vergleich mit allgemein-medizinischen Patienten bzw. Patientinnen eine verminderte Religiosität bzw. Spiritualität aufwiesen. Besonders betraf dies eine kirchenbezogene Form der Religiosität. Im Werk „Seelenfinsternis? Struktur und Inhalt der Gottesbeziehung im klinisch-psychiatrischen Feld“ thematisiert der Autor die Wirkung unterschiedlich emotional verankerter Gottesbilder auf das religiös-spirituelle Empfinden. Es konnten sowohl salutogene als auch pathogene Aspekte festgemacht werden.<sup>261</sup> Besonders schlechte Werte hinsichtlich Religiosität in gesellschaftlich

---

<sup>255</sup> Zitiert nach: Unterrainer, Human-Friedrich (2010): Seelenfinsternis?, 77.

<sup>256</sup> Galanter, M. et al. (2007): Spirituality and recovery in 12-step programs: an empirical model. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 33, (3), 265-272.

<sup>257</sup> Zitiert nach: Vgl. Unterrainer, Human-Friedrich (2010): Seelenfinsternis?, 77-79.

<sup>258</sup> Ebd., 79.

<sup>259</sup> Unterrainer, Human-Friedrich (2005): Das Konstrukt der religiös-spirituellen Befindlichkeit: Testpsychologische Operationalisierung im Kontext von seelischer Gesundheits- und Krankheitsverarbeitung. Unveröffentlichte Dissertation, Karl-Franzens-Universität Graz.

<sup>260</sup> Unterrainer, Human-Friedrich (2007): Spiritualität und Krankheitsbewältigung Glaube als Ressource in der Krankheitsverarbeitung. Saarbrücken: VDM.

<sup>261</sup> Vgl. Unterrainer, Human-Friedrich (2010): Seelenfinsternis?, 170-171.

vermittelter Form wurden bei Suchtpatienten ohne soziales Netz festgestellt. Ergebnisse dieser Art wurden bereits 2007 in der Studie „Spiritualität und Sucht“ nachgewiesen.<sup>262</sup> In seinem 2010 erschienenen Werk<sup>263</sup> stellt Unterrainer auf die globale Fragestellung hinsichtlich des positiven bzw. negativen Einflusses von Religion bzw. Spiritualität auf die psychische Gesundheit folgende Forschungserkenntnisse vor: Eine eindeutige Antwort lässt sich aus den durchgeführten Untersuchungen nicht ableiten. Allerdings ist nachstehende Schlussfolgerung zulässig: Glaubensinhalte, positive als auch negative, beginnen sich zunehmend zentral und stark auf die psychische Gesundheit auszuwirken. Religiöse Patienten benötigen jedoch keine religiösen Psychotherapeuten, Psychologen oder Psychiater. Allerdings erscheint es sinnvoll, in Behandlungskonzepten Religiosität bzw. Spiritualität mit zu bedenken und das Angebot dementsprechend anzureichern. Die Wirkungsmöglichkeit religiöser und spiritueller Inhalte konnte durch empirisches Datenmaterial nachgewiesen werden. Für die Gruppe suchtkranker Personen wurde anhand der vorliegenden Daten ein Bedarf an religiöser und spiritueller Reifung aufgezeigt. Die Frage nach einem nützlichen oder schädlichen Einfluss von Religiosität bzw. Spiritualität auf die Psyche einer suchtkranken Person kann nicht eindeutig beantwortet werden.<sup>264</sup> Der Autor hält fest: „Religiosität und Spiritualität können eine wichtige Ressource im Umgang mit einer Krise darstellen.“<sup>265</sup>

## **2.6 Christliche Gottesbilder im Kontext von Co-Abhängigkeit**

Die Vielfalt von Gottesbildern kann durch die empirische Untersuchung Margita Reyßer-Aicheles<sup>266</sup> „Gottesbild und Emotionen“ aufgezeigt werden. Diese Studie, durchgeführt an Probanden, die unterschiedlichen Konfessionen und Religionen angehören, liefert wichtige Hinweise zu belastenden religiösen Kognitionen und Emotionen und der Möglichkeit diese durch Reflexion transformieren zu können. Dieses Erkenntnis ist insbesondere für die teilnehmende Beobachtung im Feld der Al-Anon Familiengruppen für Angehörige und Freunde von Alkoholikern von Bedeutung. In den Al-Anon Gruppen kann von divergierenden Gottesbildern ausgegangen werden. Diese arbeiten mit zwölf Schritten zur Genesung, welche folgendermaßen beschrieben

---

<sup>262</sup> Vgl. ebd., 175.

<sup>263</sup> Unterrainer, Human-Friedrich (2010): Seelenfinsternis?

<sup>264</sup> Vgl. ebd., 188-189.

<sup>265</sup> Ebd., 189.

<sup>266</sup> Reyßer-Aichele, Margita (2014): Gottesbild und Emotionen.

werden: Sie „stellen eine Lebensweise dar, die sich an alle Menschen guten Willens richtet, egal ob sie irgendeine religiöse Überzeugung haben oder nicht“.<sup>267</sup>

Für den Aufenthalt im Feld ist besonders das von Reyßer-Aichele empirisch untersuchte Gottesbild von Bedeutung. Das Ergebnis ihrer Forschung lautet, dass ein Gottesbild neben der kognitiven Gottesvorstellung auch eine pragmatische, volitionale und emotionale Dimension der Gottesbeziehung umfasst, wobei der emotionalen Dimension eine höhere Bedeutung zukommt. Einige dieser Dimensionen finden sich auch im Genesungsprogramm der Al-Anon Familiengruppen, z.B. im zweiten Schritt „Wir kamen zu dem Glauben, daß eine Macht – größer als wir selbst – uns unsere geistige Gesundheit wieder geben kann“<sup>268</sup>, im dritten Schritt „Wir faßten den Entschluß, unseren Willen und unser Leben der Sorge Gottes – wie wir Ihn verstanden – anzuvertrauen“<sup>269</sup>, im siebten Schritt „Demütig baten wir Ihn, uns von unseren Mängeln zu befreien“<sup>270</sup>. Im Zwölf-Schritte Programm der Al-Anon Familiengruppen finden sich demnach wichtige Hinweise auf das vertretene Gottesbild: eine Macht, die den Menschen übersteigt, die geistige Gesundheit wieder zugänglich machen kann, der man die Sorgen anvertrauen und übergeben kann, ein Gott<sup>271</sup>, der Charakterfehler beseitigt und der von Mängeln befreit.<sup>272</sup>

Auch für die Frage nach den positiven und negativen Auswirkungen des Gottesbildes im Kontext von Co-Abhängigkeit gibt diese Studie wichtige Hinweise. Es konnte für religiöse Menschen nachgewiesen werden, warum es zu einem positiv bzw. negativ geprägten Gottesbild kommen kann: Für eine gelingende Gottesbeziehung sind Gemeinschaft und Dialog ausschlaggebende Faktoren. Zu einem negativ geprägten Gottesbild kann es kommen, wenn die eigenen Emotionen nicht akzeptiert werden können. Werden diese nicht akzeptiert, dann kann nicht nur die Beziehung zu sich selbst und zum Nächsten, sondern auch zu Gott gestört sein. Ob dies auch für die Lebenswelt co-abhängiger Personen zutrifft, wurde allerdings noch nicht erforscht.

---

<sup>267</sup> Al-Anon Familiengruppen (Hg.) (1997): Al-Anon/Alateen Handbuch für Dienste, Teil 1, 5.

<sup>268</sup> Ebd., Teil 1, 5.

<sup>269</sup> Ebd., Teil 1, 5.

<sup>270</sup> Ebd., Teil 1, 5.

<sup>271</sup> In den Zwölf Schritten der Al-Anon Gruppen werden die Begriffe Höhere Macht/Gott/Höhere Kraft synonym gebraucht.

<sup>272</sup> Vgl. Al-Anon Familiengruppen (Hg.) (1997): Al-Anon/Alateen Handbuch für Dienste, Teil 1, 5.

Reyßer-Aicheles Darstellung des Zusammenhanges von Gottesliebe, Selbstliebe und Nächstenliebe zeigt drei Beziehungsebenen eines religiösen Menschen auf: der Mensch selbst in der Welt, seine Beziehungen zu Gott und zu den Mitmenschen. Diese Zusammenhänge sind sowohl für die erste Hauptfrage „Welche Wechselwirkungen zwischen Co-Abhängigkeit und Gottesbild lassen sich erkennen?“ und für die dritte untergeordnete Frage zur Hauptfrage 1 „Welche Rolle spielt das Gebot der Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe?“, als auch für die Beantwortung der zweiten Hauptfrage „Wie lassen sich diese Zusammenhänge aus ethischer Sicht bewerten? Welche Konsequenzen hätte das für einen christlich normativen Umgang mit der Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit?“, richtungsweisend. Es kann erstens nach den Auswirkungen eines positiven oder negativen Gottesbildes für die co-abhängige Person selbst, zweitens nach Haltungen und Handlungen und drittens nach den ethischen Verpflichtungen gegenüber der alkoholkranken Bezugsperson geforscht werden.

Die aus Reyßer-Eicheles Studie herausgehobenen Aspekte belegen, dass die Untersuchung im Kontext unterschiedlicher Gottesbilder, wie sie in den Al-Anon Familiengruppen auftreten können, stattfinden kann. Sie bestätigt zudem das Auftreten positiver oder negativer Auswirkungen von Gottesbildern und zeigt den Zusammenhang zwischen Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe auf, sodass die prinzipielle Möglichkeit besteht, die Frage nach den Konsequenzen für einen christlich normativen Umgang mit der Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit stellen zu können.

### **2.6.1 Margita Reyßer-Aichele: Gottesbild und Emotionen**

Eine empirische Untersuchung und ein theologisch-anthropologisches Konzept legte Margita Reyßer-Aichele, Lehrerin und Diplompädagogin, mit ihrer Dissertation über „Gottesbild und Emotionen“ vor.

Das 2014 erschienene Werk<sup>273</sup> gibt einen Problemaufriss über Gottesbild und Emotionen, theologische Perspektivität zum Gottesbild und zum Menschenbild des Christentums und untersucht die psychologisch-anthropologische Perspektivität in Bezug auf das Menschenbild unter Berücksichtigung der Persönlichkeitstheorie, die von einem personenzentrierten Ansatz ausgeht. Die Studie beschäftigte sich mit der Frage, ob Gottesvorstellungen, Gottesbeziehung und Glaubenspraxis Einfluss auf die seelische

---

<sup>273</sup> Reyßer-Aichele, Margita (2014): Gottesbild und Emotionen.

Gesundheit bzw. die Emotionalität von Menschen haben. Mittels Fragebögen zum Forschungsthema „Gottesbild und Emotionen“ und einem Begleitschreiben wurden neben soziographischen Daten auch allgemeine Angaben zur Person, das christlich-religiöse Gottesbild und die Glaubenspraxis, Gefühle gegenüber Gott, Emotionen der Gefühlswelt und Skalen zum Erleben von Emotionen erhoben. In ihrer Studie untersuchte Reyßer-Aichele drei Beziehungsebenen eines religiösen Menschen: „Beziehung zu Gott, zum eigenen Selbst und zu Mitmensch und Welt“<sup>274</sup>. Es konnte „die insgesamt höhere Bedeutung der emotionalen Dimension der Gottesbeziehung im Vergleich zur kognitiven“<sup>275</sup> eruiert werden. Belastende Gefühle spielen in diesem Zusammenhang eine besondere Rolle. Aus den Forschungsergebnissen wurde zudem ersichtlich, dass den in der Reflexion erfahrenen religiös-persönlichen Erfahrungen mehr Bedeutung zukommt als kognitiven theologisch-inhaltlichen Vorstellungen von Gottesbildern. Diese Erkenntnis könnte für den interreligiösen Kontext fruchtbringend genutzt werden. Reyßer-Aicheles empirische Forschung zeigte auf, dass sich das Gottesbild biographisch, kulturell und aufgrund persönlicher Erfahrungen unterschiedlich ausprägt und dadurch einen Wandel erfahren kann. Es wurde zudem festgestellt, dass gegenwärtig amorphe Gottesvorstellungen von Bedeutung sind und aufgrund des Wandels von Gottesbildern die Pluralität von Gottesbildern gegeben ist, wobei dem Begreifen der Gottesbilder als potenziell veränderbare Konstrukte bei Auftreten belastender Emotionen und religiöser Kognitionen eine besondere Bedeutung zukommt. Diese Erkenntnisse ermöglichen besonders im Rahmen der psychologischen Beratung und Seelsorge einen Raum für das Thematisieren belastender religiöser Emotionen und Kognitionen. Im prophylaktischen Sinne kann das Gottesbild durch Reflexion religiöser Kognitionen, Erfahrungen und Emotionen weiter entwickelt werden. Reyßer-Aichele verweist auf weitere wichtige Forschungsergebnisse: Für das Gelingen einer positiven Gottesbeziehung bedarf es der Gemeinschaft und des Dialogs. Religiöse Mündigkeit kann erreicht werden, wenn eigenständiger Glaube gewährt und gefördert wird, wobei von Seiten der religiösen Gemeinschaft keinerlei psychischer Druck oder Kontrolle ausgeübt werden darf. Ein auf Augenhöhe geführter Dialog lädt ein, über den persönlichen Glaube zu sprechen und einen hierarchischen Dialog zu vermeiden. Besondere Bedeutung kann diese Erkenntnis für die Gemeindeförderung und

---

<sup>274</sup> Ebd., 269.

<sup>275</sup> Ebd., 270.

den Religionsunterricht gewinnen. Die empirischen Resultate belegen, dass der Vielfalt der Gottesbilder, den individuellen Gefühlen und Erfahrungen Raum für eine fachkundige Erörterung und Reflexion anhand der biblischen Gottesbilder gegeben werden soll. Auch widersprüchliche Gotteserfahrungen bzw. Gottesbilder sollen diskutiert und erörtert werden. Dialogfähigkeit, Pluralitätsfähigkeit und Toleranz sind im Umgang mit der Glaubensvielfalt wesentliche Kompetenzen. Das ganzheitliche Erleben von Emotionen, insbesondere das Vermögen, eigene Emotionen akzeptieren zu können, sind wesentlich für die Authentizität einer Person. Diesbezügliche Defizite eines religiösen Menschen betreffen nicht nur die Beziehung zum eigenen Selbst, zu den Mitmenschen und zur Welt, sondern auch die Beziehung zu Gott. Empfohlen wird eine kritische Reflexion der eruierten Resultate seitens der Praktischen Theologie<sup>276</sup>, wobei eine Theologie eingemahnt wird,

*„die in ihrer Rede von Gott und vom Menschen danach fragt, was den Menschen wahrhaft leben lässt und in der darum Denken, Fühlen und Handeln des Menschen gleichberechtigt integrierte Komponenten sind.“<sup>277</sup>*

## **2.7 Umkehr und Kapitulation als Weg aus der Sucht**

Die theologische Untersuchung im Rahmen der Suchtkrankenpastoral von Simone Bell-D’Avis<sup>278</sup> gibt wichtige Erkenntnisse über die Krankheitsmerkmale von Abhängigkeitserkrankungen und Alkoholismus: psychische Abhängigkeit und die Einschränkung körperlicher Funktionen. Für die Forscherin ist dieses Wissen insbesondere für die der ersten Hauptfrage untergeordnete Frage nach den Auswirkungen eines positiven oder negativen Gottesbildes auf co-abhängige Personen von Bedeutung. Die Autorin zeigt auch neue Erkenntnisse über die Motive Sucht, Umkehr und Kapitulation auf. Letztgenanntes Motiv findet sich auch im ersten Schritt des Zwölf-Schritte-Programmes der Anonymen Alkoholiker und der Al-Anon Gruppen für Angehörige und Freunde von Alkoholikern. Das Eingeständnis der eigenen Ohnmacht gegenüber dem Alkohol und das Eingeständnis, dass Suchtmittel einem gelingenden Leben an sich entgegenstehen, sind ein wesentlicher Schritt, der eine Umkehr ermöglicht. Der Wunsch umzukehren ist sowohl für die co-abhängige Person

---

<sup>276</sup> Vgl. ebd., 270-273.

<sup>277</sup> Ebd., 273.

<sup>278</sup> Bell-D’Avis, Simone (2006): Rettet Gott aus der Sucht? Zur Theologie der Motive Sucht, Kapitulation und Umkehr in ihrer Relevanz für die Suchtkrankenpastoral. In: Fuchs, Reiner / Sellmann, Matthias / Bell-D’Avis, Simone: Inmitten von Scham, Gewalt und Angst, 31-103.

als auch für die alkoholranke Bezugsperson ein wesentlicher Meilenstein auf dem Weg zur Genesung. Inwiefern dieser Wunsch Parallelen zum biblischen Begriff Umkehr aufweist, gilt es noch zu erkunden. Die theologischen Ausführungen dieser Untersuchung sind hilfreich für die zweite Hauptfrage der vorliegenden Arbeit, die versucht, Zusammenhänge aus ethischer Sicht zu bewerten und Konsequenzen für einen christlich normativen Umgang mit der Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit aufzuzeigen.

Simone Bell-D’Avis belegt, dass eine Person, die eine religiöse Umkehr vollzieht, auf die Barmherzigkeit Gottes vertrauen darf, wobei Gott die Zielperspektive darstellt und nicht nur das eigene Leben betrifft. Diese Erkenntnisse öffnen den Blick einerseits für eine mögliche Generierung diesbezüglicher Daten im Feld und geben andererseits inhaltlich einen wichtigen Hinweis für die am Ende der teilnehmenden Beobachtung geplanten narrativen Interviews.

Darüber hinaus ist es wichtig, spezifische Fragen im Kontext von Co-Abhängigkeit anzuführen:

- Welche tragfähige Lebensperspektive können Religiosität, Gottesvorstellung und Spiritualität Angehörigen von alkoholkranken Personen eröffnen?
- Welche Rolle spielt der Grad der Co-Abhängigkeit für das Gottesbild selbst?
- Inwiefern hängen der Grad der Co-Abhängigkeit mit der Hinwendung zum alkoholkranken Partner, zur alkoholkranken Partnerin zusammen? Welche Rolle spielt hierbei das Gottesbild?
- Korreliert ein höherer Grad von Abhängigkeit mit einem negativen Gottesbild bzw. korreliert ein niedrigerer Grad von Abhängigkeit mit einem positiven Gottesbild?

Im Kontext von Co-Abhängigkeit bedürfen diese offenen Fragen einer empirischen Forschung.

### **2.7.1 Simone Bell-D’Avis: Rettet Gott aus der Sucht?**

In ihrem Werk „Rettet Gott aus der Sucht?“<sup>279</sup> unternahm Simone Bell-D’Avis eine theologische Untersuchung der Motive Sucht, Kapitulation und Umkehr in ihrer

---

<sup>279</sup> Ebd., 31-103.

Bedeutung für die Suchtkrankenpastoral. Gott kann in diesem Zusammenhang als letzte Rettung oder als Verabschiedung eines willkürlich agierenden Gottes angesprochen sein. Die Motive Sucht, Kapitulation und Umkehr wurden biblisch-systematisch an der biblischen Überlieferung untersucht. Aufgrund der Vielzahl von Suchterkrankungen vermutet die Autorin, dass es bei der Seelsorge suchtkranker Personen sowohl in der professionellen als auch in der Psychiatrieseelsorge einen blinden Fleck gibt.<sup>280</sup> Die Erkenntnisse dieser Arbeit stammen nicht aus einer empirisch-belegten Studie, jedoch untersucht die Autorin Motive, die für das geplante empirische Forschungsvorhaben von Wichtigkeit sind.

Nachstehend werden wichtige Aspekte dieser Arbeit aufgezeigt: Abhängigkeitserkrankungen und Alkoholismus sind durch besondere Krankheitsmerkmale gekennzeichnet. Das Tun der betroffenen Personen spielt eine wichtige Rolle, sodass professionelle Helfer und Helferinnen die wichtige Aufgabe haben, zur Selbsthilfe anzuleiten. Die psychische Abhängigkeit einer suchtkranken Person ist neben der Einschränkung körperlicher Funktionen das Kernproblem jeder Suchterkrankung.<sup>281</sup> Das Motiv der Kapitulation findet sich im ersten Schritt des Zwölf-Schritte-Programms der Anonymen Alkoholiker. Es ist zugleich eine spirituelle Grunderfahrung und der Zeitpunkt des Eingestehens der eigenen Ohnmacht gegenüber dem Alkohol. Nicht ausreichend beantwortet bleibt die Frage, inwiefern Spiritualität und Genesung zusammenhängen. Kapitulation ist geprägt vom Moment der Einsicht, dass das Suchtmittel nicht helfen kann, das eigene Leben zu bewältigen. Die gesamte biblische Tradition ist durchzogen vom Motiv des Umkehrens, wobei der neu eingeschlagene Weg von Gott selbst begleitet wird. Umkehren bedeutet, sich existenziell umzuorientieren, und kommt einer heilsamen Kapitulation gleich. Im Kontext von Suchterkrankungen wird der notwendige erste Schritt der Kapitulation als Bedingung einer möglichen Heilung verstanden. Umkehr orientiert sich an dem, den Menschen bereits vorausliegenden Heil, denn im Verständnis christlicher Religion<sup>282</sup>

---

<sup>280</sup> Vgl. ebd., 31-103, 31.

<sup>281</sup> Vgl. ebd., 31-103, 45.

<sup>282</sup> Vgl. ebd., 31-103, 50-56.

*„umfasst das Heil den gesamten Menschen sowohl in seiner Realität als Suchtkrankter wie als Genesender wie als Abhängig-Bleibender. Auch der an einer Sucht Verstorbene fällt aus dem Heil, das Gott bereit hält, nicht heraus.“<sup>283</sup>*

Aus einer erfahrenen Genesung kann weder die Stärke des Glaubens einer suchtkranken Person noch eine Belohnung abgeleitet werden. Für eine religiöse Umkehr ist das Vertrauen auf Gottes Erbarmen essentiell. Der Dreh- und Angelpunkt jeglicher Art von Umkehr ist das Erbarmen Gottes. Die Zielperspektive jeglicher Umkehr ist Gott selbst. Demgegenüber bedarf Kapitulation weder einer Zielperspektive noch eines vorgängigen Heils. Gefordert ist lediglich das Eingeständnis, dass es genug ist und der bisher gegangene Weg nicht weitergegangen werden kann, weil es keine positive Entwicklung mehr gibt.<sup>284</sup>

### **3 Zusammenschau und Einordnung des Forschungsstandes**

Die dargestellten wissenschaftlichen Arbeiten fanden in unterschiedlichen Kontexten, ausgehend von unterschiedlichen Fragestellungen und unter Anwendung divergierender Forschungsmethoden statt. Es wurde das religiös-spirituelle Befinden von süchtigen Patienten, von depressiven Patienten, von Patienten ohne psychiatrische Diagnose und von Selbsthilfegruppen der Anonymen Alkoholiker untersucht.

In der Studie von Tatjana Schnell wurde aufgezeigt, dass Religiosität auch ohne Religionszugehörigkeit erfahren werden kann. Auch Claudia Schulz belegte die Wirkung des Religiösen im Kontext von Alkoholsucht. Sebastian Murken zeigte auf, dass die Wirkung des Zwölf-Schritte-Programms der Anonymen Alkoholiker, die eingenommene spirituelle Haltung, nicht konstitutiv für eine mögliche Heilung der Alkoholkrankheit ist und fehlende Handlungskontrolle, belastende Emotionen mit psychischen Symptomen einhergehen. Reiner Fuchs zeigte drei sehr unterschiedliche Verhältnisbestimmungen von Religiosität und Sucht auf. Erstens: Sucht als Typ einer zerstörerischen Religion; zweitens: Gleichsetzung von Sucht mit Nicht-Spiritualität in den Gruppen der Anonymen Alkoholiker; drittens: eine positive Bewertung von Spiritualität in den Gruppen der Anonymen Alkoholiker für den Genesungsprozess. Von Reyßer-Aichele wurden die drei Beziehungsebenen eines religiösen Menschen

---

<sup>283</sup> Ebd., 31-103, 57.

<sup>284</sup> Vgl. ebd., 31-103, 57-58.

dargelegt: Gott, Selbst und Welt und die potenzielle Möglichkeit, Gottesbilder zu verändern. Human Friedrich Unterrainer wies die Relevanz des Gottesbildes nach, die Wirksamkeit des Religiösen und die verminderte Form von Religiosität im Kontext von Sucht. In der theologischen Untersuchung von Simone Bell-D´Avis wurde festgehalten, dass die Zielperspektive jeglicher Umkehr Gott ist und der Mensch auf Gottes Barmherzigkeit vertrauen kann.

Übereinstimmend wurde festgestellt, dass Spiritualität bzw. Religiosität aufgrund einer Pluralität von Gottesbildern unterschiedlich ausgeprägt sein kann. Diese werden auch unterschiedlich erfahren. Religiös-persönliche Erfahrungen, positive als auch negative, können sich in unterschiedlicher Weise auf die psychische Gesundheit auswirken. Aufgrund des je eigenen Gottesbildes werden Emotionen unterschiedlich bewertet bzw. verarbeitet und ziehen in der Folge unterschiedliche Auswirkungen auf das ganzheitliche Erleben von Emotionen nach sich. Ein belastendes Gottesbild kann durch Reflexion verändert werden. Eine durchgehend einheitliche Antwort hinsichtlich eines positiven bzw. negativen Einflusses von Religiosität auf die psychische Gesundheit konnte aus den vorliegenden Forschungsergebnissen jedoch nicht konstatiert werden. Besonders deutlich wird dieser Befund anhand der Studienergebnisse von Human-Friedrich Unterrainer, Sebastian Murken und Claudia Schulz. Unterrainer konnte aus den durchgeführten Untersuchungen im klinischen Bereich keinen eindeutigen Einfluss auf Religion und Spiritualität auf die psychische Gesundheit bestätigen. Murken verneinte, dass eine im Rahmen des Programms der Anonymen Alkoholiker eingenommene spirituelle Haltung konstitutiv für die Genesung sei. Demgegenüber konnte Claudia Schulz in ihrer empirisch durchgeführten Studie in Selbsthilfegruppen der Anonymen Alkoholiker die Wirksamkeit des Religiösen empirisch, unter Berücksichtigung des biographischen Hintergrundes der alkoholkranken Personen, belegen. Ihre Feldforschung verweist zudem auf die Andersartigkeit der religiösen Bedürfnisse süchtiger Personen, die eine individuelle Anpassung ihrer Religiosität auf die je eigene Lebenssituation vornahmen.

Aufgrund des aktuellen Forschungsstandes bezüglich der Relevanz von Religiosität, Spiritualität, Gottesbildern, Gottesvorstellungen und praktiziertem Glauben für die Verhaltens- und Erlebnisebene und die seelische Gesundheit können folgende Thesen formuliert werden, die helfen, den Blick auf die komplexe Lebenswelt von Co-Abhängigkeit zu öffnen.

- Von tiefgläubigen co-abhängigen Personen kann aufgrund ihrer nicht zweifelnden Persönlichkeit eher ein lebensbejahender Genesungsprozess angenommen werden.
- Schlechtere Chancen bestehen für jene, die aufgrund ihres Zweifels eine geringe Religionsausprägung aufweisen.
- Die Bereitschaft zur Reflexion der eigenen Verhaltensweisen erhöht die Chancen, dass durch gelebte christliche Nächstenliebe lebensfördernde Verhaltens- und Interaktionsmuster entstehen können.
- Eine positive Gottesbeziehung ermöglicht eine lebensfördernde Form von Nächstenliebe.

Die angeführten Studien geben allgemein und aus dem Kontext der Forschung zu Alkoholismus wichtige Hinweise für die vorliegende Forschungsarbeit. Sie zeigen auf, dass mögliche positive oder negative Auswirkungen des Gottesbildes auf co-abhängige Personen bislang nicht erforscht wurden. Der Zusammenhang von Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe sowie ethische Verpflichtungen gegenüber nahestehenden alkoholkranken Partnern, die aus einem normativen Verständnis der Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit resultieren, wurden in diesem Forschungskontext ebenso nicht erkundet. Erkenntnisse aus einer Feldforschung können spezifische Dilemmata co-abhängiger Personen aufzeigen und die Ergebnisse für die Pastorseelsorge nutzbar machen.



# **TEIL III: METHODOLOGIE DER EMPIRISCHEN UNTERSUCHUNGEN**

## **1 Qualitativ-empirische und quantitativ-standardisierte Forschung im Vergleich**

Die methodische Planung des Forschungsprojektes „Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit. Eine theologisch-ethische Auseinandersetzung.“ erfordert, sowohl qualitative wie quantitative Methodologie als zwei eigenständige Bereiche der empirischen Sozialforschung in den Blick zu nehmen und zu bedenken, welche der beiden Methoden die angemessenere für die Umsetzung des Forschungsvorhabens ist. Beide Bereiche werden nachstehend hinsichtlich ihrer methodischen Vorteile vorgestellt und gegenübergestellt.

Quantitativ-standardisierte Forschung und qualitativ-empirische Forschung unterscheiden sich vor allem in der Methodik und in der Beurteilung der methodischen Kontrollierbarkeit der Formen von Erfahrung. Auch die Rolle der forschenden Person erfährt einen unterschiedlichen Stellenwert. Die quantitative Sozialforschung nimmt eine theoretische Durchdringung des Gegenstandsbereiches vor, um Hypothesen bilden zu können, die einer anschließenden Überprüfung im Forschungsprozess unterliegen. Eine Hypothesenbildung ex ante spielt in qualitativ-empirischer Forschung jedoch keine Rolle. In der quantitativen Forschung nehmen die vergleichend-statistischen Auswertungen einen zentralen Stellenwert ein. Es wird hauptsächlich auf die Unabhängigkeit des Forschers oder der Forscherin vom Forschungsgegenstand Wert gelegt. Der Erfolg der Forschung wird daran gemessen, in welchem Maß das Forschungsvorgehen standardisiert werden kann.<sup>285</sup> In der quantitativen Sozialforschung wird vorausgesetzt, dass die forschende Person in der Lage ist, das soziale Handeln anderer ohne Vorverständnis objektiv erfassen zu können. Quantitativ-standardisierte Forschung erhebt den Anspruch auf Objektivität, wobei jedoch die

---

<sup>285</sup> Vgl. Flick, Uwe / von Kardorff, Ernst / Steinke, Ines (2004): Was ist Qualitative Forschung? Einleitung und Überblick. In: Flick, Uwe / von Kardorff, Ernst / Steinke, Ines: Qualitative Forschung. Ein Handbuch. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt [2000], 13-29, 24-25.

Voraussetzungen der forschenden Person nicht reflektiert werden und somit unkontrolliert bleiben.<sup>286</sup>

Demgegenüber wird in der qualitativen Forschung die Rolle der forschenden Person von Juliet Corbin und Anselm Strauss folgendermaßen bestimmt:

*„Qualitative researchers enjoy serendipity and discovery. Statistics might be interesting, but it is the endless possibilities to learn more about people that qualitative researchers resonate to. It is not distance that qualitative researchers want between themselves and their participants, but the opportunity to connect with them at a human level. [...] For them, doing qualitative research is a challenge that brings the whole self into the process. This is not to denigrate quantitative researchers or to imply that they do not share many of the same traits but merely to make the comment that committed qualitative researchers tend to be a certain type.“*<sup>287</sup>

Es wird ein Prozess in Gang gesetzt, Subjektivität im qualitativen Verfahren nicht ausgeblendet, sondern in einem spezifischen Sinn verstanden. Es wird vom Einzelnen ausgegangen, jedoch nicht beim Einzelnen stehengeblieben. Indem Subjektivität nicht ausgeblendet wird, kann Objektivität entstehen, insbesondere unter Berücksichtigung der Alltagswirklichkeit. Angestrebt werden realistische Informationen mit dem Ziel, objektive Erkenntnis zu generieren. Wissenschaftstheoretisch wird betont, dass jegliche Erkenntnis theoriegeleitet und intersubjektiv ist. Dieser Forderung wird sowohl in der quantitativ-standardisierten Forschung durch eine hypothesenorientierte Vorgangsweise als auch in der qualitativ-empirischen Forschung durch die Reflexion der eingebrachten Vorerfahrungen Rechnung getragen.<sup>288</sup>

Das qualitative Paradigma ist durch Interpretation um das Sinn-Verstehen bemüht, während dessen das quantitative Paradigma durch Erhebungs- und Auswertungsmethoden darauf abzielt, Ursachen für die untersuchten sozialen Erscheinungen aufzuzeigen. Qualitativ-empirische Forschung ist demnach methodologisch interpretativ, qualitativ-standardisierte Forschung ätiologisch orientiert.<sup>289</sup> Die historische Dimension nimmt im qualitativen Paradigma eine wichtige

---

<sup>286</sup> Vgl. Lamnek, Siegfried (<sup>3</sup>1995): Qualitative Sozialforschung. Bd 1. Methodologie. Weinheim: Beltz, Psychologie Verlagsunion [1988], 228.

<sup>287</sup> Corbin, Juliet / Strauss, Anselm (<sup>3</sup>2008): Basics of qualitative research. Techniques and Procedures for Developing Grounded Theory. SAGE Publications, Inc.: Thousand Oaks-London-New Dehli-Singapore [1990 and 1998 eds. present Strauss as the first author and Corbin as second], 13.

<sup>288</sup> Vgl. Lamnek, Siegfried (<sup>3</sup>1995): Qualitative Sozialforschung. Bd. 1, 229-230.

<sup>289</sup> Vgl. ebd., 230.

Rolle ein, „erfordert Verstehen doch stets die Berücksichtigung des Kontextes“<sup>290</sup>. Demgegenüber besteht im quantitativen Paradigma der Anspruch, nomologische Gesetzaussagen generieren zu können, und gelten in der Folge historische Fragen als nicht relevant.<sup>291</sup> Im interpretativen Paradigma wird dem historisch determinierten Kontext Rechnung getragen,

*„da die Situationen, in denen Interaktionen natürlich ablaufen, nicht reproduzierbar sind; sie sind ebenso einmalig wie die Forschungsobjekte individuelle Subjekte in spezifischen Handlungskontexten sind.“*<sup>292</sup>

Anders als im qualitativen Paradigma, das Offenheit im Forschungsprozess von Beginn an fordert, wird im quantitativen Paradigma durch ein Hypothesenset und geschlossene Operationalisierungen der Forschungsverlauf sowohl gesteuert als auch strukturiert, sodass theorieimmanente Befunde am Ende der Untersuchung stehen.<sup>293</sup> Girtler verweist auf die Notwendigkeit von Offenheit und Kommunikation als Prinzipien qualitativer Methoden.<sup>294</sup> Im qualitativen Paradigma ist Offenheit und Aufgeschlossenheit gegenüber dem untersuchten Feld, den im Feld agierenden Personen von eminenter Wichtigkeit, da deren Deutungen und Wirklichkeitskonzeption erfasst werden sollen. Es werden keine Hypothesen ex ante formuliert, denn Theoriebildung ist insofern offen, als diese im Feld durch empirisches Studium des Objektbereiches entstehen. Aufgrund der Kenntnis des Objektbereichs kann die Methodologie jederzeit modifiziert bzw. durch adäquatere Methoden ersetzt werden. Der Untersuchungsgegenstand kann anhand offener Fragen erschlossen werden, wobei sich neue Fragen aus der Erhebungssituation, aus dem inhaltlichen Ablauf und aus den zuvor gestellten Fragen ergeben können. Es werden keinerlei hypothetische Antworten erwartet und auch keine hypothetischen Vorstellungen der Forschungsperson vorausgeschickt. Erkenntnisse können sich aus dem Untersuchungsobjekt selbst entwickeln. Sowohl in Bezug auf die Theoriebildung als auch auf die Methodologie ist Offenheit und Aufgeschlossenheit seitens der forschenden Person unabdingbar für die Erkenntnischancen. Insofern determinieren die Wirklichkeitskonzeption der erforschten Personen den Forschungsgegenstand und nimmt die forschende Person eine

---

<sup>290</sup> Ebd., 231.

<sup>291</sup> Vgl. ebd., 231.

<sup>292</sup> Ebd., 231.

<sup>293</sup> Vgl. ebd., 232-233.

<sup>294</sup> Vgl. Girtler Roland (1984): Methoden der qualitativen Sozialforschung. Anleitung zur Feldarbeit. Wien-Köln-Weimar: Böhlau, 36.

stimulierende, rezeptive Haltung ein. Aufgrund der gegebenen symmetrischen Situation der Beteiligten im Forschungsprozess kann eine Alltagskommunikation hergestellt werden, die das Denken und die Vorstellungen der untersuchten Personen erfassen lässt.<sup>295</sup> Beim qualitativen Paradigma kann von einer nur geringen Prädetermination der forschenden Person ausgegangen werden, sodass „die Relevanzsysteme der Betroffenen relevant werden können“<sup>296</sup>. Für die quantitativ forschende Person ist die Distanz zu den Datenlieferanten oder Informanten bestimmend. Sie verbleiben in dieser zugewiesenen Rolle, so wie die forschende Person in ihrer eingenommenen Rolle verbleibt.<sup>297</sup> Dennoch spricht dies „weder gegen ein Engagement des Forschers für seine Population noch dagegen, sich um deren Sinndeutung und Interpretation zu kümmern“<sup>298</sup>.

Sowohl in der quantitativ-standardisierten als auch in der qualitativ-empirischen Forschung ist die forschende Person gefordert, die Spannung zwischen Identifikation und Distanz bewusst wahrzunehmen und zu reflektieren. Sie benötigt die Kompetenz, mit auftretenden Erfordernissen umgehen zu können.<sup>299</sup> Beide Forschungsrichtungen sind geeignet, um Wandlungsvorgänge erfassen zu können. Quantitativ arbeitende Forschungspersonen erfassen den jeweiligen Wandel aus der Außenperspektive unter besonderem Augenmerk auf Veränderungen, die sich zu bestimmten Zeitpunkten ereignen. Demgegenüber beobachten qualitativ-empirische forschende Personen die Wandlungsvorgänge aus der Innenperspektive und untersuchen, wie diese im Feld verarbeitet werden. Die qualitativ-empirische Datenerhebung erfolgt dynamisch prozessual, ergibt sich aus den Erhebungssituationen, wobei die gewählten Methoden flexibel eingesetzt werden. Quantitativ-standardisierte Datenerhebung erfolgt aufgrund vorgenommener Standardisierung und wird während des Forschungsprozesses beibehalten, d.h. die gewählte Methode wird kaum mehr verändert. Qualitative Methodologie eröffnet eine größere Flexibilität für den Forschungsprozess als quantitative.<sup>300</sup>

---

*„Je nach Entwicklung und Ablauf sind andere Methoden, andere Zielvorstellungen und/oder andere Populationen von Interesse, womit sich eine Erweiterung der Erkenntnismöglichkeiten ergeben kann. Das prinzipiell offene Vorgehen – zunächst breite,*

<sup>295</sup> Vgl. Lamnek, Siegfried (1995): Qualitative Sozialforschung. Bd. 1, 233-234.

<sup>296</sup> Ebd., 234.

<sup>297</sup> Vgl. ebd., 234.

<sup>298</sup> Ebd., 235.

<sup>299</sup> Vgl. ebd., 235.

<sup>300</sup> Vgl. ebd., 236-237.

*dann vielleicht engere Orientierung-, die Möglichkeit des Wechselns von einer Forschungslinie zur anderen, die Verschiebung der Relevanzstrukturen, die Veränderung des Forscherverständnisses, der Einsatz wechselnder Methoden etc. sind Elemente von Flexibilität im qualitativen Forschungsprozess.*“<sup>301</sup>

Qualitativ-empirische Vorgehensweise unterscheidet sich von jener, die in der quantitativen Sozialforschung angewandt wird.

*„Accordingly, qualitative researchers deploy a wide range of interconnected interpretative practices, hoping always to get a better understanding of the subject matter at hand. It is understood, however, that each practice makes the world visible in a different way.*“<sup>302</sup>

*“Quantitative researchers abstract from this world and seldom study it directly. They seek a nomothetic or etic science based on probabilities derived from the study of large numbers of randomly selected cases. These kinds of statements stand above and outside the constraints of everyday life. Qualitative researchers, on the other hand, are committed to an emic, idiographic, case-based position that directs attention to the specifics of particular cases.*“<sup>303</sup>

Qualitative Forschungspraxis ist gekennzeichnet durch ein methodisches Spektrum, d.h. durch eine Breite von Methoden, die dem Gegenstand angemessen sind. Zudem orientiert sie sich am Alltagsgeschehen, unterliegt dem Leitgedanken der Kontextualität, erfasst die Perspektiven der Beteiligten, fordert die Reflexivität der forschenden Person, zieht Verstehen als Erkenntnisprinzip heran und unterliegt dem Prinzip der Offenheit. Fallanalyse als Ausgangspunkt, Konstruktion der Wirklichkeit als Grundlage, qualitative Forschung als Textwissenschaft, Entdeckung und Theoriebildung als Ziel sind weitere Kennzeichen qualitativer Forschungspraxis.<sup>304</sup> Mit qualitativen Verfahren können Daten erhoben, ausgewertet werden und sie sind zudem geeignet, Hypothesen einem Prüfungsverfahren zu unterziehen. Sie ermöglichen, eine Deskription sozialer Prozesse und empirischer Sachverhalte durchzuführen, eine Klassifikation oder Typologien aufzustellen, Hypothesen am empirischen Material zu gewinnen und Forschungshypothesen zu überprüfen.<sup>305</sup>

---

<sup>301</sup> Ebd., 237.

<sup>302</sup> Denzin, Norman, K. / Lincoln, Yvonna S. (2005): Introduction. The Discipline and Practice of Qualitative Research. In: Denzin, Norman K. / Lincoln, Yvonna S. (eds.): The SAGE Handbook of Qualitative Research. Thousand Oaks-London-New Dehli: SAGE Publications, 1-19, 4. [Denzin, Norman K. / Lincoln, Yvonna S. (1994): Handbook of Qualitative Research. Thousand Oaks-London-New Dehli: SAGE].

<sup>303</sup> Denzin, Norman, K. / Lincoln, Yvonna S. (1995): Introduction, 1-19, 12.

<sup>304</sup> Vgl. Flick, Uwe / von Kardorff, Ernst / Steinke, Ines (2004): Was ist Qualitative Forschung?, 24.

<sup>305</sup> Vgl. Diekmann, Andreas (2002): Empirische Sozialforschung. Grundlagen, Methoden, Anwendungen. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt [1995], 444.

Co-abhängige Personen richten einen Großteil ihrer Energie auf den Alltag mit dem suchtkranken Partner oder der suchtkranken Partnerin, sodass ihnen ihr eigenes Leben allmählich entgleitet und für die existentiellen Fragen des Lebens kaum Raum und Zeit bleibt. Für die forschende Person im Kontext von Co-Abhängigkeit zeigt sich daher die Notwendigkeit, die Lebenswelt, das Handeln co-abhängiger Personen aus nächster Nähe kennenzulernen und diese komplexe Welt aus einer Innenperspektive zu erforschen. Hierfür erscheint aufgrund der oben durchgeführten Gegenüberstellung der quantitativ-standardisierten mit der qualitativ-empirischen Forschung der qualitativ-empirische Zugang als der geeignetere. Im Vordergrund qualitativer Forschung steht vor allem die Exploration. Sie ist gekennzeichnet durch Flexibilität, diese ermöglicht, dass

*„[...] der Forscher von einer Forschungslinie auf eine andere überwechselt, neue Punkte zur Beobachtung im Verlauf der Untersuchung dazunimmt, sich in neuen Richtungen bewegt, an die vorher gar nicht gedacht wurde, und schließlich seine Definition dessen, was relevante Daten sind, im gleichen Maße wie man neue Erkenntnisse und ein besonderes Verständnis gewinnt, verändert.“<sup>306</sup>*

Die Vorteile der qualitativ-empirischen Methode werden nachstehend in Bezug auf das Forschungsvorhaben dargestellt und die Methodologie näher ausgeführt.

## **2 Qualitative Forschung**

Die hier vorliegende Forschungsarbeit widmet sich der Erforschung möglicher Wechselwirkungen zwischen Co-Abhängigkeit und Gottesbild, positiver oder negativer Auswirkungen des Gottesbildes, der Religiosität co-abhängiger Personen, des Zusammenhanges von Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe sowie des Zusammenhanges zwischen Gottesbild und der Verpflichtung dem anderen, d.h. dem Nächsten oder der Nächsten gegenüber. Qualitative Forschung kann hierzu einen wichtigen Beitrag leisten, denn Ziel qualitativer Forschung ist es, Lebenswelten aus der Sicht betroffener Menschen darzustellen. Ihr Blick richtet sich auf das Fremde, auf das noch nicht Bekannte mit der Intention, Neues, Überraschendes nicht nur aufzuzeigen, sondern durch reflexive Verfahren zudem erweiterte Selbsterkenntnis zu ermöglichen.<sup>307</sup>

---

<sup>306</sup> Lamnek, Siegfried (<sup>3</sup>1995): Qualitative Sozialforschung. Bd. 1, 27.

<sup>307</sup> Vgl. Flick, Uwe / von Kardorff, Ernst / Steinke, Ines (<sup>3</sup>2004): Was ist Qualitative Forschung?, 14.

*„[...] das Unbekannte im Bekannten und Bekanntes im Unbekannten als Differenz wahrnehmbar macht und damit erweiterte Möglichkeiten von (Selbst-)Erkenntnis eröffnet.“<sup>308</sup>*

Für die Umsetzung o.a. Forschungsvorhabens ist es wichtig, die unterschiedlichen Forschungsfelder qualitativer Forschung in den Blick zu nehmen und jene auszuwählen, die am geeignetsten erscheinen, das Forschungsprojekt erfolgreich durchführen zu können. Aus den unterschiedlichen Feldern interviewbasierter Forschung, interaktionsanalytischer Forschung, ethnographischer Forschung und diskursanalytischer Forschung<sup>309</sup> werden die ethnographische Forschung (= Feldforschung) und die interviewbasierte Forschung gewählt, weil diese in besonderer Weise geeignet sind, Daten über das Phänomen Co-Abhängigkeit zu generieren, auszuwerten und einer ethischen Analyse zu unterziehen. Ziel der ethischen Analyse ist es, mögliche Ansatzpunkte zu Wegen aus der Co-Abhängigkeit im pastoralen Kontext aufzuzeigen. Ein wichtiger Fokus dieses Forschungsvorhabens liegt im Bestreben, Wege aus den Dilemmata, in denen sich co-abhängige Personen befinden, zu leisten, d.h. lebensförderliche Richtungen aufzuzeigen und nach Konsequenzen für einen christlich-normativen Umgang mit der Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit zu fragen.

Nach der grundsätzlichen Entscheidung für die qualitativ-empirische Zugangsweise werden anschließend die Herausforderungen qualitativer Sozialforschung, zentrale Prinzipien, das zentrale Anliegen qualitativer Forschung und die Herausforderungen für die forschende Person bei Anwendung der qualitativen Methodologie aufgezeigt. Die forschende Person kann auf diese Weise ihre eigene Forscherrolle reflektieren und sich ein umfassendes Bild über die qualitative Methodologie verschaffen. Dies ist von großer Wichtigkeit, da von qualitativer Sozialforschung kein Konzept erstellt werden kann, das man eindeutig identifizieren könnte. In keiner Phase und ebenso auf keiner meta-theoretischen Ebene kann ein homogenes Forschungsbild dargelegt werden. Vielmehr kann dieses methodisch, methodologisch, soziologisch-theoretisch und

---

<sup>308</sup> Ebd., 14.

<sup>309</sup> Vgl. Kalthoff, Herbert (2008): Einleitung: Zur Dialektik von qualitativer Forschung und soziologischer Theoriebildung. In: Kalthoff, Herbert (Hg.): Theoretische Empirie: zur Relevanz qualitativer Forschung. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag, 8-34, 16.

wissenschaftstheoretisch in unterschiedlicher Weise beschrieben werden.<sup>310</sup> Hierzu merken Denzin und Lincoln an:

*„[...] an initial, generic definition can be offered: Qualitative research is a situated activity that locates the observer in the world. It consists of a set of interpretative, material practices that make the world visible. These practices transform the world. They turn the world into a series of interpretations, including field notes, interviews, conversations, photographs, recordings, and memos to the self. At this level, qualitative research involves an interpretive, naturalistic approach to the world. This means that qualitative researchers study things in their natural settings, attempting to make sense, or interpret, phenomena in terms of the meanings people bring to them.“*<sup>311</sup>

In den zentralen Prinzipien qualitativer Sozialforschung wird folgende Programmatik deutlich: Neben der Grundhaltung der Offenheit sind auch die Forschung als Kommunikation, der Prozesscharakter von Forschung und Gegenstand, die Reflexivität von Gegenstand und Analyse, die Explikation und die Flexibilität als wesentliche Prinzipien zu nennen. Es existiert jedoch kein festgelegter Kanon von Prinzipien qualitativer Sozialforschung, der nicht auf den jeweiligen Abstraktionsebenen ergänzt werden könnte.<sup>312</sup>

Als erstes Prinzip der empirischen Forschung wird vom Forscher oder von der Forscherin die Grundhaltung der Offenheit in dreifacher Hinsicht gefordert:

(1) Die Offenheit gegenüber den Untersuchungspersonen, die auch durch das Auftreten eventueller Eigenarten gewährleistet sein soll. Diese besteht auch gegenüber der Untersuchungssituation und den Methoden, die im Einzelnen angewendet werden. Zu allererst steht nicht die theoretische Durchdringung des Forschungsvorhabens im Vordergrund, sondern das Forschungsfeld soll ausführlich erkundet werden. Es werden nicht vorab zu prüfende Hypothesen formuliert, sondern hypothesengenerierende Verfahren angewandt. Der Forscher oder die Forscherin ist angehalten, aufgeschlossen gegenüber neuen, sich ereignenden Entwicklungen bzw. Dimensionen zu sein. Diese können dazu beitragen, Hypothesen zu generieren.<sup>313</sup>

(2) Forschung als Kommunikation, ein weiteres zentrales Prinzip der qualitativen Sozialforschung, erachtet den Kommunikations- und Interaktionsprozess zwischen der

---

<sup>310</sup> Vgl. Lamnek, Siegfried (<sup>3</sup>1995): Qualitative Sozialforschung. Bd. 1.

<sup>311</sup> Denzin, Norman, K. / Lincoln, Yvonna S. (<sup>3</sup>2005): Introduction, 1-19,3.

<sup>312</sup> Vgl. Lamnek, Siegfried (<sup>3</sup>1995): Qualitative Sozialforschung. Bd. 1, 29.

<sup>313</sup> Vgl. ebd., 22-23.

forschenden Person und dem Forschungsgegenstand als konstitutiv für den gesamten Forschungsprozess. Diesem Geschehen wird durch den Verzicht einer Hypothesenbildung ex ante Rechnung getragen. Die Kommunikationsbeziehung bildet einerseits den Rahmen des Forschungsprozesses, ist zugleich die Voraussetzung für denselben und kann andererseits auch selbst zum Forschungsgegenstand werden. Zwischen Untersuchten, die Daten produzieren, und dem Forscher oder der Forscherin kann es keine Unabhängigkeit geben.<sup>314</sup>

*„Eine Unabhängigkeit zwischem dem Forscher und seinen Daten – und das heißt zwischen ihm und den Untersuchten als den Produzenten dieser Daten – gibt es jedenfalls nicht, wie dies eine naturwissenschaftliche Methodologie nach Meinung qualitativer Sozialforscher gerne unterstellt, denn schon die Datengewinnung sei eine kommunikative Leistung.“<sup>315</sup>*

Inwiefern qualitative Sozialforschung die Sichtweisen der Untersuchten berücksichtigt, kann durch folgendes Zitat verdeutlicht werden:

*„Gerade in Zeiten, in denen sich fest gefügte soziale Lebenswelten und –stile auflösen und sich das soziale Leben aus immer mehr und neueren Lebensformen und –weisen zusammensetzt, sind Forschungsstrategien gefragt, die zunächst genaue und dichte Beschreibungen liefern. Und die dabei die Sichtweisen der beteiligten Subjekte, die subjektiven und sozialen Konstruktionen [...] ihrer Welt berücksichtigen.“<sup>316</sup>*

Sowohl Forschungsakt als auch Forschungsgegenstand unterliegen einem Prozesscharakter, wobei soziale Phänomene berücksichtigt werden. Beide sind wesentlich durch Kommunikation und demzufolge als Interaktionsprozess zu begreifen.<sup>317</sup>

*„Dass Realität interaktiv hergestellt und subjektiv bedeutsam wird, dass sie über kollektive und individuelle Interpretationsleistungen vermittelt und handlungswirksam wird, sind Hintergrundannahmen unterschiedlicher qualitativer Forschungsansätze.“<sup>318</sup>*

Das Interesse qualitativer Sozialforschung liegt primär in der Reproduktion und Modifizierung von Deutungs- und Handlungsmustern, wobei es sich um kollektiv geteilte Muster des Agierens und Interpretierens handelt.<sup>319</sup>

---

<sup>314</sup> Vgl. ebd., 23.

<sup>315</sup> Ebd., 23.

<sup>316</sup> Flick, Uwe / von Kardorff, Ernst / Steinke, Ines (<sup>3</sup>2004): Was ist qualitative Forschung?, 17.

<sup>317</sup> Vgl. Lamnek, Siegfried (<sup>3</sup>1995): Qualitative Sozialforschung. Bd.1, 24.

<sup>318</sup> Flick, Uwe / von Kardorff, Ernst / Steinke, Ines (<sup>3</sup>2004): Was ist qualitative Forschung?, 21.

<sup>319</sup> Vgl. Lamnek, Siegfried (<sup>3</sup>1995): Qualitative Sozialforschung. Bd.1, 24.

*„Die kollektiv geteilten Muster des Agierens und Interpretierens können aber nicht als einfach gegebene und unabänderliche vorgestellt werden, sondern sie werden nach den Grundannahmen einer interpretativen Soziologie immer wieder reproduziert und modifiziert durch das Handeln und Deuten der sie praktizierenden Gesellschaftsmitglieder; d.h. die Muster existieren nicht per se, sondern nur durch ihre Anwendung.“<sup>320</sup>*

Der Prozesscharakter von Forschung und Gegenstand ist darauf ausgerichtet, Wirklichkeit und Deutungs- und Handlungsmuster zu konstituieren. Der Konstitutionsprozess bedarf der Dokumentation, der analytischen Rekonstruktion und dem verstehenden Nachvollzug.<sup>321</sup> Dieses Verfahren „ist das zentrale Anliegen einer qualitativen Sozialforschung und der sie begründenden interpretativen Soziologie“<sup>322</sup> und sichert „die wissenschaftliche Erfassung des Entstehungszusammenhangs sozialer Phänomene“<sup>323</sup>. Forschungsgegenstand und Forschungsprozess unterliegen dem Prinzip der Prozessualität. Im gemeinsamen Interaktionsprozess werden Wirklichkeit konstruiert und Situationsdefinitionen generiert, wobei die ausgefüllte Rolle des Forschers oder der Forscherin konstitutiv sowohl für den Prozess als für die sich aus diesem Prozess entwickelten Ergebnisse ist.<sup>324</sup>

(3) Ein weiteres wesentliches Prinzip qualitativer Sozialforschung ist das Reflexivitätsprinzip, das eher als Forderung zu verstehen ist. Bedeutungen menschlicher Ausdrucksformen in Form von Symbolen, Sprechakten, Deutungen oder Gesten, Handlungen kann prinzipiell Reflexivität unterstellt werden. Bedeutungen sind an den jeweiligen Kontext gebunden, Zeichen unterliegen der Indexikalität, d.h. sie sind in ein Regelwerk eingebunden. Handeln oder sprachlicher Ausdruck kann nur erfasst werden, indem ein Rekurs auf den Kontext seiner Erscheinung vollzogen wird. Eine Bedeutung steht immer reflexiv im Zusammenhang mit dem Ganzen, sie verweist ausdrücklich darauf. Einerseits setzt das Verständnis von Einzelakten das Verständnis des Kontextes voraus und andererseits verweist jede Bedeutung auf das Ganze, d.h. auf alle Bedeutungen. Somit ist folgende Situation gegeben: Sinnkonstitution und Sinnverstehen sind zirkulär.<sup>325</sup>

---

<sup>320</sup> Ebd., 24.

<sup>321</sup> Vgl. ebd., 25.

<sup>322</sup> Ebd., 25.

<sup>323</sup> Ebd., 25.

<sup>324</sup> Vgl. ebd., 25.

<sup>325</sup> Vgl. ebd., 25.

*„Die Zirkularität – oder Reflektivität – des Forschungsgegenstandes (im Sinne einer zu analysierenden Sinnkonstitution) findet also ihre Entsprechung in der Zirkularität der Verstehensleistung, d.h. in der Dechiffrierung des Sinns.“<sup>326</sup>*

(4) Als Bestandteil der Erkenntnis wird in der qualitativen Forschung im Gegensatz zur quantitativen Forschung der subjektiven Wahrnehmung des Forschers oder der Forscherin ein hoher Stellenwert zugemessen. Diese unterliegt der Kontrolle durch die gewählten Methoden.<sup>327</sup> Das oben dargelegte Reflexivitätsprinzip kann insofern legitim abgewandelt werden, als der Forscher oder die Forscherin einerseits eine reflektierte Einstellung einnimmt und andererseits das Untersuchungsinstrumentarium anpassungsfähig ist. In der Folge kann auf neue Konstellationen reagiert und können mit einer offenen Haltung unerwartete Forschungssituationen bewältigt werden. Die Beziehung zwischen dem Forscher oder der Forscherin und dem Forschungsgegenstand ist sowohl kommunikativ als auch reflexiv.<sup>328</sup>

(5) Eine weitere Herausforderung stellt auch das Prinzip der Explikation dar. Damit ist gemeint, dass forschende Personen im Laufe des Untersuchungsprozesses die Einzelschritte, soweit es ihnen möglich ist, offen darlegen. Untersuchungs- und Analyseverfahren sollen reflektiert werden. Das Explikationsprinzip ermöglicht, Interpretationen nachvollziehen zu können und garantiert die Intersubjektivität des Forschungsergebnisses. Es kann jedoch nicht die Gültigkeit der vorgenommenen Interpretationen garantieren.<sup>329</sup> Qualitative Sozialforschung ist zudem durch große Flexibilität ausgezeichnet. Auch quantitative Sozialforschung hat den Anspruch, dass die Auswahl und Anwendung der Erhebungsinstrumente sich an der Realität des zu untersuchenden Umfeldes zu orientieren hat, jedoch gestaltet sich die Umsetzung bisweilen schwierig.<sup>330</sup>

Häufig wird diskutiert, welche Kriterien herangezogen werden können, um Geltung und Güte qualitativer Forschung bestimmen zu können. Nachstehend werden die Grundpositionen hinsichtlich dieser Anfrage vorgestellt und anschließend näher erläutert.

---

<sup>326</sup> Ebd., 26.

<sup>327</sup> Vgl. Flick, Uwe / von Kardorff, Ernst / Steinke, Ines (2004): Was ist qualitative Forschung?, 25.

<sup>328</sup> Vgl. Lamnek, Siegfried (1995): Qualitative Sozialforschung. Bd. 1, 26.

<sup>329</sup> Vgl. ebd., 26.

<sup>330</sup> Vgl. ebd., 27.

## 2.1 Qualitätskriterien qualitativer Forschung

Drei Grundpositionen werden genannt: Quantitative Kriterien für qualitative Forschung, eigene Kriterien qualitativer Forschung und die Unmöglichkeit, Qualitätskriterien erstellen zu können.<sup>331</sup>

*Quantitative Kriterien für qualitative Forschung:* Vertreter und Vertreterinnen dieser Position argumentieren, dass „Kriterien der quantitativen auf qualitative Forschung übertragen werden können“<sup>332</sup>. Als Gütekriterien werden Validität, Reliabilität, Objektivität und Kriterien aus der Psychometrie, z.B. Fragebögen, Tests, Skalen, angeführt.<sup>333</sup>

*„Kriterien aus der quantitativen Forschung werden dabei an qualitative Forschung angepasst, indem sie reformuliert und operationalisiert werden.“<sup>334</sup>*

Die Übertragbarkeit quantitativer Kriterien auf qualitative Forschung wird von Repräsentanten und Repräsentantinnen der zweiten Grundposition in Zweifel gezogen. Als geeignete Kriterien werden in der Folge die methodologische, die wissenschaftstheoretische und die methodische Besonderheit qualitativer Forschung erachtet. In Diskussionen werden kommunikative Validierung, Triangulation, Validierung der Interviewsituation und Authentizität erörtert.

In der dritten Grundposition wird vertreten, dass keinerlei Qualitätskriterien auf ein festgelegtes Bezugssystem bezogen werden können.<sup>335</sup>

Um ein bestmögliches valides Forschungsergebnis mittels qualitativer Forschung erreichen zu können, bedarf es eines Kriterienkataloges, der Kernkategorien beinhaltet, deren Einhaltung dazu beitragen, ein bestmögliches Forschungsergebnis zu erzielen. Orientierung innerhalb des breit angelegten Kriterienkatalogs bieten Kernkategorien.

## 2.2 Qualitative Forschung und ihre Kernkategorien

In der qualitativen Forschung kann sich die forschende Person an einem Kriterienkatalog orientieren, der aufgrund der verwendeten Methode, einer je eigenen

---

<sup>331</sup> Vgl. Steinke, Ines (<sup>3</sup>2004): Gütekriterien qualitativer Sozialforschung. In: Flick, Uwe / von Kardorff, Ernst / Steinke, Ines (Hg.): Qualitative Forschung. Ein Handbuch, 319-331, 319.

<sup>332</sup> Ebd., 319-331, 319.

<sup>333</sup> Vgl. ebd., 319-331, 319.

<sup>334</sup> Ebd., 319-331, 319.

<sup>335</sup> Vgl. ebd., 319-321.

Fragestellung und einem eigenen Gegenstand sowohl modifiziert auch als neu konkretisiert werden kann. Auch die Ergänzung durch weitere Kriterien ist möglich. Als Kernkriterien sind zu nennen: intersubjektive Nachvollziehbarkeit, Indikation des Forschungsprozesses, empirische Verankerung, Limitation, Kohärenz, Relevanz und reflektierte Subjektivität. Diese werden nachstehend vorgestellt und diskutiert.

*Intersubjektive Nachvollziehbarkeit:* Das Kriterium der intersubjektiven Überprüfbarkeit, das in quantitativen Verfahren ein wesentliches Kriterium darstellt, kann in der qualitativen Forschung nicht geltend gemacht werden. Basis der Bewertung qualitativer Forschungsergebnisse ist die Herstellung von intersubjektiver Nachvollziehbarkeit des gesamten Forschungsprozesses. Nachvollziehbarkeit kann durch verschiedene Dokumentationsweisen gesichert und geprüft werden, indem die Daten auf dreierlei Weise dokumentiert werden: Dokumentation des Forschungsprozesses, Dokumentation der Erhebungsmethoden und des Erhebungskontextes und die Dokumentation von Entscheidungen und Problemen.

*Indikation des Forschungsprozesses:* Die Angemessenheit des gesamten Forschungsprozesses wird anhand der Einhaltung verschiedener Indikationsvorgehen beurteilt: der Indikation des qualitativen Vorgehens, der Indikation der Methodenwahl, der Indikation von Transkriptionsregeln, der Indikation der Sampling-Strategie, der Indikation der methodischen Einzelentscheidungen im Kontext der gesamten Untersuchung und der Indikation der Bewertungskriterien.

*Empirische Verankerung:* Die Bildung von Theorien und Hypothesen sollte in den Daten begründet sein, das trifft auch auf deren Überprüfung zu. Die empirische Verankerung kann durch die Verwendung kodifizierter Methoden, durch die analytische Induktion, aus der generierten Theorie und durch die kommunikative Validierung geprüft werden.

*Limitation:* Mittels dieses Kriteriums können die Grenzen des Geltungsbereiches einer Theorie geprüft werden, die im Forschungsprozess entwickelt wurden. Es gilt deren Verallgemeinerbarkeit anschaulich zu machen und in einem weiteren Schritt zu prüfen.

*Kohärenz:* Die Kohärenz der generierten Theorie, die Bearbeitung etwaiger Widersprüche in den Daten und deren Interpretation, die Offenlegung ungelöster Fragen

und Widersprüche werden geprüft. Ziel ist es festzustellen, ob die im Forschungsprozess entwickelte Theorie in sich konsistent ist.

*Relevanz:* Geprüft wird die Relevanz der Fragestellung, die Relevanz der durch die Theorie zur Verfügung gestellten Deutungen, die Verallgemeinerbarkeit der Ergebnisse, die Überschaubarkeit der dargestellten Theorie und ob diese einen Beitrag zur Lösung von Problemen leistet.

*Reflektierte Subjektivität:* Durch dieses Kriterium können die Selbstbeobachtung der forschenden Person während des Forschungsprozesses, die persönlichen Voraussetzungen in Hinsicht auf den zu erforschenden Gegenstand, das Vertrauensverhältnis zu den Personen im Feld und die eigene Reflexion während des Feldeinstiegs geprüft werden.

Nicht nur eines, sondern mehrere Kriterien sind erforderlich, um beurteilen zu können, ob ein bestmögliches Forschungsergebnis erzielt werden konnte.<sup>336</sup>

### **2.3 Verbindung von qualitativer und quantitativer Methodik**

Der Versuch, die unterschiedlichen Formen empirischer Sozialforschung in einen Prozess der Verständigung zu überführen, wurde nach Przyborski und Wohlrab-Sahr noch kaum unternommen. Die Autorinnen verweisen auf das Potenzial, das in der Übereinkunft gemeinsamer Standards und dem Bemühen um eine allen zugänglichen Begrifflichkeit liegt. Zunächst ist es entscheidend, dass keine Seite durch die andere Seite vereinnahmt und der unterschiedliche Zugang qualitativer und quantitativer Methodik berücksichtigt wird.<sup>337</sup>

*„Dabei dienen die bisher dargestellten Gemeinsamkeiten qualitativer Verfahren als Ausgangspunkt dieser Standortbestimmung. Eine klare Grenze markiert das unterschiedliche Verhältnis der beiden empirischen Zugänge zu ihren Erfahrungsdaten bzw. ihr Verhältnis zur Kommunikation mit den Untersuchten. Diese Kommunikation ist bei quantitativen Methoden standardisiert.“<sup>338</sup>*

Bei quantitativen Verfahren müssen zudem die Erfahrungs- und Beobachtungskategorien eindeutig definiert werden. Demgegenüber ist bei den

---

<sup>336</sup> Vgl. ebd., 319-331, 324-331.

<sup>337</sup> Vgl. Przyborski, Aglaja / Wohlrab-Sahr, Monika (<sup>4</sup>2014): Qualitative Sozialforschung. Ein Arbeitsbuch. München: Oldenbourg Verlag, 21.

<sup>338</sup> Ebd., 21.

qualitativen Methoden entscheidend, dass einerseits die unterschiedlichen Relevanzsysteme von der forschenden Person in den Blick genommen und andererseits auch kontrolliert werden. Przyborski und Wohlrab-Sahr versuchen eine Verständigung zwischen qualitativen und quantitativen Verfahren durch die modifizierte Anwendung der klassischen Gütekriterien der quantitativen Methodik: Validität, Reliabilität und Objektivität auf die qualitativen Verfahren.<sup>339</sup>

Die Validität qualitativer Methoden ist einerseits durch die Anknüpfung an alltägliche Strukturen der Verständigung und andererseits durch die Anknüpfung an die Common-Sense-Konstruktion der Untersuchten gegeben.<sup>340</sup> Im Rahmen standardisierter Verfahren wird mit Reliabilität die Zuverlässigkeit der angewandten Methode bezeichnet, wobei der Operationalisierung, der „möglichst eindeutigen Beschreibung der Verknüpfung von Beobachtungsdaten und Begriffen bzw. der zu beobachtenden, zu messenden Indikatoren“<sup>341</sup>, eine zentrale Bedeutung zukommt. Reliabilität wird bei qualitativen Methoden gesichert, indem die Reproduktionsgesetzlichkeit der herausgearbeiteten Strukturen nachgewiesen und alltägliche Standards der Kommunikation sowohl systematisiert als auch expliziert werden.<sup>342</sup> Da qualitative Verfahren vom Einzelnen ausgehen, können sie in einem spezifischen Sinn als subjektiv bezeichnet werden, jedoch bei gleichzeitiger Wahrung der Objektivität. Im qualitativen Paradigma wird Subjektivität berücksichtigt und auf diese Weise Objektivität gesichert. Dem wissenschaftstheoretischen Einwand, dass alle Erkenntnis von einer Theorie geleitet wird und insofern theoriesubjektiv ist, wird in beiden Paradigmen Rechnung getragen.<sup>343</sup>

*„Dies wird sowohl in der qualitativen Forschung durch den Verweis auf ‚Vorerfahrungen‘ wie auch im quantitativen Paradigma durch die hypothesenorientierte Vorgehensweise anerkannt. Objektive Realität gibt es nicht [...]“<sup>344</sup>*

Schritte der Erhebung und der Auswertung können auf der Basis alltäglicher Regeln formalisiert bzw. auch standardisiert werden. Auf diese Weise können Forschungsprinzipien festgeschrieben werden, die von den forschenden Personen

---

<sup>339</sup> Vgl. ebd., 21-24.

<sup>340</sup> Vgl. ebd., 24.

<sup>341</sup> Ebd., 24.

<sup>342</sup> Vgl. ebd., 26.

<sup>343</sup> Vgl. Lamnek, Siegfried (<sup>3</sup>1995): Qualitative Sozialforschung. Bd. 1, 229-230.

<sup>344</sup> Ebd., 230.

eingelöst werden sollen. Forschungsergebnisse können auf diese Weise intersubjektiv nachvollzogen und zugleich eine Steigerung der Objektivität empirischer Methoden erzielt werden.<sup>345</sup>

## 2.4 Feldforschung

Das vorliegende Projekt, das die Lebenswelt co-abhängiger Personen erforschen möchte, wird mittels eines empirischen Vorgehens, einer Feldforschung durchgeführt. Ziel ist es, Daten aus dem Feld zum Phänomen Co-Abhängigkeit zu generieren. Es handelt sich um einen explorativen Prozess. Es gilt daher, mögliche Optionen der forschenden Person vor dem Feldaufenthalt und während des Feldaufenthaltes in den Blick zu nehmen.

Nach Lüders hat die forschende Person bei der Untersuchung von Lebenswelten, des Handelns von Menschen bzw. deren Alltagspraxis zwei Optionen. Die erste Option besteht darin, über Gespräche und Sammlung entsprechender Dokumente Informationen über die Handlungspraxis der zu untersuchenden Personen zu erhalten. Die zweite Option besteht im Bemühen, mit der zu untersuchenden Lebenswelt vertraut zu werden und über eine möglichst längere Zeitspanne die Alltagspraxis zu beobachten. Im deutschsprachigen Raum wurde letztgenannte Strategie als teilnehmende Beobachtung bezeichnet. In jüngerer Zeit hat sich der Begriff Ethnographie durchgesetzt.<sup>346</sup> Ethnographische Forschung kann durch drei wesentliche Charakteristika beschrieben werden: die längere Teilnahme im Feld, flexible Forschungsstrategie und das ethnographische Schreiben.<sup>347</sup>

Nachstehend werden die Phasen der Felderschließung, insbesondere Art und Weise des Feldzuganges, die Frage nach offener oder verdeckter Forschung, Fähigkeiten der forschenden Person, mögliche Beobachtungstypen sowie die an die forschende Person gestellten Herausforderungen vorgestellt. Diese Informationen helfen der Forscherin, erstens die Frage nach offener oder verdeckter Feldforschung zu klären, zweitens die eigenen Fähigkeiten zu reflektieren, drittens sich für einen der möglichen Beobachtungstypen zu entscheiden und sich vor dem Betreten des Feldes mit den

---

<sup>345</sup> Vgl. Przyborski, Aglaja / Wohlrab-Sahr, Monika (<sup>4</sup>2014): Qualitative Sozialforschung, 28.

<sup>346</sup> Vgl. Lüders, Christian (<sup>3</sup>2004): Beobachten im Feld und Ethnographie. In: Flick, Uwe / von Kardorff, Ernst / Steinke, Ines (Hg.): Qualitative Forschung. Ein Handbuch. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag [2000], 384-401, 384-385.

<sup>347</sup> Vgl. ebd., 391.

Herausforderungen eines Feldaufenthaltes an sich auseinanderzusetzen. Da Feldforschung die grundlegende Methode qualitativer Forschung ist und das Forschungsfeld jener Ort ist, an dem Daten erhoben werden, kommt der Anfangsphase eine besondere Wichtigkeit zu.

Am Beginn der Feldforschung steht die Phase der Felderschließung, wobei darauf zu achten ist, dass das Feld gründlich erschlossen wird.<sup>348</sup>

*„Je nach Fragestellung und Forschungsinteresse wird diese Phase anders gestaltet werden und die Felderschließung unterschiedlich lange andauern, in manchen Fällen wird sie sich über den ganzen Zeitraum der Forschung erstrecken. [...] durch die Art der Felderschließung werden bereits erste Definitionen des Gegenstandes vorgenommen, die spätere Ergebnisse beeinflussen können.“<sup>349</sup>*

Zunächst stellt sich die Frage, wer oder was zum Feld gehört. Diese Frage kann meist nicht von Beginn an umfassend beantwortet werden, sodass die Forschungsperson aufgefordert ist, sich darauf einzustellen.<sup>350</sup> Das Forschungsfeld kann oft nicht von Anfang an klar begrenzt werden. Es „werden daher Erweiterungen und Neubestimmungen des Forschungsfeldes im Lauf der Forschung notwendig sein“<sup>351</sup>. Danach steht die forschende Person vor der Herausforderung, einen eigenen Zugang zum Feld zu finden, da kein bestimmter Weg begangen werden kann, „auch die Wege ins Feld sind so verschieden wie die Forschungsfelder selbst“<sup>352</sup>. Ist für das Forschungsprojekt ein längerer Aufenthalt vorgesehen, mit der Intention möglichst viele Informationen zu erhalten, so „sind die Bewältigung des Zugangs und die Übernahme einer von den Teilnehmern im Feld akzeptierten Rolle“<sup>353</sup> von zentraler Bedeutung.

*„Gerade das Interesse an der Insiderperspektive zwingt den Ethnographen dazu, sich den jeweils gelebten situativen Ordnungen und Praktiken gleichsam auszusetzen, anzupassen, in einem gewissen Sinn auch zu unterwerfen.“<sup>354</sup>*

Infolgedessen soll die Art und Weise des Zuganges ins Forschungsfeld, insbesondere etwaige aufgetretene Probleme, das hergestellte Vertrauen, die Rolle von vermittelnden

---

<sup>348</sup> Vgl. Przyborski, Aglaja / Wohlrab-Sahr, Monika (<sup>4</sup>2014): Qualitative Sozialforschung, 39.

<sup>349</sup> Ebd., 40.

<sup>350</sup> Vgl. ebd., 42.

<sup>351</sup> Ebd., 42.

<sup>352</sup> Ebd., 42.

<sup>353</sup> Lüders, Christian (<sup>3</sup>2004): Beobachten im Feld und Ethnographie, 391-392.

<sup>354</sup> Ebd., 391.

Personen im Forschungsbericht ausgewiesen werden.<sup>355</sup> Die forschende Person steht vor der Herausforderung nicht

*„zu schnell zu schlau werden bzw. nach außen erscheinen zu wollen. Um dieser Gefahr zu begegnen, empfiehlt es sich, nicht nur dem Feld, sondern auch sich selbst gegenüber auf seiner Naivität zu beharren, um so sein – tatsächliches oder vermeintliches – Nicht-Wissen so lange wie möglich methodisch nutzen zu können.“<sup>356</sup>*

Ein längerer und informativer Aufenthalt im zu erforschenden Feld verlangt die Anpassungsfähigkeit der forschenden Person. Unterschiedliche methodische Zugänge, die von der forschenden Person flexibel eingesetzt werden, ermöglichen es, die geforderte Balance zwischen situativer Anforderung und Forschungsinteresse aufrecht zu erhalten. Ethnographische Forschung ist geprägt von einer Offenheit für alle Forschungsmethoden.<sup>357</sup>

Wie bereits zuvor erwähnt, gilt es die Frage nach offener oder verdeckter Forschung am Beginn des Feldzuganges zu klären. Girtler macht geltend, dass mit diesen Bezeichnungen „lediglich strategische Probleme, nämlich inwieweit sich ein Forscher oder ein Beobachter in seiner wissenschaftlichen Tätigkeit zu erkennen gibt oder nicht“<sup>358</sup>, erfasst werden, die allerdings auch ethische Fragen nach sich ziehen. Auch Przyborski und Wohlrab-Sahr verweisen darauf, dass ethische Gründe für die Selbsteinführung als Forschungsperson im zu beobachtenden Feld ausschlaggebend sein können bzw. diese Form der Einführung zudem aufgrund inhaltlicher Gründe notwendig sein kann.<sup>359</sup> In manchen Bereichen kann allerdings die eigene Rolle als Forscher oder Forscherin aus Gründen des Forschungsinteresses nicht offen gelegt werden, wobei es auch das Problem der Objektivität der protokollierten Beobachtungen zu reflektieren gilt.<sup>360</sup>

*„Die Frage, ob eine Beobachtung offen oder verdeckt durchgeführt wird, muss nicht nur forschungsethisch, sondern auch im Hinblick auf den Untersuchungsgegenstand reflektiert werden. In manchen Fällen würde eine offene Beobachtung den Untersuchungsgegenstand*

---

<sup>355</sup> Vgl. ebd., 392.

<sup>356</sup> Wolff, Stephan (<sup>3</sup>2004): Wege ins Feld und ihre Varianten. In: Flick, Uwe / von Kardorff, Ernst / Steinke, Ines (Hg.): Qualitative Forschung. Ein Handbuch, 334-349, 349.

<sup>357</sup> Vgl. Lüders, Christian (<sup>3</sup>2004): Beobachten im Feld und Ethnographie, 394.

<sup>358</sup> Girtler, Roland (1984): Methoden der qualitativen Sozialforschung, 45.

<sup>359</sup> Vgl. Przyborski, Aglaja / Wohlrab-Sahr, Monika (<sup>4</sup>2014): Qualitative Sozialforschung, 42.

<sup>360</sup> Vgl. ebd., 42-43.

*so verändern, dass die Validität der Ergebnisse erheblich beeinträchtigt würde. Andere Phänomene könnten erst gar nicht untersucht werden.* <sup>361</sup>

Vier Beobachtungstypen können unterschieden werden: „die nichtteilnehmende unstrukturierte Beobachtung“<sup>362</sup>, „die nichtteilnehmende strukturierte Beobachtung“<sup>363</sup>, „die teilnehmend strukturierte Beobachtung“<sup>364</sup> und „die teilnehmend unstrukturierte Beobachtung“<sup>365</sup>. Letzterer ist der klassische Typ in der Ethnologie, hat aber auch eine wichtige Bedeutung für die Soziologie. Die offene Beobachtung hat gegenüber der verdeckten Beobachtung aufgrund der Egalität und der Fairness zwischen den Beobachteten und der Forschungsperson Priorität.<sup>366</sup>

Bei der teilnehmenden Beobachtung steht die Forschungsperson in der Spannung zwischen Nähe und Distanz. Dies macht es notwendig, die eigene Rolle als forschende Person im Feld zu reflektieren. Einerseits ist es erforderlich, sich in die Situation der Beobachteten hineinversetzen zu können, andererseits soll der Feldforscher oder die Feldforscherin in der Lage sein, als Zeuge oder Zeugin Distanz wahren zu können.<sup>367</sup>

*„Ohne Nähe wird man von der Situation zu wenig verstehen, ohne Distanz wird man nicht in der Lage sein, sie sozialwissenschaftlich zu reflektieren. Die Frage der Balance des Feldforschers zwischen Nähe und Distanz, Inklusion und Exklusion ist nicht mit einfachen Rezepten zu lösen. Und es werden unterschiedliche Forschertypen für sich dabei zu unterschiedlichen Lösungen kommen.* <sup>368</sup>

Für das Forschungsfeld „Co-Abhängigkeit“ kann aus ethischen Gründen nur eine offene teilnehmende Beobachtung in Frage kommen. Die Selbsteinführung als Forschungsperson ist dem Anliegen des Forschungsvorhabens, mögliche Wege aus der Co-Abhängigkeit aufzuzeigen und Leitlinien für einen pastoralen Umgang mit co-abhängigen Personen aufzuzeigen, geschuldet. Würde die forschende Person ihren Forschungshintergrund nicht preisgeben, käme dies einem massiven Vertrauensbruch gleich, wenn die Untersuchung im Rahmen einer Al-Anon Gruppe<sup>369</sup> durchgeführt werden soll. Denn sie würde in den Augen der anderen als Angehörige bzw.

---

<sup>361</sup> Ebd., 43.

<sup>362</sup> Girtler, Roland (1984): Methoden der qualitativen Sozialforschung, 45.

<sup>363</sup> Ebd., 45.

<sup>364</sup> Ebd., 45.

<sup>365</sup> Ebd., 45.

<sup>366</sup> Vgl. Girtler, Roland (1984): Methoden der qualitativen Sozialforschung, 45-46.

<sup>367</sup> Vgl. Przyborski, Aglaja / Wohlrab-Sahr, Monika (<sup>4</sup>2014): Qualitative Sozialforschung, 46.

<sup>368</sup> Ebd., 46.

<sup>369</sup> Al-Anon Gruppen sind Selbsthilfegruppen für Angehörige und Freunde von Alkoholikern.

Angehöriger einer alkoholkranken Person aufgenommen. Sowohl inhaltliche als auch ethische Gründe sprechen für eine Offenlegung der Identität der forschenden Person.

Für die teilnehmende Beobachtung in den Al-Anon Gruppen gilt es vor Betreten des Forschungsfeldes Vorteile und Nachteile teilnehmender Beobachtung zu bedenken, sich die Grenzen dieser Methode bewusst zu machen und weitere Methoden in den Blick zu nehmen, die Antworten hinsichtlich der Forschungsfragen geben können. Nachstehend werden sowohl die Vorzüge der teilnehmenden Beobachtung als auch mögliche Grenzen dieser Methode vorgestellt.

Bei der teilnehmenden Beobachtung werden Handlungen der forschenden Person als Störung, jedoch auch als Erkenntnisquelle verstanden. Zwei Vorzüge zeichnen diese Methode aus: Flexibilität und Gegenstandsangemessenheit. Das methodische Vorgehen kann dem Gegenstand optimal angepasst werden, indem andere Methoden einbezogen werden. Sowohl die Interaktion mit dem Feld als auch mit dem Gegenstand können äußerst konsequent umgesetzt werden. Die Grenzen dieser Methode liegen in der Nichterfassbarkeit aller Phänomene im Feld. So können biographische Prozesse kaum beobachtet werden. Dies trifft auch auf übergreifende Wissensprozesse zu. Handlungsweisen, die eher selten auftreten, können entweder durch glückliche Fügungen oder durch sorgsam ausgewählte Beobachtungssituationen erfasst werden.<sup>370</sup> Um diese Schwierigkeiten überwinden zu können,

*„werden häufig zusätzlich Befragungen von Beteiligten herangezogen, aus denen biographische Prozesse oder Wissensbestände, die den Hintergrund für aktuell beobachtbare Handlungsweisen bilden, rekonstruiert werden können. Deshalb beruhen die Erkenntnisse des Forschers bei teilnehmender Beobachtung nur partiell auf der Beobachtung von Handlungen. Zu einem großen Teil basieren sie auf verbalen Äußerungen der Beteiligten über Zusammenhänge und Sachverhalte.“<sup>371</sup>*

Das dritte Charakteristikum ethnographischer Forschung behandelt die Herausforderung, das im Forschungsfeld Erlebte, Beobachtete und Wahrgenommene, Gehörte festzuhalten. Das Beobachtete wird nachträglich protokolliert und unterliegt einem Transformationsprozess. Im deutschsprachigen Raum wird die Frage der

---

<sup>370</sup> Vgl. Flick, Uwe (<sup>4</sup>2011): Qualitative Sozialforschung. Eine Einführung. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt [<sup>1</sup>1995; überarbeitete und erweiterte Neuauflage 2007], 295.

<sup>371</sup> Ebd., 295.

Auswertung der im Feld erhobenen Daten stark diskutiert.<sup>372</sup> Ethnographisches Schreiben und Protokollieren erfordern, dass das beobachtete Geschehen formalisiert erfasst und dadurch intersubjektiv nachvollziehbar wird.<sup>373</sup>

*„Das Aufschreiben und die Darstellung des Beobachteten, Gehörten und Erlebten stellt ein konstitutives Moment von und zugleich eine Herausforderung für Ethnographen dar. [...] Neben der Vielfalt der methodischen Zugänge und der aktiven Anteilnahme des Forschers bzw. der Forscherin am Alltagsleben des Feldes ist für Ethnographen kennzeichnend, dass sie wie kein anderes Verfahren der Sozialforschung auf der nachträglichen Protokollierung des dabei Beobachteten und Wahrgenommenen bzw. genauer: des nachträglich noch Erinnerungsbasierenden basieren.“<sup>374</sup>*

Die forschende Person sollte einerseits über Fähigkeiten zu genauer Beobachtung verfügen und andererseits in der Lage sein, diese zu protokollieren.<sup>375</sup> Nach Uwe Flick können für die Interpretation der im Feld entstandenen Geschichten folgende Kernpunkte genannt werden: Es gilt ein besonderes Augenmerk auf die Dokumentation der Daten zu legen, da diese wesentlich die Qualität des empirischen Materials beeinflusst. Die Möglichkeit der Dokumentation konnte durch moderne Aufzeichnungstechnologien erheblich erweitert werden, wodurch aber auch die Eigenschaften qualitativer Forschung verändert wurden. In der Analyse der Daten kommt der Transkription eine wichtige Rolle zu, allerdings ist ein Übermaß an Genauigkeit zu vermeiden. Der Verlauf der Forschung kann anhand von Feldnotizen und Forschungstagebüchern nachvollzogen und dadurch wertvolle Informationen erschlossen werden.<sup>376</sup> Es gibt jedoch keine verbindlichen Richtlinien wie Feldprotokolle auszuwerten sind. Dennoch ist ethnographische Forschung von zentraler Bedeutung.<sup>377</sup> Auch Aglaja Przyborski und Monika Wohlrab-Sahr empfehlen Beobachtungsprotokolle zu führen.

*„Im Beobachtungsprotokoll werden Ort, Zeit und Sequenz der beobachteten Abläufe festgehalten. Sinnvoll ist es, in dem Protokoll, das man auf Grundlage seiner Feldnotizen erstellt, zwischen Beobachtungen, Kontextinformationen, methodischen und Rollenreflexionen und theoretischen Reflexionen zu unterscheiden.“<sup>378</sup>*

---

<sup>372</sup> Vgl. Lüders, Christian (<sup>3</sup>2004): Beobachten im Feld und Ethnographie, 384-401, 396-400.

<sup>373</sup> Vgl. Przyborski, Aglaja / Wohlrab-Sahr, Monika (<sup>4</sup>2014): Qualitative Sozialforschung, 49.

<sup>374</sup> Lüders, Christian (<sup>3</sup>2004): Beobachten im Feld und Ethnographie, 384-401, 396.

<sup>375</sup> Vgl. Przyborski, Aglaja / Wohlrab-Sahr, Monika (<sup>4</sup>2014): Qualitative Sozialforschung, 49.

<sup>376</sup> Vgl. Flick, Uwe (<sup>5</sup>2012): Qualitative Sozialforschung, 385.

<sup>377</sup> Vgl. Lüders, Christian (<sup>3</sup>2004): Beobachten im Feld und Ethnographie, 384-401, 400.

<sup>378</sup> Przyborski, Aglaja / Wohlrab-Sahr, Monika (<sup>4</sup>2014): Qualitative Sozialforschung, 52.

Auf diese Weise können bei der Interpretation des Beobachteten vorschnelle Theoretisierungen vermieden und dennoch Reflexionen des beobachteten Geschehens festgehalten werden.<sup>379</sup> Ethnographische Forschung „lebt von der Teilnahme und den Berichten über diese Teilnahme. Was notwendig wäre, ist eine Intensivierung dieser Forschung und der Diskussion über die dabei gemachten Erfahrungen.“<sup>380</sup>

In Anlehnung an die von Przyborski und Wohlrab-Sahr empfohlenen Beobachtungsprotokolle wird für den Forschungskontext Co-Abhängigkeit nach jedem Feldaufenthalt in einer der Al-Anon Selbsthilfegruppen über jede teilnehmende Beobachtung ein Forschungsprotokoll angefertigt.

Die forschende Person steht während des Feldaufenthaltes in der Spannung zwischen eingennommener Innenperspektive und zu wahrer Außenperspektive. Im nächsten Kapitel werden hierzu wichtige Informationen gegeben und zudem möglicherweise auftretende Gefahren angesprochen. Diesbezügliche Hinweise können der Forscherin wertvolle, allgemeine Hinweise für das Geschehen in einer für sie neu zu erforschenden Lebenswelt vor dem Betreten des Feldes geben.

#### **2.4.1 Going native**

Bei allen qualitativen Methoden ist die forschende Person herausgefordert, eine weitgehende Innenperspektive auf das Forschungsfeld zu gewinnen. Besonders wichtig ist dies bei der Methode der teilnehmenden Beobachtung bei gleichzeitiger Wahrung der kritischen Außenperspektive<sup>381</sup>, die „erst den Blick auf das Besondere im Alltäglichen und in den Routinen im Feld ermöglicht“<sup>382</sup>. Die forschende Person kann der Gefahr erliegen, Perspektiven der zu beobachtenden Personen zu übernehmen und in der Folge im eigenen Handeln beeinflusst zu werden. Übernimmt die forschende Person die in der zu erforschenden Lebenswelt geteilten Sichtweisen, so wird dieser Vorgang als going native bezeichnet.<sup>383</sup> Going native kann jedoch nicht nur als fehlerhaftes Verhalten der forschenden Person verstanden werden, sondern als ein Instrument zum besseren Verstehen der zu erforschenden Lebenswelt betrachtet werden.

---

<sup>379</sup> Vgl. ebd., 52.

<sup>380</sup> Lüders, Christian (<sup>3</sup>2004): Beobachten im Feld und Ethnographie, 384-401, 401.

<sup>381</sup> Vgl. Flick, Uwe (<sup>4</sup>2011): Qualitative Sozialforschung, 291.

<sup>382</sup> Ebd., 291.

<sup>383</sup> Vgl. ebd., 291.

*„Wenn von einigen Autoren als besonderes Handicap einer teilnehmenden Beobachtung das ‚Going native‘ angesehen wird, nämlich daß der Forscher seine neutrale ‚wissenschaftliche‘ Distanz aufgibt, so ist dem entgegenzuhalten, daß erst dieses ‚Going native‘ ein intimes Wissen von manchen sozialen Vorgängen vermittelt. Beim ‚Going native‘ sieht sich der Beobachter z.T. selbst als Gruppenmitglied, wodurch er den anderen, so meine ich, erst so ‚richtig verstehen lernt‘.“<sup>384</sup>*

Flick verweist darauf, dass es den Prozess des Vertrautwerdens mit dem Feld zu reflektieren gilt und zudem eine systematische Beobachtung zu gewährleisten ist. Daraus folgt, dass die Außenperspektive der forschenden Person gewahrt bleiben muss.<sup>385</sup> Zusammenfassend kann gesagt werden:

*„Durch die Teilhabe authentisiert der Forscher methodisch seine theoretische Prämisse, er macht außerdem das Forschungssubjekt, den andern nicht zum Gegenstand, sondern zum dialogischen Partner.“<sup>386</sup>*

## **2.5 Narratives Interview**

Die von Flick<sup>387</sup> aufgezeigte Wichtigkeit, zusätzlich zum Feldaufenthalt weitere Befragungen durchzuführen, um Informationen zum biographischen Hintergrund, Aufschluss über gegenwärtig gesetzte Handlungen zu erlangen, kann durch den Einsatz narrativer Interviews umgesetzt werden. Diese können Einblicke in den biographischen Hintergrund und in die persönliche Deutungsstruktur der Handlungsweisen co-abhängiger Person geben. Auch für die Erforschung der Zusammenhänge von Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe in diesem Kontext können diese Daten einen Zugewinn liefern, der für die Frage nach den Konsequenzen für einen christlich-normativen Umgang mit der Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit von Relevanz ist.

Nachstehend werden der historische Hintergrund und die Vorzüge des narrativen Interviews vorgestellt sowie Informationen zur Beschaffenheit der Erzählsituation, dem Verlauf der Befragung und zur Analyse narrativer Interviews gegeben. Diese Informationen ermöglichen der forschenden Person, vor der Durchführung der Interviews eine grundlegende Basis für die Befragung hinsichtlich möglicher Daten zu Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit zu legen.

---

<sup>384</sup> Girtler, Roland (1984): Methoden der Qualitativen Sozialforschung, 126.

<sup>385</sup> Vgl. Flick, Uwe (2011): Qualitative Sozialforschung, 291.

<sup>386</sup> Ebd., 292.

<sup>387</sup> Vgl. hierzu: Teil III: Methodologie der empirischen Untersuchungen. 2.4. Feldforschung.

Das narrative Interview, das „zu den prominentesten und zu den grundlagentheoretisch fundiertesten Erhebungsverfahren [...]“<sup>388</sup> gezählt wird, ist zu empfehlen, „wenn es für die gewählte Fragestellung auf subjektive Erfahrungen und erzählenswerte Ereignisse ankommt.“<sup>389</sup> Beim narrativen Interview handelt es sich um ein qualitatives Verfahren, das in den 1970er Jahren in Deutschland von Fritz Schütze entwickelt wurde. Nach Schütze erzählen interviewte Personen über ihr Leben aufgrund tatsächlich gemachter Erfahrungen. So können während des Erzählverlaufes konkrete Erlebnisse sowie die angewandten Deutungsmuster der erzählenden Person deutlich werden. Persönliche Deungsstrukturen können zudem durch unterschiedliche narrative Interviews aus dem gleichen sozialen Umfeld Hinweise auf bedeutende Muster im Kollektiv und deren Rückwirkung auf die persönlichen Bedeutungsstrukturen Aufschluss geben.<sup>390</sup>

*„Die Grundannahme dabei ist, dass diese Rekonstruktion der Erfahrung in der Erzählung Muster aufweist, die den Mustern des Handelns und seiner Begrenzungen in der ‚Wirklichkeit‘ entsprechen. Dies ist so, weil Ereignisse und Handlungen eben immer erst auf dem Weg der rückblickenden Rekonstruktion zu Erfahrungen werden, die in die Identität der Subjekte eingehen und damit weitere Erfahrungen strukturieren.“*<sup>391</sup>

Letztgenannte Erkenntnisse gilt es vor dem Einsatz narrativer Interviews mit den Mitgliedern der Al-Anon Gruppen zu bedenken. Um die in der Erzählung transparent werdenden Muster möglichst genau erfassen zu können, erscheint es wichtig, den Zusammenhang der Trias Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe zu erfassen, diese Begriffe zu umschreiben und als Erzählimpulse an den Beginn der narrativen Interviews zu stellen. Wie soll nun die Erzählsituation beschaffen sein, wie erfolgt die Auswahl der Befragten, welche Rolle kommt interviewenden Personen zu und welchen aktiven Beitrag dürfen diese leisten?

Nach Schulz sollte die Erzählsituation so beschaffen sein, dass Erzählende ihre Erfahrungen nach eigenem Ermessen strukturieren und auf ihre je eigene Weise darstellen können, ohne durch äußeren Einfluss erheblich beeinflusst zu werden.<sup>392</sup>

---

<sup>388</sup> Przyborski, Aglaja / Wohlrab-Sahr, Monika (2014): Qualitative Sozialforschung, 79.

<sup>389</sup> Holtgrewe, Ursula (2009): Narratives Interview. In: Kühl, Stefan / Strodtholz, Petra / Taffertshofer, Andreas (Hg.): Handbuch Methoden der Organisationsforschung. Quantitative und qualitative Methoden. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften, 57-77, 57.

<sup>390</sup> Vgl. Schütze, Fritz (1983): Prozeßstrukturen des Lebenslaufs. In: Matthes, Joachim / Pfeifenberger, Amo / Stosberg, Manfred (Hg.): Biographie in handlungswissenschaftlicher Perspektive. Kolloquium am Sozialwissenschaftlichen Forschungszentrum der Universität Erlangen-Nürnberg, Nürnberg, 67-156, 67.

<sup>391</sup> Holtgrewe, Ursula (2009): Narratives Interview, 57-77, 58-59.

<sup>392</sup> Vgl. Schulz, Claudia (2002): Hilfe – Hoffnung – Hindernis, 78.

Holtgrewe empfiehlt das Verfahren des Theoretical Sampling anzuwenden: Ausgewählt werden Interviewpartner oder Interviewpartnerinnen mit ähnlichen Erfahrungen und/oder unterschiedlichen Erfahrungen, mit unterschiedlichem Alter, usw. Diese Methodologie folgt der Maximal- und Minimalkontrastierung nach Strauss (1994). Eine angenehme, ungestörte Erzählsituation stellt die Basis für diese Interviewform dar. Das Interview beginnt mit der Bitte der forschenden Person an den Befragten bzw. die Befragte zu erzählen.<sup>393</sup> Helfferich verweist auf die notwendige erzählgenerierende Wirkung des Eingangsimpulses, welcher in der Folge nach Schütze „in der Haupterzählungsphase die Produktion einer Erzählung eines Verlaufs erwartet. Nicht gewünscht werden allgemein gehaltene Begründungen oder Beschreibungen von Zuständen und Handlungsrouinen“<sup>394</sup>. Interviewer oder Interviewerin haben die Aufgabe zuzuhören und beeinflussen nicht die Länge und Form der erzählten Geschichte. Nach Schütze werden Erlebnisse als Stegreiferzählung in einem schöpferischen Akt präsentiert und gedeutet. Dieser Akt unterliegt einer Dynamik, die von der erzählenden Person keinesfalls gesteuert werden kann.<sup>395</sup>

*„Die Regeln der Alltagserzählung bringen Zugzwänge mit sich, die absichern, dass eine Stegreiferzählung eine sinnvolle Einheit von Erzählstücken bildet, die die tatsächliche Deutungsstruktur der Befragten abbildet. Die erzählende Person setzt danach intuitiv die für sie ‚richtigen‘ Schwerpunkte und nennt im Lauf der Erzählung von selbst die wichtigen Details.“<sup>396</sup>*

Bei sensiblen Themen kann eine Erzählung über ein Nebenthema angestoßen werden, wobei jedoch aufgrund der Zugzwänge des Erzählens die erzählende Person auch über etwaige Rahmenbedingungen und Entwicklungen spricht. Dieses Verfahren wurde von Schütze schon 1977 angewandt. Obwohl die interviewende Person den Erzählgang möglichst nicht durch Interventionen unterbrechen sollte, kann es nötig sein der erzählenden Person zu helfen, den roten Faden der Erzählung beizubehalten.<sup>397</sup>

*„Erzählte Passagen erkennt man weiterhin daran, dass sie im erzählend etablierten System der Indexikalität bleiben, also die Verweisstruktur der Namen, Pronomen, Orte und Zeiten durchhalten, in denen die Erzählung situiert ist. Typisch für Erzählungen ist die Verwendung erlebter Rede [...]. Nimmt die Indexikalität ab, so weist das auf einen Ebenenwechsel hin,*

---

<sup>393</sup> Vgl. Holtgrewe, Ursula (2009): Narratives Interview, 57-77, 59-60.

<sup>394</sup> Helfferich, Cornelia (2009): Die Qualität qualitativer Daten. Manual für die Durchführung qualitativer Interviews. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften, 58.

<sup>395</sup> Vgl. Schulz, Claudia (2002): Hilfe – Hoffnung – Hindernis, 78-79.

<sup>396</sup> Ebd., 78,79.

<sup>397</sup> Vgl. Holtgrewe, Ursula (2009): Narratives Interview, 57-77, 60-61.

*und dieser lässt – so Schütze (1976) – auf Verwicklungen und hintergründige Interessen des Gesprächspartners schließen.*“<sup>398</sup>

Das Ende der Erzählung ist dann gegeben, wenn diese mit einem Satzsatz (Coda) abgeschlossen wird. Mit der Coda kann der Nachfrageteil begonnen werden. Die interviewende Person wählt den Erzählmodus und bittet bei Unklarheiten um weitere Detailschilderungen bzw. um weitere erzählende Sequenzen. Selbstdeutungen und Bilanzierungen werden erst dann angeregt, wenn die narrativen Sequenzen vollkommen erschlossen sind.<sup>399</sup>

*„Sind solche Passagen – was wahrscheinlich ist – schon als Kommentare in die Erzählungen der Interviewpartnerin eingelassen, so wird man dort ansetzen und solche Selbstdeutungen – nicht zu früh! – aufgreifen, zurückspiegeln, ausführen lassen.“*<sup>400</sup>

Zum vertiefenden Verständnis über Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit und zur Frage nach den Konsequenzen für einen christlich-normativen Umgang mit der Nächstenliebe in diesem Kontext ist beabsichtigt, durch gezielte Nachfragen weitere Daten zu generieren, die eine umfassende theologisch-ethische Auseinandersetzung garantieren.

Welche wichtigen Faktoren sind bei der Analyse narrativer Interviews zu berücksichtigen?

Hierzu geben Przyborski und Wohlrab-Sahr folgende Empfehlungen: Die Analyse narrativer Interviews kann nur dann durchgeführt werden, wenn die Erzählungen einerseits eine in sich geschlossene erzählende Struktur aufweisen und andererseits ein sozialer Prozess ohne Interventionen seitens der interviewenden Person deutlich wird.<sup>401</sup>

*„Nur ein solcher Interviewtext lässt eine Auswertung zu, der sich nicht nur auf den manifesten Inhalt bezieht, sondern die Daten auch in ihrem Stil und ihrer ‚Symptomatik‘ im Hinblick auf die praktische Verwicklung des Erzählers interpretiert.“*<sup>402</sup>

Welche Auswertungsverfahren sind für die Auswertung narrativer Interviews am geeignetsten?

---

<sup>398</sup> Ebd., 57-77, 61.

<sup>399</sup> Vgl. ebd., 57-77, 61.

<sup>400</sup> Ebd., 57-77, 61.

<sup>401</sup> Vgl. Przyborski, Aglaja / Wohlrab-Sahr, Monika (<sup>4</sup>2014): Qualitative Sozialforschung, 226.

<sup>402</sup> Ebd., 226.

Holtgrewe merkt hierzu folgende Punkte an: Narrative Sequenzen oder narrative Interviews werden durch Transkribieren und Interpretieren ausgewertet. Methodologisch nimmt die Grounded Theory nach Glaser, Strauss (1967), Strauss und Corbin (1991) und Strauss (1994) eine wichtige Rolle ein. In den meisten Fällen werden narrative Erzählungen durch eine wörtliche Mitschrift dokumentiert. Nicht erforderlich ist hingegen eine phonetische Transkription. Fehlerhafte Sätze, abgebrochene und neu begonnene Sätze können Aufschluss über Brüche im Erzählten geben. Solche Sätze können durch Setzung von Gedankenstrichen in grammatisch richtige Satzelemente aufgeteilt werden. Die Phase der Transkription ist geeignet, um die Anonymisierung der Interviews mit dem Ziel der Nichtidentifizierbarkeit vorzunehmen.<sup>403</sup>

*„Einig sind sich die Vertreter qualitativer Verfahren darüber, dass die Auswertung auf verschiedenen Ebenen der Analyse erfolgt und sich in kontrollierten Schritten zwischen Konkretion und Abstraktion, De- und Rekonstruktion bewegt.“<sup>404</sup>*

Für den vorliegenden Forschungskontext werden die Interviews zur Gänze transkribiert, jedoch nur jene relevanten Textpassagen nach der Grounded Theory<sup>405</sup> ausgewertet, die für die Beantwortung der Forschungsfragen als wesentlich für die Verdichtung der aus den Daten teilnehmender Beobachtung generierten Daten erscheinen.

Über die bisher vorgestellten Anforderungen qualitativer Forschungsmethoden hinaus stellt sich nun die Frage nach der Aussagekraft der im Feld erhaltenen Daten. Nachstehend werden der historische Hintergrund des Verfahrens Triangulation, die methodologische Gleichrangigkeit quantitativer und qualitativer Verfahren beleuchtet und vier unterschiedliche Formen von Triangulation vorgestellt.

## **2.6 Triangulation**

Nach Flick wird innerhalb der qualitativen Forschung versucht, mittels Triangulation die Aussagekraft der im Feld erhaltenen Daten zu erhöhen. Deshalb wird die „Triangulation von Beobachtungen mit anderen Datenquellen und die Triangulation durch den Einsatz verschiedener Beobachter empfohlen“<sup>406</sup>. Kelle und Erzberger geben Auskunft über die Genese dieses Begriffes: Er wurde aus der Navigation und

---

<sup>403</sup> Vgl. Holtgrewe, Ursula (2009): Narratives Interview, 57-77, 62.

<sup>404</sup> Ebd., 57-77, 62.

<sup>405</sup> Vgl. hierzu Teil III : Methodologie der empirischen Untersuchungen. 3 Die Interpretation empirischer Daten mittels Grounded Theory.

<sup>406</sup> Flick, Uwe (<sup>4</sup>2011): Qualitative Sozialforschung, 285.

Landvermessung entlehnt und bezeichnete das Verfahren durch Messungen einen Ort zu bestimmen, indem von zwei bekannten Punkten ausgegangen wurde.<sup>407</sup> Es „kommt die Idee zum Ausdruck, dass qualitative und quantitative Verfahren zwar verschieden, aber in bestimmter Hinsicht methodologisch gleichrangig sind.“<sup>408</sup> Nach Kelle und Erzberger kann die Triangulationsmetapher in zweierlei Hinsicht gelesen werden:

*„Triangulation als kumulative Validierung von Forschungsergebnissen und Triangulation als Ergänzung von Perspektiven, die eine umfassendere Erfassung, Beschreibung und Erklärung eines Gegenstandsbereiches ermöglichen, wobei in der neueren Literatur der Aspekt der Komplementarität, das heißt der Ergänzung von Perspektiven gegenüber dem Aspekt der Validierung, hervorgehoben wird: ‚Triangulation wird damit weniger zu einer Strategie der Validierung der Ergebnisse und Vorgehensweisen als zu einer Alternative dazu (...), die Breite, Tiefe und Konsequenz im methodischen Vorgehen erhöht.‘“<sup>409</sup>*

1978 unterscheidet Denzin vier Formen von Triangulation, die seinem Verständnis nach eine Strategie der Validierung darstellen: die Daten-Triangulation, die Investigator-Triangulation, die Theorien-Triangulation und die Methodologische Triangulation innerhalb einer Methode. Letztgenannte ist das zentrale Konzept der zu unterscheidenden Formen von Triangulation.<sup>410</sup> Die vierte Validierungsstrategie wird von Norman Denzin mit folgenden Worten beschrieben:

*„Zusammengefasst beinhaltet methodologische Triangulation einen komplexen Prozess des Gegeneinander-Ausspielens jeder Methode gegen die andere, um die Validität von Feldforschungen zu maximieren.“<sup>411</sup>*

Unter Daten-Triangulation wird die Kombination von Daten verstanden, die aus verschiedenen Quellen von verschiedenen Personen, an unterschiedlichen Orten und zu verschiedenen Zeitpunkten erhoben wurden. Bei der Investigator-Triangulation werden verschiedene Interviewer und Beobachter eingesetzt, um subjektive Sichtweisen einer einzelnen forschenden Person auszugleichen. Die Theorien-Triangulation bedeutet, dass forschende Personen sich aus unterschiedlichen Blickwinkeln dem Forschungsgegenstand annähern, z.B. wird der Forschungsgegenstand aus verschiedenen Hypothesen und Perspektiven betrachtet. Der Vorschlag Denzins,

---

<sup>407</sup> Vgl. Kelle, Udo / Erzberger, Christian (<sup>3</sup>2004): Qualitative und quantitative Methoden: kein Gegensatz. In: Flick, Uwe / von Kardorff, Ernst / Steinke, Ines (Hg.): Qualitative Forschung. Ein Handbuch. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag GmbH [2000], 299-309, 302.

<sup>408</sup> Ebd., 299-309; 302,303.

<sup>409</sup> Ebd., 299-309, 304.

<sup>410</sup> Vgl. Flick, Uwe (<sup>3</sup>2004): Triangulation in der qualitativen Forschung. In: Flick, Uwe / von Kardorff, Ernst / Steinke, Ines (Hg.): Qualitative Forschung. Ein Handbuch, 309-318, 310.

<sup>411</sup> Ebd., 309-318, 310.

Triangulation als Validierungsstrategie zu verstehen, wurde kritisch diskutiert. Dies veranlasste Denzin sein Verständnis von Triangulation zu modifizieren.<sup>412</sup> Triangulation wird inzwischen betrachtet

*„als Strategie auf dem Weg zu einem tieferen Verständnis des untersuchten Gegenstandes und damit als Schritt auf dem Weg zu mehr Erkenntnis und weniger zu Validität und Objektivität in der Interpretation.“<sup>413</sup>*

Nach Flick ermöglicht diese neue gewonnene Sicht von Triangulation in der qualitativen Forschung, Erkenntnisse „durch die Gewinnung weiterer Erkenntnisse zu begründen und abzusichern“<sup>414</sup>. Die kombinierten Verfahren unterliegen keiner Rangordnung, denn keines derselben wird als zentrales Verfahren hervorgehoben bzw. lediglich als eine vorbereitende Stufe im Forschungsprozess eingestuft.<sup>415</sup> Im Mittelpunkt eines ethnographischen Zuganges steht nicht das Interesse, Hypothesen über ein spezielles Phänomen zu testen, sondern dessen Eigenschaften zu erkunden.<sup>416</sup>

Zusammenfassend können folgende wichtige Punkte festgehalten werden: Das zentrale Konzept Denzins, die methodologische Triangulation innerhalb einer Methode, erhält in der Ethnographie eine wichtige Bedeutung. Ethnographische Forschung rekurriert auf eine Vielfalt verschiedener Möglichkeiten der Datengewinnung. Unterschiedlichste Forschungsstrategien sollen dazu beitragen, neue Erkenntnisse über den zu untersuchenden Forschungsgegenstand, z.B. über einen Lebensbereich zu gewinnen, wobei die Validierung der Forschungsergebnisse nicht im Vordergrund steht. In der Ethnographie sind implizite Triangulation von expliziter Triangulation zu unterscheiden. Von impliziter Triangulation kann gesprochen werden, wenn aufgrund von Beobachtung und Befragung ein längerer Aufenthalt der forschenden Person im Feld notwendig ist. Explizite Triangulation meint, dass die erwähnten ethnographischen Methoden mit Interviews außerhalb der länger andauernden Feldforschung kombiniert werden.

Den Forschungsfragen im Kontext von Co-Abhängigkeit wird unter der Anwendung von impliziter und expliziter Triangulation nachgegangen. Aufgrund der Notwendigkeit

---

<sup>412</sup> Vgl. ebd., 309-318, 310.

<sup>413</sup> Ebd., 309-318, 311.

<sup>414</sup> Ebd., 309-318, 311.

<sup>415</sup> Vgl. ebd., 309-318, 314.

<sup>416</sup> Vgl. Flick, Uwe (2011): Qualitative Sozialforschung, 297.

einer längeren Teilnahme der Forscherin in zwei ausgewählten AI-Anon Gruppen kann implizite Triangulation verwirklicht werden. Explizite Triangulation wird angewendet, da nach der teilnehmenden Beobachtung im Feld narrative Interviews durchgeführt werden.<sup>417</sup>

Nach der Diskussion qualitativ-empirischer Forschungsmethoden innerhalb eines qualitativen Forschungsprozesses wird nachstehend versucht, ein Analyseverfahren für die während des Feldaufenthaltes und aus den narrativen Interviews erhobenen Daten vorzustellen, das geeignet ist, eine in den Daten begründete Theorie zum Forschungsfeld Co-Abhängigkeit zu entwickeln. Es soll aufgezeigt werden, wie ein laufender Interpretationsvorgang der Daten Aufschluss hinsichtlich der Lebenswelt Co-Abhängigkeit und Antworten zu den Forschungsfragen geben kann. Dazu eignet sich in besonderer Weise die Grounded Theory. Nachstehend werden daher das zentrale Anliegen der Begründer dieser Theorie, Barney Glaser und Anselm Strauss, die weitere Entwicklung der Grounded Theory, Grundprinzipien und Methodologie dieser Methode vorgestellt und die einzelnen Forschungsvorhaben näher entfaltet.

## **2.7 Experten- und Expertinneninterview**

### **2.7.1 Exploratives, systematisierendes oder theoriegenerierendes Experten- und Expertinneninterview**

Drei unterschiedliche Formen eines möglichen Experten- und Expertinneninterviews stehen im Rahmen dieses Forschungsvorhabens zur Auswahl. Die Antwort auf die Frage, welche der von Bogner und Metz unterschiedenen Formen des Experten- und Expertinneninterviews das am besten geeignete ist, erschließt sich einerseits aus dem geplanten Einsatz dieser Methode am Ende der empirischen Forschung und andererseits aufgrund einer angestrebten datenorientierten Forschung.

Die erste Form, das explorative Experteninterview, dient dazu, Orientierung für das neue Forschungsfeld zu gewinnen und wird am Beginn der Forschung eingesetzt.<sup>418</sup> Es kann helfen, eine thematische Struktur zu erschließen und „Hypothesen zu generieren.

---

<sup>417</sup> Vgl. hierzu Teil III: Methodologie der empirischen Untersuchungen. 4.1 Begründung der ausgewählten Forschungsmethoden.

<sup>418</sup> Vgl. Bogner, Alexander / Menz, Wolfgang (<sup>3</sup>2009): Das theoriegenerierende Experteninterview. Erkenntnisinteresse, Wissensformen, Interaktion. In: Bogner, Alexander / Littig, Beate / Menz, Wolfgang (Hg.): Experteninterviews. Theorien, Methoden, Anwendungsfelder. VS Verlag für Sozialwissenschaften: Wiesbaden [2002], 61-98, 64.

[...] Auf Vergleichbarkeit, Vollständigkeit und Standardisierbarkeit der Daten wird dabei nicht abgestellt<sup>419</sup>. Letztgenannte Funktion trifft auch auf das systematisierende Experteninterview zu. Dieses dient dazu, systematisch möglichst vollständige, lückenlose Informationen zu gewinnen. Es wird insbesondere bei Forschungsvorhaben mit Triangulation herangezogen.<sup>420</sup>

*„Im Vordergrund steht hier das aus der Praxis gewonnene, reflexiv verfügbare und spontan kommunizierbare Handlungs- und Erfahrungswissen. [...] Der Experte klärt auf über ‚objektive‘ Tatbestände. Der Experte wird hier also in erster Linie als ‚Ratgeber‘ gesehen, als jemand, der über ein bestimmtes, dem Forscher nicht zugängliches Fachwissen verfügt. [...] Das systematisierende Experteninterview ist in der Forschungspraxis die wohl am meisten verbreitete Form dieser Interviewmethode.“<sup>421</sup>*

Die dritte Form, das theoriegenerierende Experteninterview, methodologisch von Meuser und Nagel entwickelt, zielt nicht darauf ab, Forschungsprozesse anzukurbeln, Orientierung innerhalb eines neuen Forschungsfeldes zu ermöglichen<sup>422</sup> oder die „Gewinnung sachdienlicher Information und Aufklärung“<sup>423</sup> anzustreben. Methodologisch stehen „subjektive Handlungsorientierungen und implizite Entscheidungsmaximen der Experten aus einem bestimmten fachlichen Funktionsbereich“<sup>424</sup> der Theorienbildung im Vordergrund. Angestrebt wird eine „Theoriegenerierung über die interpretative Generalisierung einer Typologie – in Alternative zum statistischen Repräsentativschluss der standardisierten Verfahren“<sup>425</sup>. Das theoriegenerierende Experteninterview ist an das Verfahren „von Glaser und Strauss (1998) zur datenbasierten Theorie“<sup>426</sup> angelehnt. Für das vorliegende Forschungsvorhaben erscheint diese Form des Experten- und Expertinneninterviews am geeignetsten, da das subjektive Wissen des Experten oder der Expertin, anhand eines Frageleitfadens angesprochen, am Ende der empirischen Forschung entscheidende klärende Hinweise für die Erarbeitung einer in empirischen Daten fundierten Theorie gewährleistet.

---

<sup>419</sup> Ebd., 61-98, 64.

<sup>420</sup> Vgl. ebd., 61-98, 64.

<sup>421</sup> Ebd., 61-98, 64-65.

<sup>422</sup> Vgl. ebd., 61-98, 66.

<sup>423</sup> Ebd., 61-98, 66.

<sup>424</sup> Ebd., 61-98, 66.

<sup>425</sup> Ebd., 61-98, 66.

<sup>426</sup> Ebd., 61-98, 66.

### 2.7.2 Kriterien für die Auswahl eines Experten bzw. einer Expertin

Im Rahmen des theoriegenerierenden Experteninterviews kommt insbesondere dem Deutungswissen im Unterschied zum reinen Sachwissen eine besondere Deutung zu.

*„Im theoriegenerierenden Experteninterview befragen wir Experten, weil ihre Handlungsorientierungen, ihr Wissen und ihre Einschätzungen die Handlungsbedingungen anderer Akteure in entscheidender Weise (mit-)strukturieren und damit das Expertenwissen die Dimension sozialer Relevanz aufweist.“<sup>427</sup>*

In besonderem Maße stehen die Wirksamkeit in der Praxis und die Wirkmächtigkeit der Experten im Vordergrund.<sup>428</sup> Der Begriff Experte bzw. Expertin kann nur relational bestimmt werden, „als die Auswahl der zu Befragenden in Abhängigkeit von der Fragestellung und dem interessierenden Untersuchungsfeld“<sup>429</sup>. Die Auswahl des Experten oder der Expertin im Rahmen einer Forschungsarbeit „muss also immer in Relation zum konkreten Handlungsfeld, in dem der Experte agiert, und in Hinsicht auf das Untersuchungsspektrum der empirischen Erhebung“<sup>430</sup> erfolgen.

### 2.7.3 Leitfadengestütztes Experten- und Expertinneninterview

Als Grundlage für das Experten- und Expertinneninterview ist es Aufgabe der Forschungsperson, einen Leitfaden, der alle offenen Fragen aus der empirischen Forschung enthält, zu erstellen. Diese Form wird gewählt, wenn

*„in einem Interview mehrere unterschiedliche Themen behandelt werden müssen, die durch das Ziel der Untersuchung und nicht durch die Antworten des Interviewpartners bestimmt werden und wenn im Interview auch einzelne, genau bestimmbare Informationen erhoben werden müssen.“<sup>431</sup>*

Im Leitfadeninterview empfiehlt es sich zudem, folgende Prinzipien methodologisch umzusetzen:

*„Das Prinzip des theoriegeleiteten Vorgehens wird dadurch realisiert, dass das aus der Untersuchungsfrage und den theoretischen Vorüberlegungen abgeleitete Informationsbedürfnis in Themen und Fragen des Leitfadens übersetzt wird. [...] Dem Prinzip der Offenheit wird dadurch Rechnung getragen, dass die Fragen so formuliert werden, dass sie dem Interviewten die Möglichkeit geben, seinem Wissen und seinen Interessen entsprechend zu antworten. Die Operationalisierung, das heißt die Aufgliederung*

---

<sup>427</sup> Ebd., 61-98, 72.

<sup>428</sup> Vgl. ebd., 61-98, 72.

<sup>429</sup> Ebd., 61-98, 73.

<sup>430</sup> Ebd., 61-98, 73.

<sup>431</sup> Gläser, Jochen / Laudel, Grit (2009): Experteninterviews und qualitative Inhaltsanalyse als Instrumente rekonstruierender Untersuchungen. VS Verlag für Sozialwissenschaften: Wiesbaden, 111.

*und Übersetzung des wissenschaftlichen Erkenntnisinteresses in den Kommunikationsraum des Interviewpartners, folgt dem Prinzip des Verstehens als Basishandlung.*<sup>432</sup>

Für die Führung eines Leitfadeninterviews ist es unabdingbar, ein angenehmes Gesprächsklima und eine vertrauensvolle Atmosphäre herzustellen, denn „desto eher wird der Interviewpartner ausführlich erzählen, sein Gedächtnis anstrengen, wohlüberlegte Bewertungen abgeben“<sup>433</sup>.

### **3 Die Interpretation empirischer Daten durch die Anwendung der Verfahren der Grounded Theory**

#### **3.1 Das zentrale Anliegen von Glaser und Strauss**

1967 wandten sich Barney Glaser und Anselm Strauss der Aufgabe zu, „wie Theorien gefunden und gewonnen werden können“<sup>434</sup>. Glaser und Strauss waren überzeugt, dass „soziale Phänomene komplexe Phänomene“<sup>435</sup> sind. Sie plädierten dafür, dass eine große Anzahl von Konzepten samt ihrer Bezüge erstellt werden, um eine möglichst große Bandbreite von Variationen der im Zentrum des Forschungsprojektes stehenden Phänomene darstellen zu können.<sup>436</sup> Ihr Anliegen bestand darin, einerseits Verfahren der Theoriebildung zu entwickeln bzw. andererseits diese zu verbessern.<sup>437</sup> So postulierten sie, dass der Wissenschaftler [die Wissenschaftlerin] in der Auseinandersetzung mit seinen Anregungen ermutigt werden soll,

*„sein methodisches Vorgehen bei der Bildung von Theorien zu explizieren und selber einen Beitrag zu einer vertieften Diskussion der Möglichkeiten und Schritte der Theorieentwicklung zu leisten.“*<sup>438</sup>

Beiden Autoren war es ein großes Anliegen, die Lücke zwischen Theorie und empirischen Forschungsmethoden zu schließen. Ihrer Ansicht nach sind Theorien des logisch-deduktiven Typs aufgrund ihrer Realitätsferne und Abgehobenheit nicht

---

<sup>432</sup> Ebd., 115.

<sup>433</sup> Ebd., 114, 115.

<sup>434</sup> Lamnek, Siegfried (1995): Qualitative Sozialforschung. Bd. 1, 111.

<sup>435</sup> Strauss, Anselm L. (1994): Grundlagen qualitativer Sozialforschung. Datenanalyse und Theoriebildung in der empirischen soziologischen Forschung. Aus dem Amerikanischen von Astrid Hildenbrand. Mit einem Vorwort von Bruno Hildenbrand. München: Wilhelm Fink Verlag, 31.

<sup>436</sup> Vgl. ebd., 31.

<sup>437</sup> Vgl. Lamnek, Siegfried (1995): Qualitative Sozialforschung. Bd. 1, 111.

<sup>438</sup> Ebd., 111.

geeignet, o.a. Kluft zu schließen. Der Art der Genese von Theorien kommt hierbei eine hohe Bedeutung zu.<sup>439</sup>

*„In contrasting grounded theory with logico-deductive theory and discussing and assessing their relative merits in ability to fit and work (predict, explain, and be relevant), we have taken the position that the adequacy of a theory for sociology today cannot be divorced from the process by which it is generated. Thus one canon for judging the usefulness of a theory is how it was generated – and we suggest that it is likely to be a better theory to the degree that it has been inductively developed from social research. [...] We could not suggest a process of generating theory if we did not believe that people who might use it would arrive at results that potentially may be judged as successful.“<sup>440</sup>*

Entdeckung und Entwicklung von Theorien aus konkretem Datenmaterial sind nach Glaser und Strauss aus empirischen Situationen zu gewinnen, wobei der sozialen Realität Rechnung getragen werden soll. Eine Grounded Theory beruht demnach auf empirischen Einsichten und Daten.<sup>441</sup> Theoriegenerierung erfolgt jedoch nicht nur auf der Grundlage von Daten, sondern Konzepte und Hypothesen werden während des gesamten Forschungsverlaufes systematisch ausgearbeitet, indem sie fortlaufend auf die Daten bezogen werden.<sup>442</sup> Hierzu die beiden Begründer dieser Theorie:

*„Generating a theory from data means that most hypotheses and concepts not only come from the data, but are systematically worked out in relation to the data during the course of the research. Generating a theory involves a process of research. By contrast, the source of certain ideas, or even ‘models’ can come from sources other than the data. The biographies of scientists are replete with stories of occasional flashes of insight, of seminal ideas, garnered from sources outside the data. But the generation of theory from such insights must then be brought into relation to the data, or there is great danger that theory and empirical word will mismatch.“<sup>443</sup>*

Theorien zu generieren ist ein Prozess, der für die forschende Person zu einem aufregenden Abenteuer wird und von hoher Flexibilität und Offenheit im Denken geleitet ist.

*„[...] it is an exciting adventure. In our own attempt to discuss methods and processes for discovering grounded theory, we shall, for the most part, keep the discussion open-minded, to stimulate rather than freeze thinking about the topic. Our suggestions are deliberately*

---

<sup>439</sup> Vgl. ebd., 112.

<sup>440</sup> Glaser, Barney G. / Strauss, Anselm (1967): The Discovery of Grounded Theory. Strategies for Qualitative Research. Chicago: Aldine Publishing, 5, 6.

<sup>441</sup> Vgl. Lamnek, Siegfried (1995): Qualitative Sozialforschung. Bd. 1, 112.

<sup>442</sup> Vgl. Strauss, Anselm L. (2010): Grounded Theory. Strategien qualitativer Forschung. Aus dem Amerikanischen von Axel T. Paul und Stefan Kaufmann. Mit einem Geleitwort von Bruno Heldenbrand. Bern: Verlag Hans Huber [1998], 23.

<sup>443</sup> Glaser, Barney G. / Strauss, Anselm (1967): The Discovery of Grounded Theory, 6.

*interspersed with occasional frank polemic—always, we hope, with purpose—though not at the expense of stopping the flow of suggested procedures or the logic lying behind them.*<sup>444</sup>

Den Begründern der Grounded Theory war es ein zentrales Anliegen, forschende Personen anzuregen, ihre eigenen Methoden zu kodifizieren und zu veröffentlichen.<sup>445</sup>

*„We trust that they will join us in telling those who not yet attempted to generate theory that it is not a residual chore in this age of verification.”*<sup>446</sup>

Die Grounded Theory durchlief nach ihrer Etablierung als Forschungsmethode einen Entwicklungsprozess, sodass neben den Begründern Glaser und Strauss auch Ansätze von Strauss und Corbin existieren.

### **3.2 Weiterentwicklung der Grounded Theory**

1990 veröffentlichten Strauss und Corbin das Werk „Basics of Qualitative Research“. Es kam zum Bruch zwischen den Begründern der Grounded Theory, und 1992 veröffentlichte Glaser sein Werk „Emergence vs Forcing“. Als Folge des massiven Bruchs zwischen Glaser und Strauss<sup>447</sup> sind zwei Varianten von Grounded Theory zu unterscheiden. In jüngerer Zeit entstanden zudem weitere Varianten und auch neue Interpretationen: Dey (1999), Clarke (2004) und Charmaz (2006).<sup>448</sup>

Im Folgenden wird die erweiterte Variante von Juliet Corbin und Anselm Strauss kurz vorgestellt. Die beiden Autoren postulieren, dass die forschende Person nicht an bestimmte Techniken oder an vornherein festgeschriebene Instrumentarien oder Verfahrensweisen gebunden ist.

*„[...] that techniques and procedures are tools, not directives. No researcher should become so obsessed with following a set of coding procedures [...]. The analytic process, like any thinking process, should be relaxed, flexible, and driven by insight gained through interaction with data rather than being overly structured and based only on procedures.”*<sup>449</sup>

---

<sup>444</sup> Ebd., 8, 9.

<sup>445</sup> Vgl. ebd., 8.

<sup>446</sup> Ebd., 8.

<sup>447</sup> Auf die Differenzen zwischen Glaser und Strauss hinsichtlich der Methodologie der Grounded Theory wird in dieser Forschungsarbeit nicht eingegangen.

<sup>448</sup> Vgl. Strübing, Jörg (2007): Glaser vs. Strauss? Zur methodologischen und methodischen Substanz einer Unterscheidung zweier Varianten von Grounded Theory. In: Mey Günter / Mruck, Katja (Hg.): Grounded Theory Reader. Köln: Zentrum für Historische Sozialforschung, 157-176, 158-159.

<sup>449</sup> Corbin Juliet / Strauss, Anselm L. (2008): Basics of Qualitative Research. Techniques and Procedures for Developing Grounded Theory. Thousand Oaks-London-New Dehli-Singapore: Sage Publications [1990 and 1998 eds. present Strauss as the first author and Corbin as the second], 12.

Nach Corbin sind die Verfahren der Grounded Theory durch eine explorative und offene Methodologie gekennzeichnet. Die forschende Person versucht, relevante Variablen zu entdecken, deren Bezug zu Phänomenen zu prüfen und Daten in mannigfaltiger Weise zu erheben. Mit Fokusgruppen, Videoaufnahmen, publiziertem Material, Tagebüchern, Fotos und Bildern, Interviews oder mit Hilfe von teilnehmender Beobachtung oder anderen Materialien, die der forschenden Person als geeignet erscheinen, können Daten generiert werden.<sup>450</sup> Wesentlich ist

*„der Umstand, dass die Datenerhebung und -analyse sequenziell mit einer Analyse, die die Datenerhebung steuert, erfolgt. Dieser Prozess verläuft folgendermaßen: Ein Interview oder eine Beobachtung wird gemacht, die Daten auf relevante Ereignisse oder Erfahrungen hin analysiert, und die letzteren als Konzepte bezeichnet. Im nächsten Interview oder in der nächsten Beobachtung hört oder beobachtet der/die Forschende genau, um andere Ereignisse zu finden, die ebenfalls Indikatoren für ein Konzept sind, wobei er auf Ähnlichkeiten und Unterschiede zwischen diesen und den zuvor identifizierten Ereignissen achtet. Natürlich sammelt der/die Forschende weiter Daten über Ereignisse und Vorfälle, die zu weiteren Konzepten führen.“<sup>451</sup>*

Kommunikationskompetenz und Kreativität der forschenden Person spielen bei diesem Vorgang der Datengewinnung und Weiterverarbeitung eine wichtige Rolle, nicht zuletzt bei einer in empirischen Daten verankerten Grounded Theory.

Nach Strauss und Corbin befindet sich die forschende Person in einem herausfordernden intensiven Prozess einer in empirisch erhobenen Daten gegründeten Theoriebildung, mit dem Ziel zu neuen Erkenntnissen über den Forschungsgegenstand zu gelangen. Mit der Umsetzung der Schritte der Grounded Theory erfährt nicht nur die Methode selbst eine Veränderung, sondern auch Benutzer und Benutzerinnen verbinden sie mit unterschiedlichen Forschungstrends und –ansätzen oder anderen philosophischen Orientierungen.<sup>452</sup>

*„Zum Beispiel entwickeln manche Personen eine Theorie in der Triangulation und andere wiederum bringen die Grounded Theory in Verbindung mit der Phänomenologie. Es mag angemessener sein zu sagen, dass es viele Ansätze gibt, um eine Theorie zu bilden, die in empirischen Daten gegründet ist, wobei diese Methoden von einer allgemeineren*

---

<sup>450</sup> Vgl. Corbin, Juliet (<sup>2</sup>2006): Grounded Theory, übersetzt von Arnd-Michael Nohl. In: Bohnsack, Ralf / Marotzki, Winfried / Meuser, Michael (Hg.): Hauptbegriffe Qualitativer Sozialforschung. Opladen Farmington Hills: Verlag Barbara Budrich [1948], 70-75, 71.

<sup>451</sup> Ebd., 70-75, 71.

<sup>452</sup> Vgl. ebd., 70-75, 75.

*Methodologie stammen, auf sie aufbauen und sich aber auch von ihr abgesetzt haben; diese allgemeinere Methodologie wird Grounded Theory genannt.*<sup>453</sup>

Strauss versteht Forschung als Arbeit, wobei die forschende Person selbst-reflexiv an die Forschungsarbeit herangehen soll. Die individuelle Vorgehensweise forschender Personen bei der Beschaffung, Untersuchung und Interpretation von Informationen gilt es zu würdigen, da sich aus dieser das zu analysierende Datenmaterial herauskristallisiert.<sup>454</sup> Strauss verbindet mit der Grounded Theory keine spezifische Technik oder Methode.<sup>455</sup>

*„Sie ist vielmehr als ein Stil zu verstehen, nach dem man Daten qualitativ analysiert und der auf eine Reihe von charakteristischen Merkmalen hinweist: Hierzu gehören u.a. das Theoretical Sampling und gewisse methodologische Leitlinien, wie etwa das kontinuierliche Vergleichen und die Anwendung eines Kodierparadigmas, um die Entwicklung und Verdichtung von Konzepten sicherzustellen.“*<sup>456</sup>

1991 verweist Strauss auf den Kern empirischer Forschungsarbeit, auf die Interpretation von Daten. Diese wird zum Kern der empirischen Forschung, wobei auch Beobachtungen und Interviews als explizite Forschungsmethoden miteingeschlossen werden können. Zur Theorieentwicklung kann interpretativ mit Texten gearbeitet werden. Die Interpretationen bilden eine Entscheidungshilfe für die Erhebung weiterer Daten. Dieses prozessuale Vorgehen eignet sich für ein ineinandergreifendes Setzen von Schritten, die zu neuem Datenmaterial führen. Ein linearer Prozess, der lediglich in der Erhebung und Interpretation von Daten besteht, wird von Strauss hiermit als obsolet erklärt.<sup>457</sup>

Für die Auswertung der Daten aus den teilnehmenden Beobachtungen in den ausgewählten Al-Anon Gruppen werden die Ansätze zur Grounded Theory, wie sie Juliet Corbin und Anselm Strauss<sup>458</sup> dargelegt haben, angewendet. Das in den narrativen Interviews mit Mitgliedern der Al-Anon Selbsthilfegruppe generierte Material, d.h. die aus den Daten elaborierten Kategorien werden mit jenen aus den teilnehmenden Beobachtungen verglichen und aus beiden Datensträngen eine Schlüsselkategorie

---

<sup>453</sup> Ebd., 70-75, 75.

<sup>454</sup> Vgl. Strauss, Anselm L. (1994): Grundlagen qualitativer Sozialforschung. Datenanalyse und Theoriebildung in der empirischen soziologischen Forschung. Aus dem Amerikanischen von Astrid Hildenbrand. Mit einem Vorwort von Bruno Hildenbrand. München: Wilhelm Fink Verlag, 34.

<sup>455</sup> Vgl. ebd., 30.

<sup>456</sup> Ebd., 30.

<sup>457</sup> Vgl. Flick, Uwe (<sup>5</sup>2012): Qualitative Sozialforschung, 386.

<sup>458</sup> Corbin, Juliet / Strauss, Anselm (<sup>3</sup>2008): Basics of Qualitative Research.

ermittelt. Der beschriebene Vorgang umfasst die Methodologie als auch die Grundprinzipien der Grounded Theory, wie sie von Glaser und Strauss, von Glaser, von Strauss und auch von Strauss und Corbin formuliert wurden. Diese werden nachstehend detailliert dargelegt.

### 3.3 Grundprinzipien und Methodologie der Grounded Theory

Barney Glaser und Anselm Strauss entwickelten das Verfahren der Grounded Theory-Methodologie, um die in den 1950er und 1960er Jahren entstandene Kluft zwischen formaler Theorie und empirischer Sozialforschung zu schließen. Von den Autoren wurden keine spezifischen Erhebungsformen festgelegt.<sup>459</sup>

*„Wesentlich ist dafür vielmehr der ineinander verwobene Prozess von Sampling und Theoriegewinnung nach dem Prinzip des Theoretical Sampling. Als Materialien [...] werden Beobachtungsprotokolle explizit präferiert.“<sup>460</sup>*

Grounded Theory unterscheidet sich nicht von anderen qualitativen Analysen dadurch, dass die einzelnen Schritte für den gesamten Forschungsverlauf nicht im Voraus geplant werden können.<sup>461</sup> Der Unterschied liegt darin,

*„daß die Vorgehensweisen (Theoretical Sampling, vergleichende Analyse, Sättigung der Theorie, Sortieren der Memos usw.) in jedem Forschungsabschnitt miteinander kombiniert und ausgetauscht werden können. Diese Verfahren tragen entscheidend zur Entwicklung einer dicht gewebten und fest integrierten Theorie bei.“<sup>462</sup>*

Bei der Grounded Theory handelt es sich um eine qualitative Forschungsmethodologie, die davon ausgeht, dass in unseren Lebenswelten komplexe Vorgänge vorzufinden sind. Aus den empirischen Daten allein kann nicht unmittelbar auf die Bedeutung der dahinterliegenden Ereignisse geschlossen werden. Es gilt insbesondere die sozialen Strukturen menschlicher Erfahrungen offenzulegen. Die forschende Person versucht, während des gesamten Forschungsprozesses mittels Sensibilität für die Signifikanz des Datenmaterials möglichst viel Komplexität sozialer Lebenswelten zu erfassen.<sup>463</sup>

*„Die Analyse ist ein interpretativer Prozess, in dem die Theorie aus der Interaktion der Analysierenden mit dem Datenmaterial entsteht. Es ist diese Interaktion, die Lektüre und*

---

<sup>459</sup> Vgl. Przyborski, Aglaja / Wohlrab-Sahr, Monika (<sup>4</sup>2014): Qualitative Sozialforschung, 195.

<sup>460</sup> Ebd., 195.

<sup>461</sup> Vgl. Strauss, Anselm L. (1994). Grundlagen qualitativer Sozialforschung, 53.

<sup>462</sup> Ebd., 53.

<sup>463</sup> Vgl. Corbin, Juliet (<sup>2</sup>2006): Grounded Theory, 70-75, 70.

*Arbeit am Datenmaterial, die allmählich eine theoretische Sensibilität für die Daten bzw. eine Kenntnis dessen mitbringt, was signifikant ist.*<sup>464</sup>

Der Begriff Grounded Theory bezeichnet oftmals nicht nur die Methode, sondern auch die mittels der Methode erzielten Forschungsergebnisse. Erste Ideen werden in einer Forschungsfrage festgehalten, danach Daten gesammelt und analysiert, mit dem Ziel, eine gegenstands begründete oder gegenstandsverankerte Theorie zu entwickeln.<sup>465</sup> Bei der Untersuchung sozialer Phänomene gilt es zu reflektieren, dass die forschende Person bereits interpretierte Realität vorfindet. Corbin Juliet und Strauss Anselm betonen die Wichtigkeit der Bedeutungen, die Personen aufgrund ihrer Biographien oder Erfahrungen einem Geschehen zuordnen:<sup>466</sup>

*„[...] because each person experiences and gives meanings to events in light of his or her own biography or experiences, according to gender, time and place, cultural, political, religious and professional backgrounds. [...] What a viewer sees and hears are multiple viewpoints on the same topic with no apparent consensus.”*<sup>467</sup>

Fünf Grundprinzipien weisen eine Theorie als eine in den Daten gegründete Theorie aus.<sup>468</sup> Diese sind: Theoretisches Sampling auf der Basis eines ständigen Wechselprozesses von Datenerhebung und Auswertung, Theorieorientiertes Kodieren, Ständiges Vergleichen, Schreiben theoretischer Memos und die mit dem Kodieren und Memoschreiben in enger Relation stehende Datenerhebung.<sup>469</sup> Der Wechselprozess von Datenerhebung und Auswertung ist für die Grounded Theory wesentlich. Am Beginn werden Konzepte entwickelt, die jedoch nur vorläufiger Art sind. Das Sampling ist theoretisch fundiert und wird dazu verwendet, Konzepte weiterzuentwickeln und zu kontrastieren. Dieses Verfahren wird solange angewandt, bis eine Sättigung der Konzepte erzielt wurde und beeinflusst bei der weiteren Erhebung die Auswahl.<sup>470</sup>

*„Theoretical sampling is concept driven. It enables researchers to discover the concepts that are relevant to this problem and population, and allows researchers to explore the concepts*

---

<sup>464</sup> Ebd., 70-75, 71.

<sup>465</sup> Vgl. Böhm, Andreas (<sup>9</sup>2012): Theoretisches Codieren: Textanalyse in der Grounded Theory. In: Flick, Uwe / von Kardorff, Ernst / Steinke, Ines (Hg.): Qualitative Forschung. Ein Handbuch. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag [2000], 475-485, 476.

<sup>466</sup> Vgl. Corbin, Juliet / Strauss, Anselm (<sup>3</sup>2008): Basics of Qualitative Research, 10.

<sup>467</sup> Ebd., 10.

<sup>468</sup> Die fünf Grundprinzipien finden sich in den Arbeiten von Glaser und Strauss, von Strauss, von Glaser als auch in den Ausführungen von Strauss und Corbin.

<sup>469</sup> Vgl. Przyborski, Aglaja / Wohlrab-Sahr, Monika (2014): Qualitative Sozialforschung, 199-200.

<sup>470</sup> Vgl. ebd., 201.

*in depths. Theoretical sampling is especially important when studying new or uncharted areas because it allows for discovery.*"<sup>471</sup>

Theoretisches Sampling<sup>472</sup> bezieht sich zu allererst auf den Prozess der Theoriegenerierung.

*„Theoretical sampling reduces the mass of data that otherwise would be collected on any single group. Indeed, without theoretical sampling for categories one could not sample multiple groups; he would be too bogged down trying to cover just one.*"<sup>473</sup>

Theoretisches Sampling wird durchgeführt, indem Daten gesammelt, analysiert und weitere Daten erhoben werden.

*„In doing theoretical sampling, the researcher takes one step at a time with data gathering, followed by analysis, followed by more data gathering until a category reaches the point of ‘saturation’. In theoretical sampling the researcher has to let the analysis guide the research.*"<sup>474</sup>

Theoretische Sättigung ist nach Corbin und Strauss erreicht, wenn nach Prüfung und Weiterentwicklung der Konzepte weiteres Material nichts Neues mehr zur Theorie beitragen kann.

*„Only when a researcher has explored each category/theme in some depth, identifying its various properties and dimensions under different conditions, can the researcher say that the research has reached the level of saturation. In reality, a researcher could go on collecting data forever, adding new properties and dimensions categories. Eventually a researcher has to say this concept is sufficiently well developed for purposes of this research and accept what has not been covered as one of the limitations of the study.*"<sup>475</sup>

Was versteht man unter Kodieren bzw. unter Konzepten?

Unter Kodieren versteht man, dass Rohdaten in Konzepte überführt werden. Das in Vorgängen oder Äußerungen zum Ausdruck Gebrachte erfährt in Konzepten eine Verdichtung. Konzepte, die ihren Bezugspunkt in ein- und demselben Phänomen haben, werden zu Kategorien weiterentwickelt.<sup>476</sup>

---

<sup>471</sup> Corbin, Juliet / Strauss, Anselm (<sup>3</sup>2008): Basics of Qualitative Research, 145.

<sup>472</sup> Vgl. Muckel, Petra (2007): Die Entwicklung von Kategorien mit der Methode der Grounded Theory. In: Mey, Günter / Mruck, Katja (Eds.): Grounded Theory Reader. Supplement / Beiheft Nr. 19. Köln: Zentrum für Historische Sozialforschung, 211-231, 215. Theoretical Sampling kann mit "theoriegeleiteter Erhebungsauswahl" übersetzt werden.

<sup>473</sup> Glaser, Barney G. (1967): The Discovery of Grounded Theory, 70.

<sup>474</sup> Corbin, Juliet / Strauss, Anselm (<sup>3</sup>2008): Basics of Qualitative Research, 146.

<sup>475</sup> Ebd., 149.

<sup>476</sup> Vgl. Przyborski, Aglaja / Wohlrab-Sahr, Monika (2014): Qualitative Sozialforschung, 201.

*„Kategorien sind höherwertige, abstraktere Konzepte und bilden die Ecksteine der sich herausbildenden Theorie. Allerdings entstehen diese höherwertigen Konzepte nicht aus der bloßen Umbenennung von Konzepten und auch nicht aus dem bloßen Zusammenfassen von Konzepten unter einer neuen Rubrik. Kategorien sind Resultat von Interpretation!“<sup>477</sup>*

Bis die Theorieentwicklung abgeschlossen ist, bleiben die Kategorien im Forschungsprozess offen für etwaige Veränderungen. Die Daten werden auf Ähnlichkeiten und Relationen hin untersucht, um Kategorien elaborieren zu können. Die Kategorien werden auf ihre Beziehungen miteinander überprüft und unterliegen einem permanenten Vergleich. Polyphone Kategorien lassen Widersprüche zu und weisen die geforderte Dichte auf.<sup>478</sup>

Was versteht man unter Schlüsselkategorien?

Schlüsselkategorien sind zentrale Konzepte, die eine Theoriebildung ermöglichen. Sie integrieren einen Großteil der ausgewiesenen Konzepte. Fortschreitende Analyse durchzieht den gesamten Forschungsverlauf. Phänomene werden untereinander auf Ähnlichkeiten und Unterschiede hin verglichen. Auf der Ebene der herausgearbeiteten Konzepte wird dieses Verfahren wiederholt. Ständiges Vergleichen ist ein grundlegendes Prinzip im Rahmen der Methodologie der Grounded Theory.<sup>479</sup>

*„The constant comparing of many groups draws the sociologist’s attention to their many similarities and differences. Considering these leads him to generate abstract categories and their properties, which, since they emerge from the data, will clearly be important to a theory explaining the kind of behavior under observation.“<sup>480</sup>*

*„Der permanente und systematische Vergleich dient demselben Zweck wie der Versuch der Verifikation oder Falsifikation von Theorie, nämlich die Robustheit von Hypothesen (Konzepten) zu überprüfen.“<sup>481</sup>*

Ein weiteres wesentliches Prinzip der Grounded Theory ist das Schreiben von Memos, das bereits bei den ersten Entwicklungsversuchen von Konzepten beginnt. Dies wird während des gesamten Forschungsprozesses beibehalten, wobei auf Konzepte rekurriert wird. Memos können Aufschluss über Lücken in der theoretisch durchgeführten Integration geben. In der Folge kann es erforderlich sein, neuerliche Datenerhebungen durchzuführen bzw. bereits entwickelte Konzepte zu verändern. Relationierung ist das

---

<sup>477</sup> Ebd., 201.

<sup>478</sup> Vgl. Muckel, Petra (2007): Die Entwicklung von Kategorien, 211-231, 215.

<sup>479</sup> Vgl. Przyborski, Aglaja / Wohlrab-Sahr, Monika (2014): Qualitative Sozialforschung, 204-206.

<sup>480</sup> Glaser, Barney G. / Strauss, Anselm (1967): The Discovery of Grounded Theory, 36.

<sup>481</sup> Przyborski, Aglaja / Wohlrab-Sahr, Monika (2014): Qualitative Sozialforschung, 206.

fünfte theoretische Grundprinzip der Grounded Theory und integriert die vier zuvor angeführten Prinzipien. Relevant ist, dass es sich bei dieser Theorie um keinen linear organisierten Forschungsprozess handelt. Datenerhebung, das Kodieren und Schreiben einer Vielzahl von theoretischen Memos werden im gesamten Forschungsverlauf durchgeführt. Durch dieses Procedere wird immer wieder auf Daten bzw. frühere Codes zurückgegriffen und falls notwendig, auch neue Erhebungen durchgeführt.<sup>482</sup>

*„Datenerhebung, Kodieren und Memoschreiben sind eng aufeinander bezogen. Aus ersten Daten werden vorläufige Codes generiert, die die Erhebung neuer Daten anstoßen. Die Ausarbeitung von Theorieelementen in theoretischen Memos kann zur Revision früher formulierter Konzepte führen und ebenfalls neue Erhebungen nötig machen.“<sup>483</sup>*

In nachstehender Abbildung „Kodierparadigma nach Strauss“<sup>484</sup> wird das Vorgehen der einzelnen Forschungsphasen graphisch dargestellt.

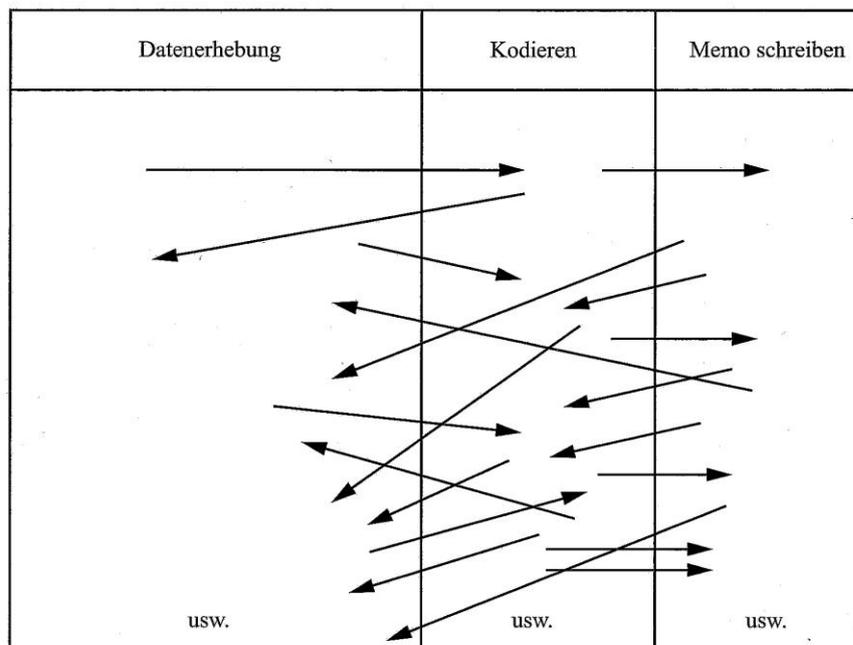


Abb. 1: Kodierparadigma nach Anselm L. Strauss

Welche Bedeutung kommt dem Kodieren im Rahmen der Datenanalyse zu?

Das Kodieren stellt einen zentralen Arbeitsschritt in der Grounded Theory dar. Beim Kodieren werden nicht lediglich Benennungen vorgenommen, sondern ein theoretisches Konzept erstellt. Strauss und Corbin unterschieden drei Formen des Kodierens: das offene, axiale und selektive Kodieren. Beim offenen Kodieren werden Zeilen oder

<sup>482</sup> Vgl. ebd., 209.

<sup>483</sup> Ebd., 209.

<sup>484</sup> Ebd., 269; Abb.4: Forschungsphasen in der Grounded Theory (nach Strauss 1991:46)

Wörter kodiert, wobei die Forschungsperson sich von den Daten löst und in Konzepten zu denken beginnt. Mit dieser Form des Kodierens wird die Forschungsarbeit eröffnet und Raum für unterschiedliche Interpretationsmöglichkeiten oder etwaige später notwendige Revisionen offen gelassen. Beim axialen Kodieren wird eine bestimmte Kategorie genauer analysiert und beabsichtigt, den Kern der Theorie herauszuarbeiten. Bei diesem Forschungsschritt ist offenes Kodieren weiterhin notwendig, da zur genaueren Ausarbeitung von Kategorien und Subkategorien auch die Generierung neuer Konzepte notwendig sein kann. Ziel ist es, eine Schlüsselkategorie herauszukristallisieren, auf die sich möglichst viele Codes beziehen lassen. Die Schlüsselkategorie soll die meisten Kategorien integrieren können. Ist die Schlüsselkategorie gefunden, kann mit dem dritten Analyseschritt, dem selektiven Kodieren begonnen werden. Es wird auf die ermittelte Schlüsselkategorie hin kodiert.<sup>485</sup>

*„Der Kodierprozess wird nun auf Phänomene und Konzepte begrenzt, die einen hinreichend signifikanten Bezug zur Schlüsselkategorie aufweisen, d.h. die im spezifischen Sinne für die Theoriegewinnung von Belang sind. Auch die Fragen nach den Bedingungen, Konsequenzen, der Aktion und Interaktion usw., die den Kodierprozess stets begleiten, erfolgen hier in Bezug auf die Schlüsselkategorie. Die Analysearbeit wird hier systematischer, stärker auf theoretische Integration ausgerichtet und damit sehr viel selektiver. Es kommt nun nicht mehr alles gleichermaßen in den Blick, sondern der Fokus liegt auf dem, was sich als Kern der Theorie herauszuschälen beginnt. Auch die theoretischen Memos werden darauf fokussiert.“<sup>486</sup>*

Die von Glaser, Strauss und Corbin entwickelte Forschungsstrategie ist für die vorliegende Forschungsarbeit insofern von Wichtigkeit, da diese „für die Auseinandersetzung mit einem theoretisch und praktisch relevanten Thema genutzt werden“<sup>487</sup>, kann.

Nach der Darlegung und der Diskussion einer möglichen praktikablen Methodologie für das Forschungsprojekt in zwei ausgewählten AI-Anon Selbsthilfegruppen werden in einem nächsten Schritt die Planung und Umsetzung der einzelnen Schritte des Forschungsvorhabens in den Blick genommen und vorgestellt.

---

<sup>485</sup> Vgl. ebd., 210-211.

<sup>486</sup> Ebd., 211.

<sup>487</sup> Flick, Uwe (2012): Qualitative Sozialforschung, 400.

## 4 Methodische Planung des Forschungsprozesses

Die hier vorliegende empirische Untersuchung im Kontext von Co-Abhängigkeit hat sich zum Ziel gesetzt, eine theologisch ethische Auseinandersetzung mit Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe in diesem Kontext durchzuführen. Ein wichtiger Fokus liegt hierbei auf den Wechselwirkungen von Gottesbild und Co-Abhängigkeit, auf positiven oder negativen Auswirkungen des Gottesbildes auf co-abhängige Personen, auf deren Religiosität, auf der Bewertung dieser Zusammenhänge aus ethischer Sicht und auf der Eruierung möglicher Konsequenzen für einen christlich-normativen Umgang mit der Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit. Durch einen empirischen, ethnographischen Zugang soll versucht werden, zwei wichtige Fragen einer Klärung zuzuführen.

(1) Inwiefern kann der Glaube an einen liebenden Gott zur Wiedererlangung der im Falle von Co-Abhängigkeit häufig schrittweisen verlorengehenden eigenen Identität verhelfen?

(2) Welche Wege zu einem gelingenden Leben, in dem verantwortlich für sich selbst und für andere gehandelt werden kann, können im Kontext von Co-Abhängigkeit beschritten werden?

Die empirische Forschung wird in zwei ausgewählten, sich an zwei verschiedenen Orten befindlichen Al-Anon Gruppen<sup>488</sup> durchgeführt werden. Durch Kontaktaufnahme mit den Regionalleitern oder Regionalleiterinnen der Al-Anon Selbsthilfegruppen versucht die Forscherin, erste Schritte in Richtung Felderschließung zu setzen. Dies stellt jedoch kein punktuell Geschehen dar und nimmt daher die Aufmerksamkeit der forschenden Person während des gesamten Feldaufenthaltes in Anspruch.

*„Die Felderschließung – d.h. die Reflexion über die Bedingungen des Forschungsfeldes und über dessen Ausdehnung – kann unter Umständen den gesamten Forschungsprozess begleiten.“<sup>489</sup>*

---

<sup>488</sup> Bei Al-Anon handelt es sich um Selbsthilfegruppen für Angehörige und Freunde von Alkoholikern. Diese existieren unabhängig von den AA-Gruppen (Selbsthilfegruppen für Anonyme Alkoholiker). Es besteht jedoch eine Zusammenarbeit zwischen diesen beiden Selbsthilfegruppen. Die Basis der Al-Anon Gruppen bilden die Zwölf Schritte und Zwölf Traditionen, welche von den Anonymen Alkoholikern übernommen und adaptiert wurden.

<sup>489</sup> Przyborski, Aglaja / Wohrab-Sahr, Monika (2014): Qualitative Sozialforschung, 40.

Durch genaue teilnehmende Beobachtung im Feld kann die forschende Person Daten hinsichtlich der Forschungsfragen generieren. Es empfiehlt sich, die Vorgänge im Feld in einem Forschungstagebuch festzuhalten und Beobachtungsprotokolle anzufertigen. Die Beobachtungsprotokolle werden nach dem vorgeschlagenen Schema nach Przyborski und Wohlrab-Sahr angefertigt. Folgende Spalten geben Auskunft über wissenswerte Aspekte des Aufenthaltes im Feld: Ort, Zeit, Beobachtungen, Informationen den Kontext betreffend, Reflexion der Rolle der Forscherin, methodische Konsequenzen und Erfassung der Zusammenhänge in theoretischen Reflexionen.<sup>490</sup> Von der forschenden Person werden zudem die Anzahl der am Al-Anon Meeting teilnehmenden Personen festgehalten, wichtige Aussagen zitiert und theoretische Memos geschrieben, die mit weiteren Datenerhebungen in engem Bezug stehen.

Da in der ethnographischen Forschung die Beobachtungen in unterschiedlicher Weise festgehalten werden, gilt es im Forschungskontext Co-Abhängigkeit zu bedenken, wie die Protokollierung durchgeführt werden soll.

*„Goffman (1989) zum Beispiel lehnte Notizen in Anwesenheit von beobachteten Personen im Feld strikt ab, nicht zuletzt deshalb, weil damit deren Aufmerksamkeit potentiell von ihren ‚natürlichen Abläufen‘ abgelenkt und auf die Tätigkeit des Forschers gelenkt würde.“<sup>491</sup>*

Es ist geplant, sämtliche Beobachtungen unverzüglich nach dem Verlassen des Feldes handschriftlich zu protokollieren und so rasch wie möglich zu digitalisieren. Die forschende Person behält sich jedoch vor, dieses Procedere laufend zu reflektieren und gegebenenfalls aufgrund wichtiger Interaktionen im Feld, die ein wortwörtliches Zitieren erfordern, zu modifizieren. Nicht nur das Protokollieren wichtiger Daten im Feld erfordert eine laufende Reflexion, sondern beim Blick auf die im Feld generierten Daten besteht auch die Notwendigkeit, die Vorkenntnisse der Forscherin über das Phänomen Co-Abhängigkeit, wie z.B. Literaturstudien über Phasen, Charakteristika bzw. Kernsymptome von Co-Abhängigkeit und den Rollenfächer in suchtbelasteten Familien klar darzulegen. Diese Offenlegung dient dazu, den angestrebten, explorativen Charakter der hier vorliegenden empirischen Studie zu gewährleisten. Dazu gehört auch, die eingenommene Rolle als forschende Person und mögliche auftretende

---

<sup>490</sup> Vgl. ebd., 50.

<sup>491</sup> Ebd., 52.

Probleme der teilnehmenden Beobachtung<sup>492</sup> wahrzunehmen und laufend während des Forschungsprozesses zu überdenken. Diese

*„tritt in einen Kommunikationsprozess ein, und in diesen Prozess geht viel von dem ein, was sie als Person mit einem bestimmten Geschlecht, mit sozialen Eigenschaften, theoretischem Vorwissen, sozialen Ressourcen etc. mitbringt. Da dies aus einem Kommunikationsprozess grundsätzlich nicht ausgeklammert werden kann, muss es im Prozess der Forschung selbst reflektiert werden.“<sup>493</sup>*

Es ist vorgesehen, zwölf Monate lang Feldforschung zu betreiben mit dem Ziel, möglichst umfassende Daten hinsichtlich der Forschungsfragen zu generieren. Informative Daten können auch aus veröffentlichten Materialien der Al-Anon Familiengruppen für Angehörige und Freunde von Alkoholikern<sup>494</sup> herangezogen werden; sie dienen für das Verständnis und für die Kreativität der für die forschende Person bislang unbekanntes Lebenswelt. Eine zu bewältigende Herausforderung während des gesamten Forschungsprozesses bleibt „die Aufrechterhaltung der Spannung zwischen forschender Distanz und empathischer Teilhabe“<sup>495</sup>. Mit diesen Ausführungen wurden wichtige Hinweise zu einer professionell ausgeübten Rolle einer forschenden Person gegeben, die es zu beachten gilt. Gezielte Daten zur Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe können mit Hilfe narrativer Interviews erhoben werden.

Im Folgenden werden die Auswahl der Methoden und das geplante Analyseverfahren der während des Feldaufenthaltes durch teilnehmende Beobachtung und in den narrativen Interviews generierten und transkribierten Daten beschrieben.

#### **4.1 Begründung der ausgewählten Forschungsmethoden**

Die Umsetzung des empirischen Forschungsvorhabens „Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit. Eine theologisch-ethische Auseinandersetzung.“ erfordert eine explorative Methodologie. Dem Verfahren der

---

<sup>492</sup> Möglicherweise auftretende Probleme im Zuge teilnehmender Beobachtung: Vgl. hierzu Teil III: Methodologie der empirischen Untersuchungen. 2.4 Feldforschung.

<sup>493</sup> Przyborski, Aglaja / Wohlrab-Sahr, Monika (<sup>4</sup>2014): Qualitative Sozialforschung, 44.

<sup>494</sup> Die Al-Anon Familiengruppen für Angehörige und Freunde von Alkoholikern arbeiten mit Selbsthilfeleratur, Büchern und Broschüren, die durch die Weltdienstkonferenz der Al-Anon Family Group Headquarters, Inc., 1600 Corporate Landing Parkway, Virginia Beach, Virginia 23454-5617, USA, genehmigt sind und mit Genehmigung der Al-Anon Familiengruppen Interessensgemeinschaft e.V., Emilienstraße 4, D-45128 Essen nachgedruckt werden dürfen.

<sup>495</sup> Przyborski, Aglaja / Wohlrab-Sahr, Monika (<sup>4</sup>2014): Qualitative Sozialforschung, 49.

Grounded Theory nach Glaser und Strauss<sup>496</sup> und Corbin und Strauss<sup>497</sup> kommt hierbei als offener und ebenso explorativer Methode eine wichtige Bedeutung zu, denn diese

*„bietet am ehesten die Gewähr, den Forschungsprozess nicht in erster Linie zu reflektieren – sondern ihn voranzutreiben, [...] Theoriebildung zu erreichen. Garanten dafür sind Analyse von Anfang an, Theoretical Sampling und stete Rückkehr zu den Daten.“<sup>498</sup>*

Da ein Vorgehen nach der Methodologie der Grounded Theory kein linearer, sondern ein offener Prozess ist, erscheint diese in besonderer Weise geeignet, durch Datenerhebung, Kodierung und das Verfassen theoretischer Memos<sup>499</sup> aufschlussreiche Daten hinsichtlich der Forschungsfragen „Lassen sich Wechselwirkungen zwischen Co-Abhängigkeit und Gottesbild erkennen? Wann hat das Gottesbild positive oder negative Auswirkungen auf co-abhängige Personen? Passen Angehörige alkoholkranker Personen ebenso ihre Religiosität an die je eigene Lebenssituation an wie diese? Wie lassen sich diese Zusammenhänge aus ethischer Sicht bewerten? Welche Konsequenzen hätte das für einen christlich-normativen Umgang mit der Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit?“, zu generieren. Dies eröffnet die Möglichkeit, auf Daten und frühere Codes zurückzugreifen und, je nach Forschungslage, auch neue Daten zu erheben.<sup>500</sup>

Die Methode der teilnehmenden Beobachtung ermöglicht der forschenden Person, Phänomene aus einem nicht vertrauten Lebensfeld aus einer Innenperspektive wahrnehmen zu können, d.h. in der ersten Phase erste Eindrücke gewinnen und in weiteren Phasen einerseits die komplexen Vorgänge co-abhängigen Verhaltens erforschen und andererseits in der Rolle als teilnehmende Beobachterin flexibel und zielgerichtet auf Kommunikationsvorgänge in der Gruppe reagieren zu können. Der so erweiterte Blick der forschenden Person auf das Phänomen Co-Abhängigkeit kann dazu beitragen, aktiv auftretende Fragestellungen in die teilnehmende Beobachtung zu integrieren. Die nach den jeweiligen Meetings angefertigten Protokolle, die wichtige erhobene Daten aus dem Feld festhalten und dazu anregen, weitere wichtige Forschungsaspekte in den Blick zu nehmen, tragen dazu bei, dass während des

---

<sup>496</sup> Glaser, Barney G. / Strauss, Anselm L. (1967): The Discovery of Grounded Theory. Corbin, Juliet M. / Strauss, Anselm L. (2008): Basics of Qualitative Research.

<sup>497</sup> Corbin, Juliet M. / Strauss, Anselm L. (2008): Basics of Qualitative Research.

<sup>498</sup> Hildenbrand, Bruno (2004): Anselm Strauss. In: Flick, Uwe / von Kardorff, Ernst / Steinke, Ines: Qualitative Forschung. Ein Handbuch, 32-42, 41-42.

<sup>499</sup> Datenerhebung, Kodierung und das Verfassen theoretischer Memos stehen in einer engen Verbindung.

<sup>500</sup> Vgl. Przyborski, Aglaja / Wohlrab-Sahr, Monika (2014): Qualitative Sozialforschung, 209.

Forschungsprozesses eine in den Daten verdichtete Theorie entwickelt werden kann, die Antworten auf die Forschungsfragen geben kann.

Da das Verfahren der teilnehmenden Beobachtung jedoch nicht garantieren kann, dass alle Phänomene einer Situation erfasst werden können, z.B. können biographische Prozesse kaum erfasst werden, ist es notwendig, durch ein weiteres qualitatives Verfahren diesbezügliche Daten zu erheben. Hierfür eignen sich in besonderer Weise narrative Interviews mit Mitgliedern der ausgewählten Al-Anon Gruppen, da diese geeignet sind, diese Lücke zu schließen. Sie können einerseits Einblicke in den biographischen Hintergrund, in persönliche Deutungsstrukturen und andererseits Aufschlüsse über das Verständnis von Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe geben. Die aus den Interviews generierten Daten sind auch für die Erstellung ethischer Grundlinien für einen förderlichen Umgang mit co-abhängigen Personen in der Pastorseelsorge und die Erstellung eines pastoralen Leitfadens richtungsweisend. Die Auswertung der generierten und transkribierten Daten aus den narrativen Interviews wird mittels der Methodologie der Grounded Theory durchgeführt. Beide Verfahren, teilnehmende Beobachtung und narrative Interviews helfen, eine verdichtete Grounded Theory im Kontext von Co-Abhängigkeit entwickeln zu können. Ein an die empirische Forschung anschließendes Expertengespräch wird angestrebt, um eventuelle Unklarheiten bzw. weiterführende Fragen aus der Datenanalyse einer Klärung zuzuführen.

# **TEIL IV: BEGEGNUNG MIT DER REALITÄT DER CO-ABHÄNGIGKEIT**

## **Schritte der Untersuchung**

In der vorliegenden Forschungsarbeit wird versucht, mittels eines ethnographischen Zuganges im Forschungskontext Co-Abhängigkeit, Antworten auf die Forschungsfragen zu erschließen. Nach Lüders ist ein wichtiges Kennzeichen ethnographischer Forschung „der flexible Einsatz unterschiedlicher methodischer Zugänge entsprechend der jeweiligen Situation und des jeweiligen Gegenstands“<sup>501</sup>. Flexibilität ist durch die teilnehmende Beobachtung der Forscherin in zwei Al-Anon Selbsthilfegruppen an unterschiedlichen Standorten gewährleistet. Ein solcher Zugang ermöglicht, einerseits Daten zum Forschungskontext zu erheben und zu explorieren, andererseits mit neuen Frageimpulsen das Forschungsfeld Co-Abhängigkeit möglichst flexibel beforschen zu können. Im Folgenden geht es darum, den durchgeführten Datenerhebungsprozess, der in der Folge die Notwendigkeit der Erhebung biographischer Daten, persönlicher Deutungsstrukturen bezüglich Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe mittels narrativer Interviews und eines Expertengesprächs aufzeigte, näher vorzustellen.<sup>502</sup>

## **1 Schrittweiser Zugang zum Forschungsfeld**

Die ersten Schritte der Forscherin hinsichtlich des Forschungskontextes führten über ein eingehendes Literaturstudium über das Phänomen Co-Abhängigkeit zu den Selbsthilfegruppen für Angehörige und Freunde von Alkoholkranken, kurz Al-Anon genannt. Daraus entwickelte sich das Anliegen, ein empirisches Forschungsvorhaben in zwei ausgewählten Al-Anon Gruppen durchzuführen. Der zweite Schritt bestand darin, den Forschungsstand zu erheben. Dieser Schritt ergab, dass die Auswirkungen des eingenommenen Gottesbildes, insbesondere Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit, noch nicht im Rahmen eines Feldaufenthaltes in den Angehörigengruppen von alkoholkranken Personen beforscht wurde. Der dritte Schritt

---

<sup>501</sup> Lüders, Christian (<sup>3</sup>2004): Beobachten im Feld und Ethnographie, 384-401, 393.

<sup>502</sup> Vgl. hierzu Teil IV: Begegnung mit der Realität der Co-Abhängigkeit. Schritte der Untersuchung.

bestand darin, das Forschungsvorhaben näher zu definieren, d.h. Forschungsfragen, die empirisch beantwortet werden können, zu formulieren: „Welche Wechselwirkungen zwischen Co-Abhängigkeit und Gottesbild lassen sich erkennen?“ „Passen Angehörige alkoholkranker Personen ebenso ihre Religiosität an die je eigene Lebenssituation an wie diese?“ „Wann hat das Gottesbild positive oder negative Auswirkungen auf co-abhängige Personen?“ „Wie lassen sich diese Zusammenhänge aus ethischer Sicht bewerten?“ „Welche Konsequenzen hätte das für einen christlich normativen Umgang mit der Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit?“ Danach zeigte sich die Dringlichkeit, Kenntnis über die Strukturen der Al-Anon Selbsthilfegruppen zu erwerben.

### **1.1 Feldzugang zu den ausgewählten Al-Anon Gruppen**

Zunächst galt es, einen Erstkontakt mit einer der Al-Anon Selbsthilfegruppen aufzunehmen. Die Kontaktaufnahme erfolgte durch ein Telefonat mit der Regionalleiterin der Al-Anon Gruppen in Wien. Diese schlug vor, an einem offenen Meeting der Anonymen Alkoholiker und der Angehörigen und Freunde von Alkoholkranken in der Nähe des Wohnungsortes der Forscherin teilzunehmen. Informationen über die Bedingungen einer Mitgliedschaft in den Al-Anon Selbsthilfegruppen halfen der Forscherin, einen konkreten Einblick in die Rahmenbedingungen für eine mögliche Teilnahme zu gewinnen. Zur Mitgliedschaft in Al-Anon Meetings ist jeder berechtigt, „der meint daß sein persönliches Leben durch den engen Kontakt mit einem Problemtrinker stark beeinflusst wurde oder wird [...]“<sup>503</sup>. Die Personenanzahl der Teilnehmerinnen und Teilnehmer ist nicht vorab festgelegt, sodass in einer Gruppe an verschiedenen Terminen auch unterschiedliche Personen teilnehmen können. In den offenen Meetings der Anonymen Alkoholiker und der Angehörigen und Freunde von Alkoholkranken, die im Kardinal König Haus, 1130 Wien, im Zweiwochenrhythmus stattfinden, ist jedoch jeder bzw. jede willkommen. Die Forscherin ergriff diese Möglichkeit und nahm an solch einem Meeting teil, meldete sich zu Wort und stellte das Forschungsanliegen vor. Nach einer ersten eher abweisenden Haltung seitens der Anonymen Alkoholiker wurde von den Angehörigen und Freunden Alkoholkranker eine sehr freundliche Einladung ausgesprochen, an ihren

---

<sup>503</sup> Al-Anon Familiengruppen (Hg.) (1998): Al-Anon Alateen Handbuch für Dienste, Teil 2. Al-Anon/Alateen Grundsatzfragen. Best.-Nr. 404(P-25), 7.

Meetings teilzunehmen. Erst durch diese Akzeptanz war es der Forscherin überhaupt möglich, eine empirische Feldforschung durchzuführen. Zusammenfassend kann gesagt werden, dass sowohl die Regionalleiterin der Al-Anon Gruppen Wien als auch die Mitglieder der Al-Anon Selbsthilfegruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien, einen ersten wichtigen Baustein für den Beginn dieser empirischen Forschung gelegt haben. Durch das entgegengebrachte Vertrauen konnte die Forscherin die teilnehmende Beobachtung in dieser Gruppe in der darauffolgenden Woche aufnehmen und Schritt für Schritt Fuß in dieser Lebenswelt fassen. Al-Anon Meetings finden dort wöchentlich jeweils um 19:30 Uhr statt. Nach einer gelungenen Feldeintrittsphase und einem sechswöchigen Beobachtungszeitraum zeigte sich die Notwendigkeit, Kontakt zu einer Vergleichsgruppe herzustellen, um auch dort das Phänomen Co-Abhängigkeit näher beforschen zu können. Durch Kontaktaufnahme mit einem Al-Anon Mitglied aus der Gruppe Schedifkaplatz, 1120 Wien, das an einem Meeting der Gruppe im Kardinal König Haus teilnahm<sup>504</sup>, ergab sich für die Forscherin die Möglichkeit, das Forschungsanliegen vorzustellen und die Bitte zu äußern, als teilnehmende Beobachterin an den Gruppenmeetings teilnehmen zu dürfen. Mit der Zusicherung, dieses Anliegen mit den Mitgliedern der Al-Anon Selbsthilfegruppe am Schedifkaplatz zu besprechen, endete dieses offene Gespräch. Schon im nächsten Meeting im Kardinal König-Haus bekam die Forscherin die Zusage zur teilnehmenden Beobachtung am Schedifkaplatz, 1120 Wien, in der Herz Jesu-Kirche. Dadurch öffnete sich ein wichtiger Forschungsschritt, das Theoretische Sampling, das einen flexiblen, wechselnden Forschungsprozess von Datenerhebung und Datenauswertung in zwei unterschiedlichen Forschungsgruppen sicherte, mit dem Ziel, eine gegenstands begründete Theorie zu generieren.<sup>505</sup>

## **1.2 Die reflektierende Rolle der Forscherin**

Nach regelmäßiger Teilnahme an den wöchentlichen Al-Anon Meetings stellte die Forscherin fest, dass sie sich zunehmend als Teil der Gruppe zu fühlen begann. Daraus resultierte die Notwendigkeit, diesen Vorgang zu reflektieren und das Forschungsinteresse im Blick zu behalten. Dies gelang durch das Anfertigen eines

---

<sup>504</sup> Al-Anon Mitglieder können je nach eigener Wahl an den angebotenen Meetings der Al-Anon Selbsthilfegruppen teilnehmen, d.h. sie können zwischen unterschiedlichen Standorten wählen.

<sup>505</sup> Vgl. hierzu: Teil IV: Begegnung mit der Realität der Co-Abhängigkeit. Schritte der Untersuchung. 2 Teilnehmende Beobachtungen in ausgewählten Al-Anon Gruppen.

Protokolls unmittelbar nach jeder Sitzung, das auch die laufende Reflexion der eigenen Forscherrolle miteinschloss. Es zeigte sich die Richtigkeit der Entscheidung für eine offene Feldforschung, da dadurch sowohl die Rolle als Forscherin, die sich ungefragt nicht zu Wort melden darf, gesichert werden konnte. Wesentlich war zudem, dass die Mitglieder der Selbsthilfegruppe Al-Anon von Anfang über das Forschungsvorhaben in Kenntnis gesetzt wurden.

Die Anfangsphase der Felderschließung in der Al-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien, erstreckte sich über ungefähr sechs Wochen. In der Folge begann die Lebenswelt co-abhängiger Personen in ihrer Komplexität allmählich erfahrbar zu werden. Da von der Forscherin keinerlei Impulse initiiert werden konnten, kam der Anpassungsfähigkeit der Forscherin an die jeweilige Situation und dem Erfassen des jeweils Erzählten eine nicht geringe Bedeutung zu. Sowohl die Mitgliederanzahl als auch die Personen selbst können in den wöchentlichen Meetings variieren. Als Forscherin von neuen Mitgliedern vertrauensvoll akzeptiert zu werden, stellte daher ebenso eine große Herausforderung dar: Die bereits akzeptierte Rolle wurde selten unmittelbar, aber doch mittelbar, etwa durch Blickkontakte angefragt.

Solchen Interaktionen gewachsen zu sein, erforderte es, die teilnehmende Beobachtung in besonders sensibler Weise durchzuführen.

Die teilnehmende Beobachtung erfolgte ein Jahr lang und es konnte eine Fülle von Datenmaterial in Form von Protokollen, Konzepten und Kategorien erhoben werden. Die Datenerhebung wurde von einer reflektierten Eigenbeobachtung der Forscherin begleitet, um eine möglichst objektive Datenerhebung durchführen zu können. Auffälligkeiten wurden in den Protokollen unmittelbar nach dem Beobachtungszeitraum bzw. auch während der teilnehmenden Beobachtung festgehalten.

### **1.3 Erfahrungen während des Feldaufenthaltes**

Die ersten teilnehmenden Beobachtungen dienten dazu, mit dem Ablauf eines Al-Anon Meetings vertraut zu werden: Vorlesen der Präambel und der Zwölf Schritte, das Stellen folgender drei Fragen: Möchte jemand für mich das Meeting leiten?; Hat jemand einen Themenwunsch?; Hat jemand ein persönliches Anliegen, das er gleich vorbringen möchte? Wurde kein Themenwunsch geäußert, erfolgte an dieser Stelle die Festlegung auf einen der zwölf Schritte als Themenstellung des Abends.

Je nach Länge der Sprechdauer und der Intensität des gesprochenen Wortes konnten unterschiedliche Beobachtungen wahrgenommen werden. Zudem stand die Forscherin vor einer zusätzlichen Herausforderung, nämlich in besonders berührenden Situationen, die notwendige Distanz zu wahren, um eine objektive Datenerhebung durchführen zu können.

Es verlangte der Forscherin viel Disziplin ab, sich lediglich auf das Zuhören zu beschränken und sich neunzig Minuten lang möglichst viele Details, z.B. Gesten, Art des Sprechens, Unterbrechungen und Mimik der sprechenden Person wahrzunehmen, im Gedächtnis zu bewahren und unverzüglich nach dem Meeting ein Protokoll über diese Beobachtungen anzufertigen. Auch wurde am Beginn des Forschungsprozesses die Beobachterin selbst zur Beobachteten. Es galt daher das ihr rasch entgegengebrachte Vertrauen auszubauen und möglichst auf die eigenen bewussten oder unbewussten Reaktionen zu achten, insbesondere aufblitzende Fragen nicht über die Körpersprache zu transportieren. Das Setting veränderte sich im Laufe der Meetings kaum, jedoch variierte die Mitgliederanzahl aufgrund neu hinzukommender Mitglieder in den sich an zwei unterschiedlichen Orten befindlichen Gruppen. Zunehmend gelang es der Forscherin in ihrer Rolle als teilnehmende Beobachterin durch die wöchentliche Teilnahme an den Al-Anon Meetings voll integriert und als Forschungsperson voll akzeptiert zu werden. Vertrauen, Offenheit, Wertschätzung als Haltungen innerhalb der Selbsthilfegruppe wurden nicht nur der Forscherin, sondern auch jedem neuen Mitglied entgegengebracht, sodass eine einladende Atmosphäre für das aufrichtige Ansprechen jener Probleme, die im Zusammenleben mit alkoholkranken Bezugspersonen auftreten, gegeben war. Diese erste Phase des Feldaufenthaltes wurde protokolliert und bereits mit Konzepten versehen. Die Teilnehmer und Teilnehmerinnen an den Meetings der Al-Anon Selbsthilfegruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien, und in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien, signalisierten, dass eine Forschungsarbeit über Co-Abhängigkeit ein oft in der Gesellschaft nicht ausreichend wahrgenommenes, jedoch ernstzunehmendes Phänomen aufgreift. Es wurde der Hoffnung Ausdruck verliehen, dass durch dieses Forschungshaben die Lebenswirklichkeit co-abhängiger Personen in der Gesellschaft verstärkt wahrgenommen würde. Von Anfang an wurde seitens der Forscherin das Ziel der hier vorliegenden Forschungsarbeit offen dargelegt.

Während der teilnehmenden Beobachtung wurde die Forscherin bisweilen von großem Mitgefühl angesichts der täglichen Herausforderungen co-abhängiger Personen im

Zusammenleben mit einer alkoholkranken Person erschüttert, sodass das Beobachtete bzw. Wahrgenommene auch nach der Teilnahme am Meeting im Leben der Forscherin einen beträchtlichen Raum einnahm. Es verstärkte sich die Wahrnehmung alkoholkranker Personen im öffentlichen Raum. Dies löste Unruhe, Gereiztheit und bisweilen ein Gefühl einer erdrückenden Ohnmacht aus. Die Forscherin erkannte, dass sie durch „die Brille“ co-abhängiger Personen“ zu sehen begann. An den Meetings der untersuchten Al-Anon Gruppen nahmen fast ausschließlich regelmäßig Frauen teil. Es handelt sich meist um Frauen, die äußerst ausweglosen Situationen ausgesetzt sind, die oft an die Grenze des Ertragbaren heranreichen. Allmählich konnte die Forscherin durch die monatliche Teilnahme an den offenen Meetings der Anonymen Alkoholiker im Kardinal König-Haus, 1130 Wien, ihre aufgetretenen Ressentiments gegenüber alkoholkranken Personen ablegen. Bei den offenen Meetings sitzen alkoholranke und co-abhängige Personen gemeinsam an einem Tisch. Da die Angehörigen und Freunde von Alkoholikern den Ablauf des Meetings von den Anonymen Alkoholikern übernommen haben, ist lediglich das Setting unterschiedlich, der Ablauf des Meetings läuft jedoch in gleicher Weise wie bei den Meetings der Angehörigen ab. Es gelang der Forscherin, ihren einseitigen Blickwinkel zu korrigieren und stattdessen die Beobachtung auf die Dynamik zwischen alkoholkranken Personen und co-abhängigen Personen zu richten. Auch wenn kein direkter Dialog zwischen alkoholkranken Personen und co-abhängigen Personen stattfand, konnte jedoch ein nonverbales, interaktives Geschehen beobachtet werden. Dies zeigte sich insbesondere durch die Wortmeldung einer co-abhängigen Person auf die Wortmeldung einer alkoholkranken Person. Die Forscherin stellte sich anfangs innerlich an die Seite der Angehörigen und Freunde alkoholkranker Personen. Deutlich wurde dies durch den unbewusst gewählten Platz an der Seite einer angehörigen Bezugsperson. Beim Erstellen des Protokolls konnte dieses Verhalten reflektiert und in der Folge verändert werden. Bewusst wählte die Forscherin in den folgenden offenen Meetings einen Platz an der Seite einer alkoholkranken Person und konnte so die Reaktion der co-abhängigen Personen auf die schonungslosen, sehr persönlichen Aussagen der alkoholkranken Personen beobachten. Auffallend war deren radikale Offenheit, mit der sie ihre Alkoholkrankheit und die begangenen Fehler ansprachen. Dies erfolgte durch eine authentisch durchgeführte

Analyse des eigenen Lebens mit Alkohol: zunehmender Verlust der Selbstbestimmung, Rettung durch die AA-Gruppe bzw. durch die „Höhere Macht“<sup>506</sup>.

Nach der teilnehmenden Beobachtung in den offenen Meetings konnte die Forscherin an sich bisweilen eine tiefe emotionale Erschöpfung konstatieren, was auch bei der Erfassung der Daten nochmals lebendig erfahrbar wurde.

### **1.3.1 Es wird erzählt – Ausblenden blinder Flecken**

Bereits Mitte November ermöglichte der Umstand, dass ein Al-Anon Mitglied Notizen während des Meetings machte, es auch der Forscherin, schon während des Meetings laufend Beobachtungen verschriftlichen zu können. Dies trug zu einer erheblichen Entlastung der Forscherin bei und führte zu einer Optimierung der beobachteten Daten in beiden Al-Anon Gruppen.<sup>507</sup> Da die Forscherin vollständig in die Gruppe integriert wurde, stand sie zunehmend vor der Herausforderung, aus der Innenperspektive als akzeptierte forschende Person die Außenperspektive auf das Phänomen Co-Abhängigkeit zu wahren. Im Laufe der teilnehmenden Beobachtungen in beiden Al-Anon Gruppen wurden folgende Punkte hinsichtlich des Al-Anon Programms, das sich als Genesungsprogramm versteht, auffällig.

Aufgrund mehrfach beobachteter wiederholter Erzählungen ein- und desselben Ereignisses mit beinahe identischem Wortlaut kam die Forscherin zu dem Schluss, dass dadurch lebensförderliches Handeln in co-abhängigen Beziehungen erschwert bzw. geradezu verunmöglicht werden könnte. Besonders auffällig war, dass solche Erzählungen bei so hoher wörtlicher Übereinstimmung von den Zuhörenden keinerlei Erinnerung an das bereits mehrmals Gehörte auslöste. Dieses Phänomen trat in beiden untersuchten Al-Anon Gruppen auf, wobei dies auch auf hinzukommende Mitglieder zutraf. Die Forscherin kam zu zwei Schlussfolgerungen. Erstens, in Ermangelung der Möglichkeit eines Dialoges fehlt eine wichtige Funktion in der Selbsthilfegruppe, nämlich die Möglichkeit, Anfragen stellen zu können und über das Erzählte zu reflektieren. Zweitens, zusätzlich zur teilnehmenden Beobachtung erscheint die

---

<sup>506</sup> Gott wird in den Selbsthilfegruppen der Anonymen Alkoholiker und der Angehörigen und Freunden von Alkoholikern mit den Termini „Höhere Macht“ oder „Höhere Kraft“ gleichgesetzt.

<sup>507</sup> Die Forscherin bat um die Erlaubnis, ebenfalls Notizen machen zu dürfen. Besonders wichtig erscheint hierbei die Erfassung wörtlicher Zitate. Dieses Verfahren ermöglichte es der Forscherin, die Datenerhebung, das Erstellen von Konzepten und Kategorien mit größtmöglicher Genauigkeit erfassen und protokollieren zu können.

Durchführung narrativer Interviews unerlässlich. Nicht auf diese Beobachtungen reagieren zu dürfen, stellte eine der größten Herausforderungen der Forscherin während des Feldaufenthaltes dar. Zwar wurde diese bisweilen am Ende der Sitzung aufgefordert, auch etwas zu erzählen. Die Möglichkeit, zu den Wortmeldungen Stellung zu beziehen, war jedoch nicht gegeben.

So beschäftigte die Forscherin zunehmend folgende Fragestellung: Versperrt diese Form der Deutung des erfahrenen Leides den Weg, neue Verhaltensformen zu erlernen? Handelt es sich hierbei nicht lediglich um einen Überlebensmechanismus, der eher einer Erstarrung ähnelt als einem lebensförderlichen Weg? Aus zahlreichen Beobachtungen verdichtete sich der Eindruck der Forscherin, dass dadurch positive Veränderungen in Richtung positiver Selbststand, Erfassen der real gegebenen Situation, insbesondere selbstbestimmtes und verantwortungsvolles Handeln erschwert werden und daher das Verbleiben in Co-Abhängigkeit begünstigt wird.

Das Beschreiten neuer Wege kann aus Sicht der Forscherin auch dadurch erschwert bzw. verhindert werden, dass massive Lebensprobleme einer transzendenten Macht, im Sprachspiel der Al-Anon Mitglieder, in die Zuständigkeit einer „Höheren Macht“ bzw. „Höheren Kraft“ übergeben werden. Es scheint, dass durch das eingenommene Gottesbild eines allmächtigen und befreienden Retters, der, wenn er es nur will, für Lösungen sorgt, ein Verharren in Ohn-macht eher befördert wird und dadurch der Selbst-stand erheblich verringert wird.

Bereits in der ersten Phase des Feldaufenthaltes in der Al-Anon Selbsthilfegruppe im Kardinal Köng-Haus, 1130 Wien, zeigte sich anhand der kontinuierlich ausgewerteten Daten die Notwendigkeit, die aus den zusammengefassten Codes erhobenen Kategorien mit den in einer weiteren Al-Anon Vergleichsgruppe explorierten Daten zu vergleichen. In der Folge zeigte sich auch die Notwendigkeit, mittels narrativer Interviews ergänzende Daten zur teilnehmenden Beobachtung hinsichtlich des Verhältnisses einer co-abhängigen Person zu sich selbst, zu Gott und zum Partner zu generieren.

Die Zusammenschau der Daten, der entwickelten Kategorien bis hin zur Ermittlung der Kernkategorien aus der teilnehmenden Beobachtung und aus den narrativen Interviews, dient dazu, die Zusammenhänge zwischen Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit näher aufzuzeigen.

Für die Durchführung der narrativen Interviews ist es notwendig, einen Blick auf das veränderte Verständnis der Forscherin nach der teilnehmenden Beobachtung zu werfen und den revidierten Ausgangspunkt darzulegen.

#### **1.4 Der revidierte Ausgangspunkt**

Das Vorverständnis der Forscherin bestand in der Annahme, in den Al-Anon Selbsthilfegruppen auf traditionelle Religiosität bzw. Nicht-Religiosität zu treffen. Diese Theorie stützte sich auf die Erkenntnisse aus dem Literaturstudium hinsichtlich der Bedeutung des Religiösen und Spirituellen und der Wirkung positiver bzw. negativer Gottesbilder. Einige Mitglieder der Al-Anon Gruppen erzählten über ihre persönliche Glaubensgeschichte, andere wiederum nicht. Die Notwendigkeit, auch biographische Daten zu erfassen, insbesondere Daten über die individuelle Religiosität zu erheben, um theologisch-ethisch reflektierte Wege aus der Co-Abhängigkeit aufzeigen zu können, zeigte sich bereits während der ersten Forschungsphase. In beiden Gruppen wurden negative Lebenserfahrungen nicht Gott angelastet, sondern durch Gebet, durch Meditation wurde Gott (Gott – „wie wir Ihn verstanden“<sup>508</sup>) um Verbesserung des Kontaktes zu ihm, um seinen Beistand und um Kraft zur Umsetzung der Zwölf Schritte gebeten. Im zweiten Schritt des Zwölf-Schritte-Programmes wird von einer Macht gesprochen, der es möglich ist, die geistige Gesundheit wieder herzustellen. Im fünften Schritt ist es hierfür erforderlich, Gott die Verfehlungen einzugestehen, um im sechsten Schritt, die Bereitschaft zu bekunden, von den Charakterfehlern befreit zu werden. Im siebenten Schritt erfolgt die demütige Bitte um Befreiung von Mängeln.<sup>509</sup>

Aus der Perspektive der Mitglieder der untersuchten Al-Anon Selbsthilfegruppen wurde deutlich, dass Gott bzw. die Höhere Kraft oder Höhere Macht nicht für das erfahrene persönliche und soziale Leid, das erlittene Elend, für Verzweiflung, erfahrenes Unrecht, soziale Isolation und auch nicht für mangelnde Liebeserfahrungen in der Herkunftsfamilie verantwortlich gemacht wird. Der Gottesbeziehung wird *die* rettende Kraft aus eben diesen Verhältnissen zugeschrieben. Zahlreiche Kodes aus der

---

<sup>508</sup> Dieses Zitat ist Bestandteil des 11. Schrittes des Zwölf-Schritte Programmes der Al-Anon Familiengruppen für Angehörige und Freunde von Alkoholikern.

<sup>509</sup> Al-Anon Familiengruppen für Angehörige und Freunde von Alkoholikern (Hg.) (2003): Wege zur Genesung. Al-Anons Schritte. Essen: Al-Anon Familiengruppen Interessensgemeinschaft e.V. mit Druckgenehmigung vom Weltdienstbüro, 3.

teilnehmenden Beobachtung zeigen auf, dass schmerzvolle Erfahrungen im Zusammenleben mit der alkoholkranken Person, in den meisten Fällen mit einem alkoholkranken Mann, in anderen Fällen die Sorge um einen alkoholkranken Sohn, aus der Sicht der Betroffenen Sinn und Richtigkeit hat. Folgende Kategorien können dies näher deutlich machen: Gott als letzter Rettungsanker der co-abhängigen Person, der helfende Gott in jeder noch so misslichen Situation, die Anwesenheit Gottes in tiefster Verzweiflung: „Der liebe Gott weiß, dass ich da bin, obwohl kein Hahn nach mir kräht.“<sup>510</sup> Gott als Wegweiser zur Selbsthilfegruppe Al-Anon, „Gott hat mich zu Al-Anon geführt“<sup>511</sup>, das habe ich Gott zu verdanken“<sup>512</sup>. Andere Mitglieder erzählen, dass „Gott gut ist“.<sup>513</sup> Das von den Mitgliedern der beiden Al-Anon Gruppen gezeichnete Gottesbild ist ein sehr positiv besetztes, das Gott einerseits als Retter aus negativen Grundeinstellungen bzw. aus verzweifelten Lebensumständen und oftmals einzigen Anker in höchster Verzweiflung erscheinen lässt. Gott wird zudem die Macht zugeschrieben, den alkoholkranken Angehörigen oder die alkoholkranken Angehörige aus dem Suchtkreislauf befreien zu können.<sup>514</sup> Das Gelingen des Durchbrechens der Alkoholabhängigkeit hängt von der Höheren Macht ab, ist die vertretene, gängige Ansicht: „Die Höhere Macht ist es, die dem Kranken hilft. Wie das geht, wissen wir nicht. Ob es gelingt oder nicht, hängt von dem da oben ab.“<sup>515</sup>

Ging die Forscherin am Beginn der Forschung<sup>516</sup> von der Unterscheidung liebende Gottesbeziehung versus verzerrte Formen von Gottesbeziehungen aus, so ist nach der teilnehmenden Beobachtung Folgendes zu vermerken: Auch eine liebende Gottesbeziehung kann verzerrte Formen aufweisen. Die Annahme, dass die Glaubensgeschichte im Laufe des Lebens reflektiert und neu fortgeschrieben wird, zeigte sich bei einer hohen Anzahl von Al-Anon Mitgliedern anhand folgender Hinweise. Erstens dadurch, dass Gott als Höhere Macht bzw. Höhere Kraft bezeichnet wird, wobei allerdings nicht von einem christlichen dreifaltigen Gottesbild ausgegangen wird. Zweitens wurde oftmals von einem in der Kindheit und Jugendzeit entstandenen

---

<sup>510</sup> Protokoll vom 12.09.2016, Meeting der Al-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>511</sup> Protokoll vom 03.10.2016, Meeting der Al-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>512</sup> Protokoll vom 03.10.2016, Meeting der Al-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>513</sup> Protokoll vom 03.10.2016, Meeting der Al-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>514</sup> Nähere Ausführungen zu diesem Gedankenansatz finden sich im Teil IV: Begegnung mit der Realität der Co-Abhängigkeit. 2 Teilnehmende Beobachtungen in ausgewählten Al-Anon Gruppen.

<sup>515</sup> Protokoll vom 20.03.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>516</sup> Vgl. hierzu: Teil I: Theoretische Grundlegung. 2.1.1 Gottesbild.

negativ besetzten Gottesbild und von negativen Erfahrungen innerhalb der Gemeinschaft der Kirche erzählt. Besonders deutlich wurde das ambivalente Verhältnis zur Katholischen Kirche und auch zu evangelikalen Gemeinschaften angesprochen. Demgegenüber wurde besonders die Höhere Macht bzw. die Höhere Kraft, auch Gott genannt, in Stellung gebracht. Dort läge der Ort der Hoffnung, der Rettung, der Zusage aus der Not und der Sinngehalt des bisher Erfahrenen, so die Mitglieder der untersuchten Al-Anon Gruppen. Die am Beginn der Forschung gestandene Annahme, in den Al-Anon Gruppen überwiegend kirchenferne Mitglieder anzutreffen, bestätigte sich jedoch nicht. Zu den Al-Anon Meetings kamen ebenso kirchennahe Personen, die an Gottesdiensten und an Exerzitien teilnehmen, umfangreiche Kenntnisse über das Wirken des Papstes Franziskus und über den Festkreis des Kirchenjahres haben und einige der kirchlichen Feste auch mitfeiern. Vielfach wurde betont, dass ein Großteil der Angehörigen alkoholkranker Familienmitglieder jedoch Liebe, Angenommen-Sein erst in einer Al-Anon Selbsthilfegruppe erfahren hatten.

*„Alles hat einen Sinn, was immer auch kommt. Ich fühle mich schon von Gott angenommen und geliebt. Die ersten Leute, die das auch getan haben, waren die Leute von Al-Anon.“<sup>517</sup>*

Die Forscherin schließt aus diesen Aussagen, dass das Phänomen Co-Abhängigkeit in christlichen Gemeinschaften zur Zeit noch kaum wahrgenommen werden kann. Dies verunmöglicht auch, einen pastoralen Raum für die seelsorgerliche Begleitung co-abhängiger Personen durch deren Nöte, Trauer und Leid zu eröffnen.

Zusammenfassend kann festgehalten werden, dass je nach religiöser Biographie und den in der Kindheit und Jugendzeit gemachten religiösen Erfahrungen, der Institution Kirche eher Skepsis entgegengebracht wird. Im Rückblick wird mit dieser ein eher negatives, angstbesetztes, strafendes Gottesbild verbunden. Demgegenüber wird im Rahmen des Al-Anon Genesungsprogrammes Gott als liebende, wohlwollende und rettende Höhere Macht bezeichnet, die sowohl die alkoholkranke Person als auch die co-abhängige Person liebt und Lebensaufgaben zuteilt. So berichtete eine Angehörige:

*„Das ist die Aufgabe, die mir Gott zugeteilt hat. Das ist mein Packerl, andere Leute erhalten andere Packerl, das ist mein Lebensgeschenk.“<sup>518</sup>*

---

<sup>517</sup> Protokoll vom 12.07.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>518</sup> Protokoll vom 12.07.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

Dieser Macht wird zugeschrieben, aus unheilvollen Verstrickungen retten bzw. der alkoholkranken Person einen Weg aus der Sucht aufzeigen zu können. Voraussetzung hierfür ist eine gelungene Umsetzung des Zwölf-Schritte-Programmes. Al-Anon Mitglieder legen ihr Leid, ihre Sorgen und Ängste vertrauensvoll in die Hände einer Höheren Macht, Höheren Kraft, auch Gott genannt. Die aus den Daten explorierten Kategorien zu Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe aus den teilnehmenden Beobachtungen verweisen auf Verschiebungen, diese gilt es durch narrative Interviews noch näher zu untersuchen und anschließend graphisch darzustellen.

Hieraus ergibt sich, dass die Impulsfragen für die narrativen Interviews so gestellt sein sollten, dass einerseits Aussagen und Deutungen zur Gottesnähe bzw. Gottferne, zum persönlichen Gottesbild und zur Beziehung zu sich selbst erhoben werden können. Zudem erscheint es ebenso wichtig, soziodemographische Daten zu erheben. Ziel ist es, aus den transkribierten Daten aus den narrativen Interviews mit Al-Anon Mitgliedern Codes, Kategorien und letztendlich Schlüsselkategorien zur Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe zu identifizieren und mit jenen aus der teilnehmenden Beobachtung zu vergleichen. Eine Zusammenschau der Schlüsselkategorien aus den teilnehmenden Beobachtungen und den narrativen Interviews kann abschließend zu einer verdichteten, in den Daten begründeten Theorie führen. Diese dient dazu, aus theologisch-ethischer Sicht, befreiende und vor allem lebensförderliche Schritte aus co-abhängigem Verhalten, zu ermöglichen.

In einem nächsten Schritt wird Einblick in die Ergebnisse aus der teilnehmenden Beobachtung gegeben, indem die wichtigsten aus den Daten explorierten Kategorien, die aus zahlreichen Codes ermittelt wurden, vorgestellt werden. Sie stammen aus den teilnehmenden Beobachtungen in zwei sich an unterschiedlichen Orten befindlichen Al-Anon Gruppen. Es wird versucht, anhand der generierten Kategorien aus dem Axialen Kodierungsverfahren und aus dem selektiven Kodierungsverfahren jene Schlüsselkategorien darzulegen, auf die sich möglichst viele Kategorien beziehen lassen.

## 2 Teilnehmende Beobachtungen in ausgewählten Al-Anon Gruppen

### 2.1 Axiales Kodieren

Nach der Kodierung der in den Meetings erhobenen Daten und der Erstellung von Konzepten wurde die Forschung in die nächste Phase überführt und mit dem axialen Kodieren begonnen. Der Prozess des axialen Kodierens dient dazu, die erhobenen Kategorien anhand eines Kodierverfahrens in schlüssiger Weise in Beziehung zu einander zu setzen, mit dem Ziel, sich dem Kern einer Theorie anzunähern. Bei diesem Arbeitsschritt wird jeweils eine Kategorie in den Mittelpunkt gestellt und unter unterschiedlichen Blickwinkeln beleuchtet. Die Forscherin legte drei Blickwinkel<sup>519</sup> fest: Ursachen für co-abhängiges Verhalten (Vergangenheitsbezug), Folgen co-abhängigen Verhaltens in der Gegenwart und Zukunftserwartungen. Das axiale Kodieren umfasste 44 Codes, die in oben beschriebener Weise anhand des vorgestellten Kodierparadigmas in den Blick genommen wurden.

Nachstehend werden die Ergebnisse aus dem Prozess des axialen Kodierens hinsichtlich der Beziehungen zu Gott, zu sich selbst und zum alkoholkranken Partner bzw. zur alkoholkranken Partnerin näher dargestellt. Zahlreiche Zitate ermöglichen einen detaillierten Einblick auf die Ergebnisse des axialen Kodierens.

#### 2.1.1 Ergebnisse aus dem Verfahren des axialen Kodierens

<i>Beziehung zu sich selbst</i>	<i>Beziehung zum alkoholkranken Partner/ zur alkoholkranken Partnerin</i>	<i>Beziehung zu Gott/ zur Höheren Macht/ zur Höheren Kraft</i>
Ohn-macht, Kapitulation	Wunsch, die Abhängigkeit zur alkoholkranken Bezugsperson zu durchbrechen	Rettung durch die Höhere Macht/Gott
Erzählung entlastet	Vor schwierigen Entscheidungen stehen: „Ich habe es nicht zusammengebracht, meinen Mann zu verlassen. Ich konnte mich auch nicht scheiden lassen.“ <sup>520</sup>	Der Glaube an Wunder: „Wunder ereignen sich, Gott wirkt Wunder.“ <sup>521</sup>
„Ich glaube an Gott, nicht an	Gebotene Hilfeleistung: „Was	Der gute Gott, der tröstet und

<sup>519</sup> Der Kontext, d.h. die jeweilige Al-Anon Gruppe, Ort, Mitgliederanzahl, ist anhand der nach den Meetings verfassten Protokolle nachvollziehbar. Das skizzierte Kodierparadigma des axialen Kodierens orientiert sich an den Frageimpulsen der narrativen Interviews.

<sup>520</sup> Protokoll vom 27.04.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>521</sup> Protokoll vom 19.09.2016, Meeting der Al-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

die römisch-katholische Kirche. Ich glaube an einen, der weiß, warum er das so macht, wie er das macht.“ <sup>522</sup>	macht man, wenn man jemanden liegen sieht? Man kann ihn doch nicht erfrieren lassen.“ <sup>523</sup>	Unheil abwendet
Energieverlust	Manipulation: Für den alkoholkranken Partner bzw. die alkoholranke Partnerin sorgen bzw. manipulieren	Hoffen auf das Eingreifen Gottes, einer Höheren Macht
„Meinen Wert bekomme ich von meinem liebenden Gott.“ <sup>524</sup>	Bezug zur Bibel: „Balken und Splitter, wie es in der Bibel steht. Ich will etwas bei ihm verändern, was ich bei mir verändern sollte.“ <sup>525</sup>	Dem Spirit folgen – „das erinnert mich, da wo zwei oder drei in meinem Namen beisammen sind, da bin ich mitten unter ihnen“ <sup>526</sup>
Zwischen Ohn-macht und Hoffnung auf Rettung	Eheleben: „Eheleben mit Computer, Tabletten und Computer.“ <sup>527</sup>	Gottes Eingreifen: „Er macht es anders als man glaubt, aber er macht es gut.“ <sup>528</sup>
„An erster Stelle steht, nicht ertragen müssen, sondern erleben dürfen.“ <sup>529</sup>	„In einem ständigen Auf und Ab leben.“ <sup>530</sup>	Sorgen Gott übergeben
Wunsch, das Leben zu meistern	Dem alkoholkranken Partner Gutes zusagen: „Du bist für mich nach wie vor der liebende, wertvolle und liebenswürdige Mensch.“ <sup>531</sup>	Gott als Verteiler des Schicksals
„Alles kommt, wie es kommen muss.“ <sup>532</sup>	„Co-Abhängige und Alkoholiker in einem Boot.“ <sup>533</sup>	„Was kommt, das kommt. Was einem bestimmt ist, das kriegt man.“ <sup>534</sup>
„Wir verlangen nach Bestrafung, nach Märtyrertum, nicht nach Heilung.“ <sup>535</sup>	An das Eheversprechen erinnern: in guten und in bösen Tagen die schwere Krankheit des trockenen, ehemaligen alkoholkranken Partners gemeinsam tragen	Gott teilt die Aufgaben zu
Hilflosigkeit: „Es hilft nur mehr das Gebet – nur streichen.“ <sup>536</sup>	Schwierige Kommunikation: Schwierigkeiten, sich konstruktiv mit dem Partner oder der Partnerin auseinanderzusetzen	Dankbarkeit gegenüber der Höheren Macht: „Ich weiß, dass ich alles der Höheren Macht übergeben kann und bin überzeugt, dass ich von

<sup>522</sup> Protokoll vom 30.11.2016, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>523</sup> Protokoll vom 03.05.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>524</sup> Protokoll vom 19.12.2016, Meeting der Al-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>525</sup> Protokoll vom 26.06.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>526</sup> Protokoll vom 31.10.2016, Meeting der Al-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>527</sup> Protokoll vom 26.07.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>528</sup> Protokoll vom 21.11.2016, Meeting der Al-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>529</sup> Protokoll vom 12.09.2016, Meeting der Al-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>530</sup> Protokoll vom 07.08.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>531</sup> Protokoll vom 09.08.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>532</sup> Protokoll vom 08.03.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>533</sup> Protokoll vom 26.06.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>534</sup> Protokoll vom 14.12.2016, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>535</sup> Protokoll vom 05.04.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>536</sup> Protokoll vom 10.04.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

		der Höheren Macht das Beste und Richtige bekomme.“ <sup>537</sup>
Machtlosigkeit aufgrund der Probleme, die im Zusammenleben mit einer alkoholkranken Person auftreten	Ratlosigkeit	Gott als Weg-weiser: „Der liebe Gott schickt mir die richtigen Tipps.“ <sup>538</sup>
Vorherbestimmtes Schicksal: „Es kommt wie es kommen muss.“ <sup>539</sup>	Fremdbestimmt agieren	Gottvertrauen: „Er weiß, was er tut – er oder der, die, das.“ <sup>540</sup>
Sich selbst vergessen – Fokus ist völlig auf die alkoholkranken Person gerichtet.	Verschmelzungsprozess	Gott-suche
Verlust des Selbststandes	Allmählicher Kontaktabbruch	Hinwendung zur Höheren Macht/Kraft/zu Gott
Machtlosigkeit dem ganzen Leben gegenüber	Ambivalente Gefühle	„Das Leben in die Hände der Höheren Macht geben.“

Tab. 2: Ergebnisse des axialen Kodierungsverfahrens aus der teilnehmenden Beobachtung

### 2.1.2 Deutung der Ergebnisse aus dem Verfahren des axialen Kodierens

Die Verstrickungen, in denen sich co-abhängige Personen häufig befinden, werden in den Kategorien hinsichtlich der Beziehung zu sich selbst besonders deutlich: Vernachlässigung der eigenen Wünsche und Bedürfnisse, mangelnder Selbstwert und vor allem die Ohnmacht gegenüber den Auswirkungen der Alkoholkrankheit des Partners bzw. der Partnerin. Insbesondere das belastende tägliche Auf und Ab im Zusammenleben belastet co-abhängige Personen so sehr, sodass ein Tiefpunkt erreicht werden muss, der einer Kapitulation gleichkommt und das Eingeständnis erfordert, ohne Macht zu sein, d.h. zuzugeben, dass das selbstständige Handeln massiv eingeschränkt ist. Der Selbstverlust wird zudem noch dadurch begünstigt, dass die Alkoholkrankheit des Partners bzw. der Partnerin stets im Mittelpunkt des Zusammenlebens steht. Jene, die nicht mehr gut für sich selbst sorgen können, sorgen bis zur Erschöpfung für die an Alkoholsucht Erkrankten. „Meinen Wert bekomme ich von meinem liebenden Gott.“, so lautet eine Kategorie, die veranschaulicht, dass in einer so leidvollen, belastenden und hoffnungslosen Lebenssituation, in der man sich selbst nicht mehr gut spürt, das soziale Umfeld die Ursache des Leidens oftmals nicht kennt. Sorgen, Belastungen und Verzweiflung werden auf die Höhere Macht/Höhere Kraft bzw. Gott geworfen. Überflutende Emotionen bestimmen oft die Gefühlswelt co-abhängiger Personen und wirken sich auf das Selbstverständnis aus. Angekommen an

<sup>537</sup> Protokoll vom 21.12.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>538</sup> Protokoll vom 11.01.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>539</sup> Protokoll vom 25.01.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>540</sup> Protokoll vom 15.12.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

einem absoluten Punkt der Verzweiflung, wenden sie sich an Gott, der auch als Höhere Macht oder Höhere Kraft bezeichnet wird: „Gott als Retter, als Tröster, als liebender Gott, als weg-weisender Gott“<sup>541</sup>. Alle Hoffnung wird auf ihn gesetzt und Belastungen und Sorgen ihm übergeben, im Vertrauen darauf, dass er bzw. die Höhere Macht/Höhere Kraft aus der Aussichtslosigkeit herausführen und alles zum Guten wenden wird.

Durch jene Kategorien, die Gott als Verteiler des Schicksals ausweisen, wird deutlich, dass die Beziehung des Menschen als von Gott Angesprochenem und die daraus resultierende Antwort des Angesprochenen oder der Angesprochenen in Freiheit<sup>542</sup> weitgehend ausgeblendet wird: „Was geschieht, soll geschehen – kein Mitspracherecht. Was kommt, das kommt. Was einem bestimmt ist, das kriegt man“ oder „Ich weiß, dass ich alles der Höheren Macht übergeben kann und bin überzeugt, dass ich von der Höheren Macht das Beste und Richtige bekomme.“<sup>543</sup> In diesen Äußerungen liegt eine große Emotionalität, vor allem Verzweiflung, Not und die eingeschränkte Handlungsfähigkeit werden deutlich. Sehr bedeutsam ist zudem, dass in den Al-Anon Gruppen von keinem einheitlichen Gottesbild ausgegangen werden kann. Auffällig ist einerseits die passive fatalistische Haltung Gott gegenüber, wie „Alles kommt, wie es kommen muss“, „Ich weiß, dass ich alles der Höheren Macht übergeben kann und bin überzeugt, dass ich von der Höheren Macht das Beste und Richtige bekomme“ und andererseits das gesetzte Vertrauen in einen allmächtigen, liebenden Gott, „Vom lieben Gott kommt nichts Co-Abhängiges“<sup>544</sup>, da er einer ist, der beschützt und sich der Bitten annimmt. Ob letztgenannte Kategorien auf ein im Glauben gegründetes Gottvertrauen oder lediglich auf eine pragmatische Dimension verweisen, kann zum Zeitpunkt der Auswertungen des axialen Kodierens noch nicht festgestellt werden. Möglicherweise können die in den narrativen Interviews generierten Daten hierzu neue Erkenntnisse liefern. Aus den aus der teilnehmenden Beobachtung generierten Kategorien kann jedoch eindeutig festgehalten werden, dass von den Al-Anon Mitgliedern keinerlei Aussagen über einen rächenden, strafenden Gott getroffen wurden.

---

<sup>541</sup> Vgl. hierzu: Tab. 2 Ergebnisse des Axialen Kodierungsverfahrens aus der teilnehmenden Beobachtung.

<sup>542</sup> Vgl. hierzu: Teil IV: Begegnung mit der Realität der Co-Abhängigkeit. Schritte der Untersuchung.

<sup>543</sup> Tab 2 Ergebnisse des Axialen Kodierungsverfahrens aus der teilnehmenden Beobachtung.

<sup>544</sup> Die Aussagen über die Beziehung zu Gott/zur Höheren Macht/Kraft sind der Tab. 2 entnommen.

Vielmehr lassen sich in Anbetracht der erhobenen Kategorien hinsichtlich des Gottesbildes zwei Tendenzen festhalten: das Gottesbild bzw. die Vorstellung einer Höheren Macht/Höheren Kraft verweist auf eine Beziehungserfahrung, die man als passiv-fatalistisch bezeichnen kann. Nachstehende Kategorien zeigen allerdings auch Spuren christlichen Glaubens, der von Liebe und Hoffnung geprägt ist, auf: „dem Spirit folgen – das erinnert mich, da wo zwei oder drei in meinem Namen beisammen sind, da bin ich mitten unter ihnen“. „Wunder ereignen sich“<sup>545</sup>. Es wird von einem Gott erzählt, der Wunder wirkt, tröstet und Unheil abwendet.

Wird in den Al-Anon Meetings von Gott gesprochen, so wird hinzugefügt Gott - „wie wir Ihn verstanden“. Mitglieder der untersuchten Al-Anon Gruppen reflektierten oftmals ihr bisheriges religiöses Leben in den Meetings. Festgehalten werden kann, dass Spiritualität unabhängig von kirchlichen Institutionen eine wichtige Rolle in deren Leben einnimmt. Der gemeinsame spirituelle Genesungsweg orientiert sich am Zwölf-Schritte-Programm.<sup>546</sup> Übereinstimmung herrscht darüber, dass eine über den Menschen stehende, höhere Existenz, die als Gott, Höhere Macht/Höhere Kraft bezeichnet wird, jene Instanz ist, der man alles, was man selbst nicht oder nicht mehr tragen kann, übergeben darf. Dieser Entschluss, willentlich alles Belastende einem für die Menschen sorgenden Gott, Gott - „wie wir Ihn verstanden“, vertrauensvoll übergeben zu können, ist im dritten Schritt<sup>547</sup> des Al-Anon Genesungsprogrammes angeführt.

Aus den Ergebnissen der Feldforschung kann hierzu noch hinzugefügt werden, dass in den untersuchten Al-Anon Gruppen der Begriff Gott sowohl mit dem Begriff Höhere Macht synonym als auch entgegengesetzt, aber auch unklar gebraucht wurde. Es werden daher die Formen des Gottesverständnisses nachstehend näher dargelegt.

<b><i>Kategorien: Begriff „Höhere Macht“ synonym mit dem Begriff „Gott“ gebraucht</i></b>
„Gott hat mich lieb, aber meinen Mann auch. Von einer atheistischen Haltung Zugang zur Höheren Macht gefunden. [...]“ <sup>548</sup>

Tab. 3: Synonymer Gebrauch der Begriffe „Höhere Macht und Gott“

<sup>545</sup> Die Zitate wurden aus der Tab. 2 Ergebnisse des Axialen Kodierungsverfahrens aus der teilnehmenden Beobachtung entnommen.

<sup>546</sup> Das Genesungsprogramm der Al-Anon Gruppen orientiert sich an der christlichen Tradition und hat sich aus dieser heraus entwickelt. Vgl. hierzu: Bell-D’Avis, Simone: Rettet Gott aus der Sucht?, 108.

<sup>547</sup> Dritter Schritt des Al-Anon Genesungsprogrammes: „Wir fassten den Entschluß, unseren Willen und unser Leben der Sorge Gottes – wie wir Ihn verstanden – anzuvertrauen.“ Al-Anon Familiengruppen (Hg.) (1997): Al-Anon Alateen Handbuch für Dienste. Teil 1, 5. Jegliche weitere Verwendung dieses Begriffes erfolgt anhand o.a. Zitation und wird in der Folge nicht explizit ausgewiesen.

<sup>548</sup> Protokoll vom 20.02.2017, Al-Anon Meeting im Kardinal-König Haus, 1130 Wien.

<b>Kategorien: Begriff „Gott“ in den untersuchten Al-Anon Gruppen</b>
„Vom lieben Gott kommt nichts Co-Abhängiges.“ <sup>549</sup>
„Ich kenn mich nicht mehr aus, was Gottes Wille ist. [...]“ <sup>550</sup>
„Taufe – eine Form des dritten Schrittes – das Leben in die Obhut Gottes abgeben“ <sup>551</sup>
„Gott spricht oft durch einen Mund – es fällt der Groschen – was jemand dringend braucht.“ <sup>552</sup>
„Dem lieben Gott eine Rolle geben“ <sup>553</sup>
„Wenn wir beten, hilft uns Gott.“ <sup>554</sup>
„Der liebe Gott hat es nicht gewollt, dass du stirbst.“ <sup>555</sup>
„Ich kann nur alles Gott abgeben.“ <sup>556</sup>
„Ich kann die ganze Sache Gott übergeben. Ich muss meine Kontrolle Gott übergeben, anders reagieren lernen.“ <sup>557</sup>
„[...] der liebe Gott wird es mir schon sagen [...]“ <sup>558</sup>
„Gott sei Dank bin ich gläubig. [...]“ <sup>559</sup>
„[...] Gott ist nicht wer, nicht wie, nicht wo, nicht wann, Gott ist.“ <sup>560</sup>

Tab. 4: Verwendung des Begriffes „Gott“ in den untersuchten Al-Anon Gruppen

<b>Kategorien: Begriff „Höhere Macht“ nicht synonym mit dem Begriff „Gott“ gebraucht</b>
Höhere Macht – ein enger Freund <sup>561</sup>
„Die Höhere Macht ist es, die dem Kranken hilft. [...]“ <sup>562</sup>
„Das Leben in die Hände der Höheren Macht geben.“ <sup>563</sup>

Tab. 5: Begriff „Höhere Macht“

<b>Kategorie: Der Wille der „Höheren Macht“</b>
„Keine Bitten mehr an die Höhere Macht – dein Wille geschehe. [...]“ <sup>564</sup>

Tab. 6: Der Wille der „Höheren Macht“

<b>Kategorie: Meine Macht/“Gottes Macht“/“Höhere Macht“</b>
„Was ist mein Teil?; Was ist Gottes Macht?- Teil der Höheren Macht?“ <sup>565</sup>

Tab. 7: Meine Macht/“Gottes Macht“/“Höhere Macht“

Die synonyme Verwendung erfolgt allerdings größtenteils unabhängig von einer kirchlichen Institution. Obwohl die Mehrheit der Mitglieder nicht oder nicht mehr praktizierende Christen sind, nehmen einige Mitglieder der untersuchten Al-Anon

<sup>549</sup> Protokoll vom 05.07.2017, Al-Anon Meeting in der Herz-Jesu Kirche, 1120 Wien.

<sup>550</sup> Protokoll vom 12.07.2017, Al-Anon Meeting in der Herz-Jesu Kirche, 1120 Wien.

<sup>551</sup> Protokoll vom 02.08.2017, Al-Anon Meeting in der Herz-Jesu Kirche, 1120 Wien.

<sup>552</sup> Protokoll vom 09.08.2017, Al-Anon Meeting in der Herz-Jesu Kirche, 1120 Wien.

<sup>553</sup> Protokoll vom 25.09.2017, Al-Anon Meeting im Kardinal-König Haus, 1130 Wien.

<sup>554</sup> Protokoll vom 20.03.2017, Al-Anon Meeting im Kardinal-König Haus, 1130 Wien.

<sup>555</sup> Protokoll vom 03.05.2017, Al-Anon Meeting in der Herz-Jesu Kirche, 1120 Wien.

<sup>556</sup> Protokoll vom 31.05.2017, Al-Anon Meeting in der Herz-Jesu Kirche, 1120 Wien.

<sup>557</sup> Protokoll vom 07.06.2017, Al-Anon Meeting in der Herz-Jesu Kirche, 1120 Wien.

<sup>558</sup> Protokoll vom 14.06.2017, Al-Anon Meeting in der Herz-Jesu Kirche, 1120 Wien.

<sup>559</sup> Protokoll vom 26.06.2017, Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>560</sup> Protokoll vom 09.08.2017, Al-Anon Meeting in der Herz-Jesu Kirche, 1120 Wien.

<sup>561</sup> Protokoll vom 29.03.2017, Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>562</sup> Protokoll vom 20.03.2017, Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>563</sup> Protokoll vom 07.08.2017, Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>564</sup> Protokoll vom 31.05.2017, Al-Anon Meeting in der Herz-Jesu Kirche, 1120 Wien.

<sup>565</sup> Protokoll vom 12.07.2017, Al-Anon Meeting in der Herz-Jesu Kirche, 1120 Wien.

Gruppen noch am religiösen Leben einer Pfarre teil, sei es durch Teilnahme am Gottesdienst, durch den freiwilligen Dienst im Pfarrcafé oder durch die Teilnahme an einer Wallfahrt oder Entrichtung eines Messstipendiums für eine Seelenmesse. Aktive Seelsorge im kirchlichen Bereich wird allerdings kaum in Anspruch genommen.

Obwohl nur wenige Al-Anon Mitglieder sich als traditionell religiös bezeichnen, fühlen sie sich von Gott (3. Schritt), liebend angenommen und vertrauen darauf, dass er ihre Not sieht und rettend einwirkt. Co-abhängige Personen sehen sich häufig selbst nicht mehr mit ihren Bedürfnissen und Lebenschancen. Sie werden nicht nur vom alkoholkranken Partner bzw. der alkoholkranken Partnerin in Phasen exzessiven Alkoholkonsums nicht mehr an-gesehen, sondern verlieren auch im Freundeskreis, im beruflichen Umfeld zunehmend ihr An-sehen. An-gesehen werden sie jedoch im Meeting, wo sie gemeinsam in der Gruppe ihre ganze Hoffnung auf jene Kraft, eine Höhere Macht, auch Gott, „wie wir Ihn verstanden“ genannt, setzen. Augenscheinlich wurde anhand der aus der Feldforschung erhobenen Daten, dass Kirche als Institution abgelehnt wird. Kirche als Gotteshaus ist wichtig, um dort Dank für überstandene schwierige Lebenssituationen zu sagen: „Der liebe Gott freut sich immer, wenn du kommst. [...]“<sup>566</sup> Offensichtlich ist für viele der Mitglieder der untersuchten Al-Anon Gruppen kirchliche Gemeinschaft kein Ort bzw. kein Ort mehr, an dem sie an-geblickt und ihre verzweifelte Lebenssituation wahrgenommen wird.<sup>567</sup> Einige Mitglieder der untersuchten Gruppe gaben an, ohne Bekenntnis zu sein, andere bekundeten ihr Interesse an buddhistischen Glaubensvorstellungen.

Für alle Al-Anon Mitglieder stellt das Sprechen des Gelassenheitsspruches<sup>568</sup> am Ende jedes Meetings ein überaus wichtiges Ritual dar und bietet zugleich eine Hilfestellung für den zu bewältigenden Alltag, sei es beruflich oder privat. Beendet wird das Meeting mit dem Satz: „Auf die nächsten 24 Stunden. Kommt wieder, es hilft.“<sup>569</sup>

---

<sup>566</sup> Protokoll vom 12.07.2017, Al-Anon Meeting in der Herz-Jesu Kirche, 1120 Wien.

<sup>567</sup> Mögliche Ursachen für die häufig nicht-wahrnehmbare Not co-abhängiger Personen in einer Pfarrgemeinde werden im Teil V: Wege aus der Co-Abhängigkeit. Interdisziplinäre Zugänge. 3 Theologisch-ethische Lösungsansätze im Hinblick auf Nächstenliebe und im Teil VI: Pastorale Ermöglichung behandelt.

<sup>568</sup> Al-Anon Gelassenheitsspruch: „Gott gebe mir die Gelassenheit, Dinge hinzunehmen, die ich nicht ändern kann, den Mut, Dinge zu ändern, die ich ändern kann und die Weisheit, das eine vom anderen zu unterscheiden.“ Al-Anon Familiengruppen (Hg.) (1997): Al-Anon Alateen Handbuch für Dienste. Teil 1, 38.

<sup>569</sup> Mit diesem Satz wurde jedes Meeting der untersuchten Al-Anon Gruppen beendet.

In einem nächsten Schritt wird versucht, anhand von 16 Kategorien aus dem axialen Kodierungsprozess Aufschluss über die Beziehung zum alkoholkranken Partner bzw. zur alkoholkranken Partnerin<sup>570</sup> zu geben. Die Beziehung ist vor allem durch die übergroße Sorge um den alkoholkranken Partner bzw. die alkoholkranken Partnerin bestimmt. Es handelt sich jedoch um eine Sorge, die die co-abhängige Person von ihrer inneren Kraft zunehmend abschneidet. Der Sog der Angst um das Leben des alkoholkranken Partners bzw. der alkoholkranken Partnerin kann allmählich die Liebe absorbieren. Ambivalente Gefühle entstehen, z.B. durch ein „Eheleben mit Alkohol, Tabletten und Computer“<sup>571</sup> und dem Druck, „in einem ständigen Auf und Ab“<sup>572</sup> leben zu müssen. Sorge und Manipulation gehen oftmals Hand in Hand, durchdringen das gemeinsame Leben mit einer Suchterkrankung, sodass je nach Intensität der belastenden Situation die Beziehung der co-abhängigen Person zu sich selbst von der partnerschaftlichen Beziehung nahezu aufgesogen wird. Folgende Zitate<sup>573</sup> sprechen implizit oben beschriebenes Dilemma an, nämlich dem alkoholkranken Partner bzw. der alkoholkranken Partnerin helfen zu müssen, auch wenn man an die Grenze des Leistbaren gelangt ist: „Ich habe es nicht zusammengebracht, meinen Mann zu verlassen. Ich konnte mich auch nicht scheiden lassen.“ „Was macht man, wenn man jemanden liegen sieht? Man kann ihn doch nicht erfrieren lassen.“ Gleichzeitig ist die Beziehung zur alkoholkranken Person durch erhebliche Schuldgefühle belastet. Schwere Vorwürfe, ausgesprochen oder nicht, veranlassen co-abhängige Personen nicht selten, zu folgendem Schluss zu kommen: „Balken und Splitter, wie es in der Bibel steht. Ich will etwas bei ihm verändern, was ich bei mir verändern sollte.“ Mit der alkoholkranken Bezugsperson können sie oftmals nur schwer offen kommunizieren, sich selbst können sie aufgrund von Streit und verletzenden Auseinandersetzungen oftmals nicht mehr liebevoll anblicken. Hin- und hergerissen zwischen einem Übermaß an Hinwendung zum Partner bzw. zur Partnerin und der Realisierung, dem nicht gerecht werden zu können, tritt zudem die große Gefährdung einer zunehmenden Selbstaufgabe bzw. Selbstanklage auf. Gelingende Interaktionen zwischen der co-abhängigen Person und dem alkoholkranken Partner bzw. der alkoholkranken Partnerin werden dadurch erheblich erschwert, bisweilen geradezu erstickt.

---

<sup>570</sup> An den wöchentlichen Meetings der Al-Anon Gruppen nahmen mehrheitlich Frauen teil.

<sup>571</sup> Dieses Zitat wurde aus Tab. 2 übernommen.

<sup>572</sup> Dieses Zitat wurde aus Tab. 2 übernommen.

<sup>573</sup> Die angeführten Zitate wurden aus Tab. 2 übernommen.

In einem weiteren Schritt, dem Schritt des selektiven Kodierens wird versucht, Schlüsselkategorien hinsichtlich Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit zu identifizieren. Diese Kategorien sind jene, die zum Kern einer Theorie führen, weshalb sie auch Kernkategorien genannt werden.

## **2.2 Selektives Kodieren**

### **2.2.1 Ergebnisse aus dem Verfahren des selektiven Kodierens**

Aus der Analyse der Daten aus der teilnehmenden Beobachtung kristallisierten sich drei Formen von Schlüsselkategorien heraus.

Die erste aus den Daten generierte Schlüsselkategorie bezieht sich auf das Selbstbild bzw. das Selbstverständnis co-abhängiger Personen. Co-abhängige Personen leben in einem ständigen Spannungsfeld der Überforderung, d.h. sie sind zwischen dem Wunsch, helfen zu wollen und nicht mehr helfen zu können, gefangen. Helfen erzeugt gute Gefühle, denn im Helfen wird die Liebe zur alkoholkranken Person ausgedrückt und dem eigenen Leben ein Sinn gegeben. Das eigene Leben wird jedoch nach und nach von den Bedürfnissen des alkoholkranken Partners oder der alkoholkranken Partnerin aufgezehrt und gleicht einer Gratwanderung zwischen Ohnmacht und dem intensiven Wunsch, gerettet zu werden. Verliert die co-abhängige Person allmählich ihre Kraft bzw. erkennt, dass die alkoholkrane Person sich selbst helfen muss, bricht ein wichtiger Teil des Selbstverständnisses weg. Dies kann zu einem schleichenden Selbstverlust führen. In der Folge wächst die Verzweiflung, treten physische und auch psychische Leiden auf: „Beachtung fühlt sich wie Beobachtung an. Auf mich als Person, als Individuum wurde nicht eingegangen, von daher habe ich meine Schilddrüsenunterfunktion.“<sup>574</sup> Dies hat zur Folge, dass co-abhängige Personen beginnen, nach dem Sinn des eigenen Daseins zu fragen, da das eigene Sein zunehmend als entfremdet empfunden wird: „Höllische Zustände erleben.“<sup>575</sup> „Man kommt sich selbst oft fremd vor, als wenn man mehrere Menschen in sich hätte.“<sup>576</sup> Nicht selten treten in dieser Phase selbst-zerstörerische Tendenzen auf, die auch zu Selbstmordgedanken führen können.

---

<sup>574</sup> Protokoll vom 14.06.2017, Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>575</sup> Protokoll vom 19.09.2016, Al-Anon Meeting im Kardinal-König-Haus, 1130 Wien.

<sup>576</sup> Protokoll vom 16.01.2017, Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

Bezüglich der Beziehung zu sich selbst im Kontext von Co-Abhängigkeit lässt sich folgende Schlüsselkategorie identifizieren: *„Hin- und Hergerissen zwischen Verzweiflung und Hoffnung“*

Die zweite aus den Daten generierte Schlüsselkategorie bezieht sich auf die Beziehung zum Nächsten bzw. zur Nächsten, d.h. zur alkoholkranken Person. Diese ist geprägt durch Mitgefühl, durch aufopfernde Hilfsbereitschaft, durch Erfinden von Ausreden für das Verhalten des alkoholkranken Partners bzw. der alkoholkranken Partnerin, durch Geheimhaltung und durch den Kampf gegen den Alkohol, der sich durch Kontrolle des Alkoholkonsums des Partners bzw. der Partnerin bzw. auch durch das Verstecken von Alkohol ausdrückt. Die Selbstlosigkeit der co-abhängigen Person wird von der alkoholsüchtigen, bisweilen auch selbst-süchtigen Bezugsperson ausgenutzt. Allmählich verliert sich der co-abhängige Partner bzw. die co-abhängige Partnerin<sup>577</sup> zwanghaft in den Lebensumständen des alkoholkranken Partners bzw. der alkoholkranken Partnerin. Aus Liebe wird kontrolliert, manipuliert und auch angeklagt, was wiederum schwere Schuldgefühle nach sich zieht, sodass es auch zu traumatisierenden Erfahrungen kommen kann. Viele der Mitglieder der untersuchten Al-Anon Gruppen stellten einen Bezug zu ihrem biographischen Lebenshintergrund her und sahen die Wurzeln ihres zwanghaften Wunsches, nämlich bedingungslos helfen zu wollen, in ihrer Kindheit verortet: „Ich bin immer wieder das verletzte, kleine Kind.“<sup>578</sup> Der Leidensdruck in der Beziehung erreicht jedoch bisweilen unerträgliche Dimensionen: „Was ist mit meinem Gehirn los? Angst, dass auch die Kinder Alkoholiker werden.“<sup>579</sup> Probleme werden vom familiären Umfeld und von der sozialen Umwelt in ihrem wahren Ausmaß selten wahrgenommen, beeinträchtigen aber erheblich das alltägliche Zusammenleben. So wurde vom Auftreten psychosomatischer Beschwerden, wie z.B. Angstzustände, depressive Verstimmungen und Schlafstörungen, Aggressionen sowie Angst vor Kontrollverlust berichtet. Die unermessliche Liebe zur alkoholkranken Person ist oftmals auch sehr angstbesetzt, da in vielen Fällen das Leben der alkoholkranken Person auf dem Spiel steht. Meist zieht der ungesunde Kreislauf von übergroßer Liebe und übergroßer Angst eine defiziente Form der Liebe zu sich selbst nach sich. Dennoch wird

---

<sup>577</sup> Co-Abhängigkeit hat sich in der teilnehmenden Beobachtung als weitgehend weibliches Phänomen dargestellt. Lediglich zwei Männer besuchten die Meetings, allerdings nicht regelmäßig.

<sup>578</sup> Protokoll vom 05.07.2017, Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>579</sup> Protokoll vom 30.01.2017, Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

aus den Daten ersichtlich, dass die Mehrheit der Al-Anon Mitglieder, weiblich und männlich, sich eine Trennung vom alkoholkranken Partner bzw. der alkoholkranken Partnerin nicht vorstellen können: „Ich habe es nicht zusammengebracht, meinen Mann zu verlassen. Ich konnte mich nicht scheiden lassen.“<sup>580</sup> „Einander helfen – Eheschwur. Das ist auch wichtig aufgrund des ehelichen Hintergrundes.“<sup>581</sup> In guten Zeiten wird eine Art „Verschmelzung mit dem alkoholkranken Partner“<sup>582</sup> erlebt.

Co-abhängige Person meistern ihr Leben, indem sie „nur im Heute leben“<sup>583</sup> und auf „ein besseres Morgen hoffen“.<sup>584</sup> Was konstant bleibt, ist die Hoffnung: „Man kann nur hoffen.“<sup>585</sup>

Laut Eigenaussage eines Al-Anon Mitglieds kommen zur Sorge um das Leben des Partners, zur aufopfernden Liebe und der Unmöglichkeit, sich in gesunder Weise abgrenzen zu können, auch der Groll hinzu: „Der Co ist voller Groll, er hat die gleichen Symptome wie der Alkoholiker.“<sup>586</sup> Es fällt bisweilen schwer, ehrlich mit dem Partner zu kommunizieren: „Die Ehrlichkeit gegenüber dem Alkoholiker hat mir nur geschadet – das mache ich jetzt nicht mehr.“<sup>587</sup> Die völlige Hinwendung zum Partner wird mit folgenden Worten beschrieben: „Das Leben als Co-Abhängige gleicht einer Gratwanderung.“<sup>588</sup> Liebe zum Nächsten wird mit folgenden Worten ausgedrückt: „Für andere sich aufzugeben, sich um andere zu kümmern, ist Liebe.“<sup>589</sup>

Folgende aus den Daten ermittelte Schlüsselkategorie bezeichnet die Beziehung zum Nächsten bzw. zur Nächsten: „*Aufgabe der Nächstenliebe fördert die Aufgabe des Selbst-bildes*“.

Die dritte aus den Daten generierte Schlüsselkategorie bezieht sich auf die Beziehung zu Gott. Schon das axiale Kodieren zeigte, dass die meisten Aussagen sich auf Gott, „wie wir Ihn verstanden“ beziehen. Angesichts der Kontaktarmut zu sich selbst und in

---

<sup>580</sup> Protokoll vom 27.04.2017, Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>581</sup> Protokoll vom 30.01.2017, Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien. Diese Aussage wurde von einem Teilnehmer getroffen.

<sup>582</sup> Protokoll vom 17.07.2017, Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>583</sup> Protokoll vom 27.04.2017, Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>584</sup> Protokoll vom 27.04.2017, Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>585</sup> Protokoll vom 02.08.2017, Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>586</sup> Protokoll vom 27.04.2017, Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>587</sup> Protokoll vom 20.02.2017, Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>588</sup> Protokoll vom 20.02.2017. Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>589</sup> Protokoll vom 07.06.2017, Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

Phasen exzessiven Trinkens auch zum alkoholkranken Partner bzw. zur alkoholkranken Partnerin, tritt die Sehnsucht nach einer rettenden Wende der stressbedingten Lebenssituation ein, die allzu oft vor dem sozialen Umfeld geheim gehalten wird. Allein, auf sich selbst zurückgeworfen, wird die Hoffnung auf eine transzendente Kraft gesetzt, die alles zum Guten wenden soll. Mangelnde Liebe zu sich selbst, nicht ausreichende liebevolle Wahrnehmung als Person durch die alkoholkrane Bezugsperson führen zu einer Haltung, die ein Großteil der Teilnehmerinnen an den Meetings der Selbsthilfegruppe Al-Anon einnahmen: „Ich kann nur alles Gott abgeben.“<sup>590</sup> oder „Gott schickt die Situationen, damit ich erkennen kann.“<sup>591</sup> oder „Ich kann die ganze Sache Gott übergeben. Ich muss meine Kontrolle Gott übergeben, anders reagieren lernen.“<sup>592</sup> Hoffnung und Vertrauen werden auf eine Höhere Macht gesetzt, auf eine Kraft, die die Möglichkeiten der co-abhängigen Person übersteigt: „Der liebe Gott wird es mir schon sagen, wann es zu entscheiden ist und wie.“<sup>593</sup> Die Verantwortung für das eigene Leben, die in unterschiedlichen Graden nur mehr partiell übernommen werden kann, wird auf jenen übertragen, der das tun kann, was man nicht mehr kann: „Bitte, hilf mir. Ich kann nicht, du kannst, dann tu.“<sup>594</sup> oder anders ausgedrückt „Ich kann nicht, er kann, also soll er.“<sup>595</sup> Die Beziehung zu dieser Kraft, die auch als Gott bezeichnet wird, weist eine von Co-Abhängigkeit freie Kommunikation auf: „Vom lieben Gott kommt nichts Co-Abhängiges.“<sup>596</sup> Der Glaube an die Höhere Macht schenkt Liebe, Schutz und Geborgenheit und „es braucht das Geschenk von oben. Man kriegt das von oben, was man braucht.“<sup>597</sup> Nicht immer klar scheint allerdings zu sein, inwiefern die co-abhängige Person Verantwortung für die Gestaltung des eigenen Lebens trägt: „Was ist mein Teil, was ist Gottes Macht, Teil der Höheren

---

<sup>590</sup> Protokoll vom 31.05.2017, Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>591</sup> Protokoll vom 31.05.2017, Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>592</sup> Protokoll vom 07.06.2017, Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>593</sup> Protokoll vom 14.06.2017, Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>594</sup> Protokoll vom 26.06.2017, Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

Die ersten drei Schritte des Al-Anon Programms bilden die Grundsäulen. Erster Schritt: „Wir haben zugegeben, daß wir Alkohol gegenüber machtlos sind und unser Leben nicht mehr meistern konnten.“ Zweiter Schritt: „Wir kamen zu dem Glauben, daß eine Macht – größer als wir selbst – uns unsere geistige Gesundheit wiedergeben kann.“ Dritter Schritt: „Wir faßten den Entschluß, unseren Willen und unser Leben der Sorge Gottes – wie wir ihn verstanden – anzuvertrauen.“ Al-Anon Familiengruppen (Hg.) (1997): Al-Anon Alateen Handbuch für Dienste. Teil 1, 5. Die ersten drei Schritte werden gleichgesetzt mit der Anforderung an Gott, „wie wir ihn verstehen“: „Bitte, hilf mir. Ich kann nicht, du kannst, dann tu.“

<sup>595</sup> Protokoll vom 19.07.2017, Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>596</sup> Protokoll vom 05.07.2017, Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>597</sup> Protokoll vom 12.07.2017, Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

Macht?<sup>598</sup> Wie wirkt sich dies nun im täglichen Leben co-abhängiger Personen aus? Es breitet sich das Gefühl des Beschütztseins aus: Glaube an Schutzengel und an den Schutz Gottes.<sup>599</sup> Der Glaube an eine rettende Macht schenkt Lebensorientierung, verhilft zu innerem Frieden. Die Einübung von Gelassenheit ermöglicht, zu innerer Ruhe zu gelangen und stärkt zudem das Vertrauen, loslassen zu dürfen. Schweres darf an die Höhere Macht bzw. an Gott, „wie wir Ihn verstanden“ abgegeben werden.<sup>600</sup>

Aus den generierten Daten wird jedoch auch deutlich, dass einige Mitglieder der Al-Anon Gruppen Gott, als einen verstehen, der Schicksal, d.h. Lernsituationen zuteilt: „Alles kommt, wie’s kommen soll – wie es uns zudedacht ist. Nur einen Tag nach dem anderen leben. Ich lebe nach dem Grundsatz, dein Wille geschehe.“<sup>601</sup> Gemeinsam ist allen Mitgliedern, der Glaube an eine liebende Höhere Macht, die weiser und handlungsfähiger als sie selbst ist und ihrem Leben neue Hoffnung und Kraft schenkt: „Das Leben in die Hände der höheren Macht geben.“<sup>602</sup> Da-sein, Nöte, Ängste, Verzweiflung, Ohn-macht werden in die rettenden Hände einer Höheren Macht gelegt. Erhofft wird die Sicherung der Existenz und eine Führung, die befähigt, das Richtige für den alkoholkranken Partner bzw. die alkoholranke Partnerin zu tun. Durch diese Form des Glaubens wird es für viele Al-Anon Mitglieder wieder möglich, Boden unter den Füßen zu gewinnen und auf die sie übersteigende Kraft in ihrem Leben zu vertrauen. Für viele bedeutet dies auch, dass sie im alltäglichen Leben mit unabänderlichen Gegebenheiten besser zurecht kommen bzw. den Slogan des Al-Anon Programms „das Wichtigste zuerst“<sup>603</sup> im Alltag umsetzen können. Der Glaube an Gott, „wie wir Ihn verstanden“ ist neben den Zwölf Schritten des Al-Anon Programms und den wöchentlichen Meetings ein wichtiger Anker ihres Lebens. Glaube, Liebe und Hoffnung sind zudem wichtige Säulen im Leben co-abhängiger Personen. Das Vertrauen auf die Höhere Macht bzw. auf Gott, „wie wir Ihn verstanden“ stützt sie bei der Bewältigung der täglichen Herausforderungen, die im Zusammenleben mit einer alkoholkranken Bezugsperson auftreten können, in hohem Maße. Diesem Vertrauensakt

---

<sup>598</sup> Protokoll vom 12.07.2017, Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>599</sup> Protokoll vom 17.07.2017, Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>600</sup> Diese Einstellung wird besonders deutlich im Gelassenheitsspruch, der am Ende jedes Meetings gemeinsam gesprochen wird, bevor die Gruppenmitglieder wieder in ihren Lebensalltag zurückkehren. Auch im Alltag, in schwierigen Lebenssituationen verhilft das Sprechen dieses Spruches zu mehr Gelassenheit und Ruhe.

<sup>601</sup> Protokoll vom 02.08.2017: Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>602</sup> Protokoll vom 07.08.2017: Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>603</sup> Auf diesen Slogan wurde oftmals in den Meetings der untersuchten Al-Anon Gruppen hingewiesen.

kommt daher eine wichtige rettende Funktion zu. Die Beziehung zur Höheren Macht bzw. zu Gott, „wie wir Ihn verstanden“ wird durch folgende Zuschreibungen besonders deutlich: liebend, rettend, wissend, weise, helfend, unterstützend, wunscherfüllend, Lektionen zuteilend und vor allem behütend und beschützend.

Aus der Datenanalyse hinsichtlich der Beziehung zu Gott im Kontext von Co-Abhängigkeit kann folgende Schlüsselkategorie festgelegt werden: „*Gott/Höhere Macht/Höhere Kraft als Rettungsanker*“

**Entwickelte Schlüsselkategorien aus den Daten der teilnehmenden Beobachtung**

<i>Beziehung zu sich selbst</i>	<i>Beziehung zum alkoholkranken Partner, zur alkoholkranken Partnerin, zum alkoholkranken Familienmitglied</i>	<i>Beziehung zu Gott</i>
Hin- und Hergerissen zwischen Verzweiflung und Hoffnung	Aufgabe der Nächstenliebe fördert die Auf-gabe des Selbstbildes	Gott/Höhere Macht/Höhere Kraft als Rettungsanker

Tab. 8: Schlüsselkategorien aus der teilnehmenden Beobachtung

**2.2.2 Deutung der Ergebnisse aus dem Verfahren des selektiven Kodierens**

Alle drei angeführten Schlüsselkategorien sind für beide untersuchten Gruppen gültig. Sie zeigen die Dilemma-Situation auf, in der sich co-abhängige Personen befinden. Diese sind auf der Suche nach einem heilenden Wort zu sich selbst, vom Partner und von Gott. Auf der Suche nach Liebe zu sich selbst und zum Partner setzen sie ihre Hoffnung auf Gott, auch Höhere Macht oder Höhere Kraft genannt. Eine große Sehnsucht liegt in der Hoffnung, Hilfe bzw. Rettung zu erfahren und an-gesehen zu werden. Die in Übermaß aufgeladene Verantwortung für die alkoholranke Bezugsperson kann aufgrund kontinuierlich zunehmender täglicher Belastungen häufig nicht mehr allein getragen werden. Ein-gespannt zwischen Verzweiflung, Bodenlosigkeit und Hoffnung bzw. gescheiterter Befreiungsversuche aus co-abhängigem Verhalten und zugleich auftretender Erstarrung scheint die Verantwortung in letzter Konsequenz auf Gott bzw. die Höhere Macht/Höhere Kraft übertragen zu werden. In nachstehender Graphik wird versucht, diesen Prozess zu veranschaulichen.

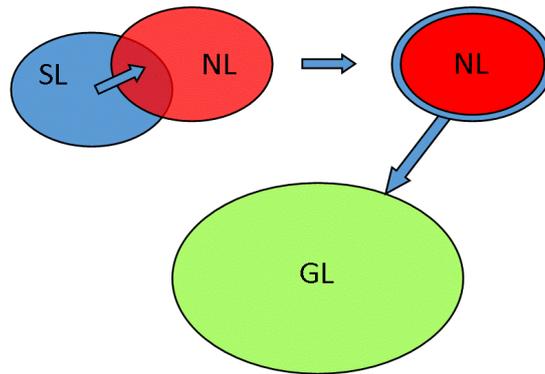


Abb. 2: Verschiebungsprozess von Selbst-, Nächsten- und Gottesliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit

In der teilnehmenden Beobachtung wurde von der Forscherin wiederholt wahrgenommen, dass belastend erlebte Situationen im Zusammenleben mit dem alkoholkranken Partner bzw. der alkoholkranken Partnerin mit beinahe identischem Wortlaut und ähnlicher Stimmlage in unterschiedlichen Meetings nochmals erzählt wurden. Die daran anschließenden Wortmeldungen der Hörenden ähnelten ebenso den Wortmeldungen aus vorherigen Meetings. Wie diese Beobachtung zu deuten ist, wird im geplanten Gespräch mit einer Expertin aus dem klinisch-psychologischen Bereich angesprochen werden.

In einem nächsten Schritt wird die Datengewinnung aus den narrativen Interviews beschrieben und das Verfahren der Datenanalyse nachgezeichnet.

### 3 Narrative Interviews

Sechs narrative Interviews<sup>604</sup> wurden zwischen Juli 2017 und September 2017 geführt. Die interviewten, weiblichen Personen mit ähnlichen Erfahrungen im Kontext von Co-Abhängigkeit sind unterschiedlichen Alters (geboren 1943, 1943, 1965, 1965, 1971 und 1982). Mit dem letzten durchgeführten Interview und der Teilnahme an einem abschließenden Meeting endete auch der Aufenthalt der forschenden Person im Feld.

---

<sup>604</sup> Vgl. hierzu: Teil III: Methodologie der empirischen Untersuchungen. 2.5 Narratives Interview.

Die Interviews fanden in unterschiedlichen Settings, d.h. Erzählsituationen statt: in der Wohnung eines weiblichen Al-Anon Mitglieds (Dauer: 25:03), im Garten des Kardinal König-Hauses in 1130 Wien (Dauer: 25:57), in einem Café in 1120 Wien (Dauer: 26:43), im Garten des Kardinal König-Hauses in 1130 Wien (Dauer: 26:43) und in den angemieteten Räumlichkeiten im Kardinal König-Haus, 1130 Wien (Dauer: 20:34, Dauer: 11:55, Dauer 7:47). Das unterschiedliche Setting wirkte sich insbesondere auf die Länge der Interviews aus. Dauerte das erste durchgeführte Interview noch 25 Minuten (25:03), so das letzte nur noch 7 Minuten (7:47). Zudem wurde es Anfang September zunehmend schwieriger, Termine für ein Interview zu fixieren. Die im Juli und August durchgeführten Interviews fanden in einer von Leichtigkeit geprägten Atmosphäre statt. Mit Anfang September änderte sich die Stimmung der interviewten Personen aufgrund zunehmender Belastungen. So musste Interview 5 am 04.09.2017 aufgrund einer belastenden Familiensituation abgebrochen werden und fand am 18.09.2017 in einem von Al-Anon gemieteten Raum des Kardinal König-Hauses, 1130 Wien, statt.

Die Audioaufnahmen wurden in kurzem Zeitabstand nach den geführten Interviews in eine schriftliche Form übertragen und versucht, die mündliche Erzählung möglichst exakt, d.h. gegenstandsangemessen festzuhalten. Beim Transkribieren muss

*„eine Fokussierung auf bestimmte Aspekte stattfinden. Diese Aspekte variieren je nach Forschungsziel bzw. intendierter Verwendung des Transkripts und der konkreten Situation.“  
[...] In vielen qualitativen Forschungszusammenhängen haben sich, nicht zuletzt aus Zeitgründen, einfache Transkriptionsregeln durchgesetzt.“<sup>605</sup>*

Die Forscherin entschied sich für das einfache Transkriptionssystem nach Dresing und Pehl: wörtliche Transkription, Übersetzung eines Dialektes ins Hochdeutsche, außer wenn dies nicht eindeutig durchgeführt werden kann. Ebenso werden keine Wortverschleifungen transkribiert, sondern der hochdeutschen Sprache angenähert. Syntaktische Fehler werden nicht korrigiert, Wortdopplungen erfasst, wenn sie die Wichtigkeit einer Aussage betonen. Nicht vollendete Sätze werden mit dem Zeichen / versehen. Punkte in Klammern zeigen an, wie lange die Sprecherin eine Pause gesetzt hat.<sup>606</sup> Die einzelnen Passagen sind durch die Kürzel „B1w, B2w, B3w, B4w, B5w oder

---

<sup>605</sup> Dresing, Thorsten / Pehl, Thorsten (2015): Praxisbuch Interview, Transkription & Analyse. Anleitungen und Regelsysteme für qualitativ Forschende. Marburg: Eigenverlag Marburg, 18.

<sup>606</sup> Vgl. ebd., 21.

B6w“ und „I“ gekennzeichnet. B1w bedeutet, dass die Befragte weiblich und als erste für das Interview zur Verfügung stand. Die Zahlen stehen für die Reihenfolge der durchgeführten Interviews. „I“ steht für die interviewende Person.<sup>607</sup> Zeitangaben sind folgender Weise ausgewiesen: #Stunde:Minute:Sekunde#, z.B. #00:01:01#. Die Sprechbeiträge werden durch eine Leerzeile getrennt. Emotionale Reaktionen, verbal oder nonverbal, werden nach der Äußerung festgehalten. Sehr stark betonte Aussagen werden in Großschrift angezeigt.<sup>608</sup>

In einem ersten Schritt wurden alle Interviews in vollständiger Länge wörtlich transkribiert, d.h. der Dialekt berücksichtigt, in einem zweiten Schritt ins Hochdeutsche übertragen. In einem dritten Schritt wurden alle Interviews anhand der Audioaufnahmen im Juni 2018 nochmals Korrektur gelesen und wichtige Passagen ausgewählt, die ins Hochdeutsche übertragen wurden.

### **3.1 Durchführung der narrativen Interviews**

Vor der Durchführung der narrativen Interviews wurde eine grundlegende Basis gelegt, indem der Zusammenhang der Trias Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe umschrieben wurde. Letztgenannte Begriffe wurden in folgende Begriffe übersetzt: Beziehung zu dir selbst, Beziehung zum Partner und Beziehung zu Gott. Zu Beginn des Interviews bedankte sich die Forscherin für die Teilnahme am Interview und stellte folgende drei Impulsfragen: *Wie würdest du die Beziehung zu dir selbst beschreiben? Wie würdest du die Beziehung zu deinem Partner beschreiben? Wie würdest du deine Beziehung zu Gott beschreiben?* Die Erzählenden teilten anschließend ihre Erfahrungen mit, indem sie den Erzählverlauf eigenständig strukturierten.

Im Anschluss wurden folgende Nachfragen gestellt: *Wie würdest du co-abhängiges Verhalten beschreiben? Wie stehst du zu der Aussage: „Gott liebt dich?“ Glaubst du, dass du dein co-abhängiges Verhalten gänzlich überwinden kannst? Wie stehst du dazu, dass man sich um seinen Partner kümmern soll? Könntest du dir dein Leben auch anders vorstellen? Welche wichtigen Wünsche an das Leben hast du?* Die Interviews wurden ohne Intervention der Interviewerin geführt, lediglich kurz auf Zwischenfragen

---

<sup>607</sup> Vgl. ebd., 22.

<sup>608</sup> Vgl. ebd., 25.

geantwortet. Das Ende des Interviews wurde von der interviewten Person eindeutig gesetzt und abschließend noch soziodemographische Daten erhoben.

In den narrativen Interviews gaben die interviewten Personen Einblicke in persönliche Deutungsstrukturen hinsichtlich Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe. Nachstehend werden ausgewählte Passagen aus den Einzelinterviews angeführt.

## **3.2 Transkription wichtiger Passagen aus den Einzelinterviews**

### **3.2.1 Narratives Interview 1 vom 13.07.2017**

Das Interview wurde am 13.07.2017 in der Wohnung der Befragten geführt.

I: #00:00:35# Wie würdest du die Beziehung zu dir selbst beschreiben? Wie würdest du die Beziehung zum Partner beschreiben, wie würdest du deine Beziehung zu Gott beschreiben? #00:00:45#

B1w: #00:00:50# Ja, die erste Frage. Wie würdest du die Beziehung zu dir selbst beschreiben. Ich würde sagen, im Großen und Ganzen bin ich mit mir selbst im Reinen. (...) Also ich habe gelernt, mich zu akzeptieren wie ich bin, mit jeder Stärke, mit jeder Schwäche. Und (...) mit jeder Stärke und mit jeder Schwäche heißt, wirklich mit jeder Stärke und mit jeder Schwäche. Nicht, dass ich mit den Schwächen wirklich so einverstanden bin oder so zufrieden bin oder auf die Stärken so stolz wäre, aber es ist einfach für meine Persönlichkeitsentwicklung irrsinnig wichtig gewesen, das einmal zu sehen, wer ich bin, wie ich bin und das also (stottert leicht) anzunehmen. #00:01:30#

B1w: #00:05:44# Es geht um das, sich selbst so anzunehmen wie man ist. (...) Und wenn man sich selbst so annehmen kann, wie man ist, und das hab ich wirklich gelernt (spricht leise und bedächtig), nicht dass das immer funktioniert und nicht, dass ich nie hadere, aber im Großen und Ganzen habe ich es gelernt und wenn man sich selbst so annehmen kann wie man ist, dann ist die Beziehung zu einem selbst auch gut. Deswegen würde ich sagen, meine Beziehung zu mir ist ausgeglichen und gut. Es gibt immer wieder mal Höhen und Tiefen, es gibt Sachen und Situationen, wo ich sage, da bin ich stolz, dass ich das so geschafft habe oder da freue ich mich jetzt echt, dass ich das so hinbekommen habe, es gibt auch Situationen, wo ich ehrlich sagen muss (spricht in tiefer Stimmlage), das hätte ich mir jetzt sparen können oder das hätte ich anders machen sollen, aber ich muss nicht dauerhaft böse sein und ich mich einfach jetzt so

nehme wie ich bin. Das einmal zur ersten Frage, wie würdest du deine Beziehung zu dir selbst beschreiben. #00:06:34#

B1w: #00:06:38# Zur zweiten Frage: Wie würdest du die Beziehung zum Partner bzw. zur Partnerin beschreiben? Da ist mir spontan ein Spruch eingefallen „Leben und leben lassen“. (...) mein Partner ist von der Wesensart her ziemlich konträr zu mir. Mein Partner ist eher introvertiert. Mein Partner ist einer, der eine lange Anlaufzeit braucht, wenn er jemanden kennenlernt, bis er sich öffnet, mein Partner ist einer, der sehr gut Small Talk beherrscht und oberflächliche Freundschaftlichkeiten austauschen kann, aber, der (...) jemanden sehr schwer in die Tiefe lässt, der (...) auch sehr viele Barrieren hat, bevor er wen an sich heranlässt, im Gegensatz zu mir, ich bin ein viel offener Mensch, (...) der Vorteil, mein Partner hat auch gegenüber mir Stärken, er ist zum Beispiel wesentlich diplomatischer wie ich, er ist friedfertig und freundlich, das bin ich hoffentlich auch, da sind wir uns hoffentlich ähnlich (lacht). Aber er, er hat natürlich auch wie jeder Licht- und Schattenseiten, wo immer Licht ist, da ist auch Schatten, was ich vorher gesagt habe zu meiner Persönlichkeit, wie ich mich beschreiben würde, wenn man sich selbst annehmen kann, wie man ist, dann ist die Beziehung zu einem selbst gut, genau so sehe ich das in der Partnerschaft. #00:07:52#

B1w: #00:10:19# So gesehen, beschreibe ich meine Partnerschaft als sehr gut, weil mein Partner auch so ist und in der Hinsicht glaube ich, denk ich, so ähnlich denkt wie ich und mich auch so lässt wie ich bin. Mein Partner bemäkelt nicht das an mir, was meine Schwächen und schlechte Eigenschaften sind, und ich habe einige und ich bemäkele das nicht an ihm, weil ich weiß, er macht das nicht mir zu Fleiß, ist halt so, er ist der Mensch, der er ist und bei ihm ist zum Beispiel eine gewisse Trägheit und eine gewisse Antriebslosigkeit und manchmal auch, dass er ein bisschen länger braucht, um in die Gänge zu kommen und so. #00:10:53#

B1w: #00:12:16'# Wie würdest du deine Beziehung zu Gott beschreiben? (...), ist auch im Reinen, im Großen und Ganzen, also (...), ich weiß, er ist der Chef. Das ist meine Beziehung zu Gott, ich weiß, er ist der Chef. Ich betrachte eher so mein Leben. Wenn ich mein Leben wie einen Film betrachte, (...) betrachte ich Gott als Regisseur und mich als Regieassistenten. Ich bin der, der sagen kann, Herr Regisseur, bitte das gefällt mir jetzt gar nicht, was Sie da jetzt für eine Szene geplant haben, vielleicht, ich würde das so oder so umschreiben. Was ist, was halten sie davon, könnte man das so machen

(...)?, so kann ich mit Gott verhandeln (...), aber wohlwissend, dass er der Regisseur ist und bleibt. Würde das so oder so umschreiben. Was ist, halten Sie was davon? Könnte man das so machen? So kann ich mit Gott verhandeln, aber, aber wohlwissend, dass er der Regisseur ist und bleibt. #00:13:12#

I: #00:13:22# Dann haben wir diese drei Fragen. Dann würde ich sagen, kommen wir zu den Nachfragen. Du hast gesagt, du bist nicht co-abhängig. Also fällt diese Frage weg. Kommen wir zum zweiten Teil der Frage: Wie würdest du aus deiner Sicht, aus deinen Erfahrungen, die du gewonnen hast in der Al-Anon Gruppe, co-abhängiges Verhalten an sich beschreiben? #00:13:28#

B1w: #00:14:26# Co-abhängiges Verhalten (spricht langsam und bedächtig). (...) ist meistens auch ein manipulatives Verhalten. Ich kenne kaum ein co-abhängiges Verhalten, wo nicht auch Manipulation oder zumindest versuchte Manipulation, ob es gelingt oder nicht, ist eine andere Sache, dabei ist. Es geht bei co-abhängigem Verhalten darum, dass man, ob es stimmt oder nicht, glaubt, es für den anderen besser zu wissen glaubt. Für einen anderen eine Lösung zu wissen, einen Weg zu wissen, glaubt zu wissen, wie er das machen soll oder was er tun oder unterlassen soll, (...) und (...) und das Manipulative ist, dass man den Menschen dann dazu bringen will, so zu handeln, egal ob mit Worten oder Überredung, sei es jetzt mit Daten, mit Drohgebärden, mit was auch immer, mit Geschenken, mit allem Möglichen, womit man halt manipulieren kann, mit Sex, mit Gewalt, mit allem, womit man halt manipulieren kann. Und das ist jetzt co-abhängiges Verhalten in meinen Augen. #00:15:25#

I: #00:15:28# und wie könnte man das überwinden aus deiner Sicht? Also, wo ist, wo liegt der Schlüssel zur Lösung von Co-Abhängigkeit? #00:15:38#

B1w: #00:15:39# Der Schlüssel zur Lösung von Co-Abhängigkeit liegt darin, sich auf sich selbst einzulassen und sich selbst kennenlernen zu wollen. Co-Abhängigkeit hat ja den Vorteil für den Co-Abhängigen, dass es den Blick auf sich selbst verdeckt. Wenn sich der Co-Abhängige immer mit dem Anderen beschäftigt oder (...), es ist, Co-Abhängigkeit ist wie eine Substanzabhängigkeit oder Handlungsabhängigkeit. Es ist nichts anderes. #00:16:02#

B1w: #00:17:12# Inventur ist immer Bestandsaufnahme vom Jetzt-Standpunkt und das (...), ich finde die Inventur ist ein ideales Mittel, co-abhängiges Verhalten zu

überwinden, weil Inventur macht möglich, den Fokus vom andern weg auf sich selbst zu lenken und man erkennt, dass man bei sich selbst auch Handlungsbedarf hat.  
#00:17:35#

B1w: #00:18:53# Wenn man sich dann selber kennengelernt hat und annehmen kann (mit sehr hoher Stimme), kann man sich auch wieder dem anderen zuwenden, aber, man wird nie wieder in dieses Ausmaß von Co-Abhängigkeit reinfallen oder nicht.  
#00:19:05#

I: #00:19:33# Wie stehst du dazu, dass man sich um einen alkoholkranken Partner kümmern soll und gibt es Grenzen? #00:19:39#

B1w: #00:19:40# Kümmern, es kommt jetzt immer darauf an, was ist Kümmern? Also, das muss ich jetzt definieren, was Kümmern ist. Heißt das jetzt /

I: #00:19:54# im Sinne von Nächstenliebe #00:19:56#

B1w: #00:19:57# Liebe schadet nie, Liebe schadet nie, aber bei mir ist Kümmern und Nächstenliebe etwas Anderes. #00:20:05#

B1w: #00:21:57# Für mich, ist das auch bei meinem „Kümmere ich mich oder kümmere ich mich nicht?“, Kriterien, wie verhält sich der Alkoholiker. Wenn ich sehe, es ist ein Mensch, der (...) den Herrgott, sag ich einmal, einen guten Mann sein lässt und mich sein Leben meistern lässt und fröhlich vor sich hin lebt und seine Sucht ausleben kann, ist das eine andere Situation als wenn jemand dem Alkohol gegenüber so machtlos ist, dass er einfach nicht dagegen ankann, trinken muss und ohnehin selbst darunter am meisten leidet. Da, wichtig ist da aus meiner Sicht, dass mein Handeln nicht manipulativ für den Alkoholiker ist, dass ich nicht etwas tue oder unterlasse, um zu belohnen oder zu bestrafen. Das ist das Wichtigste. #00:22:36#

I: #00:23:01# Könntest du dir dein Leben auch anders vorstellen? #00:23:03#

B1w: #00:23:07# Die Frage verstehe ich nicht. Ich verstehe die Frage nicht. #00:23:13#

I: #00:23:17# Das würde heißen, dass es vielleicht, (...) andere Träume gibt oder dass man sich vorstellt, das Leben würde sich anders entwickeln oder etwas, das unbedingt noch wichtig wäre im Leben, das aber noch nicht da ist. Es geht so in Richtung Zukunftshoffnungen. #00:23:40#

B1w: #00:23:41# Ich kann Wünsche haben für die Zukunft, ich habe Pläne, wo ich mir sage, das würde ich gerne noch machen, ja, das sehr wohl, aber das ist für mich nicht, „Könntest du dir dein Leben auch anders vorstellen“, weil die Frage würde für mich bedeuten, anders als es jetzt ist und „pfhh“, das ist die Frage: Was wäre wenn, erlaubt oder nicht? #00:24:01#

I: #00:24:58“ Gibt es irgendwelche wichtigen Wünsche, die du an das Leben hast? #00:25:01#

B1w: #00:25:02# Lieben und geliebt werden. #00:25:03#

*Soziodemographische Datenerhebung:*

Geburtsjahr: 1971

Familienstand: verheiratet

Kinder: zwei

Religionszugehörigkeit: keine

Schulbildung: Volksschule, Hauptschule, Polytechnischer Lehrgang, Lehre

Gelernter Beruf: Einzelhandelskaufmann

Ausgeübter Beruf: Großhandelskaufmann

Dauer des Interviews: 25:44

### **3.2.2 Narratives Interview 2 vom 17.07.2017**

Das Interview wurde im Garten des Kardinal König-Hauses aufgenommen.

I: #00:00:42# Meine ersten drei Fragen sind: Wie würdest du die Beziehung zu dir selbst beschreiben? Wie würdest du die Beziehung zu dir sehr nahestehenden Personen beschreiben? Wie würdest du deine Beziehung zu Gott beschreiben? #00:00:58#

B2w: #00:01:01# Meine Beziehung zu mir selbst, ich denke, da hab ich einfach noch viel zu lernen. Ich glaube, dass ich teilweise weiß, was mir gut tut und was ich gern mag und was ich nicht mag, aber oft weiß ich es nicht, ich würde sagen, ich schwimm so im Leben dahin und ich, ich, ich wurschtle mich dahin. #00:01:24#

B2w: #00: 01:50# Ich denke mir manchmal, dass ich, bei Leuten, die mich interessieren und die ich mag oder so, dann draufkomme, die sind einfach nicht so interessiert an mir, wie ich an ihnen. Ja, also ich, mir hat einmal eine Therapeutin gesagt: Ich glaube, ihre Beziehungs- und Kontaktfähigkeit ist ein Entwicklungsgebiet und ich glaube schon,

dass ich das unterschreiben kann. Meine Mutter, das hat mich einmal erschreckt, also die ist Hausfrau, hat gesagt , „Ich möchte nicht mehr als Frau geboren werden“ und das habe ich zwar nicht kommentiert, aber ich denke, das ist schon so, (seufzt). Ich glaube, mein Vater, der getrunken hat, lange Zeit, jetzt Gott sei Dank, nach der Darmkrebsbehandlung nicht mehr aktiv, dass sie vielleicht oft Angst gehabt hat in der Beziehung. #00:02:57#

B2w: #00:03:15# Jetzt die zweite, wie würde ich meine Beziehung zu mir nahestehenden Personen beschreiben? Ich kenne ja nur meine, sage ich jetzt mal meine Familie, wo Alkohol ein großes Thema ist, ich will es jetzt nicht zu groß machen, aber ich kenn keine andere Familie, wo ich aufgewachsen bin und ich habe sicher gute und schlechte Sachen da erfahren, aber das hat mich einfach geprägt. #00:03:15#

B2w: #00:04:1# Bei meinem Vater (spricht langsamer), Mutter – ich glaube, ich habe eine typisch co-abhängige Beziehung, dass ich mich einfach viel kümmere um die und es mir dabei oft schlecht geht, einfach, weil ich überfordert bin. Ich überfordere mich freiwillig selber, sage ich einmal (schnell gesprochen). #00:04:28#

B2w: #00:05:00# Es ist einfach anstrengend, sage ich einmal für mich und darum weiß ich schon und ich bin dann, obwohl es mir bewusst ist, ich gehe ja schon lang in Al-Anon in eine Selbsthilfegruppe für Angehörige von Alkoholkranken (...), dass ich da oft ungerecht auch bin, also vom Kopf her weiß ich, ich könnt mich zurücknehmen, aber wie ich es im Meeting schon oft gehört habe, ich glaube, wenn ich vor Ort bin, dass es dann besser läuft. Teilweise wird es stimmen, aber teilweise glaube ich, ist es nicht gut, weil alle, alle leiden. Mein Vater sagt: Du bist eine „Zwidawurzn“ oder so, oder meine Mutter hat mir tatsächlich letztes Wochenende gesagt, ja du bist so wie meine Taufpatin, also die, die ist auch so ein Ich-Mensch, denkt nur an sich. Aber sie hat das schon mehr im Negativen gemeint (erhobene Stimme) und das hat mich auch irgendwie wieder betroffen gemacht, weil ich mir denke, ich tu eh viel für meine Familie. #00.06:04#

B2w: #00:07:00# Ich denke mir auf der anderen Seite, ich bin froh, dass ich MEINE ELTERN NOCH HABE und seit ich zu Al-Anon gekommen bin, denke ich irgendwie, am Anfang vor allem, besonders zu Weihnachten nicht oft so, so richtig familienmäßig gefeiert worden ist (spricht schneller), mein Vater, nicht einmal betrunken nach Hause gekommen ist zu Weihnachten, bin auch zu Weihnachten, wie ich schon in der Gruppe

war, allein mit AAs in einem Meeting gegessen, weil's zu Haus „Ramazamba“ gespielt hat (...), aber solange es meine Eltern gibt, ich wohne allein, habe keinen Partner, bin schon /. #00:07:48#

B2w: #00:09:00# Ja, okay, da bin ich schon noch froh, dass es sie noch gibt, da tu ich mich oft absichtlich in die Kindrolle begeben (9:07) und ich denke mir, wenn kann ich denn „anjeiern und anjammern“, wenn nicht meine Eltern. Das ist die eine Seite und, und, und, ja und auf der anderen Seite denke ich, ja, es ist ein Geschenk schon, dass man nicht allein ist, ich sag jetzt einmal, trotz Problematik und Familienkrankheit Alkoholismus oder aufwachsen musste, oder so. #00:09:39#

B2w: #00:09:56# Dritte Frage: Wie würde ich meine Beziehung zu Gott beschreiben? Ich habe das Glück gehabt, dass ich, glaub ich, schon da aufgewachsen bin in einem, sagen wir einmal so, christlichen Umfeld. Also meine Eltern sind beide katholisch. Mein Vater würde sich eher als Atheist bezeichnen, er sagt immer, da gibt es nichts. #00:10:16#

B2w: #00:10:56# Meine Großmutter, also seine Mutter, ist wieder streng katholisch gewesen, das, so, so, so und (...) also die ist jetzt schon über zwanzig Jahre verstorben. #00:11:01#

B2w: #00:12:16# Wo ich wohne, bin ich relativ regelmäßig in die Kirche gegangen, vorher, Sonntag- oder Samstag Vorabendmesse. Jetzt gibt es bei uns schon lang nur mehr ein Mal im Monat Messe und ich glaube, dass ich da hingeführt worden bin zu Al-Anon, weil gesagt hat es mir niemand, und, und, und, ich glaube einfach, dass mir schon (...) über das Bitten (spricht sehr langsam) oder um das, worum ich gebetet habe oder über Verzweiflung oder über das Wenden an jemanden und dass ich da dann Hilfe bekommen habe und auch annehmen konnte. #00:12:59#

B2w: #00:13:15# Da habe ich einmal in Deutschland, glaube ich, in Süddeutschland auf einer Kirche den Spruch gelesen, da ist ein Rosenkranz abgebildet, und da stand: „Beten ist die radikalste Form, sich einzumischen.“, da habe ich mir gedacht, na, das ist schon schön stark, das und dann habe ich mir gedacht, soll ich um etwas beten, soll ich nicht (erhobene Stimme). Eigentlich weiß der liebe Gott ohnehin alles besser, ich kann ihm ja nicht Vorschriften machen und mich einmischen. „Pfh“, das finde ich hart, wirklich, weil ich denke mir, auf der anderen Seite, meine Schwester, die ja aktiv trinkt, sie ist ein

Jahr älter als ich und meine Eltern, die das hautnah mitbekommen, weil sie zu Hause wohnt. Ich denke mir oft, ich bin da machtlos und ich denke mir, was kann ich tun für sie? Ich kann nichts tun, außer sie ins Gebet einschließen oder sagen wir oder ich habe das Gefühl, ich powere mich sonst noch mehr aus, wenn es jemand nicht einsieht, dass was nicht gut läuft und sich nicht helfen lässt, weil ich glaube, als Angehörige kann man sowieso nicht immer so gut helfen (...), glaube ich nicht, dann (...) denke ich mir, ist für mich ein Trost, bevor ich gar nichts mache, denke ich, einmal am Tag empfehle ich sie dem lieben Gott. #00:14:37#

I: #00:16:07# Wie würdest du co-abhängiges Verhalten beschreiben? #00:16:13#

B2w: #00:16:24# Wenn ich glaube, ich kann vieles managen und erledigen, ohne mich geht es nicht. #00:16:31#

B2w: #00:17:30# Wenn ich es bei meinem Vater nicht gemacht hätte, dass ich gesagt hätte, du nimmst jetzt die Termine wahr, wäre da gar nichts gegangen. Er würde, er, weil er es nicht versteht, wie ernst das ist oder auch, wie ich es „eh“ erzählt habe, dass ich mitgehe, was ich früher nicht gemacht habe, wenn er alle heiligen Zeiten einmal zu einem Zeltfest geht, weil er dann, weil ich weiß, es funktioniert nicht, obwohl der Wille da ist, keinen Alkohol trinkt. Also das ist bestimmt co-abhängig (...), aber / das ja, ich denke mir, das muss nicht immer schlecht sein. #00:17:53#

I: #00:17:56# Gott liebt dich. Glaubst du, dass du dein co-abhängiges Verhalten überwinden kannst? #00:18:01#

B2w: #00:18:02# Glaube ich nicht, dass ich es je überwinden kann. Glaube ich, ehrlich gesagt, nicht. Vielleicht, dass ich mich eher zurückhalten kann. Ich glaube nicht, dass ich von einer co-abhängigen in eine nicht-co-abhängige Person (...) mich ändern kann. Es wird sicher Muster geben, die ich nie ganz ablegen werde. Vielleicht wäre es besser, dass ich es mir schneller bewusst werde, aber glaube ich nicht. #00:18:32#

I: #00:18:33# Wie stehst du dazu, dass man sich um sehr nahestehende Personen kümmern soll? #00:18:37#

B2w:#00:18:40# Wenn ich, aus meinem vollsten Wissen und Gewissen meine, dass es zum Besten ist, was zu tun ist, dann ist es, finde ich, wichtig sogar, dass ich was mache. #00:18:54#

I: #00:18:56# Könntest du dir dein Leben auch anders vorstellen als es jetzt ist?  
#00:19:00#

Bw2: #00:19:02# Ich stelle es mir oft nicht anders vor, ich habe oft nur Momente, wo ich mir denke, na ja, wieso bin ich schon so lang Single und wieso gibt es keinen (...) Mann an meiner Seite, keinen Partner und dann (...) denk ich wahrscheinlich, dass ich einerseits hohe Ansprüche habe. #00:19:24#

I: #00:21:07# Welche wichtigen Wünsche an das Leben hast du? #00:21:09#

B2w: #00:21:18# Ja, vielleicht finde ich trotz, trotz meines fortgeschrittenen Alters, (...) ein, einen, einen Partner finde und vielleicht, ich habe einmal gelesen, wenn man sich etwas so sehr wünscht, dann ist das nicht gesund, ich weiß es nicht. Ich denke jetzt nicht jeden Tag oder so dran, aber irgendwie komm ich wieder an das Thema, irgendwie. Und, und, wahrscheinlich ist es ja auch kein Traum, gibt es auch Höhen und Tiefen und würde mir gar nicht so gefallen (lacht), aber ich glaube, ich wünsche mir oft was, was ich jetzt nicht habe. #00:22:01#

B2w: #00: 22:46# Und ich bin allein eher so zauderlich oder so, so zögerlich, bis ich, weil ich nicht wirklich jemanden habe, der mich motiviert, muss ich mich selbst motivieren. Jetzt mit der Wallfahrt, wo ich vorher gesagt habe, wo ich die Möglichkeit habe, 3. 4. bis 7. August nach Maria Zell mitzugehen, da motiviert mich meine Mutti schon. #00:23:08#

Bw2: #00:24:24# Und dass mir das Leben, das klingt abstrakt doch gut gesinnt ist. Einige wenige wird es ja geben. Ich denke mir manchmal auch, der Peter Rapp sagt, immer wenn er, einmal im Jahr gibt es am Zentralfriedhof ein, eine, eine Veranstaltung mit Musik und er sagt, er hat inzwischen am Zentralfriedhof mehr Freunde als, als, als unter den Lebenden (lacht herzlich), und ich denke mir das auch manchmal, wirklich gut gesinnt sind wenige, aber ja (...), (nachdenklich). Im Grunde (...) ist das „eh“ okay, wenn ich mich allein durchschlagen kann. Ich wünsche mir, dass ich nicht so (...), so ängstlich und zögerlich bin, wie ich oft bin, dass ich mir mehr zutraue, das wünsche ich mir auch, ja danke. #00:24:58#

*Soziodemographische Daten:*

Geburtsjahr: 1965

Familienstand: ledig

Kinder: nein

Religionszugehörigkeit: römisch-kath.

Schulbildung: HAK-Matura, Schwesternschule

Gelernter Beruf: Schwester

Ausgeübter Beruf: Psychiatrische Schwester

Dauer des Interviews: 25:57

### **3.2.3 Narratives Interview 3 vom 19.07.2017**

Das Interview wurde in einem Café in 1120 Wien geführt. In einer entspannten Atmosphäre wurden die Fragen ausführlich beantwortet.

I: #00:01:01# Wie würdest du die Beziehung zu dir selbst beschreiben? Wie würdest du die Beziehung zu deinem Partner beschreiben und wie würdest du deine Beziehung zu Gott beschreiben? #00:01:11#

B3w: #00:01:14# Gar nicht so einfache Fragen (lacht). Okay, dann beginnen wir mal mit der Beziehung zu mir selbst. (...) die ist auf jeden Fall, auf jeden Fall hat sich die sehr verändert in den letzten eineinhalb Jahren, seit ich die Zwölf-Schritte Gruppen besuche (...), es war eigentlich seit meiner Kindheit so, dass ich sehr auf andere Leute fokussiert war (1:49). Also, ich bin, ich habe eine ältere Schwester, ich war die Kleine, bin es bis heute noch (lacht), das bleibt einfach immer so, und ja, es war als Kind immer schon so, ich war einfach eher ruhiger und angepasster und so und das ist halt auch immer gelobt worden und gefördert worden, usw. und ich war sehr früh so, dass ich immer auf die anderen geschaut habe, dass ich mich immer angepasst habe, mir überlegt habe, was andere Leute glücklich macht und mich dann auch so verhalten habe, um andere glücklich zu machen und auszugleichen, usw. (...). Dadurch habe ich, glaube ich, nie so (...) eine wirkliche Beziehung zu mir selbst aufgebaut, weil ich immer viel mehr mit allen anderen Leuten beschäftigt war als mit mir, ja (...), hat dann im Erwachsenenalter, auch wieder dazu geführt, dass ich mich oft vergessen habe und, und meine Bedürfnisse, ich habe dann eine Beziehung gehabt, die recht ungesund war zu einem gewalttätigen Partner und habe da jahrelang ausgeharrt, parallel dazu habe ich mich in einem Job komplett verausgabt, weil es ja, weil ich irgendwie, scheinbar nicht die Fähigkeit hatte, auf mich selber zu schauen, irgendwie die Beziehung zu mir selber zu pflegen und (...) ja, bin dann, habe dann Gott sei Dank sowohl die Beziehung beendet als auch das Arbeitsverhältnis (lacht), einfach (...) aus dem Grund heraus, dass

es, dass ich am Boden war, also es ist irgendwie nicht mehr gegangen. Ja, jetzt habe ich, kurze Zeit später, bin ich mit meinem Partner zusammengekommen, mit dem ich jetzt noch zusammen bin (spricht schneller), der ein Suchtproblem hat. Also ja, da (...) hätte wahrscheinlich jemand mit einer guten Beziehung zu sich selbst, vielleicht lieber gleich am Anfang die Finger davon gelassen, möglicherweise. Und habe mit dem Partner anfangs, auch einiges durchgemacht und bis ich dann eigentlich über ihn, zu CoDA<sup>609</sup> gekommen bin und erst da, habe ich dann irgendwie begonnen, irgendwie mich um mich selber zu kümmern, mich um die Beziehung zu mir selber zu kümmern und habe einmal damit begonnen, irgendwie mich damit auseinanderzusetzen, was brauche ich eigentlich, was will ich, was tut mir gut, was gefällt mir und zwar unabhängig davon, ob das irgendjemand anderen gefällt.#00:05:02#

B3w: #00:05:54# Also ich arbeite seit einiger Zeit (...) sehr intensiv an der Beziehung zu mir selber (lacht) und (...) das tut auch (...) wirklich gut. Also, ich bin jetzt schon sicher wesentlich gesünder, als ich es vor zwei Jahren war, das merke ich selber auch. Die, meine Lebensqualität hat sich wirklich enorm verbessert, seit ich mich selber um mich kümmere und nicht nur um die anderen. Gut, dann komm ich zur Beziehung, zu meinem Partner. #00:06:29#

Bw3: #00:06:30# (...) Auch die hat sich sehr geändert (lacht), auch durch das Zwölf Schritte Programm (lacht), es ist, es war so, dass ich irgendwie zwar im Kopf gehabt habe, man kann niemanden retten, der süchtig ist, aber (...) ich habe es halt trotzdem versucht. Ja, ich habe all die Dinge, die klassischen Fehler gemacht, die man, ja, Drogen gesucht und weggeschmissen und Diskussionen geführt, und (...) ja, Fehler wieder ausgebügelt, alles das, was man in der Al-Anon Literatur liest, was eher kontraproduktiv ist (lacht einige Sekunden, während sie spricht), alles hab ich gemacht. Und ja, bin dann wirklich irgendwann echt schon am Ende gewesen, und es, ja, ich habe (zögert), habe mir immer gedacht, warum schaffe ich es nicht, dass mein Partner nüchtern wird (...) und mittlerweile weiß ich, dass ich das nicht schaffen kann (lacht), dass nur er das schaffen kann (lacht) und es hat sich jetzt mittlerweile schon einiges geändert, also, das geht halt Zug um Zug. So wie sich die Beziehung zu mir selbst ändert, ändert sich auch die Beziehung zu meinem Partner, weil ich jetzt, das ist nicht

---

<sup>609</sup> CoDA ist eine Selbsthilfegruppe für Co-Abhängige.

ganz einfach, aber ich bin dabei zu lernen, ihn einfach selber sein Leben leben zu lassen.  
#00:08.28#

B3w: #00:09:17# Das ist etwas, das so logisch klingt, was ich mir aber oft selber ins Bewusstsein (lacht) rufen muss, ja, er ist ein erwachsener Mensch, er kann denken, er hat auch das Recht dazu, seine eigenen Entscheidungen zu treffen, auch wenn die mir jetzt, möglicherweise nicht gefallen und (...) ja, das macht die Beziehung harmonischer. Mein Partner ist jetzt, derzeit nüchtern. Ich hoffe, das bleibt so. Wir wohnen jetzt aber „mittlerweile“ getrennt. Also wir haben ja zusammengewohnt und ich bin dann nach dem letzten Rückfall ausgezogen, was sicher für uns beide die beste Entscheidung war, weil es mir dadurch wesentlich leichter fällt, ihn sein Leben zu leben und ich /, auf mich zu konzentrieren und ja, ja, ihm fällt es dadurch auch leichter, nicht mir einfach alle Verantwortung zu übertragen, weil Abhängige und Co-Abhängige finden sich irgendwie immer so, das ergänzt sich einfach so wunderbar (lacht während sie spricht) aber in ungesunder Weise. #00:10:34#

B3w: #00:11:54# Wenn wieder mal wer fragt, warum ich mit jemandem zusammen bin, der solche Probleme hat, das, ja das könnte ich mir ja einfacher machen, aber ich habe noch nie einen solchen Partner gehabt, mit dem ich so eine, so ehrliche, offene Kommunikation geführt habe und das ist einfach, ja etwas sehr Besonderes, was ich nicht so aufgeben will, so was, ja, das Spezielle an ihm ist und auch das Spezielle an der Beziehung. #00:12.30#

Bw3: #00:13:49# So, meine Beziehung zu Gott, das ist schwierig, weil ich das selber für mich noch nicht richtig herausgefunden habe (lacht, während sie spricht). Also formell bin ich ohne Bekenntnis (...) und es ist so, dass ich immer schon an das Schicksal oder an eine Art von Höhere Macht geglaubt habe, aber jetzt nicht so dieser (...), ja, nicht der Glaube der, der der Bibel entspricht, also es ist eher (...), ja, dass das nicht ganz Konkrete. Ja, aber, ich war mir eigentlich schon als Jugendliche, habe ich mir schon gedacht, das ist immer noch so, dass es da schon irgendwas Höheres gibt als ist, dass irgendwie so, die irgendwie Rahmenbedingungen festlegt, die Dinge, die man nicht entscheiden kann, ja, die, nicht nur über Leben und Tod. #00:14:52#

B3w: #00:17:03# Ich glaube schon, dass das damit zusammenhängt, dass ich (...) von meiner Grundeinstellung her glaube, dass es eine Höhere Macht gibt, ich glaube irgendwie, dass Leute, die sagen, „na“, es gibt einfach nur mich und die anderen

Menschen, und es liegt allein in meiner Hand, was passiert (...), ich glaube, dass sich die schwerer tun, positive Dinge zu sehen oder gelassener zu bleiben. #00:17:33#

B3w: #00:18:07# Ich bin nicht der Meinung, dass es, dass die Tiefe des Glaubens immer davon abhängt, wie oft man in die Kirche geht, sondern (...) wie meine Lebenseinstellung ist. (...) Und da geht es, glaube ich auch viel darum, wie man mit anderen Menschen umgeht, (...) und das ist ja, glaube ich ja sogar, soweit ich weiß, in den meisten Religionen gültig, ja, dass man in den meisten Religionen eine Form von Nächstenliebe leben soll. Behandle den anderen so, wie du selbst behandelt werden willst. Das sind irgendwie so Lebensgrundsätze, die man glaube ich, unabhängig von einer Glaubensrichtung leben kann. Ich würde nicht sagen, dass ich ungläubig bin, nur weil ich ohne Bekenntnis bin. #00:18:58#

I: #00:19:02# Wie würdest du Co-Abhängigkeit kurz beschreiben? #00:19:06#

Bw3: #00:19:08# (lacht) Aus meiner Sicht der Dinge, in kann es nur so beschreiben wie ich es bei mir wahrnehme und da ist es ja fast schon eine Kontrollsucht. Ich versuche immer das Leben anderer Leute zu managen. Ich spreche ihnen damit, ja, die eigene Entscheidungsfähigkeit ab. Also, bei mir ist es so, dass ich, ja, dass es mir, in meinen Ver /, Verhaltensweisen ist es immer so, dass ich versuche, dass ich mich um andere zu kümmern / und zwar um Dinge zu kümmern, um die sie sich selber kümmern können. #00:19:54#

I: #00:20:26# Wie stehst du zur Aussage „Gott liebt dich.“? #00:20:29#

Bw3: #00:20:31# Das glaube ich, sofern man Gott jetzt mit einer Höheren Macht gleichsetzt. Ich glaube das tatsächlich, eben weil bisher in meinem Leben alles gutgegangen ist. Also, ja, ich habe ja schon brenzlige Situationen erlebt, sei es im Straßenverkehr, wo ich vielleicht irgendwie nicht aufgepasst habe, wo ich mir gedacht habe, „puh“, das hätte ins Auge gehen können. Als Kind hatte ich mal einen Reitunfall, der wirklich schief hätte gehen können. Ja, ich habe wirklich schon oft Glück gehabt im Leben und alles, was so passiert ist, hat mich immer irgendwie immer nach vorne gebracht. Wenn es auch im Moment nicht, nicht gleich erkennbar war (lacht), war, aber es war so, ich würde schon so sagen, dass meine Höhere Macht mich liebt. #00:21:26#

I: #00:21:27# Glaubst du, dass du dein co-abhängiges Verhalten überwinden kannst? #00:21:31#

B3w: #00:21:31# Ich glaube, dass es mich immer beschäftigen wird. Das sehe ich irgendwie ähnlich wie die Suchtkrankheit, wo es so ist, dass es einem ein Leben begleitet, ich glaube, so ist das bei der Co-Abhängigkeit auch, aber ich sehe, dass es immer besser wird, zumindest so lange ich daran arbeite, ich in die Gruppen gehe und mich mit dem Thema beschäftige, da habe ich /, da sehe ich schon jetzt, nach eineinhalb Jahren, dass ich wirklich große Fortschritte gemacht habe und ich glaube schon, dass ich zu einem Punkt kommen kann, wo ich mich /, zumindest nur noch wenige co-abhängige Verhaltensweisen an den Tag lege oder nur noch selten. #00:22:30#

I: #00:22:31# Wie stehst du dazu, dass man sich um seine Angehörigen kümmern soll, um die Menschen, die einem sehr nahe stehen, um Menschen, die man liebt? #00:22:39#

Bw3: #00:22:40# Ja, mit dem Kümmern ist das immer so eine Sache (lacht, während sie diesen Satz spricht), (lacht weiter), das ist genau mein Thema. Ich glaube, es ist wichtig, dass man da die Balance hält. #00:22:52#

Bw3: #00:23:28# Ich glaube da ist, da ist es sehr schwierig die Balance zu halten und das habe ich selber noch nicht so ganz herausgefunden, weil ich mir denke, Gott, jetzt indem mir klar wird, dass ich mich zu viel in das Leben anderer eingemischt habe, denke ich mir jetzt, nehme ich mich jetzt vielleicht manchmal zu viel heraus, da glaube ich, da ist jetzt für mich, jetzt noch recht schwierig eine Balance zu finden. #00:23:57#

I: #00:23:55# Könntest du dir dein Leben auch anders vorstellen? #00:23:58#

Bw3: #00:24:00# Ja (lacht einige Sekunden laut). Ja ich könnte es mir anders vorstellen, ich weiß auch nicht, ob mein Leben so bleibt wie ich es jetzt führe. Es ist irgendwie nicht so, dass ich /, viele Leute in meinem Alter haben ihre Lebensplanung irgendwie bereits fixiert, Partner, Kinder, Haus, Schulden, wie auch immer und ich weiß noch gar nicht, ob das Leben wie ich es jetzt führe, hier, wo ich wohne, den Job, den ich habe, ob es das ist, was es immer sein wird. Ich kann mir durchaus auch vorstellen, irgendwo im Ausland zu leben, zumindest für eine Zeit, also ja, ich kann mir mein Leben auch anders vorstellen. #00:24:50#

I: #00:24:51# Welche wichtigen Wünsche an das Leben hast du? #00:24:53#

Bw3: #00:24:54# Wichtige Wünsche, ja, auf jeden Fall Gesundheit, was sich jeder /, das ist sicher das erste, Gesundheit für mich und für die Menschen, die mir wichtig sind. (...) Glück, Glück jetzt in Form von glücklich zu sein und ja den Mut zu haben, auch die Entscheidungen zu treffen oder die Wege einzuschlagen, die mich glücklich machen. #00:25:29#

*Soziodemographische Daten:*

Geburtsjahr: 1982

Familienstand: ledig

Kinder: nein

Religionszugehörigkeit: ohne Bekenntnis

Schulbildung: FH Abschluss im IT-Bereich

Gelernter Beruf: FH Abschluss im IT-Bereich

Ausgeübter Beruf: IT-Bereich

Dauer des Interviews: 26.43

### **3.2.4 Narratives Interview 4 vom 07.08.2017**

Das Interview wurde in einem von Al-Anon gemieteten Raum des Kardinal König-Hauses, 1130 Wien geführt. Das Interview fand in einer gelösten und angenehmen Atmosphäre statt, wurde jedoch durch ein Al-Anon Mitglied kurz unterbrochen.

I: #00:00:032# Die erste Frage lautet: Wie würdest du die Beziehung zu dir selbst beschreiben? Die zweite Frage: Wie würdest du die Beziehung zu deinem Partner beschreiben? und die dritte Frage: Wie würdest du deine Beziehung zu Gott beschreiben? #00:00:45#

B4w: #00:00:46# Ja (lacht), also das sind schwierige Fragen. Das muss man erst sickern lassen. Wie würde ich die Beziehung zu mir selbst beschreiben? Also (...) an und für sich, ja, (...) muss ich sagen, ah, dass das wie Tag und Nacht ist seit ich zu Al-Anon gehe und davor, weil (...) oder wieder zu Al-Anon gehe, seit einem Jahr. Weil wenn man lange nicht geht, man verliert diese Dinge und es kommt wieder ein Verhalten zurück, das, das ungesund ist (erhobene Stimme). #00:01:24#

B4w: #00:01:53# Ja, das heißt, ja, ich mag mich eigentlich, auch seit Al-Anon wieder und (...) wie soll ich sagen, der Unterschied ist der, davor kann ich auch nicht sagen,

dass ich das Gefühl hatte, mich nicht zu mögen, das hatte ich ja nicht, aber ich habe mich immer nur im Spiegel der anderen mögen.#00:02:09#

B4w: #00:02:20# Ich habe die letzten Jahre meinem Mann eigentlich gar nicht mehr dieses /, ganz so viel die Gewalt gegeben, dass er es mir zerstören kann, weil es gab noch einen anderen Mann, der mir das Gefühl gegeben hat, wertvoll zu sein. Aber ich war nur abhängig von anderen, nur von der Liebe von außen und (...) zu mir selber hab ich kein Gefühl gehabt, jetzt ist es eigentlich anders (...) oder es fühlt sich anders an.  
#00:02:48#

B4w: #00:02:50# Zu meinem Partner hat sich die Beziehung (...), also auch wieder durch Al-Anon stark geändert, weil ich davor (...) ihn eigentlich entweder (...), viele Jahre habe ich ihn abgöttisch geliebt, dann hab ich ihn angefangen zu hassen, wegen dem Alkohol und dann war es ein Hin und ein Her und irgendwann habe ich mich gefühlsmäßig gegen ihn abgeschottet und ja (...), deswegen war er mir dann auch nicht so wichtig, aber ich habe mich von jemand anderen ziemlich gefühlsmäßig abhängig gemacht. Wie ich dann, (..) das beendet gehabt habe und eigentlich mit meinem Mann die Beziehung wiederaufbauen wollte, da ging es wieder in eine total co-abhängige Beziehung rein. #00:03:35#

B4w: #00:04:57# In einer co-abhängigen Beziehung überschreitet man die Grenzen zueinander total und das haben wir gemacht, er mit seinem Alkoholismus und ich mit meiner Kontrolle. Ich wollte alle seine Gedanken wissen, ich habe mich nur sicher gefühlt, wenn ich alles über ihn weiß und das (...), ja, hab ja gemeint, das wird mir die Sicherheit geben oder und jetzt habe ich die Sicherheit nicht mehr im Partner, ich habe es auch nicht mehr im Partner, es ist nicht mehr so wichtig, es ist nicht mehr dort und (...) seither kann ich auch meinen Partner auch so akzeptieren wie er ist, weil er war ja nie haargenau so wie ich ihn wollte. Irgendwas hat mir immer nicht, also nicht, immer, irgendwas war immer, was mir nicht gepasst hat und jetzt (...), also wir sind fast dreißig Jahre zusammen, muss man jetzt schon sagen (lacht) und ja, ich habe sehr viel aussetzen gehabt und das muss ich sagen, ist seit letztem Jahr, jetzt wird es fast ein Jahr, dass ich wieder Al-Anon gehe, dieses Gefühl habe ich nicht mehr, also dass mir so Kleinigkeiten an ihm nicht taugen, also er ist, ich sehe ihn als eigenständige Persönlichkeit und das (...) /. Am Anfang in Al-Anon habe ich sogar geglaubt, dass, weil die Beziehung davor total co-abhängig war, habe ich sogar geglaubt, habe ich

sogar geglaubt, habe ich meine Liebe zu ihm verloren. Das hat sich ganz grauslich angefühlt, weil wenn man von dem Co-Abhängigen in eine nicht mehr abhängige Beziehung geht, dann fühlt sich das erstmal wie nichts an und bis es sich dann zu einem total angenehmen selbstständigen Gefühl der Liebe eigentlich wieder kristallisiert hat, ja. #00:06:51#

I: #00:06:53# Wie würdest du deine Beziehung zu Gott beschreiben? #00:06:54#

B4w: #00:06:54# Ja, puh, ha (lacht herzlich), gute Sache, also Gott war vor zwanzig Jahren für mich nicht existent, war kompletter Atheist, war damals ja schon in Al-Anon, eben dann mit vielen Pausen und habe meine Beziehung damals, hätte meine Beziehung, ja, da war gar „nix“, da war nichts. Durch Al-Anon habe ich eigentlich Gott kennengelernt, habe dann gemeint, es gibt Gott, war so überzeugt, dass nur Gott dieses Wunder damals, dass mein Mann damals trocken geworden ist, da waren einige Dinge, die ich wirklich als Wunder und als Zwiesprache mit Gott empfunden habe und das hat mich so überzeugt und danach bin ich auch über, ja ich sag halt Zufall oder was auch immer, war es Führung, keine Ahnung in eine, so eine Freichristengemeinde gekommen und das war wirklich gut und hat mir total /, war wie nach Hause kommen eigentlich, aber ich war dann acht Jahre in dieser Gemeinde und das hat mir dann, letztendlich die letzten acht Jahre überhaupt nicht gut getan. Und zwar war das, als co-abhängiger Mensch ist eine Gemeinde eine Gruppierung das Schlimmste, habe ich festgestellt und ich kenne jemand anderen auch, dem das genauso gegangen ist, (...), weil ich habe dann festgestellt im Nachhinein, wie ich nach acht Jahren aus dieser Christengemeinde weggegangen bin, erstens war einmal, war das so als wenn man aus einer Sekte herausgeht, weil man hat alle Freunde dort und wenn man weggeht, dann will, entweder wollen sie einen zurückholen und wieder zu dem machen, der man war, also Teil dieser Gruppe, die /, jemand der gleich denkt oder man ist Feind. Man kann nicht mehr mit dieser Person zu tun haben und damit ist damals alles zerbrochen bei mir. Ja, und meine Ehe ist damals zerbrochen und (...) also wir haben uns damals dann getrennt und ich habe mich auch von dieser Gemeinde getrennt. #00:09:00#

B4w: #00:09:03 und meine Beziehung zu Gott war dann ganz angeschlagen, klar, ich habe zwar gesagt, ich nehme ihm das nicht übel, aber ich habe auch nicht gewusst, wie ich damit umgehen soll, weil Gott mit dieser Gemeinde auch verknüpft war und dieses Weltbild sehr, ja obwohl es zuerst heißt, die freichristlichen Gemeinden, sie sind keine

Pharisäer und sie sind genau das Gegenteil, ist es mir am Ende total pharisäerhaft vorgekommen und (...) meine Beziehung zu Gott hat sich erst wieder eingestellt als, ich habe dann immer wieder gebetet, aber, denn ich habe nicht /, aber er war irgendwie trotzdem weit weg und die Beziehung zu Gott hat sich erst wieder eingestellt, seit ich in Al-Anon bin. Seit ich diese Gottfigur habe, die, die ich wirklich als liebend ansehe, die ich, wie ich immer sage, ich hab ihn nie ganz verloren, aber einfach so für mich, ich brauche nicht lang das Alte Testament /, ich kenne es (missmutige, ungehaltene Stimmlage), aber ich brauche nicht lang über das Alte Testament diskutieren oder sonst was in irgendwelchen Predigten. Das hat mich dann schon so fertig gemacht das Alte Testament, das voll mit Gesetzen und „Ding“ und (...) und wenn ich aus dem eine Predigt mache, dann, dann, dann frage ich mich, das ist meine Ansicht heute, weil Jesus (lacht) ist das Neue Testament, die Frohe Botschaft und wenn ich das noch einmal durchlese, ja, und in den Evangelien lese, dann denke ich mir, hallo wo rennt ihr alle hin, das ist meine Meinung. Gott ist ein liebender Gott, ein toleranter Gott, ein Gott der Sünder und aller Menschen und ja, so sehe ich ihn und ich sage, damit habe ich mir auch verzeihen können, weil wenn man Dinge falsch macht und ich habe meinen Mann betrogen und ich sage, puh (atmet lange aus), wenn man das so haften hat, ja (lang gezogen gesprochen), ja es wird dir nur verziehen, wenn du das tief, tief bereust, ja man braucht eine Weile bis man es bereut, ja, weil man weiß, er liebt einen immer und trotzdem und wenn ich das Neue Testament lese und sehe /, dann muss ich halt immer lachen, dass Gott den Stolz noch viel schlimmer eigentlich verurteilt hat, dann muss ich lachen, weil das ist, was ich am wenigsten in der Zeit war (langanhaltendes Lachen), nämlich stolz. Und, ja, „thh“, und ich würde heute meine Beziehung zu Gott als sehr gut beschreiben, weil /, also es könnte besser sein (...), also immer wenn irgendwas ist, ich wende mich schnell an ihn und er ist so wie ein Freund, der immer da ist und, und, ja das ist einfach schön. #00:11:47#

I: #00:12:42# Wie würdest du Co-Abhängigkeit an sich beschreiben – in einigen Sätzen. (...) Also was ist das typische Verhalten? #00:12.53#

B4w: #00:12:55# Das Typische ist, das man den anderen kontrollieren will. Dass, (...) ich sehe es jetzt aus meiner Sicht der Co-Abhängigen, wobei ich glaube, ja, der andere ist ja abhängig. Ja, das heißt, ich bin da ja eindeutig hier gefragt. Dieses Kontrollieren und (...) nicht nur das Co-Abhängige, auch das abhängige Verhalten, aber beide Partner überschreiten wirklich Grenzen, die hier sein sollten. Es ist hier ein absolutes

respektloses Verhalten, von beiden Seiten, vom Abhängigen wie vom Co-Abhängigen, da möchte ich „nix“ beschönigen und (...) das heißt, man /, und als Co-Abhängiger verliert man sich selber komplett. Also man spürt sich nicht mehr, man weiß nicht mehr was man selber möchte (...). Man will, man weiß nur was man für sich gemeinsam möchte, nämlich die heile Welt, aber nicht für einen selbst, nichts Persönliches mehr und es geht soweit, dass sich die Krankheiten /, es gibt sogar in der Medizin /, ich hab die Hautkrankheiten, all das was psychosomatisch ist, von meinem Mann übernommen.  
#00:14:05#

I: #00:14:52# Wie stehst du denn zu der Aussage „Gott liebt dich“? Glaubst du, dass du deine Co-Abhängigkeit überwinden kannst – völlig überwinden kannst, also du sozusagen geheilt bist, sodass du irgendwann sagen kannst: Ich bin völlig geheilt?  
#00:14:58#

B4w: #00:15:06# Nein (ganz sicher, laut und bestimmt ausgesprochen) (...). Ich glaube schon, dass das ein gewisser /, geprägt in der Kindheit, dass das so tief sitzt, aber ich glaube, das ist halt das Thema. Ich weiß Christen / „wie ich in der Christengemeinde war, die haben mir gesagt, Alkoholismus, alles ist heilbar. Ich glaube nicht, dass es heilbar ist, weil man nicht /, wenn man das Programm nicht weiterverfolgt und das /, das muss jetzt nicht sein, in dem ich daher gehe oder /, das ist jetzt nicht nötig, dass ich Al-Anon zu meinem Gott mache, ja, aber Al-Anon ist so wie in die Kirche gehen und auch hier höre ich ständig über Gott, es ist wie eine Predigt, wie ein Gottesdienst und das erinnert mich, bei Gott zu bleiben und die Lektüre zu lesen, das ist so wie Bibel lesen, ja, wenn ich das nicht dauernd tue, dann bin ich nicht geheilt. Das, das ist meine Meinung, also ich muss bei Gott bleiben, aber ich bin nicht geheilt und kann davon rennen, allein, ich würde absolut wieder, wieder in dieses falsche Verhalten reinfallen, aber ein paar Wochen ohne Gruppe und ich merke, ich werde wieder total unrund und ich fange wieder meine alten Dinge auszuleben wieder an. Und wenn ich regelmäßig daher gehe, dann habe ich das Gefühl, ich bin es los. Gott liebt mich, das Gefühl habe ich wieder. #00:16:37#

I: #00:19:39# Wie stehst du dazu, dass man sich um seinen Partner kümmern soll?  
#00:19:41#

B4w: #00:19:41# ABSOLUT, absolut, aber, ja (lacht), ich habe das jetzt erst mit meinem Papa erlebt. Mein Papa ist 75, eigentlich sehr, sehr fit beisammen und hat sich

total fallen lassen. Er hat sich gehen lassen, in einer Art Depression und hat geglaubt, er muss sich so wie ein Alkoholiker an mir anhängen und da /, hat mir so zu verstehen gegeben, schlechte Tochter, wenn du /, oder ich habe das in mir gehabt und ich meine, der hat mich vereinnahmt. #00:17:16#

B4w: #00:18:15# ich bin sehr wohl der Meinung, dass man dem anderen helfen soll, nur (...), man muss wissen, wo und wie und nicht dem andern alles abzunehmen, was er noch selber tun kann. Da muss man ganz GUT unterscheiden, ob das eine Krankheit ist oder Alkoholismus ist, das /, ja, das hat (...) schon was mit der Würde des anderen und mit der Verantwortung des anderen /, ich habe einmal in einem Meeting von einer heute neunzigjährigen Dame (...) gehört, die hat vor zwanzig Jahren mal gesagt über ihren Mann, er ist erwachsen und wahlberechtigt. Das ist so ein Spruch (lacht), ja, also jeder Mensch ist für sich selbst verantwortlich und ich sehe das heute immer so, die hat auch immer gesagt, ja, er hat seine Höhere Macht, also Gott ist für ihn genauso da wie für mich (...) und ich kann nicht zum Gott für einen anderen werden. #00:19:15#

I: #00:19:15# Könntest du dir dein Leben auch anders vorstellen? #00:19:18#

B4w: #00:19:24 Man kann sein Leben nicht verlassen. Ich würde nicht /, klar könnte ich mir (...) /, hat es Zeiten gegeben, wo ich mir gewünscht habe, BEAMT MICH HIER WEG (lacht), aber wohin halt (lacht). Ich kann trotzdem nicht irgendwie /, nein, im Moment kann ich es mir nicht wirklich vorstellen (lacht herzlich). #00:19:43#

I: #00:19:44# Welche wichtigen Wünsche an das Leben hast du? #00:19:48#

B4w: #00:19:51# Ich habe schon /, schwierig, welche Wünsche habe ich? Habe ich Wünsche ans Leben? #00:19:53# (*Unterbrechung durch ein Al-Anon Mitglied, das zum Meeting kommt*)

*Gespräch wird fortgesetzt:* B4w: #00:20:03# Nein, ich könnte jetzt nicht sagen, also, es /. Ich denke mir immer, diese großen Wünsche habe ich immer nur dann, wenn ich unglücklich bin. Wenn es mir gut geht (lacht herzlich), fällt mir eigentlich nie etwas ein. Ich habe jetzt Geburtstag, mein Sohn hat mich gefragt, was wünschst du dir? Habe ich gesagt: Ich weiß nicht, mir geht es gut. Ich habe keine Wünsche. #00:20:38#

*Soziodemographische Daten:*

Geburtsjahr: 1965

Familienstand: verheiratet

Kinder: zwei

Religionszugehörigkeit: ohne Bekenntnis

Schulbildung: Matura und noch eine Ausbildung

Gelernter Beruf: Sozialarbeiterin (wird derzeit nicht ausgeübt)

Derzeitiger Beruf: Büro - Marketingkommunikation

Dauer des Interviews: 21:25

### **3.2.5 Narratives Interview 5 vom 18.09.2017**

Das Interview wurde in einem von Al-Anon gemieteten Raum des Kardinal König-Hauses, 1130 Wien geführt.

Das Interview wurde am 04.09.2018 nach zwei Minuten beendet, da sich die Befragte aufgrund familiärer Schwierigkeiten in einer sehr traurigen Stimmung befand. Es wurde am 18.09.2017 durchgeführt.

I: #00:00:18# Wie würdest du die Beziehung zu dir selbst beschreiben? Wie würdest du die Beziehung zum Partner beschreiben und wie würdest du deine Beziehung zu Gott beschreiben? #00:00:44#

B5w: #00:00:18 Ja, Gott sei Dank, zur Zeit fühle ich mich wohl. Ich schaue, dass ich gesundheitlich /, mich wohlfühle. #00:00:57#

B5w: #00:01:45# körperlich, geistig, seelisch, zu sich selber gut sein und sich nicht selber Vorwürfe machen, „hätti, wari, tätti“, das ist vorbei, das ist Schnee von gestern. Vieles kann ich nicht mehr ändern, aber ich kann (...) mit positiven Gedanken vorwärts schauen. (...). So würde ich meine Beziehung zu mir selber beschreiben. #00:02:22#

I: #00:02:24# Die zweite Frage, „Wie würdest du die Beziehung zum Partner beschreiben?“ #00:02:29#

B5w: #00:02:32 Jetzt, Gott sei Dank, nach meiner persönlichen Krise (lacht), ja auch wieder besser. Ja, mein Mann und ich sind in Pension (...) und dadurch eben auch mehr beisammen und da muss man schon sehr aufpassen und Selbstdisziplin üben (...) und den Partner (...) auch mit seinen Stärken (...), Stärken (...) akzeptieren, ja, wohlwollend (lacht) (...) und die Schwächen halt, ja, (...), wie soll man sagen, halt tolerieren oder ja aufmerksam machen, sagen wir. Ja, weil ganz still kann ich nicht sein

(lacht). Eben mit Ich-Botschaften (lacht lange), ja eben, mit Ich-Botschaften, ja genau, das bemühe ich mich sehr (Stimme klingt ernst). Ja, ich würde die Beziehung jetzt, als gut, ja als wirklich gut beschreiben. #00:03:54#

I: #00:04:34# Dritte Frage: Wie würdest du deine Beziehung zu Gott beschreiben? #00:04:39#

B5w: #00:04:40 Ja, bevor ich zu Al-Anon gekommen bin (...), ja war die Beziehung ein bisschen (...) verschüttet, sagen wir so, ja verschüttet, da hab ich diese Beziehung nicht gepflegt (...). Aber eben mit den Texten von Al-Anon /, die Zwölf Schritte und die täglichen Texte, die haben mich wieder zur Spiritualität geführt und ich muss sagen, das tut mir sehr gut und eben diese Verbindung, diese (...), eben zu einer Höheren Macht, wie wir ihn Al-Anon sagen, ja, die ist für mich wie ein (...) unsichtbarer Anker. Da kann ich mich festhalten (...). Ja, (...) das wär für mich die Quintessenz (lacht leise). #00:05:47#

I: #00:05:50# Wie würdest du co-abhängiges Verhalten beschreiben? #00:05:50#

Bw5: #00:5:55# Ja, das co-abhängige Verhalten ist während der Trinkzeit (...) meines Mannes gewesen, zum Beispiel da (...) war ich sehr besorgt um ihn und habe und bin in ihn gedrungen, doch mit dem Trinken aufzuhören. Kontrolliert habe ich nicht, (...) das Trinken, weil ich gewusst habe, das bringt nichts, aber eben (...), ja, man hat dann nur mehr Gedanken, wie kann ich meinen Partner vom Trinken wegbekommen und (...), daneben bleibt dann alles, wie soll ich sagen (...) unbeachtet. (...) Man hat dann auch keine wirkliche Freude mehr, etwas für sich zu tun, genau, weil man immer auf den Partner schaut und in großer Sorge ist. Ja, genau, in großer Angst und Sorge ist, weil man weiß, dass das Trinken mitunter tödlich enden kann und dadurch ja, ist /, hängt man dann schon seine Gedanken an den Partner an und, und glaubt dann, nicht mehr ohne /, ohne aufmerksam zu machen und in ihn zu dringen, nichts mehr ändern zu können. #00:07:44#

I: #00:08:04# Wie stehst du zu der Aussage „Gott liebt dich.“? Denkst, du dass du dein co-abhängiges Verhalten gänzlich überwinden kannst? #00:08:11#

B5w: #00:8:13# Ja, über das habe ich schon nachgedacht. Gänzlich überwinden /, also in einer Partnerschaft ergänzt man sich ja und da braucht ja einer den anderen und ja / (...). In gewisser Weise (...), bleibt man schon co-abhängig, finde ich. Weil, sonst, aus

meiner Sicht, würde man nur nebeneinander her leben: Jeder geht seinen Interessen nach und kümmert sich nicht mehr um den anderen. Also, das wäre (...), ja, das wäre ein Parallellieben. So würde ich das beschreiben. Aber natürlich, ja, in Al-Anon habe ich gelernt, dass ich eben /, (...) dass es wichtig ist, dass ich mich um mich kümmern muss und dass ich auch meine Interessen verfolgen kann. #00:09:24#

I: #00:09:56# Wie stehst du denn dazu, dass man sich um seinen Partner kümmern soll? #00:09:59#

NA, VOLL STEH ICH DAZU, voll, voll. Sich um ihn zu kümmern, aber ihn nicht zu vereinnahmen. Das wäre ganz wichtig (...) und immer die Entscheidungsfreiheiten zu lassen. #00:10:17#

I: #00:10:20# Könntest du dir dein Leben auch anders vorstellen? #00:10:23#

B5w: #00:10:24# Ja, das ist eine schwere Frage (lacht herzlich). Nächstes Jahr, zum Beispiel, sind wir fünfzig Jahre verheiratet und da (...) ist es eigentlich schwer, mir das Leben anders vorzustellen (...). Ja, manchmal kommen einem so ein bisschen Phantasien, aber letztendlich kann ich mir das nicht anders vorstellen (lacht). #00:10:59#

I: #00:11:03# Welche wichtigen Wünsche an das Leben hast du? #00:11:06#

B5w: #00:11:07# Ja natürlich, Gesundheit in dem Alter, das ist das Allerwichtigste, dass, man sich noch einigermaßen bewegen kann. #00:11:16#

B5w: #00:11:42 Die Gesundheit ist das Wichtigste und ja, dass ich meine Gesundheit pflegen kann und dass es meiner Familie gutgeht. Genau. #00:11:56#

*Soziodemographische Daten:*

Geburtsjahr: 1943

Familienstand: verheiratet

Kinder/Enkel: 1/1

Religionszugehörigkeit: evangelisch A.B.

Schulbildung: Hauptschule, Handelsschule

Gelernter Beruf: Kaufmännische Angestellte

Dauer des Interviews: 12:41

### 3.2.6 Narratives Interview 6 vom 25.09.2017

Das Interview wurde im von Al-Anon gemieteten Raum des Kardinal König-Hauses, 1130 Wien geführt und einmal kurz unterbrochen.

I: #00:00:06# Wir starten jetzt mit den ersten drei Impulsfragen. Die erste lautet: Wie würdest du die Beziehung zu dir selbst beschreiben? Die zweite Frage lautet: Wie würdest du die Beziehung, die zu deinem Mann gehabt hast, beschreiben und die dritte Frage ist: Wie würdest du die Beziehung zu Gott beschreiben? #00:00:025#

B6w: #00:00:35# Also zu mir habe ich, derzeit, jetziger Stand, eine gute Beziehung, habe ich gelernt laut Al-Anon, bin ich sehr dankbar. #00:00:45)#

B6w: #00:00:46# Zum Partner auch eine sehr gute, mein Partner war mein Lebensmensch. Ich wäre mit ihm durch dick und dünn gegangen, egal was noch passiert wäre und zu Gott überhaupt.#00:01:04#

B6w: #00:01:05# Zu Gott habe ich schon in der Volksschulzeit /, weil ich kann mich einmal erinnern – Kirche jeden Sonntag, meine Eltern sind katholisch, ich bin auch katholisch erzogen worden, aber da habe ich wenig Beziehung gehabt, denn das war /. Kirche gehen war am Sonntag schön, da hat man sich schön angezogen, man hat die Freundinnen getroffen. #00:01:25#

B6w: #00:01:40# Ich habe mich so gefürchtet und weiß nicht vor was und da habe ich mich niedergekniet und gebetet. Und dieses Gebet ist in mir dann so verankert gewesen, dass mir /, mir wurde geholfen, mir wurde so oft geholfen, durch Gebet, durch Glaube. Also, ich gehe nicht in die Kirche, weil in die Kirche gehe ich nur, wenn ich sie mir anschau, bin keine Kirchen /, aber ich glaube, ich kann glauben und kann alle Tage meine Sorgen da hinaufgeben zu der Höheren Kraft. Macht möchte ich nicht hören (spricht schneller). Wir haben hier im Meeting das /, Macht, Höhere Macht, nein ich sage Kraft, Höhere Kraft, weil Macht, da hat wer Macht über mich, und das, das will ich nicht und wie gesagt, der Glaube gibt mir Berge und mir wurde so oft geholfen im Leben. Wenn ich das Revue passieren lasse, eigentlich von Kindheit auf. Ich habe die Schule geschafft, obwohl ich gar nichts dazu beigetragen habe. Ich habe so viel /, es sind solche Wunder passiert, heute gesehen. Damals war das selbstverständlich, dass man das alles macht. Und, und heute gesehen, ich bin ein sehr gläubiger Mensch (spricht mit großer Leidenschaft) und mich hat das Programm von Al-Anon gleich sehr

angesprochen, mit dem Glauben können und dadurch war / ist mir das leichter gefallen, weil ich immer gesagt habe, lieber Gott, ich übergebe es dir, ich kann es nicht machen, ich kann „nix“, ich übergebe es und mir ist wirklich geholfen /, es sind so viele Wunder passiert. #00:03:15#

I: #00:03:26# Wie würdest du co-abhängiges Verhalten beschreiben? #00:03:29#

B6w: #00:03:32# Ganz schwierig (...). Co-abhängig – ich habe geglaubt, das gehört zu meinem Leben dazu. Dieses (...) für andere zu sorgen, für andere da zu sein und nachdem ich mich sehr viel um meinen Mann kümmern musste (...), habe ich eigentlich auf mich vergessen, irgendwie vergessen. Ich habe eine Mauer aufgebaut, wo ich nicht mehr gesehen habe, dass die Bäume blühen, dass Frühling ist, egal, ABER IMMER WIEDER HELFEN; IMMER WIEDER DIESES HELFERSYNDROM. Ich muss helfen, ich muss da sein, ich muss das machen, ich muss das organisieren. Das habe ich manchmal auch jetzt noch, wo ich mich dann aber zurücknehmen kann, oftmals da muss ich mich sehr viel /. Ich sage mir, schau auf dich, ich muss auf mich schauen, Ich kann für meinen Sohn nichts tun, ich kann für meine Schwiegertochter nichts tun und für meine Enkelin. Ich kann nur beten, lieber Gott, du wirst das schon machen, vielleicht hilfst du ihnen so, wie du mir geholfen hast. Mehr kann man da nicht /. #00:04:40#

I: #00:04:41# Wie stehst du zu der Aussage „Gott liebt dich.“? Denkst, du dass das eine Hilfe sein kann, dass du dein co-abhängiges Verhalten gänzlich überwinden kannst? #00:04:53#

B6w: #00:04:54# Nein, gänzlich nicht. Da muss ich, ich muss es immer wieder hören, ich muss es auch immer wieder hören. Für mich ist Al-Anon wie gesagt ein Lebensprogramm, egal ob es jetzt /, es ist für jede Situation wichtig und auch darüber zu reden. Ich glaube, über Probleme zu reden ist, glaube ich, sehr, sehr wichtig und ehrlich zu reden und nichts zu beschönigen und das kann ich nur da. Das kann man sonst nirgends, weil, weder Freunde, noch Bekannte, noch Verwandte, noch (...) /, können es verstehen. Das kann nur jeder verstehen, der in derselben Lage ist. Der nicht in dieser Situation ist, in jeder, egal in welcher Situation, die es betrifft (...). Nur wenn man selber in dieser, in dieser Schiene ist, dann weiß man, von was der redet. Ansonsten (...). #00:05:46#

I: #00:05:47# Wie stehst du denn dazu, dass man anderen Menschen helfen soll, wenn sie in Not sind oder wenn sie einen brauchen? #00:05:55#

B6w: #00:05:58# Das ist bei mir (ringt um Worte) /. Helfen ist ganz schwierig (...), ganz, ganz schwierig (...). Ich weiß nicht wie ich mich da ausdrücken soll. Eigentlich helfen, kann sich eigentlich nur jeder selber. Ich kann nur mitgehen, ich kann nur dabei sein, ich kann dir nur die Kraft geben, aber helfen kann ich dir nicht. Vielleicht durch meine Anwesenheit, aber helfen muss sich jeder selber, es muss sich jeder selber „beim Schopfal“ ziehen, weil es kann keiner für mich daher gehen, es kann niemand für mich etwas machen und in Wirklichkeit ist man alleine - egal, ob jetzt mein Partner neben mir ist oder mein Sohn, egal, aber helfen, kann ich mir nur selber. #00:06:45#

I: #00:06:48# Könntest du dir dein Leben auch anders vorstellen? #00:06:50#

B6w: #00:06:52# Eigentlich nicht (lacht). So wie es gelaufen ist /, ist es gut. Mir geht es jetzt gut. Mein Mann ist zwar nicht mehr, aber mir geht es trotzdem so gut. Ich habe eine schöne Wohnung. Ich habe eigentlich alles, natürlich ist immer was. Es muss immer was sein, wie sonst /, es muss immer so und so gehen. Wie gesagt, ich habe meine kranke Schwiegertochter, die psychisch krank ist und kann man /, man kann sie, man kann diese Menschen nur begleiten und für sie da sein, helfen kann man ihnen leider nicht, nein, es geht nicht. #00:07:33#

I: #00:07:34# Welche wichtigen Wünsche an das Leben hast du noch? #00:07:36#

Bw6: #00:07:38# Gesundheit und dass ich weiter, wie soll ich sagen, ich habe eine Lebensfreude (...) und dass ich die nicht verliere. #00:07:47#

*Soziodemographische Daten:*

Geburtsjahr: 1943

Familienstand: Witwe

Kinder/Enkel: einen Sohn/eine Enkelin

Religionszugehörigkeit: römisch-katholisch

Schulbildung: Hauptschule

Gelernter Beruf: Industriekaufmann, 41 Jahre in einem Verkaufsbüro tätig

Ausgeübter Beruf: keiner, in Pension

Dauer des Interviews: 8:27

### 3.3 Auswertung der gewonnenen Daten aus den narrativen Interviews

Nach der Ermittlung einzelner Kategorien aus dem Datenmaterial der narrativen Interviews wurde mit dem axialen Kodierungsprozess begonnen. Die Kategorien „Selbstannahme, übernommene Verantwortung für den alkoholkranken Partner bzw. die alkoholkranken Partnerin oder alkoholkranken Familienangehörige und die Einstellung zu Gott/zur Höheren Macht/Höheren Kraft bildeten je eine Achse. Die jeweils im Zentrum stehende Kategorie wurde aus fünf unterschiedlichen Blickwinkeln betrachtet: Schwierigkeiten/Herausforderungen, notwendige Konsequenzen – Was sollte sein? (noch nicht umgesetzt), gesetzte Schritte aus co-abhängigem Verhalten, andere Lebensvorstellungen und wichtige Wünsche an das Leben.<sup>610</sup>

Ebenso wie beim axialen Kodieren der erhobenen Daten aus der teilnehmenden Beobachtung können auch hier zahlreiche Zitate einen aufschlussreichen Einblick in die Lebenswelt co-abhängiger Personen eröffnen.<sup>611</sup> In nachstehenden Tabellen werden die Kategorien aus dem axialen Kodierungsprozess dargestellt.

#### 3.3.1 Generierte Kategorien aus dem Verfahren des axialen Kodierens

<i>Selbstannahme</i>		
<i>Schwierigkeiten/ Herausforderungen</i>	<i>Notwendige Konsequenzen Was sollte sein?</i>	<i>Gesetzte Schritte aus co-abhängigem Verhalten</i>
B1w: Schwächen	B1w: „Ich muss nicht dauerhaft böse sein.“ (gemeint ist auf sich selbst)	B1w: Lernen
B2w: „Beziehungs- und Kontaktfähigkeit ist ein Entwicklungsgebiet.“	B2w: Ungerechtigkeiten vermeiden: „Es ist nicht gut, wenn alle leiden.“	B2w: Überforderungen vermeiden
B3w: Kindheit	B3w: „niemanden retten, der süchtig ist“	B3w: Arbeit an sich selbst
B4w: Ungesundes Verhalten	B4w: Liebe im Innen suchen	B4w: neues Verhalten in den Meetings der Al-Anon Gruppe erlernen
B5w: „Hätti, wari, tätti“	B5w: sich Vorwürfe machen	B5w: „körperlich, geistig, seelisch zu sich selber gut sein“

<sup>610</sup> Zum Verfahren des axialen Kodierens: Vgl. hierzu: Teil III: Methodologie der empirischen Untersuchungen, 3.3 Grundprinzipien und Methodologie der Grounded Theory und Teil IV: Begegnung mit der Realität der Co-Abhängigkeit. Schritte der Untersuchung. Teilnehmende Beobachtungen in ausgewählten Al-Anon Gruppen. 2.1 Axiales Kodieren.

<sup>611</sup> Eine von der Interviewerin interpretierte Aussage bzw. ein wörtliches Zitat wird jeweils durch folgende Abkürzungen der entsprechenden interviewten Person zugeordnet: z.B. B1w: Erste befragte weibliche Person, B2w: Zweite befragte weibliche Person, usw.. Vgl. Teil IV: Begegnung mit der Realität der Co-Abhängigkeit. Schritte der Untersuchung. 2 Teilnehmende Beobachtungen in ausgewählten Al-Anon Gruppen. 3 Narrative Interviews.

B6w: „auf mich vergessen, irgendwie vergessen“	B6w: Lebensfreude bewahren	B6w: Selbst-fürsorge
--	----------------------------	----------------------

Tab. 9: Axiales Kodierungsverfahren – Kategorie Selbstannahme

<b>Übernommene Verantwortung für den alkoholkranken Partner, die alkoholranke Partnerin, oder das alkoholranke Familienmitglied</b>		
<b>Schwierigkeiten/ Herausforderungen</b>	<b>Notwendige Konsequenzen Was sollte sein?</b>	<b>Gesetzte Schritte aus co-abhängigem Verhalten</b>
B1w: „Wo immer Licht ist, ist auch Schatten.“	B1w: Partner in allen Lebenssituationen so annehmen wie er ist	B1w: Licht- und Schattenseiten akzeptieren
B2w: Alkoholismus in der Familie	B2w: Grenzverletzungen erkennen und Grenzen Akzeptieren	B2w: Überforderungen vermeiden
B3w: erworbene Muster aus der Kindheit	B3w: „Lernen, ihn selber sein Leben leben zu lassen“	B3w: dem Drang widerstehen, alles managen zu wollen
B4w: Ambivalente Gefühle: Hass/Liebe	B4w: Grenzen akzeptieren	B4w: den Partner als eigenständige Persönlichkeit wertschätzen
B5w: Kommunikationsschwierigkeiten	B5w: „muss man schon sehr aufpassen und Selbstdisziplin üben“	B5w: den Partner nicht vereinnahmen, sondern freilassen
B6w: Immer helfen wollen – „Helfersyndrom“	B6w: „Ich wäre mit ihm durch dick und dünn gegangen.“	B6w: dem Partner in jeder Lebenssituation beistehen

Tab. 10: Axiales Kodierungsverfahren: Übernommene Verantwortung für den alkoholkranken Partner, die alkoholranke Partnerin oder das alkoholranke Familienmitglied

<b>Einstellung zu Gott – „wie wir Ihn verstanden“/zur „Höheren Macht/Kraft“</b>		
<b>Schwierigkeiten/ Herausforderungen</b>	<b>Notwendige Konsequenzen Was sollte sein?</b>	<b>Gesetzte Schritte aus co-abhängigem Verhalten</b>
B1w: „Ich weiß, er ist der Chef.“	B1w: „mit Gott verhandeln“	B1w: Gottes Regieassistentin sein
B2w: „Eigentlich weiß der liebe Gott ohnehin alles besser, ich kann mich ja nicht einmischen.“	B2w: Beten und Bitten	B2w: Sich von Gott führen lassen
B3w: Rahmenbedingungen werden durch die Höhere Macht festgelegt.	B3w: Gelassenheit üben/Kontakt zur Höheren Macht pflegen und sich selbst mehr zutrauen	B3w: Ein wichtiger Lebensgrundsatz: „Behandle den anderen so, wie du selbst behandelt werden willst. [...] „Ich würde nicht sagen, dass ich ungläubig bin, nur weil ich ohne Bekenntnis bin.“
B4w: „Das hat mich schon fertig gemacht das Alte Testament.“	B4w: „Al-Anon ist so wie in die Kirche gehen und auch hier höre ich ständig über Gott. Es ist wie eine Predigt.“	B5w: Verbindung zur „Höheren Macht“ halten – „die ist für mich wie ein unsichtbarer Anker“
B5w: Vor Al-Anon: „Verschüttete Gottesbeziehung“ – „durch Al-Anon	B5w: an der Verbindung zur Höheren Macht festhalten	

habe ich eigentlich Gott kennengelernt.“		
B6w: „Also ich gehe nicht in die Kirche, weil in die Kirche gehe ich nur, wen ich sie mir anschau.“	B6w: Nicht von einer Höheren Macht beherrscht werden: „Höhere Kraft, Macht möchte ich nicht hören, weil Macht, da hat jemand Macht über mich und das, das will ich nicht.“	B6w: „Der Glaube gibt mir Berge.“

Tab. 11: Axiales Kodierungsverfahren: Einstellung zu Gott – „wie wir Ihn verstanden“/zur „Höheren Macht/Kraft“

<i>Andere Lebensvorstellungen</i>	<i>Wichtige Wünsche an das Leben</i>
B1w: „Ob ich es mir anders vorstellen kann, kann ich nicht wirklich so viel damit anfangen.“	B1w: „Lieben und geliebt werden.“
B2w: „Ich stelle es mir oft nicht anders vor.“	B2w: Partnerwunsch
B3w: „Ja, ich könnte es mir anders vorstellen.“	B3w: „Gesundheit, Glück und „den Mut zu haben, auch die Entscheidungen zu treffen oder die Wege einzuschlagen, die mich glücklich machen.“
B4w: „Man kann sein Leben nicht verlassen.“ „Im Moment kann ich es mir wirklich nicht vorstellen.“	B4w: „Ich habe keine Wünsche.“
B5w: „Manchmal kommen einem so ein bisschen Phantasien, aber letztendlich kann ich mir das nicht anders vorstellen.“	B5w: Gesundheit ist das Wichtigste und ja, dass ich meine Gesundheit pflegen kann und dass es meiner Familie gutgeht.“
B6w: „Eigentlich nicht, so wie es gelaufen ist, ist es gut.“	B6w: „Gesundheit und dass ich weiterhin, wie soll ich sagen – ich habe eine Lebensfreude und dass ich die nicht verliere.“

Tab. 12: Axiales Kodierungsverfahren: Andere Lebensvorstellungen/Wichtige Wünsche an das Leben

### 3.1.1 Deutung der Ergebnisse aus dem Verfahren des axialen Kodierens

Die aus den narrativen Interviews generierten Daten zeigen hinsichtlich der Beziehung zu sich selbst, zur nahestehenden alkoholkranken Bezugsperson und der Beziehung zu Gott/zur Höheren Macht oder Kraft im Vergleich zu den generierten Daten aus der teilnehmenden Beobachtung auf der kognitiven Ebene sehr ähnliche Ergebnisse auf.

Die Erzählungen über die Beziehung zu sich selbst zeigen einerseits eine reflektierte Auseinandersetzung mit der Vergangenheit auf, die vielfach von co-abhängigen Erfahrungen geprägt ist. Andererseits wird auch die Wichtigkeit betont, regelmäßig an den Al-Anon Meetings teilzunehmen, weil (B2w) „da hab ich eigentlich noch viel zu lernen“; (B3w) „auf jeden Fall hat sich die sehr verändert in den letzten eineinhalb Jahren, seit ich die Zwölf Schritte Gruppen besuche“; (B4w) „wenn man lange nicht geht, man verliert diese Dinge und es kommt wieder ein Verhalten zurück, dass ungesund ist“; (B5w) „viele kann ich nicht mehr ändern, aber ich kann mit positiven

Gefühlen vorwärts schauen“; (B6w) „jetziger Stand eine gute Beziehung, habe ich gelernt laut Al-Anon“. Nur die erste interviewte Person gibt an, (B1w) „im Großen und Ganzen bin ich mit mir selbst im Reinen. Also, ich habe gelernt, mich zu akzeptieren wie ich bin, mit jeder Stärke, mit jeder Schwäche Und mit jeder Stärke und jeder Schwäche heißt, wirklich mit jeder Stärke und mit jeder Schwäche.“

In allen durchgeführten narrativen Interviews zeigt sich ein sehr reflektiertes, gutes Verhältnis zu sich selbst. Die Daten aus dem axialen Kodierungsverfahren aus der teilnehmenden Beobachtung zeigen jedoch ein anderes Bild: z.B. Phasen der Hilflosigkeit, Verzweiflung, Bodenlosigkeit, Machtlosigkeit und Handlungsunfähigkeit<sup>612</sup>.

Die interviewten Personen sind über das Entstehen von Suchtkrankheiten und über die Fallen, in die Menschen mit co-abhängigem Verhalten tappen können, sehr gut informiert. Ehrlich und schonungslos wird über die eigenen Herausforderungen im Zusammenleben mit einer alkoholkranken Person erzählt. Aus den Interviews wird deutlich, dass das Bemühen, co-abhängiges Verhalten zu überwinden, oftmals mit Rückschlägen einhergeht. Die Beziehung zum Partner, zur Partnerin oder zum alkoholkranken Familienmitglied wird von allen interviewten, weiblichen Personen als eine sehr gute oder gute beschrieben. Dies wird durch Aussagen wie (B1w) „beschreibe ich meine Partnerschaft als sehr gut“; (B2w) „ich bin froh, dass ich meine Eltern noch habe“; (B3w) „etwas Besonderes, das ich nicht so aufgeben will“; (B4w) „hat sich die Beziehung, ja also auch wieder durch Al-Anon stark geändert“; (B5w) „Jetzt, Gott sei Dank, nach meiner persönlichen Krise, ja auch wieder besser“; (Bw6) “ mein Partner war mein Lebensmensch“ deutlich.

Die aus den narrativen Interviews gewonnenen Daten zur Beziehung zu Gott/zur Höheren Macht/Kraft bestätigen die Erkenntnisse aus der teilnehmenden Beobachtung.

---

<sup>612</sup> Vgl hierzu: Teil IV: Begegnung mit der Realität der Co-Abhängigkeit. Schritte der Untersuchungen., Tab. 2.1 Axiales Kodieren, Tab. 2.2.1 Ergebnisse aus dem Verfahren des axialen Kodierens.

In einem nächsten Schritt wird das Verfahren des selektiven Kodierens angewandt, um die Daten aus den narrativen Interviews weiter zu entwickeln, d.h. Schlüsselkategorien zu generieren.

### **3.3.2 Generierte Kategorien aus dem Verfahren des selektiven Kodierens**

Die erste aus den Daten der narrativen Interviews generierte Schlüsselkategorie bezieht sich auf die Selbstliebe bzw. Selbstannahme co-abhängiger Personen, die oft Schwierigkeiten haben, das richtige Maß an Hilfe zu leisten. Die Aussagen der interviewten Personen zur Beziehung zu sich selbst vermittelten überwiegend ein überaus positives Bild. Kognitiv, volitional und motivational entsprechen diese Aussagen den erhobenen Daten aus der teilnehmenden Beobachtung. Letztgenannte zeichnen jedoch unter Beachtung der emotionalen Aspekte ein differenziertes Bild.<sup>613</sup> Deutlich wird diese Differenz auch, wenn man die Aussagen über eine mögliche Überwindung der Co-Abhängigkeit näher betrachtet. Die Forscherin schließt daraus, dass kognitiv allen interviewten Personen bewusst ist, was zu tun wäre. Beachtenswert ist auch, dass bei der Frage nach der Selbstannahme die emotionale Ebene weitgehend ausgeblendet wurde. Die Daten aus der teilnehmenden Beobachtung zeigen hinsichtlich der Selbstliebe jedoch massive Probleme hinsichtlich der eigenen Wirksamkeit und der möglichen Handlungsoptionen im Zusammenleben mit dem alkoholkranken Partner bzw. der alkoholkranken Partnerin auf. Diese Diskrepanz zeigt sich auch in den Eigenaussagen der interviewten Personen, die angeben, dass es schwer möglich ist, ungesunde Verhaltensmuster so zu verändern, dass eine langanhaltende Veränderung der Lebenswirklichkeit erreicht und co-abhängiges Verhalten gänzlich überwunden werden kann. Dies unterstreichen folgende Aussagen aus den narrativen Interviews: (B1w) „Kleine Rückfälle gibt es immer wieder. Das wird sich nicht ausschließen lassen, aber man wird nie wieder in dieses Ausmaß von Co-Abhängigkeit reinfallen oder nicht“; (B2w) „Glaube ich nicht, dass ich es je überwinden kann; glaube ich, ehrlich gesagt nicht“; (B3w) „Ich glaube, dass es mich immer beschäftigen wird, das sehe ich irgendwie ähnlich wie die Suchtkrankheit, wo es so ist, dass es einem ein Leben begleitet. Ich glaube, so ist das bei Co-Abhängigkeit auch“; (B4w) „Nein“; (Bw5) „Gänzlich überwinden, also in einer Partnerschaft ergänzt man sich ja“; (B6w) „Nein,

---

<sup>613</sup> Vgl. hierzu: Teil IV: Begegnung mit der Realität der Co-Abhängigkeit. Schritte der Untersuchung. 2.1 Axiales Kodieren. Die Daten stammen aus der teilnehmenden Beobachtung an den wöchentlichen Al-Anon Meetings, an denen die Forscherin ein Jahr lang teilnahm.

gänzlich nicht“. Die entwickelte Schlüsselkategorie zur Selbstannahme aus den Daten der narrativen Interviews ist: *„Lebenslange Arbeit an sich selbst – erwartete Rückschläge“*

Daraus ergibt sich, dass für die Datenanalyse sowohl die Aussagen über die Beziehung zu sich selbst als auch die Aussagen zur Einschätzung der Überwindung co-abhängigen Verhaltens von erheblicher Bedeutung sind.

Die zweite aus den Daten der narrativen Interviews generierte Schlüsselkategorie bezieht sich auf die übernommene Verantwortung für den alkoholkranken Partner, die alkoholranke Partnerin oder das alkoholranke Familienmitglied. In allen Aussagen der interviewten Personen wird ersichtlich, dass Hilfe zu leisten als sehr wichtig beurteilt wird, d.h. die alkoholranke Person nicht in Stich gelassen werden darf. Oftmals zeigt sich diese Hilfe jedoch als übersteigertes Helfersyndrom mit einem stark ausgeprägten Rettungswunsch. Die helfende Person beginnt, die eigenen Bedürfnisse und erforderliche Lernschritte zu vernachlässigen. Daher lautet die zweite aus den narrativen Interviews explorierte Schlüsselkategorie: *Aufgabe, Balance zwischen den eigenen Bedürfnissen und denen des Partners finden - Hilfe zur Selbsthilfe“*

Die dritte aus den Daten der narrativen Interviews generierte Schlüsselkategorie bezieht sich auf die Einstellung zu Gott/zur Höheren Macht/Kraft. Jede der interviewten Personen brachte zum Ausdruck, welchen hohen Stellenwert die Hinwendung zu einer transzendenten Kraft in ihrem alltäglichen Leben hat. Dieser werden wichtige Hilfestellungen zugeschrieben: Verhandlungen mit Gott, (B1w) „wohlwissend, dass er der Regisseur ist und bleibt“; (B2w) „ich kann nichts tun, außer sie ins Gebet einschließen“; (B3w) „da gibt es etwas Höheres, was das lenkt, ja und auch welche Rahmenbedingungen ich habe“; (B4w) „er liebt einen immer“; (B5w) „da kann ich mich festhalten“; (B6w) „der Glaube gibt mir Berge und mir wurde so oft geholfen im Leben“. Die Schlüsselkategorie/Kernkategorie, auf die sich die meisten Codes aus den narrativen Interviews in diesem Kontext beziehen lassen, lautet: *„Erhoffte und ersehnte Wende zum Guten durch das Eingreifen eines liebenden Gottes/einer liebenden Höheren Macht bzw. Kraft“*

In nachstehender Tabelle werden die aus den Daten der narrativen Interviews entwickelten Schlüsselkategorien dargestellt.

### 3.3.3 Identifizierte Schlüsselkategorien aus den narrativen Interviews

<i>Schlüsselkategorien</i>		
<i>Beziehung zu sich selbst</i>	<i>Beziehung zum alkoholkranken Partner, zur alkoholkranken Partnerin oder zum alkoholkranken Familienmitglied</i>	<i>Beziehung zu Gott</i>
Lebenslange Arbeit an sich selbst – erwartete Rückschläge	Aufgabe, Balance zwischen den eigenen Bedürfnissen und denen des Partners zu finden - Hilfe zur Selbsthilfe	Erhoffte und ersehnte Wende zum Guten durch das Eingreifen eines liebenden Gottes/einer liebenden Höheren Macht bzw. Kraft

Tab. 13: Schlüsselkategorien aus den narrativen Interviews

### 3.3.4 Zusammenschau der identifizierten Schlüsselkategorien aus der empirischen Forschung

Durch die Anwendung des selektiven Kodierungsverfahrens konnten jene Schlüsselkategorien/Kernkategorien identifiziert werden, auf die sich die meisten Daten beziehen lassen. In nachstehender Tabelle wird ein Überblick über die aus der teilnehmenden Beobachtung und aus den narrativen Interviews identifizierten Schlüsselkategorien gegeben.

<i>Identifizierte Schlüsselkategorien aus der teilnehmenden Beobachtung</i>			<i>Identifizierte Schlüsselkategorien aus den narrativen Interviews</i>		
<i>Beziehung zu sich selbst</i>	<i>Beziehung zur alkoholkranken Bezugsperson</i>	<i>Beziehung zu Gott</i>	<i>Beziehung zu sich selbst</i>	<i>Beziehung zur alkoholkranken Bezugsperson</i>	<i>Beziehung zu Gott</i>
Hin- und Hergerissen zwischen Verzweiflung und Hoffnung	Aufgabe der Nächstenliebe fördert die Aufgabe des Selbstbildes	Gott/Höhere Macht/Kraft als Rettungsanker	Lebenslange Arbeit an sich selbst – erwartete Rückschläge	Aufgabe, Balance zwischen den eigenen Bedürfnissen und denen des Partners zu finden - Hilfe zur Selbsthilfe	Erhoffte und ersehnte Wende zum Guten durch das Eingreifen eines liebenden Gottes/einer liebenden Höheren Macht bzw. Kraft

Tab. 14: Überblick über die Schlüsselkategorien aus der teilnehmenden Beobachtung und aus den narrativen Interviews

Die Notwendigkeit eines theoriegenerierenden Expertengesprächs zeigte sich bei der Auswertung der Daten aus der teilnehmenden Beobachtung und aus den narrativen Interviews. Von großer Wichtigkeit sind nicht nur das Sachwissen und das

Handlungswissen des Experten oder der Expertin, sondern auch das in der klinischen Praxis mit Sucht- und Abhängigkeitserkrankungen erworbene Deutungswissen. Fachmännische Einschätzungen können helfen, offene aus den Daten hervorgetretene Fragen einer Antwort zuzuführen und der Forscherin einen erweiterten Blick auf die Daten zu ermöglichen.<sup>614</sup>

#### **4 Experten- und Expertinneninterview mit einer klinischen Psychologin über die generierten Daten aus der empirischen Forschung**

Angehörige, die sich überfordert fühlen, können anonym und kostenlos im Anton Proksch Institut Hilfestellungen erhalten, sei es durch Teilnahme an Vorträgen oder durch Teilnahme an einer Angehörigengruppe unter der Leitung einer klinischen Psychologin. Gespräch und Austausch bzw. Stützung ist in diesen Gruppen möglich. Eine Therapie muss nicht in Anspruch genommen werden. Gemeinsame Gespräche mit dem oder der suchtkranken Angehörigen unter der Leitung eines Therapeuten oder einer Therapeutin können nur auf Wunsch des suchtkranken Patienten oder der suchtkranken Patientin geführt werden.

Die forschende Person nahm am 21.06.2018 an einem Vortrag zum Thema Abhängigkeit teil. Im Anschluss daran erklärte sich die klinische Psychologin Mag. Judit Medgyesy bereit, für ein theoriengenerierendes Expertengespräch zur Verfügung zu stehen. Dieses fand von 19:30 Uhr bis 20:00 Uhr in einem Vortragsraum des Instituts in ruhiger angenehmer und offener Atmosphäre statt.

Der Gesprächsverlauf orientierte sich an einem vor dem Treffen verfassten Leitfaden, der offene Fragen aus der Datenanalyse der teilnehmenden Beobachtungsprotolle und der transkribierten Interviews aufgriff. Das Interesse der Forscherin, ein Experten- und Expertinneninterview durchzuführen lag vor allem in dem Bestreben, die aus den erhobenen Daten entwickelte Theorie einer Prüfung durch einen Experten oder eine Expertin zu unterziehen, d.h. jene Daten neu zu lesen, die in der Analyse offene bzw. weiterführende Fragestellungen aufgeworfen hatten. Diese neue Leseart der Daten trug

---

<sup>614</sup> Vgl. hierzu: Teil III: Methodologie der empirischen Untersuchungen, 2.7 Experten- und Expertinneninterview.

wesentlich dazu bei, zu einer verdichteten Theorie gelangen zu können. Nachstehender Leitfaden zeigt jene Punkte auf, die die Deutungskompetenz, die Praxiswirksamkeit eines Experten oder einer Expertin erforderten. Die

*„methodische Spezifität begründet sich freilich nicht über den Forschungsgegenstand ‚Experte‘, sondern über das Interesse an einer spezifischen Wissenskonfiguration, die auf kognitiver Ebene als Konglomerat subjektiver, nicht unbedingter konsistenter Sinnentwürfe und Erklärungsmuster (‚Deutungswissen‘) und auf sozialer Ebene als Handlungsdeterminante für andere (Praxiswirksamkeit) charakterisiert ist.“<sup>615</sup>*

#### 4.1 Leitfaden

In welcher Weise werden Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe durch co-abhängiges bzw. süchtiges Verhalten beeinflusst?

Wie sollte man mit co-abhängigen Personen, ihrer Lebenswelt, ihren Sorgen umgehen?

Was können co-abhängige Personen selbst tun, was können sie nicht tun?  
Besteht eine Verknüpfung zwischen Persönlichkeitsstruktur und Gottesbild?

Welche Persönlichkeitstypen können laut aktuellem Forschungsstand co-abhängigen Personen bzw. alkoholkranken Personen zugerechnet werden?

Welcher Persönlichkeitstyp wird eher co-abhängig bzw. suchtkrank?

Gibt es einen Zusammenhang zwischen Persönlichkeitstypen, co-abhängigem Verhalten und einer bestimmten Form des Gottesbildes?

Wie würde sich das auf das „Dreieck Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe“ auswirken?

Wie werden Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe durch co-abhängiges Verhalten beeinflusst?

---

<sup>615</sup> Bogner, Alexander / Menz, Wolfgang (2009): Das theoriegenerierende Experteninterview. Erkenntnisinteresse, Wissensformen, Interaktion. In: Bogner, Alexander / Littig, Beate / Menz, Wolfgang (Hg.): Experteninterviews. Theorien, Methoden, Anwendungsfelder [2002], 61-98, 93.

Warum öffnen sich co-abhängige Personen oftmals nur schwer für therapeutische Hilfe oder brechen diese ab?

Warum gelingt es co-abhängigen Personen in den Selbsthilfegruppen Al-Anon häufig nicht, sich dauerhaft aus ihren Verstrickungen zu lösen?

Kann Co-Abhängigkeit geheilt werden?

Welcher Weg könnte für co-abhängige Personen, die sich in tiefster Abhängigkeit befinden, aus dieser herausführen?

Wie sind die Machtverhältnisse?

Warum öffnen sich viele Mitglieder der Al-Anon Gruppen oftmals nicht für Hilfestellungen außerhalb der Selbsthilfegruppe?

Welche Begründung kann für das wiederholte Erzählen sehr leidvoller Erfahrungen mit fast gleichem Wortlaut und ähnlicher Stimmlage bzw. für die fehlende Reaktion des Wiedererkennens seitens der Hörer und Hörerinnen, deren Wortmeldungen ebenfalls jenen aus vorhergehenden Meetings gleichen, gegeben werden?

Welches Gottesbild wird in folgender Aussage deutlich?. „Ich kann nicht. Du kannst, dann mach.“

## **4.2 Stellungnahme der Expertin**

Die Expertin, Therapeutin für stoffgebundene bzw. stoffungebundene Süchte und Angehörigenarbeit im Anton Proksch Institut, 1230 Wien, nahm zu allen Fragen ausführlich Stellung. Aus ihrer Sicht kann Religion wohl eine Ressource sein. Sie berichtet von suizidalen Patienten, die „aufgrund ihrer Glaubensgrundsätze nicht

gesprungen sind“<sup>616</sup>. Jedoch seien viele Patienten nicht religiös, Gespräche über Religion selten und eher bei muslimischen Patienten ein Thema. „Wer nicht an Gott glaubt, den kann man nicht gläubig machen“, so die Expertin. Zur Nächstenliebe führte sie an, dass auch diese sehr wohl eine Ressource sein kann. Auch Selbstliebe spiele insofern eine Rolle, da alkoholranke Patienten und Patientinnen, die ein Jahr abstinent sind, eine Auszeichnung erhalten. Diese erhalten eine Sponsorschaft, dies wirke sich selbstwerterhöhend aus. Zu Gott könne sie nicht viel sagen, Religiosität käme eigentlich nicht wirklich vor.

Wichtig sei es für co-abhängige Personen vor allem, die eigenen Ressourcen zu stärken, einen Schritt zurückzutreten, sich auf das eigene Leben zu fokussieren und sich als Angehöriger bzw. Angehörige „egal ob ich mir Sorge mache oder nicht“ abzugrenzen. Sie verwies darauf, dass co-abhängige Personen nicht süchtig wären und dass alles, was verstärkt wird, sich wiederhole. Sie wären nicht körperlich, sondern emotional abhängig. Nach derzeitigem Forschungsstand gäbe es keine Suchtpersönlichkeit. Für die Sucht gäbe es keine Ursache, die benannt werden könnte, sondern man könne lediglich von gefährdeten Personen sprechen. Ein Zusammenhang zwischen Persönlichkeitstyp, co-abhängigem Verhalten und einer bestimmten Form des Gottesbildes wurde verneint. Angeführt werden könnten jedoch Vulnerabilitätsfaktoren, die co-abhängiges Verhalten begünstigen bzw. Resilienz-Faktoren, die co-abhängiges Verhalten verhindern. Die Expertin erklärt, dass sie zu Gott leider gar nichts sagen könne. Selbstfürsorge sei nicht in religiösem Sinn gemeint, sondern dass man auf die eigenen Bedürfnisse vergisst, da sich alles um die Sucht der Bezugsperson drehe. Keine wissenschaftliche Erklärung gäbe es auch für das Verbleiben in co-abhängigen Strukturen, wie dies von der Forscherin in den untersuchten Al-Anon Selbsthilfegruppen beobachtet wurde. Eine mögliche Therapie sei anstrengend, bedeute beinharte Arbeit und erfordere, gewisse Dinge zu ändern, „die einem weh tun“. Möglicherweise sei es für manche einfach zu viel. Zudem wären auch Therapieplätze auf Krankenschein nicht immer möglich. Viele könnten sich eine Therapie, ab 80 Euro aufwärts nicht leisten. Rituale aufzugeben sei schwer, ebenso Dynamiken, alte Muster durchzubrechen, nicht so leicht. So sei es im Kontext von Co-Abhängigkeit wichtig, stückweise zu reflektieren und Kontrolle aufzugeben. Co-abhängiges Verhalten könne mit Erfolg behandelt werden: Erforderlich

---

<sup>616</sup> Die folgenden Zitate stammen aus dem Interview mit der klinischen Psychologin Mag. Judit Medgyesy vom 21.06.2018, das in einem Vortragsraum des Anton Proksch Institutes durchgeführt wurde.

sei es, klare Grenzen zu setzen, Konsequenzen zu ziehen, dann könne sich das Problem auflösen. Bezüglich eines möglichen Weges aus tiefster Abhängigkeit, verweist die Expertin darauf, dass solch ein Weg sehr individuell sei, auf die persönliche Beziehung ankäme und auch auf die Familie. Zur Frage nach den Machtverhältnissen konnte die Expertin keine Aussagen treffen. Warum man sich lediglich in den Selbsthilfegruppen verstanden fühle und kaum Hilfe außerhalb dieser suche, beantwortete die Expertin mit folgenden Hypothesen: Dies könnte aufgrund empfundener Scham sein, man geniere sich für das eigene Verhalten und Therapien wären schwer bzw. nicht leistbar. Zum Phänomen, dass sehr leidvolle Erfahrungen in aufeinander folgenden Meetings mit fast gleichem Wortlaut und ähnlicher Stimmlage erzählt, von den Hörern und Hörerinnen nicht wieder erkannt werden, hatte die Expertin keine Erklärung. Abschließend nahm die Expertin zur Aussage, „Ich kann nicht, du kannst, dann mach“, Stellung. Aus der Überforderung heraus würde vieles versucht. Wenn Menschen religiös sind, kann Gott jener sein, der einen jedes Mal scheitern lässt. Religiosität kann etwas Gesundes sein: im Fall von Co-Abhängigkeit möglicherweise eine radikale Akzeptanz dessen, was die co-abhängige Person nicht ändern kann. Empfehlenswert sei aus der Sicht der Expertin eine Verhaltenstherapie. Zu akzeptieren, dass die eigene Kindheit so war, wie sie eben war. Zu erkennen, „ich kann dich nicht ändern und ich gebe die Verantwortung ab, dann ist das etwas Gesundes.“ Es könnte aber auch Ohnmacht sein. Dies sei individuell unterschiedlich zu beurteilen.

Das Gespräch endete mit der Bereitschaft, für weitere Fragen zur Verfügung zu stehen. Die neu gewonnenen Erkenntnisse konnten für das untersuchte Phänomen Co-Abhängigkeit praktisch nutzbar gemacht werden. Im Anschluss an die im Expertengespräch gewonnenen Erkenntnisse wird nun versucht, in einem Zwischenresümée wesentliche Merkmale, die für die theologisch-ethische Auswertung bzw. die Diskussion der Daten von Bedeutung sind, darzustellen.

### **4.3 Deutung der Ergebnisse aus dem Experten- und Expertinnengespräch sowie aus der empirischen Forschung**

Den dringenden Bedarf der Stärkung des Ichs im Kontext von Co-Abhängigkeit zeigen sowohl die Ergebnisse aus der empirischen Forschung als auch die Stellungnahme der Expertin auf. Arbeit an der eigenen Selbstwahrnehmung, am Selbstbild, am Selbststand, an der Selbstfürsorge stellen wichtige Ressourcen dar, um co-abhängiges Verhalten

überwinden bzw. Rückfälle vermeiden zu können. Die Expertin machte deutlich, dass mögliche Wege aus co-abhängigem Verhalten individuell unterschiedlich sein können und der Familie bzw. dem sozialen Umfeld, den persönlichen Beziehungen eine wichtige Bedeutung zukomme.

Auf vorhandene Ressourcen zurückzugreifen oder neue zu entdecken und zu entwickeln stellt einen wichtigen Baustein dar, den es in der theologischen Auseinandersetzung mit den empirischen Erkenntnissen bzw. in der Diskussion der Daten eingehend zu betrachten gilt. Diese bilden einen wichtigen Baustein, um sich selbst aus der Mitgefangenheit in der Suchtkrankheit der alkoholkranken Bezugsperson, befreien zu können. Die erhobenen Kategorien aus der einjährigen teilnehmenden Beobachtung in zwei ausgewählten Al-Anon Selbsthilfegruppen spiegeln die intensiven emotionalen Reaktionen von co-abhängigem Verhalten wieder. Sie zeigen vor allem auf, welche Verhaltensweisen den Weg aus Co-Abhängigkeit eher einengen als befördern. Deutlich wird dies vor allem an der Schlüsselkategorie/Kernkategorie<sup>617</sup> zur Beziehung zu sich selbst „Hin- und Hergerissen zwischen Verzweiflung und Hoffnung“. Die Wichtigkeit, für sich selbst sorgen und selbständig über das gesunde Maß an Hilfeleistungen entscheiden zu können, bedeutet „lebenslange Arbeit an sich selbst – erwartete Rückschläge“. Diese Schlüsselkategorie, entwickelt aus den erhobenen Daten der narrativen Interviews, zeigt die Wichtigkeit auf, nicht nur die individuellen Bedürfnisse co-abhängiger Personen wahrzunehmen, sondern auch deren beeinträchtigte Lebensqualität. Erst dann, erscheint es möglich, dass diese Hilfe für sich selbst auch außerhalb der Selbsthilfegruppen suchen und sich selbst in den Mittelpunkt rücken, den bislang die Suchtkrankheit der Bezugsperson eingenommen hat. Für die anschließend theologisch-ethische Analyse ist dieser Aspekt besonders relevant hinsichtlich der Frage, wie man Menschen dazu befähigen kann, dass sie verantwortungsvoll mit sich umgehen bzw. zu handeln. Auch Scham und Schuldgefühle, die häufig als Folge co-abhängigen Verhaltens auftreten, sind moraltheologisch relevant und werden im nachfolgenden Kapitel behandelt.

---

<sup>617</sup> Vgl. hierzu: Teil IV: Begegnung mit der Realität der Co-Abhängigkeit. Schritte der Untersuchung. Tab. 14: Überblick über die Schlüsselkategorien aus der teilnehmenden Beobachtung und aus den narrativen Interviews.

Laut aktuellem Forschungsstand kann nicht von einer Suchtpersönlichkeit bzw. von einem festgelegten Ursachenkatalog für die Entstehung von Sucht ausgegangen werden, sondern es gibt Personen, die gefährdet sind. In Bezug auf Co-Abhängigkeit sind Vulnerabilitätsfaktoren, die co-abhängiges Verhalten begünstigen und ebenso Resilienzfaktoren, die es ermöglichen, Schutzfaktoren zu entwickeln, von Wichtigkeit. Diese Faktoren sind besonders im Blick auf eine mögliche Stärkung der Selbstliebe co-abhängiger Personen bedeutsam und können möglicherweise helfen, krankhafte Schuld zu überwinden. Auf die Aspekte Identität, Selbstannahme, Selbstliebe, Scham, Schuld, Freiheit und Gewissen im Kontext von Co-Abhängigkeit wird in den nachstehenden Kapiteln näher eingegangen. Die Stärkung der Resilienz erscheint als ein wichtiges Instrument, damit ein gesundes Beziehungsmodell entstehen kann, sich wiederholende, selbstzerstörende Verhaltensmuster geändert werden können. Zu erkennen, „ich kann dich nicht ändern und ich gebe die Verantwortung ab, dann ist das etwas Gesundes“, so die Expertin. Die Schlüsselkategorien/Kernkategorien, entwickelt aus der teilnehmenden Beobachtung und aus den narrativen Interviews, unterstreichen die Aussage der Expertin. Diese lauten: „Aufgabe der Nächstenliebe fördert die Aufgabe des Selbstbildes“ und „Aufgabe, Balance zwischen den eigenen Bedürfnissen des Partners zu finden – Hilfe zur Selbsthilfe“<sup>618</sup>

Auf den gestörten Kreislauf des Gebens und Nehmens im Kontext von Abhängigkeitserkrankungen, insbesondere auf die häufig zu kurz gekommene Identität co-abhängiger Personen wird im Kapitel über mögliche theologisch-ethische Weg aus der Co-Abhängigkeit noch näher eingegangen.

Die Daten aus der empirischen Forschung bestätigen die Ursprungsthese eines negativen Gottesbildes co-abhängiger Personen, das lebensförderliche Veränderungen nahezu verunmöglicht, nicht. Dies zeigen die Schlüsselkategorien/Kernkategorien aus der empirischen Forschung auf: „Gott/Höhere Macht/Kraft als Rettungsanker“ und

---

<sup>618</sup> Vgl. hierzu: Teil IV: Begegnung mit der Realität der Co-Abhängigkeit. Schritte der Untersuchung. Tab. 14: Überblick über die Schlüsselkategorien aus der teilnehmenden Beobachtung und aus den narrativen Interviews.

„Erhoffte und ersehnte Wende zum Guten durch das Eingreifen eines liebenden Gottes/einer liebevollen Höheren Macht bzw. Kraft“<sup>619</sup>

Es gilt daher nicht mehr das ursprüngliche Anliegen, nach den Konsequenzen für ein christlich normatives Gebot mit der Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit zu fragen, sondern im Rahmen der Könnensethik bzw. Ermöglichungsmoral zu untersuchen, wie man das Können co-abhängiger Personen stärken kann. Auch die Expertin verwies auf die Wichtigkeit, dass co-abhängige Personen lernen, das eigene Leben zu fokussieren und die eigenen Ressourcen zu stärken. Sie betonte, dass alles was verstärkt wird, wiederholt werden kann. Es erscheint daher wichtig, einen Blick auf die ungesunde Situation der Hinwendung der co-abhängigen Person zur nahestanden alkoholkranken Person zu werfen und insbesondere Wege aufzuzeigen, wie diese emotionale Abhängigkeit überwunden werden kann. Vor allem die Notwendigkeit eines möglichen Ausgleiches zwischen Selbst- und Nächstenliebe wird im Rahmen der Könnensethik diskutiert werden. Die daraus resultierenden Erkenntnisse werden im letzten Kapitel „Pastorale Ermöglichung moralischen Könnens“ in die empfohlenen Handlungsweisen für eine einladende Pastoral einfließen.

---

<sup>619</sup> Vgl. hierzu: Teil IV: Begegnung mit der Realität der Co-Abhängigkeit. Schritte der Untersuchung. Tab. 14: Überblick über die Schlüsselkategorien aus der teilnehmenden Beobachtung und aus den narrativen Interviews

## **TEIL V: THEOLOGISCH-ETHISCHE WEGE AUS DER CO-ABHÄNGIGKEIT: INTER- DISZIPLINÄRE ZUGÄNGE**

Wie aus der empirischen Analyse der Daten ersichtlich wurde, sind im Kontext von Co-Abhängigkeit Hoffnung, Liebe und der Glaube an Gott – „wie wir Ihn verstanden“ bzw. der Glaube an eine Höhere Macht gegeben. Als positive Aspekte der Gottesbeziehung sind das Wissen um das Geliebtwerden und das Angenommensein zu nennen. Jedoch ist festzuhalten, dass co-abhängige Personen oftmals Schwierigkeiten haben, aufgrund eines nicht ausreichenden Selbststandes, eigene Kräfte zu mobilisieren. Dies kann wiederum massive falsche Schuldgefühle nach sich ziehen. Theologisch-ethisch betrachtet stellt sich die Frage, wie man co-abhängige Personen ermutigen kann, ein falsches Schuldverständnis zu erkennen und abzulegen. Desweiteren erscheint es wichtig, diese zu einer lebensförderlichen Selbstfürsorge und zum positiven Handeln an der suchtkranken Bezugsperson zu befähigen. Nicht nur die mangelnde Selbstliebe, sondern auch die Angst vor der Freiheit, die Angst vor dem Selbststand, vor der eigenen Unabhängigkeit lassen co-abhängige Personen oftmals in ihrer Abhängigkeit verbleiben. Die eigenen Kräfte können nicht ausreichend mobilisiert werden, sodass Bemühungen um persönliches Wachstum allzu rasch in einer Sackgasse enden. Ausschlaggebend hierfür ist die negative Wechselwirkung von Selbst- und Nächstenliebe. In der Folge wird die aus der Selbstreflexion gewonnene Einsicht bzw. Kraft durch ein Übermaß an Hinwendung zur alkoholkranken Bezugsperson absorbiert. Aufgrund der fehlenden Stärkung, der nur die Symptome bekämpfenden Gottesliebe und des Verharrens in zahlreichen Sackgassen kann sich häufig keine lang anhaltende lebensförderliche, heilende Wirkung entfalten. Trotz des Glaubens an eine Höhere Macht/Kraft/Gott – „wie wir Ihn verstanden“ kommt es weiterhin zur Überschreitung von Grenzen, zur Ausübung von Kontrolle, wodurch sich wiederum die Selbstannahme bzw. Selbstliebe verringert.

Die geschilderte Problemlage verweist auf die Notwendigkeit, Handlungsmöglichkeiten co-abhängiger Personen aus der Sicht der Gesundheitswissenschaften zu beleuchten. Die Erkenntnisse aus dieser interdisziplinären Zusammenschau fließen in die

anschließende theologische Reflexion ein. Abschließend wird der Versuch unternommen, pastorale Handlungsweisen zu erarbeiten, wie man zur Freude an der Freiheit ermutigen und Schritte hin zur Überwindung co-abhängigen Verhaltens setzen kann.

## **1 Co-abhängig – Mit-gefangen im Suchtprozess eines Familienangehörigen oder einer Familienangehörigen**

Welchen Herausforderungen sind co-abhängige Personen in ihrer Lebenswirklichkeit ausgesetzt? Vor der Diskussion der Daten aus der empirischen Forschung bedarf es einer Skizzierung der Krisenpotenziale, mit denen co-abhängige Personen alltäglich häufig konfrontiert sind. Nachstehend wird daher einerseits der Versuch unternommen, einen Einblick in die wichtigsten Folgen co-abhängigen Verhaltens zu geben und andererseits den Blick auf mögliche Bewältigungsstrategien für die auftretenden Belastungen im Zusammenleben mit einer alkoholkranken Bezugsperson zu richten. Zentral ist hierbei vor allem die Frage nach der Bewahrung bzw. dem Wiedererlangen körperlicher und psychischer Gesundheit. Hier rücken insbesondere die Aspekte Selbstsicherheit, Selbstbewusstsein, Selbstliebe in den Blick, die oftmals nicht in ausreichendem Maß gegeben sind. In der Folge kommt es zu einer eingeschränkten Selbstwirksamkeit.

Co-abhängige Personen sind zudem häufig einem permanent erhöhten Stresslevel ausgesetzt, gelangen oftmals an ihre körperlichen und psychischen Kräfte. Ebenso tragen Phasen der Angst, Verwirrung, Enttäuschung, Verzweiflung, Unsicherheit, Erschöpfung, Schuldgefühle und vor allem Scham dazu bei, dass es auch zur sozialen Isolation kommt. Aufgrund eingeschränkter sozialer Kontakte sind sie weitgehend auf sich selbst gestellt, fühlen sich hilflos und allein gelassen. Dennoch erfüllen sie weiterhin ihre Pflichten und übernehmen auch noch zunehmend die Pflichten der alkoholkranken Bezugsperson. Wer sollte für das Funktionieren des Familiensystems sorgen, wenn nicht sie?, dies bestimmt weitgehend ihr Denken und Fühlen. Eine weitere Belastung besteht darin, das innere Familiengeschehen vor Außenstehenden, jedoch auch vor engen Familienangehörigen und guten Freunden so gut es geht zu verheimlichen. Die Suchtkrankheit der alkoholkranken Bezugsperson wird als eigenes Versagen bewertet.

Die Daten aus der teilnehmenden Beobachtung zeigen auf, dass zwischen dieser äußerst belastenden Lebenssituation und dem Erstkontakt zu einer Al-Anon Selbsthilfegruppe für Angehörige und Freunde von Alkoholikern oftmals eine sehr lange Zeit vergeht. Dort angekommen, fühlen sie sich erstmals angenommen und verstanden. Durch das spirituelle Programm, mit dem in der Selbsthilfegruppe Al-Anon gearbeitet wird, kommen sie in Kontakt mit der Höheren Macht, fühlen sich erleichtert, da dieser transzendenten Kraft alle Sorgen, Belastungen und Zukunftsängste übergeben werden können. Auf diese können sie, im Gegensatz zu ihren zwischenmenschlichen Beziehungen, vertrauen. An diese Höhere Macht<sup>620</sup>, im fünften und sechsten Schritt auch „Gott“<sup>621</sup> genannt, können sie sich wenden, von dieser werden sie angenommen wie sie sind und vor allem erfahren sie sich als geliebt. Durch die Zuwendung der Höheren Macht/durch die Gnade Gottes lernen sie allmählich wieder zu vertrauen und hoffnungsvoll nach vorne zu blicken. Im Glauben an eine transzendente Höhere Macht/Kraft oder auch an Gott – „wie wir Ihn verstanden“ wird alle Hoffnung auf Rettung aus den äußerst belastenden bzw. aussichtslos erscheinenden Lebenssituationen gesetzt. Nachstehende In-Vivo-Kodes<sup>622</sup> geben einen Einblick in diesen Wendepunkt.

<i>Hilfe durch Al-Anon</i>	<i>Meeting/Ort/Zeit</i>
„Alles sagen können, ohne dass es kommentiert wird.“	Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien/Protokoll vom 07.11.2016
„Wenn ich zwei Wochen nicht komme, ist alles weg.“	Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien/Protokoll vom 07.11.2016
„Ich weiß nicht was hilft – ich glaube, dass man reden kann.“	Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien/Protokoll vom 07.11.2016
„Al-Anon ist ein Sickerprogramm – es wirkt.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien/Protokoll vom 14.12.2016
„Bei Al-Anon gelernt, wie krank ich schon bin.“	Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien/Protokoll vom 19.12.2016
„Durch Al-Anon hat sich die Beziehung um 180 Grad gewendet.“	Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien/Protokoll vom 19.12.2016
„Wir sind eine Gemeinschaft aus Erfahrung, Kraft und Hoffnung.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien/Protokoll vom 11.01.2017
„In erster Linie alles von der Seele reden und auf den Tisch legen.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien/Protokoll vom 09.08.2017

<sup>620</sup> Der zweite Schritt des Zwölf-Schritte-Programms der Al-Anon Selbsthilfegruppen lautet: „Wir kamen zu dem Glauben, dass eine Macht, größer als wir selbst, uns unsere geistige Gesundheit wiedergeben kann.“ Al-Anon Familiengruppen (Hg.) (1997): Teil I. Arbeit in den Gruppen. Die Zwölf Schritte. Best.-Nr. 210 (P-36). Essen: Al-Anon Familiengruppen Interessensgemeinschaft e.V. mit Druckgenehmigung vom Weltendienstbüro, 5.

<sup>621</sup> Ebd., 5.

<sup>622</sup> Besonders aussagekräftige Wortmeldungen der Teilnehmer bzw. Teilnehmerinnen der untersuchten Al-Anon Gruppen wurden von der Forscherin als In-Vivo-Kodes übernommen.

„Es wird ein Problem klarer, wenn man sich selbst reden hört.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien/Protokoll vom 09.08.2017
„Gott spricht oft durch einen Mund – es fällt der Groschen – was jemand dringend braucht.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien/Protokoll vom 09.08.2017

Tab. 15: Hilfe durch „Al-Anon“

## 1.1 Weg der Befreiung aus co-abhängigem Verhalten

Wie können co-abhängige Personen sich selbst aus dem Sog der Alkoholkrankheit einer nahestehenden Bezugsperson ziehen? Erkenntnisse aus der Resilienzforschung<sup>623</sup> bestätigen, dass „es auch unter widrigsten Lebensumständen und schweren Risikobelastungen möglich ist, sich zu einer selbstbewussten, selbstsicheren und kompetenten Persönlichkeit zu entwickeln.“<sup>624</sup> Es scheint daher von großer Wichtigkeit, die Daten aus der empirischen Forschung zunächst hinsichtlich der anthropologischen Bezüge zu lesen. Die Dringlichkeit, eine resiliente Persönlichkeit zu entwickeln, wurde bereits vielfach aufgezeigt. Welche Faktoren könnten die Ausbildung von Resilienz jedoch erheblich erschweren? Hier sind vor allem der immense Leidensdruck, die empfundene Scham, auftretende Schuldgefühle aufgrund grenzüberschreitender Handlungen, insbesondere sich für jegliches Ungleichgewicht in der Familie schuldig zu fühlen, der geschwächte Selbstwert und die empfundene Lähmung bzw. Erstarrung aufgrund überbordender Emotionen zu nennen. Aufgrund dieses Befundes stellt sich die Frage nach vorhandenen Ressourcen co-abhängiger Personen. Da sich diese jedoch in Krisensituationen kaum mehr spüren, koppeln sie sich zunehmend von sich selbst ab und schneiden sich dadurch unbewusst von ihren eigenen Ressourcen ab. In der Folge kann es zu dissoziativen Prozessen kommen. Aus systemtherapeutischer Sicht geben Alexander Korittko und Karl Heinz Pleyer diesbezüglich wichtige Hinweise. Als dissoziativ beschreiben sie Prozesse nicht lediglich als

---

<sup>623</sup> „Bei der Resilienz handelt es sich um die individuelle Fähigkeit eines Menschen, Stress, Belastungen, äußere Faktoren und Lebenskrisen auszuhalten und mit Hilfe der eigenen psychischen und sozialen Ressourcen zu kompensieren.“

<https://entwicklung-der-persoenlichkeit.de/resilienzforschung> [04.09.2018].

<sup>624</sup> Wustmann, Corina (2009): Die Erkenntnisse aus der Resilienzforschung – Beziehungserfahrungen und Ressourcenaufbau. In: Psychotherapie Forum (2009) 17: 71-78, 71.

*„Vorgänge, die sich im Kopf des Einzelnen abspielen und nur dort relevant sind. Sie lassen ihre Spuren nicht allein in der Psyche des Individuums zurück. Vielmehr sind sie auf verschiedenen Ebenen lebender Systeme zu beobachten und zu beschreiben.“<sup>625</sup>*

Wird gemeinsam tabuisiert bzw. werden Geheimnisse übereinstimmend bewahrt und Erinnerungen kollektiv verdrängt, so spricht man von dissoziativen Phänomenen zwischen einzelnen Menschen.<sup>626</sup> Diese „gestalten die Beziehungen, fragmentieren Systeme und organisieren Gruppen von Individuen zu Subsystemen.“<sup>627</sup>

Hierzu ist anzumerken, dass Kommunikationsstörungen zwischen der co-abhängigen und der alkoholkranken Person sich nicht nur auf diese selbst auswirken, sondern auf das gesamte Familiensystem, wobei die Kinder die besonders Leidtragenden sind. Verzernte Formen von Kommunikation führen dazu, dass alle Familienmitglieder durch die Alkoholkrankheit eines Familienmitglieds mit-gefangen bzw. mit-belastet sind.<sup>628</sup>

## **2 Interdisziplinäre Lösungsansätze**

Für das Einschlagen eines Weges aus Co-Abhängigkeit braucht es eine große Portion Mut und auch das Eingeständnis, auf Hilfestellungen angewiesen zu sein. Forschungserkenntnisse aus der Systemtherapie und Traumaforschung, aus der Neurobiologie und der Psychologie belegen die Möglichkeit, co-abhängiges Verhalten überwinden zu können, sodass Wege zur Freiheit, zur Selbstmächtigkeit und zur Handlungsfähigkeit beschritten werden können. Nachstehend wird der Versuch unternommen, unter Heranziehung wichtiger Erkenntnisse aus diesen Forschungsdisziplinen, Lösungsansätze für das Überwinden co-abhängigen Verhaltens unter Rückbezug auf die Daten aus der empirischen Forschung aufzuzeigen. So zeigen Systemtherapie und Traumaforschung Wege auf, Traumafolgestörungen überwinden zu können, z.B. durch Ausbildung positiver dissoziativer Fähigkeiten. Wie co-abhängige Personen ihre persönlichen Ressourcen stärken können bzw. wieder Zugang zu diesen finden können, wird durch die Resilienzforschung beantwortet. Über die Bewältigung äußerst belastender Lebenssituationen gibt die Stressforschung wichtige Hinweise.

---

<sup>625</sup> Korittko, Alexander / Pleyer, Karl Heinz (2010): Traumatischer Stress in der Familie. Systemtherapeutische Lösungswege. Mit Geleitworten von Wilhelm Rotthaus und Gerald Hüther. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 182.

<sup>626</sup> Vgl. ebd., 182.

<sup>627</sup> Ebd., 182.

<sup>628</sup> Vgl. hierzu: Teil I: Theoretische Grundlegung. 1.2 Co-Abhängigkeit.

## 2.1 Systemtherapie und Traumaforschung

Co-abhängige Personen stehen angesichts lang anhaltender belastender Herausforderungen unter starkem Stress. Oftmals stehen sie dem Alkoholkonsum der familiären Bezugsperson ohnmächtig gegenüber und empfinden angesichts dieser Lage Verzweiflung und Hilflosigkeit. In der Folge können emotionale, aber auch kognitive Belastungen zu traumatischen Erlebnissen führen und Traumenfolgen nicht ausgeschlossen werden.

Erkenntnisse aus der Traumatherapie belegen, dass dies mit einem erheblichen Verlust der Verfügbarkeit über vorhandene Ressourcen und auch mit Orientierungslosigkeit einhergehen kann. In der Folge können auch neue Ressourcen nur schwer erschlossen werden.

*„Traumafolgestörungen sind definiert als psychische und physische Reaktionen auf extremen Stress, der die aktuellen Bewältigungsmöglichkeiten des Betroffenen überfordert [...]. Werden durch äußere oder (innere Stressoren) willentlich nicht kontrollierbare physiologische und psychologische Notfallreaktionen hervorgerufen und werden dadurch Gefühle von Ohnmacht und Hilflosigkeit zu dominanten Lebensqualitäten, so entsteht aus systemischer Sicht die (subjektive) Überzeugung, dass die verfügbaren ‚inneren Landkarten‘ keine Orientierung mehr geben. Je nach Intensität und Dauer des Zustandes gehen nachhaltig Bereitschaft und Kraft verloren, gewohnte Bewältigungsstrategien anzuwenden. Tatsächlich verfügbare Ressourcen bleiben dann ungenutzt und das Individuum oder das Familiensystem verlieren die Fähigkeit, sich neue Ressourcen zu erschließen. So gestalten sich Traumafolgestörungen als einengende Lösungsversuche.“<sup>629</sup>*

Nachstehend zusammengefasste In-Vivo-Kodes aus der teilnehmenden Beobachtung geben einen Einblick in die Stressoren, die häufig zum Lebensalltag einer co-abhängigen Person gehören und einen Mangel an positiven Bewältigungsstrategien aufzeigen.

<b>Verminderte Bewältigungsstrategien</b>	<b>Meeting/Ort/Zeit</b>
„Ich war kranker als der Alkoholiker.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien/Protokoll vom 14.12.2016
„Reagieren auf den Alkoholiker ist Ausdruck meiner Bedürftigkeit.“	Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien/Protokoll vom 16.01.2017
„Ich weiß, ich bin genau so krank, bin co-abhängig, das weiß ich.“	Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien/Protokoll vom 16.01.2017
„Die Muster kann ich überall spüren, [...] an der Kassa, nicht nur in der Begegnung mit dem Alkoholiker.“	Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien/Protokoll vom 16.01.2017

<sup>629</sup> Korittko, Alexander / Pleyer, Karl Heinz (2010): Traumatischer Stress in der Familie, 19.

„Mein Teil – das Rad rennt auch ohne Alkohol.“	Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien/Protokoll vom 16.01.2017
„Nicht hirntschern“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien/Protokoll vom 29.03.2017
„Wir verlangen nach Bestrafung, Märtyrertum, nicht nach Heilung.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien/Protokoll vom 05.04.2017
„Ich bin immer noch das verletzte Kind.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien/Protokoll vom 05.07.2017
„Das Wort, das du brauchst, kannst du dir nicht selber sagen.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien/Protokoll vom 12.07.2017
„Aus Angst und Schuldgefühlen viel anhäufen.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien/Protokoll vom 12.07.2017
„Machtlosigkeit nicht nur dem Alkohol gegenüber, sondern dem ganzen Leben gegenüber.“	Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien/Protokoll vom 18.09.2017

Tab. 16: Verminderte Bewältigungsstrategien

Oben angeführte Daten zeigen die Wichtigkeit auf, im Kontext von Co-Abhängigkeit mögliche Wege zu einer lebensförderlichen Neu-orientierung und Entwicklung neuer Handlungsmuster bzw. Bewältigungsstrategien, aufzuzeigen. Nach Korittko und Pleyer sind negative dissoziative Prozesse<sup>630</sup> von positiven Prozessen zu unterscheiden. Sie halten fest, dass traumatische Erfahrungen mittels ausgebildeter dissoziativer Fähigkeiten<sup>631</sup> verstanden und insbesondere „im therapeutischen Prozess“<sup>632</sup> bewältigt werden können. Zu den positiven dissoziativen Fähigkeiten zählen sie vor allem folgende Faktoren: „Copingstrategie, Emotionsregulation oder Stressbewältigung und Prozess der Informationsverarbeitung“<sup>633</sup>. Die Fähigkeit zur Dissoziation „schützt das Bewusstsein vor Reizüberflutung und vor Informationen, die mit unverträglichem Stress (Distress) assoziiert sind“<sup>634</sup>.

Im Kontext von Co-Abhängigkeit gilt es jedoch nicht nur den Blick auf die Wichtigkeit der Fähigkeit zur Dissoziation, sondern auch den Blick auf die unterschiedlichen Formen von Dissoziation zu richten.

---

<sup>630</sup> Vgl. hierzu: Teil V: Theologisch-ethische Wege aus der Co-Abhängigkeit: Interdisziplinäre Zugänge.

<sup>631</sup> 2 Interdisziplinäre Lösungsversuche, 2.1 Systemtherapie und Traumaforschung.

<sup>632</sup> Vgl. hierzu ebd., 2.1.3 Deutung dissoziativer Phänomene.

<sup>633</sup> Ebd., 175.

<sup>634</sup> Ebd., 175.

<sup>634</sup> Ebd., 177.

### **2.1.1 Dissoziation aus neurologischer Sicht/Dissoziation im Kontext von Co-Abhängigkeit**

Korittko und Pleyer treffen folgenden Unterscheidungen: „Dissoziation als nicht bewusster und automatisierter psychischer Vorgang“<sup>635</sup>, als „veränderte Bewusstseinszustände mit einer vorübergehenden und partiellen Entfremdung von Selbst- und Umwelterfahrung“<sup>636</sup>, als „Abwehrmechanismen“<sup>637</sup> und auch als „Inkonsistenz zwischen Wahrnehmung und Verhalten“<sup>638</sup>. Den psychischen Vorgängen kommt hierbei eine wichtige Bedeutung zu. Diese können „als Korrelat morphologisch nachweisbarer, anatomischer und funktionaler Veränderungen beziehungsweise Schädigungen des Gehirns“<sup>639</sup> nachgewiesen werden. Zu solchen Veränderungen kann es bereits aufgrund einer einzigen überlastenden Stresssituation kommen.<sup>640</sup> Neurologisch erwiesen ist ebenso, dass lang anhaltender Stress „das Volumen des Hippocampus“<sup>641</sup> verringert. Um Informationen verarbeiten zu können, braucht es folgende zwei Konstanten: eine fokussierte Aufmerksamkeit und die Fähigkeit zur positiven Dissoziation.

Im Kontext von Co-Abhängigkeit sind diese Konstanten jedoch oft schwach ausgeprägt, denn co-abhängige Personen sind einerseits häufig einem hohen, lang anhaltenden Stresspegel ausgesetzt und andererseits werden ebenso häufig auftretende Emotionen unterdrückt. Über die auslösenden Faktoren kann mit der alkoholkranken Bezugsperson kaum gesprochen werden. Dass mit einer alkoholkranken Bezugsperson in einer nassen Phase nur schwer diskutiert bzw. Probleme gelöst werden können und Lösungen auf eine trockene Phase verschoben werden müssen, belegen die Daten aus der teilnehmenden Beobachtung. Oft fehlt aber auch zu einem späteren Zeitpunkt die psychische Kraft, die erlebten Erschütterungen anzusprechen. Co-abhängige Personen kontrollieren häufig nicht nur das Trinkverhalten ihres alkoholkranken Partners oder der alkoholkranken Partnerin, sondern auch die eigenen Emotionen, sodass belastende traumatisierende Erlebnisse nicht hinreichend bewältigt und in die Biographie integriert werden können. Kontrollverlust und Ohnmacht bestimmen in der Folge den Alltag.

---

<sup>635</sup> Ebd., 176.

<sup>636</sup> Ebd., 176.

<sup>637</sup> Ebd., 176.

<sup>638</sup> Ebd., 176.

<sup>639</sup> Ebd., 176.

<sup>640</sup> Vgl. ebd., 176.

<sup>641</sup> Ebd., 176.

Diesbezügliche Folgen aufgrund traumatischer Erschütterungen beschreiben Korittko und Pleyer mit folgenden Worten:

*„Im Übrigen sprechen Alltagserfahrungen für die Annahme fließender Übergänge von Nichtkontrollierbarkeit zur Kontrollierbarkeit beziehungsweise von nicht bewussten zu bewussten Prozessen. Je heftiger die traumatische Erschütterung und ihre Folgen, desto schwerer fällt es den Betroffenen, ein Bewusstsein über die biographischen Zusammenhänge und die bewusste Kontrolle wiederzuerlangen. [...] Meditative Praktiken wie Beten, Singen und religiöse Rituale zielen auf dieselben Effekte, die in der Psychotherapie durch Induktion von Trance angestrebt werden.“<sup>642</sup>*

Bevor der Blick auf die positiven Funktionen dissoziativer Prozesse gerichtet wird, stellt sich die Frage nach dem Selbstbild co-abhängiger Personen. Ausgehend von den Beobachtungen der Forscherin aus dem einjährigen Aufenthalt in den ausgewählten Al-Anon Selbsthilfegruppen wird versucht, diese zu beantworten: Welches Bild haben co-abhängige Personen von sich selbst?

### **2.1.2 Ein Blick auf das Selbstbild co-abhängiger Personen**

Die Erfahrungen, die zur alltäglichen Lebenswelt co-abhängiger Personen gehören, wurden bereits oben erörtert. An dieser Stelle werden die daraus resultierenden Folgen hinsichtlich des Selbstbildes näher entfaltet. Wie verändert sich dieses angesichts der oben beschriebenen Stressoren? Der Leidensdruck angesichts eines instabilen Beziehungsverhältnisses zur alkoholkranken Bezugsperson und angesichts der ständigen Überforderung kann zu massiven Erschütterungen des Selbstbildes<sup>643</sup> führen, die sich auf den Selbst-stand, die Selbst-liebe und den Selbstwert in negativer Weise auswirken. Sich selbst kaum mehr etwas Gutes zu tun, das Gefühl, ständig zu scheitern, wenig Freude am Leben zu haben, sich seines Wertes nicht ausreichend bewusst zu sein, auf die eigenen Talente oftmals nicht zu vertrauen bzw. diese nicht als Ressourcen zu nutzen, führen dazu, sich und seine Bedürfnisse kaum mehr wahrzunehmen bzw. ernst nehmen zu können. Kurz gesagt: Es erfolgt ein schleichender Rückzug von sich selbst.

Für gemeinsame, ressourcenstärkende Unternehmungen ist in einem Leben mit der einzigen verlässlichen Konstante Alkohol wenig Raum vorhanden. Die Sucht ist zur

---

<sup>642</sup> Ebd., 178.

<sup>643</sup> Vgl. Teil IV: Begegnung mit der Realität der Co-Abhängigkeit. Schritte der Untersuchung. 2.1.1 Ergebnisse aus dem Verfahren des axialen Kodierens, 2.2.1 Ergebnisse aus dem Verfahren des selektiven Kodierens.

dritten Bezugsperson im Beziehungsleben, die nach und nach den Raum zwischen der co-abhängigen Person und dem alkoholkranken Partner oder der alkoholkranken Partnerin einnimmt, geworden. Nicht mehr der geliebte Partner oder die geliebte Partnerin stehen im Mittelpunkt, sondern die Angst um seinen oder ihren Alkoholkonsum. Versagensängste, diesen Konsum nicht kontrollieren zu können, ebenso wie die empfundene Scham über das Trinkverhalten des süchtigen Partners oder der süchtigen Partnerin bzw. über das eigene Verhalten, bestimmen vielfach den Lebensalltag. Sich selbst sehen und die eigenen Lebensvollzüge positiv bewerten zu können, fällt daher oftmals sehr schwer. Dies geht häufig auch mit dem Verlust der eigenen Würde und der Achtung vor sich selbst bzw. vor der suchtkranken Person einher, insbesondere wenn es auch zu gewaltvollen Auseinandersetzungen im Miteinander kommt. Verzerrte Formen der Selbst-wahrnehmung kommen ebenso häufig vor wie starke Emotionen. Aggressionen, Wut und Verzweiflung führen zu einem veränderten Selbst-bild und lassen nicht selten auch kurzzeitig den Gedanken aufkommen, die suchtkranke Person verlassen zu wollen.

Hieraus lässt sich folgende wichtige Schlussfolgerung ziehen: Einer lebensförderlichen Kommunikations- und Gestaltungsmöglichkeit der partnerschaftlichen Beziehung kommt im Kontext von Co-Abhängigkeit eine überaus wichtige Funktion zu. Hierfür ist aus systemtherapeutischer Sicht die Fähigkeit zur positiven Dissoziation jene, die dies ermöglichen kann. Diese geht über die „intraindividuelle Dissoziation als Spaltung verschiedener Speicherareale oder Handlungssysteme zum Zwecke der Stressregulierung“<sup>644</sup> hinaus und ermöglicht das Selbstbild zu schützen. Wie dissoziative Phänomene gedeutet werden können, wird nachstehend näher entfaltet.

### **2.1.3 Deutung dissoziativer Phänomene**

Ein besonderer Fokus liegt hier vor allem auf den Erfahrungen und Bedürfnissen innerhalb einer Beziehung und nicht in erster Linie auf dem „Ergebnis kognitiver Erfahrungen, Haltungen und Lernprozesse“<sup>645</sup>, die ebenso wichtig für den Schutz des eigenen Bildes von sich selbst sind.<sup>646</sup>

---

<sup>644</sup> Korittko, Alexander / Pleyer, Karl Heinz (2010): Traumatischer Stress in der Familie, 181.

<sup>645</sup> Ebd., 181.

<sup>646</sup> Vgl. ebd., 181.

Dissoziative Phänomene finden sich nach Korittko und Pleyer auf zwei Ebenen, im sozialen Beziehungsgeflecht und intrapsychisch. Auf beiden Ebenen erfüllen sie dieselben Funktionen: Einerseits wird durch sie der Datenfluss strukturiert und das jeweilige Gesamtsystem hinsichtlich ihrer Überlebensfähigkeit geschützt. Nicht transparente Bindungen, daraus resultierende Loyalität sowie Familiengeheimnisse, ebenso wie Tabus wirken sich nicht nur auf das jeweilige System aus, sondern wirken sich auf weitere Generationen aus und auch auf zukünftige Systeme, sei es auf die Struktur, auf Regeln oder auf Konventionen.<sup>647</sup> Wie können nun „dissoziative Phänomene des Verhaltens und Erlebens“<sup>648</sup> bewertet werden?

*„Dissoziative Phänomene des Verhaltens und Erlebens erfahren zum einen ihre Bewertung und Klassifikation als krank oder gesund auf der Ebene ‚erlebten Lebens‘ erst durch das Individuum selbst beziehungsweise durch Beobachter. Zum anderen besteht eines der zentralen Anliegen in der systemischen Therapie in der Entpathologisierung der erlebten Phänomene. [...] Der Blick soll auf die kreativen und heilenden Potenzen der dissoziativen Prozesse gelenkt werden und dem Klienten prinzipiell die Entscheidung überlassen, welche Bewertung er für seine momentane Situation und für seine angestrebte Weiterentwicklung bevorzugt.“<sup>649</sup>*

Korittko und Pleyer sprechen zwei positive Funktionen positiver dissoziativer Prozesse an: Erstens wird das Selbstbild durch eine realisierte und favorisierte Beziehungsstruktur bestätigt. Dem kommt im Kontext von Co-Abhängigkeit eine wesentliche Bedeutung zu, wird dadurch doch besonders deutlich, welche Wichtigkeit der Stabilisierung der instabilen Beziehungsstruktur als auch des instabilen Selbstbildes co-abhängiger Personen zukommt und dass dies durch den Erwerb dissoziativer Fähigkeiten auch im Bereich des Möglichen liegt.<sup>650</sup> Zweitens postulieren die Autoren, dass positive dissoziative Prozesse „durch Kommunikation direkt oder (indirekt) auf die Menschen der Umgebung, womit sie bestehende Beziehungen ihrem Selbstbild gemäß beeinflussen, indem sie sie verändern oder stabilisieren“<sup>651</sup>, einwirken. Auch dies stellt einen wichtigen Hinweis für die Lebensrealität co-abhängiger Personen dar. Umzukehren, beschützende, kontrollierende und anklagende Handlungen aufzugeben, kann positive wegweisende Impulse für das ganze Familiengefüge kreieren. Das erhebliche Maß an eingesetzter Energie für das Durchbrechen des Suchtkreislaufes der

---

<sup>647</sup> Vgl. ebd., 182.

<sup>648</sup> Ebd., 185.

<sup>649</sup> Ebd., 185.

<sup>650</sup> Vgl. ebd., 182.

<sup>651</sup> Ebd., 182.

alkoholkranken Bezugsperson umzulenken auf eine Hinwendung zu den eigenen Bedürfnissen, könnte ebenso wie die Wahrnehmung eigener Defizite, die Reflexion familiärer Muster aus der Ursprungsfamilie und die Annahme von Hilfestellungen, z.B. in einer Therapie, könnte einen Initialpunkt für eine positive, lebensverändernde, neue Richtung setzen.

Tatsächlich wird jedoch oftmals aus Angst der Status Quo aufrecht erhalten, weil die Energie für das Abwehren von Schlimmerem eingesetzt wird als für notwendende Veränderungen. In der Folge fordert das Leben in einer Suchtfamilie oftmals seinen Tribut, nämlich das allmähliche Aufgeben der eigenen Wünsche, in nassen Phasen der alkoholkranken Person oft auch begleitet von einem freudlosen Miteinander, einem Leben in Verzweiflung, Angst und Isolation. Die alltäglichen Erfahrungen co-abhängiger Personen kommen so gesehen traumatisch erlebten Erfahrungen sehr nahe.

Die Daten aus der teilnehmenden Beobachtungen zeigen vor allem den Faktor Angst auf, denen sich co-abhängige Personen in unterschiedlichem Grad ausgeliefert sehen. Ängste und auch Panikzustände treten nicht selten im Zusammenleben mit einer alkoholkranken Person auf und hinterlassen tiefe Spuren. Wie sich diese Angst häufig zeigt, wird in nachstehender Tabelle dargelegt.

<b>Faktor Angst</b>	<b>Meeting/Ort/Zeit</b>
„Riesige Angst vor dem Morgen“	Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien/Protokoll vom 19.09.2016
„Angst war in meiner Familie Alltag.“	Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien/Protokoll vom 31.10.2016
„Angst, dass er erstickt“	Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien/Protokoll vom 07.11.2017
„Lieber Gott, dein Wille geschehe. Gott hat mir die Angst genommen. Gott hat mir geholfen und hilft immer weiter.“	Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien/Protokoll vom 16.01.2017
„Angst vor morgen – hirnschechern“	Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien/Protokoll vom 20.02.2017
„Lieber Gott, ich übergebe dir meine Wut, meine Ängste.“	Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien/Protokoll vom 20.03.2017
„Stress und Angst“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien/Protokoll vom 12.07.2017

Tab. 17: Faktor Angst

Das langandauernde, intensive Erleben von Angst bleibt jedoch nicht ohne Folgen. Korritko und Pleyer zeigen auf, dass

*„[...] starkes Angsterleben physiologisch und psychologisch mit dem Erleben von Erstarrung und Lähmung einhergeht und somatische Empfindungen auslöst. An*

*konditionierte Ängste, die mit einer traumatischen Ursprungserfahrung verknüpft sind, heften sich leicht neue phobische Ängste, dass Panikerinnerungen unkontrollierbar wiederkehren könnten. [...] Die subjektive Erfahrung ist die eines spontanen Kontrollverlustes mit Gefühlen von Hilflosigkeit und Ausgeliefertsein.*<sup>652</sup>

Das Leben in einer ständigen Angstspirale, einer diffusen Angst vor der Angst birgt die Gefahr, dass es zu dissoziativen Identitätsstörungen kommt.<sup>653</sup> Inwieweit solche Störungen auch im Kontext von Co-Abhängigkeit auftreten können, unterliegt einer therapeutischen Beurteilung.

Aus oben angeführten Erkenntnissen können für das Phänomen Co-Abhängigkeit folgende wichtige Aspekte festgehalten werden: Angst und Panik können auch über längere Zeiträume hindurch das Leben co-abhängiger Person beherrschen. Die Bewertung der je eigenen Erfahrungen, des eigenen Verhaltens als gesund oder bereits krankmachend kann nach Korritko und Pleyer durch das Individuum selbst, aber auch durch Außenstehende erfolgen.<sup>654</sup> Die Systemische Therapie erarbeitet gemeinsam mit den Klienten und Klientinnen an Lösungswegen aus traumatischen Stresserfahrungen, wobei es ein äußerst wichtiges Anliegen ist, diese zu entpathologisieren. Den heilenden Lösungsansätzen der dissoziativen Fähigkeiten kommt hierbei eine zentrale Bedeutung zu. Impulse für Weiterentwicklung und Einschätzung der eigenen aktuellen Situation werden den Klienten und Klientinnen zugemutet.

Warum verbleiben vor allem Frauen oftmals jahrzehntelang in co-abhängigen Beziehungen, in einem ständigen Auf und Ab von Hoffnung und Verzweiflung?

Im Kontext co-abhängigen Verhaltens dauert es oft allzu lange, bis Hilfe gesucht wird, sei es bei Therapeuten oder Therapeutinnen bzw. in Selbsthilfegruppen. Oft verhindern die Geheimhaltung der Alkoholkrankheit und die empfundene Scham über die Familiensituation, offen über das Leben mit einer Suchterkrankung in der Familie und den daraus resultierenden Folgen, z.B. Kontrolle des Alkoholkonsums, Unberechenbarkeit der alkoholkranken Person, Gewaltausbrüche, Gewalthandlungen, Ärger, psychischer Druck, Kränkungen, Vertrauensverlust, Problemverdrängungen, zu sprechen. Sehr oft wird die Lebenssituation dann allmählich vom Gefühl beherrscht, keine Wahl aufgrund der widrigen Umstände zu haben. Konsequente Entscheidungen

---

<sup>652</sup> Korittko, Alexander / Pleyer, Karl Heinz (2010): Traumatischer Stress in der Familie, 183.

<sup>653</sup> Vgl. ebd., 185.

<sup>654</sup> Vgl. ebd., 185.

treffen zu müssen, stellt zudem eine große, oft nicht bewältigbare Herausforderung dar. So werden die Grundbedürfnisse der co-abhängigen Person dem Aufrechterhalten des Systems geopfert, was ein zunehmend spürbares Energieloch nach sich zieht. Energielosigkeit ist auch eine der herausragenden Kategorien, die aus den Daten der teilnehmenden Beobachtung generiert wurde. Ebenso prägen Zustände wie Hilflosigkeit und Kontrollverlust oftmals den Alltag. Insofern kommen den Ausführungen Korittkos und Pleyers zur salutogenen Wirkkraft dissoziativer Phänomene für einen Weg aus co-abhängigem Verhalten eine äußerst wegweisende Bedeutung zu, vor allem der Möglichkeit der Auflösung traumatischer Stresserfahrungen.

Aus Sicht der Forscherin wäre es hilfreich, wenn unmittelbar nach dem Ende eines Meetings der Al-Anon Selbsthilfegruppen einmal im Monat die Möglichkeit bestünde, ein Gespräch mit einem Therapeuten bzw. einer Therapeutin zu führen. Von den Mitgliedern der untersuchten Al-Anon Gruppen wurden jedoch mehrmals Vorbehalte gegenüber Therapeuten bzw. Therapeutinnen vorgebracht. Drei ausgewählte In-Vivo-Kodes belegen den Vertrauensverlust in Therapien: „Meine Therapeutin hat jede Aussage kommentiert, hatte nicht immer Recht“<sup>655</sup>, „Mit der Gruppe und mit gläubigen Menschen bin ich besser gefahren als mit Therapeuten“<sup>656</sup> und „Meinung der Psychologin abhaken.“<sup>657</sup>

Wie trotz äußerst widriger Lebensumstände positive Schritte aus co-abhängigem Verhalten gesetzt werden können, kann auch anhand der jüngsten Erkenntnisse aus der Resilienzforschung näher entfaltet werden.

## 2.2 Resilienzforschung

Sowohl die entwickelten Kategorien aus der teilnehmenden Beobachtung und aus den narrativen Interviews als auch die gewonnenen Erkenntnisse aus einem Vortrag zum Thema Co-Abhängigkeit am Anton Proksch Institut<sup>658</sup>, zeigen die Wichtigkeit auf, als co-abhängige Person Hilfe in Anspruch zu nehmen und vor allem neue Handlungsstrategien zu erarbeiten. Dies ist insofern notwendig, da co-abhängige

---

<sup>655</sup> Protokoll vom 07.11.2016, Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>656</sup> Protokoll vom 12.07.2017, Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>657</sup> Protokoll vom 26.07.2017, Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>658</sup> Die Forscherin nahm am 21.06.2018 an einem Vortrag über Co-Abhängigkeit teil, der am Anton Proksch Institut, 1230 Wien (Klinikum Akademie Forschung), von Fr. Mag. Judit Medgyesy, Klinische Psychologin, Therapeutin für stoffgebundene und stoffungebundene Süchte und Angehörigenarbeit, gehalten wurde.

Personen sich verpflichtet fühlen, der alkoholkranken Bezugsperson zu helfen, wobei dies oftmals in sehr selbstzerstörerischer Weise geschieht. Aber mit dem Fortschreiten der Alkoholkrankheit des oder der Familienangehörigen sind sie dazu häufig nicht mehr in der Lage. In der Folge nimmt die Hilflosigkeit zu und nicht selten treten auch ambivalente Gefühle der suchtkranken Person gegenüber auf. Ressourcen werden knapper und es werden Verhaltensweisen eingenommen, die geradezu verhindern, dass die co-abhängige Person die Energie aufbringen kann, eine Therapie zu beginnen. Die Belastungen nehmen in allen Lebensbereichen zu, die Lebensqualität vermindert sich und der Leidensdruck erhöht sich. Alles was einen stark machen könnte, wird aufgegeben, sodass man sich selbst allmählich auch von möglichen stützenden Ressourcen abschneidet. Statt dessen übernimmt die co-abhängige Person immer mehr Verantwortung, je mehr die alkoholkranken Bezugsperson im Suchtgeschehen voranschreitet. In dieser Phase werden die co-abhängigen Partner meist von negativen Gefühlen, wie Scham und Schuld überschwemmt, sodass folgende zentrale Frage ihr Denken bestimmt: Was haben wir falsch gemacht? Vier Problemfelder sind hier vor allem zu nennen: der Wunsch, den alkoholkranken Partner oder die alkoholkranken Partnerin verändern zu wollen; Angst vor der Reaktion des sozialen Umfeldes; die beeinträchtigte Lebensqualität und der psychische Druck, der nicht selten ohne somatische Begleiterscheinungen einhergeht. In nachstehender Tabelle wird ein kurzer Überblick über die Folgen des Helfen-Wollens, jedoch Nicht-mehr-Könnens gegeben.

<b><i>Nicht mehr helfen können</i></b>	<b><i>Meeting/Ort/Protokoll</i></b>
„Welches Leben habe ich gelebt?“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien/Protokoll vom 14.12.2016
„Versuche keinen Blödsinn zu machen.“	Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien/Protokoll vom 08.05.2017
„Nichts für sich selbst tun, nur für andere. Ich kann alles nur Gott abgeben.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien/Protokoll vom 31.05.2017
„Ich möchte immer meinen Partner schützen. Das ist meine Angehörigenkrankheit.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien/Protokoll vom 31.05.2017
„Schmerz, Schmerz, Schmerz, Panik.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien/Protokoll vom 31.05.2017
„Für andere sich aufzugeben, sich um den anderen kümmern, ist Liebe.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien/Protokoll vom 07.06.2017
„Immer wieder Alkoholiker, schlimme Männer gefunden. Ich hab geglaubt, das ist meine Aufgabe.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien/Protokoll vom 19.07.2017
„Was mich nervt, bin ich selber. Mein blinder Fleck – bei mir sehe ich es nicht – bei den anderen sehe ich es.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien/Protokoll vom 19.07.2017

Tab. 18: Nicht mehr helfen können

In der Folge dreht sich alles nur mehr um die süchtige Bezugsperson und man kann nicht mehr aufhören, helfen zu wollen<sup>659</sup>, d.h. es kann nicht das erforderliche Maß an Hilfestellungen eingehalten werden.

Wie kann es nun gelingen, den eingeeengten Blick co-abhängiger Personen, der sich ausschließlich auf die Alkoholkrankheit des Partners oder der Partnerin richtet, in Richtung Selbstannahme, Selbstliebe und Selbstsicherheit zu lenken? Ein wichtiger Hinweis hierzu kommt aus der Resilienzforschung, einem jüngeren Wissenschaftszweig. Unter Resilienz versteht man „die Aufrechterhaltung oder rasche Wiederherstellung der psychischen Gesundheit während und nach Widrigkeiten.“<sup>660</sup> Etymologisch „leitet sich der Begriff Resilienz von dem lateinischen Wort ‚resilire‘ ab, das so viel bedeutet wie ‚abprallen‘ oder ‚zurückspringen‘ [...]. Am zutreffendsten lässt sich Resilienz mit ‚Widerstandskraft‘ übersetzen.“<sup>661</sup> Wie kann nun Resilienz im Kontext von Co-Abhängigkeit erworben werden oder anders gesagt, wie kann es co-abhängigen Personen gelingen, dem vielfach wiederholt ausgeübten Helfersyndrom zu widerstehen?

*„Alle Resilienzstudien zeigen bislang eindrücklich, dass das Vorhandensein mindestens einer stabilen, zugewandten und verlässlichen Bezugsperson, die Sicherheit und Vertrauen fördert – kurz: eine qualitativ gute Beziehung – wesentlich ist für die Entwicklung einer psychischen Widerstandskraft. [...] Der Glaube für die Welt wichtig zu sein und Einfluss nehmen zu können, eine positive Einstellung zu sich selbst sowie die Möglichkeit, die eigenen Bedürfnisse ausdrücken zu können und auch gehört zu werden, sind bedeutende Schutzfaktoren“<sup>662</sup>,*

die es ermöglichen, trotz eines herausfordernden Lebensalltags schützende Faktoren wie Selbststand, Selbstliebe, Zutrauen, Aufbau von stützenden Beziehungen zu entwickeln. Der Entwicklung mindestens einer stabilen Beziehung und „der Fähigkeit, Verantwortung zu übernehmen und zu tragen, der Bereitschaft, offen auf andere

---

<sup>659</sup> Vgl. hierzu: Aufzeichnungen zum Vortrag vom 21.06.2018, gehalten von Fr. Mag. Judit Medgyesy, Klinische Psychologin, Therapeutin für stoffgebundene und stoffungebundene Süchte und Angehörigenarbeit, am Anton Proksch Institut, 1230 Wien.

<sup>660</sup> Kalisch, Raffael (2017): Der resiliente Mensch. Wie wir Krisen erleben und bewältigen. Neueste Erkenntnisse aus Hirnforschung und Psychologie. München/Berlin: Berlin Verlag, 31.

<sup>661</sup> Schulze, Henning / Sejkora, Klaus (2015): Positive Führung: Resilienz statt Burnout. München: Haufe Lexware Verlag. [http://web.b.ebscohost.com.uaccess.univie.ac.at/ehost/ebookviewer/ebook/\[08.07.2018\]](http://web.b.ebscohost.com.uaccess.univie.ac.at/ehost/ebookviewer/ebook/[08.07.2018]), 68.

<sup>662</sup> Wustmann, Corina: Die Erkenntnisse der Resilienzforschung – Beziehungserfahrungen und Ressourcenaufbau. Psychotherapie Forum (2009) 17; 71-78; 71.

Menschen zuzugehen, einem speziellen Talent, für das man Anerkennung bekommen kann“<sup>663</sup>, wird große Bedeutung zugeschrieben.

Den Erkenntnissen aus der Resilienzforschung zufolge kann Resilienz entwickelt, also erlernt werden. Psychische Widerstandskraft, der Aufbau von Ressourcen, der Glaube an die eigene Handlungsfähigkeit erscheinen im Kontext von Co-Abhängigkeit wichtige Meilensteine zu sein, um Schritte aus der ständigen Überforderung angesichts einer Vielzahl an stressbelasteten Situationen setzen zu können.

Aus systemischer Sicht kann ein äußerst belastendes Ereignis unterschiedliche Auswirkungen nach sich ziehen, „dasselbe katastrophale Ereignis, das den einen psychisch zerstören kann, mag vom anderen als Herausforderung erlebt werden, die sein Selbstbewusstsein festigt und seine Resilienz dauerhaft kräftigt“<sup>664</sup>. Auch aus der Sicht der Transaktionsanalyse kommen der psychischen Widerstandskraft eines Menschen wichtige Bedeutung zu. Menschen, die über erlernte Resilienz verfügen, können „weitgehend autonom denken und fühlen“<sup>665</sup>. Dies zieht einen wertschätzenden Umgang mit sich und der Umwelt nach sich, eine wertschätzende Grundhaltung zu sich selbst, sodass Stärken genutzt, Schwächen identifiziert werden können.<sup>666</sup> Schulze und Sejkora führen 18 Merkmale an, die einen Menschen mit Widerstandskraft auszeichnen: „Intuition, Problemidentifikation, Abgrenzen, Loslassen, Kommunikation, Konfliktfähigkeit, Beziehungskompetenz, Emotionale Kompetenz, Stresskompetenz, Problemlösung, Kreativität, Veränderungsbereitschaft, Humor, Persönliche Ethik, Ziele und Visionen und Flexibilität“<sup>667</sup>. Beide Autoren gehen von einem zugänglichen „Ressourcensee“<sup>668</sup> aus und postulieren, dass „je intensiver wir daraus schöpfen, umso größer ist unsere Resilienz“<sup>669</sup>. Diese Aussage stimmt mit jener von Expertin Judit Medgyesy überein, die im Expertengespräch im Kontext von Co-Abhängigkeit darauf hinwies, dass alles, was verstärkt wird, sich wiederholt.<sup>670</sup>

---

<sup>663</sup> Schulze, Henning / Sejkora, Klaus (2015): Positive Führung: Resilienz statt Burnout.

<http://web.b.ebscohost.com.uaccess.univie.ac.at/ehost/ebookviewer/ebook/> [08.07.2018], 68.

<sup>664</sup> Korittko, Alexander / Pleyer, Karl Heinz (2010): Traumatischer Stress in der Familie, 162.

<sup>665</sup> Schulze, Henning / Sejkora, Klaus (2015): Positive Führung: Resilienz statt Burnout.

<http://web.b.ebscohost.com.uaccess.univie.ac.at/ehost/ebookviewer/ebook/> [08.07.2018], 68.

<sup>666</sup> Vgl. ebd., 68-69.

<sup>667</sup> Ebd., 69.

<sup>668</sup> Ebd., 69.

<sup>669</sup> Ebd., 69.

<sup>670</sup> Das Expertengespräch wurde am 21.06.2018 im Anton Proksch Institut, 1230 Wien, geführt.

In beiden untersuchten Al-Anon Selbsthilfegruppen sprachen die Teilnehmerinnen über die Notwendigkeit, sich auf das eigene Leben zu fokussieren. Sie äußerten den Wunsch, die eigenen Ressourcen stärken zu wollen, um so ihre Selbstwahrnehmung verbessern zu können. Aus den ermittelten Kategorien aus der teilnehmenden Beobachtung und den narrativen Interviews<sup>671</sup> wurde deutlich, dass die o.a. Resilienzfaktoren im Kontext von Co-Abhängigkeit eine besondere Rolle spielen. Welche die dringlichsten für die Stärkung der Ressourcen co-abhängiger Personen sind, bedarf einer persönlichen Bewertung bzw. einer Beurteilung durch einen Therapeuten oder eine Therapeutin.

Folgende wichtige Erkenntnisse aus der Resilienzforschung lassen sich zusammenfassend festhalten: Erwiesen ist, dass erlernte, ungesunde Verhaltensweisen verändert werden können, sodass auch Menschen, die sich in äußerst belasteten Lebensbedingungen befinden, Resilienz entwickeln können. Den Lernprozessen kommt hierbei eine äußerst hohe Bedeutung zu, sodass nicht nur neue Ressourcen erworben, sondern auch durch den Zugriff auf neu erworbenes Potenzial neue Handlungsstrategien verfügbar sind. Nach Kalisch kommt hierbei konkreten Erfahrungen eine besondere Wichtigkeit zu. Lediglich auf der kognitiven Ebene neue Strategien zu entwickeln, reicht nicht aus, damit es zu einer nachhaltigen neuen Bewertung kommen kann, die es ermöglicht, auch „im ganz konkreten Schlechten, das mir widerfährt, tatsächlich etwas ganz konkretes Gutes“<sup>672</sup> erkennen zu können. Damit wird die Wichtigkeit positiv erfahrener Verinnerlichung von Kompetenz, Kontrolle und Sicherheit<sup>673</sup> als Voraussetzung für ein mögliches Entgegensetzen von Widerstandskraft in äußerst belastenden Situationen betont.

*„Neben dem reinen Angebot positiver Bewertungsinhalte aus dem sozialen oder kulturellen Umfeld (beziehungsweise dem eigenen Wissens- oder Erfahrungsschatz); neben der Erfolgserfahrung bei der konkreten lebensweltlichen Anwendung positiver, durch kognitive Neu- und Umbewertungsmechanismen vermittelter Inhalte kann also die Phase der prädiktiven Kontrolle ein drittes wichtiges Element sein, wenn es um die Herstellung eines positiven Bewertungsstils und damit eines angemessenen Stressaktions-Stils geht.“<sup>674</sup>*

---

<sup>671</sup> Vgl. hierzu: Teil IV: Begegnung mit der Realität der Co-Abhängigkeit. Schritte der Untersuchung. 2 Teilnehmende Beobachtungen in ausgewählten Al-Anon Gruppen, 3 Narrative Interviews.

<sup>672</sup> Kalisch, Raffael (2017): Der resiliente Mensch. Wie wir Krisen erleben und bewältigen. Neueste Erkenntnisse aus Hirnforschung und Psychologie. München/Berlin: Berlin Verlag, 184.

<sup>673</sup> Vgl. ebd., 184.

<sup>674</sup> Ebd., 185.

Wie kann nun ein Repertoire an gesundheitsförderlichen Stressreaktionen erlernt werden? Als wichtiger Schutz vor stressbedingten Erkrankungen ist vor allem die Selbsterhöhung zu nennen, im Englischen self-enhancement genannt. Hierbei kommen einer sinnstiftenden Identität und einer positiven Selbstwahrnehmung eine wichtige Bedeutung zu.<sup>675</sup> Demgegenüber geht co-abhängiges Verhalten nicht selten mit Selbsterniedrigung und einer Selbstwertminderung einher. Sowohl das eingennomene Selbstbild, die mangelnde Fürsorge für sich selbst als auch Identitätskrisen stehen dem o.a. Schutzfaktor entgegen. Zudem empfinden co-abhängige Personen als Nicht-Angesprochene bzw. Nicht-An-gesehene nicht selten großes Leid und das Gefühl von Nicht-Anerkanntsein. In nachstehender Tabelle wird versucht, anhand von In-Vivo-Kodes einen Einblick in oben geschilderte Lebenssituation zu geben.

<i><b>Aus dem Lebensalltag co-abhängiger Personen</b></i>	<i><b>Meeting/Ort/Zeit</b></i>
„Nicht gehört, nicht gesehen werden. Nicht Wahrgenommen werden – ein roter Faden, der sich durch mein Leben zieht.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien, Protokoll vom 14.06.2017
„Das was andere sagen oder tun, wird riesig für mich.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien, Protokoll vom 14.06.2017
„Auf mich als Person, als Individuum wurde nicht eingegangen – von daher habe ich meine Schilddrüsenunterfunktion.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien, Protokoll vom 14.06.2017
„Helfen erzeugt für kurze Zeit ein gutes Gefühl. – Meine Sucht, Anerkennung bekommen zu wollen.“	Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien, Protokoll vom 26.06.2017
„Wie lebe ich komisch.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien, Protokoll vom 05.07.2017
„Das Schöne in sich nicht mehr sehen können“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien, Protokoll vom 07.08.2017
„Verhaltensmuster, andere zu beschuldigen, in der Kindheit übernommen.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien, Protokoll vom 07.08.2017
„In einem ständigen Auf und Ab leben in einer Partnerschaft mit einem alkoholkranken Partner.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien, Protokoll vom 07.08.2017
„Ich bleibe auf der Strecke.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien, Protokoll vom 20.09.2017
„Es steht mir nicht zu, die Dinge, die mein Partner unternimmt, zu beurteilen.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien, Protokoll vom 20.09.2017
„Nicht anecken“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien, Protokoll vom 20.09.2017

Tab. 19: Aus dem Lebensalltag co-abhängiger Personen

<sup>675</sup> Vgl. ebd., 190.

Neben sozialer Unterstützung führt Kalisch auch Optimismus und die Erwartung einer hohen Selbstwirksamkeit als äußerst wichtige Resilienzfaktoren an. Seine mit Müller und Tüscher entwickelte Theorie trägt den Namen PASTOR.<sup>676</sup> Er assoziiert mit diesem Begriff „den guten Hirten der Bibel, der vor Unbill schützt. [...] PASTOR, das ist sozusagen der innere Hirte“<sup>677</sup>. Co-abhängige Personen sind oft mehrmals täglich, oft auch völlig unerwartet, Stressreaktionen ausgesetzt. Diese zu bewältigen, absorbiert nicht nur einen großen Teil ihrer Lebensenergie, sondern prägt auch erheblich ihr Da-Sein. Lebenskrisen erfolgreich bewältigen zu können, stellt daher einen wesentlichen Eckpunkt für mögliche Wege aus co-abhängigem Verhältnis dar. Hierzu können Forschungsergebnisse aus der Psychologie entscheidende Hilfestellungen geben.

*„Entscheidend ist dabei, ob ich auf Erinnerungen an mein Trauma oder meine Krise immer wieder heftig reagiere oder ob ich situationsabhängig mal mehr oder weniger antworte – je nachdem, was mir angemessen erscheint. [...] Wenn ich optimale Stressreaktionen produzieren will (nicht zu viel, nicht zu wenig), muss ich deshalb meine Bewertungen immer wieder der neuen Situation anpassen. Bei einer solchen flexiblen, situationsabhängigen und positiven Bewertung möglicher Gefahren sind die verschiedenen Sicherheits-Lernmechanismen (Unterscheidungslernen, Extinktion) von besonderer Wichtigkeit.“<sup>678</sup>*

Resilienzentwicklung unterliegt demnach einem dynamischen Prozess, wobei einem Lernen mit positiven, gewinnbringenden Folgen eine äußerst wichtige Bedeutung zugemessen wird. „Unflexible, unveränderbare Stressaktionen sind mit Sicherheit keine optimale Lösung.“<sup>679</sup> Diese treten aber im Kontext von Co-Abhängigkeit häufig auf, d.h. sind oftmals Teil der alltäglichen Lebenswirklichkeit. Lernen, angemessen auf Stressreaktionen zu reagieren, könnte daher co-abhängigen Personen eine Verbesserung ihrer Lebensqualität ermöglichen. Das Anliegen bzw. Bestreben, an sich arbeiten zu wollen, wurde aus dem Datenmaterial der narrativen Interviews besonders deutlich erkennbar. Die hieraus entwickelte Schlüsselkategorie zur Beziehung zu sich selbst „Lebenslange Arbeit an sich selbst – erwartete Rückschläge“ bestätigt dieses Anliegen. Zu erwähnen gilt es in diesem Zusammenhang jedoch auch, dass die Daten aus der teilnehmenden Beobachtung belegen, dass die angestrebten Bewältigungsversuche aufgrund häufig erlebter leidvoller Stresssituationen erheblich erschwert zu sein scheinen.

---

<sup>676</sup> Vgl. ebd., 137-139.

<sup>677</sup> Ebd., 139.

<sup>678</sup> Ebd., 178.

<sup>679</sup> Ebd., 177.

<i>Leiderfahrungen als Angehörige oder Angehöriger einer alkoholkranken Person</i>	<i>Meeting/Ort/Zeit</i>
„Als Co-Abhängiger muss man wie der Alkoholiker ganz unten ankommen.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien, Protokoll vom 14.12.2016
„[...] Lieber Gott, hilf mir. Ich kann nicht mehr. Ich war kranker als der Alkoholiker, hat meine Energie gekostet.“	Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien, Protokoll vom 19.12.2016
„Wer hilft schon, wenn man in Not ist? Manchmal besuche ich auch eine Messe, das gibt mir Halt und Kraft.“	Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien, Protokoll vom 21.11.2016
„Nichts ist heil.“	Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien, Protokoll vom 21.11.2016
„Als Angehörige muss ich selbst mitleiden.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien, Protokoll vom 11.01.2017
„Unsere Beziehung ist krank.“	Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien, Protokoll vom 16.01.2017
„Das Leben als Angehörige gleicht einer Gratwanderung.“	Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien, Protokoll vom 20.02.2017

Tab. 20: Leiderfahrungen als Angehöriger oder Angehörige einer alkoholkranken Person

In beiden Al-Anon Gruppen wurde über leidvolle Erfahrungen von unterschiedlichen weiblichen Al-Anon Mitgliedern beinahe im selben Tonfall und mit fast identischem Wortlaut erzählt. Da dies nicht nur einmal geschah und anschließende Wortmeldungen ebenfalls nach dem geschilderten Muster abliefen<sup>680</sup>, wurde diese Beobachtung als Frage in den Fragenkatalog für das Expertengespräch aufgenommen. Diesbezüglich befragt, konnte die Expertin dieses Phänomen nicht eindeutig identifizieren, gab allerdings den Hinweis auf eine möglicherweise bestehende Ohnmacht, resultierend aus dem eigenen co-abhängigen Verhalten. Sie sprach die Wichtigkeit an, zu akzeptieren, dass die alkoholkranken Person nicht geändert werden kann. Es könne jedoch die co-abhängige Person neue Verhaltensweisen erlernen. Kalisch spricht von einer notwendigen Neubewertung eines erinnerten Traumas, wobei ein Zusammenspiel von kognitiven Lernmechanismen mit neu erlernten positiven Bewertungen des Erlebten und eine positive Einstellung zum Leben dazu beitragen, einen positiven neuen Weg zu einer stabilen psychischen Gesundheit einschlagen zu können. Korittko und Pleyer unterstreichen ebenso die Wichtigkeit der Deutung des subjektiv Erlebten, die je nach Individuum unterschiedlich ausfällt.

---

<sup>680</sup> Vgl. hierzu: Teil V: Theologisch-ethische Wege aus der Co-Abhängigkeit. Interdisziplinäre Zugänge. 2.3 Psychodynamik und Neurobiologie.

*„[...] nicht ‚die Dinge an sich‘ sind entscheidend für das Ausmaß des erlebten Stresses und seine möglichen Folgen, sondern die subjektiven Be-Deutungen, die das Individuum sowohl im Moment des Erlebens wie auch in der Zeit danach diesen Ereignissen zuschreibt.“<sup>681</sup>*

Die Wichtigkeit einer Therapie, einem Arbeiten an sich selbst wurde auch von der Expertin Medgyesy unterstrichen: „Therapie ist anstrengend, es bedeutet beiharte Arbeit, gewisse Dinge zu ändern, die einem weh tun.“<sup>682</sup>

Aus psychologischer Sicht wurde die Notwendigkeit, sich selbst besser kennenzulernen, z.B. die eigenen Verhaltensweisen zu reflektieren, diese bei Bedarf zu verändern und die Wichtigkeit der subjektiven Deutungen, aufgezeigt. Die Daten aus der empirischen Forschung belegen, dass die Mitglieder der untersuchten AI-Anon Gruppen neue Wege in Richtung Selbst-liebe, Selbst-stand, Selbst-verständnis bei gleichzeitigem Wunsch, die Beziehung zur alkoholkranken Partner, zur alkoholkranken Partnerin aufrechtzuerhalten, einschlagen wollen.<sup>683</sup>

Das Ab-wenden von einem ungesunden Helfersyndrom hin zu einer lebensfördernden Hin-wendung zur alkoholkranken Bezugsperson und die Überwindung stressender Faktoren bzw. erlittener Traumatisierungen erfordern eine Neu-orientierung der co-abhängigen Person zunächst auf sich selbst, insbesondere die Wahrnehmung der eigenen Hilfsbedürftigkeit. Die Hilfsbedürftigkeit der Angehörigen und deren Scham über die Alkoholkrankheit der alkoholkranken Bezugsperson wurden auch von der Expertin im Vortrag<sup>684</sup> über Co-Abhängigkeit angesprochen. Die Referentin betonte, die Wichtigkeit, neue Verhaltensweisen zu erlernen, z.B. Dinge zu tun, die einen stark machen, die stützen, um mit den täglichen Belastungen im Zusammenleben mit einer suchtkranken Person fertig zu werden. So soll sich nicht mehr alles um die suchtkranke Person drehen, ein typisch spezifisches Verhalten co-abhängiger Personen.<sup>685</sup>

---

<sup>681</sup> Korittko, Alexander / Pleyer, Karl Heinz (2010): Traumatischer Stress in der Familie, 162.

<sup>682</sup> Das Expertengespräch mit Frau Mag. Judit Medgyesy, Klinische Psychologin, Therapeutin für stoffungebundene und stoffgebundene Süchte und Angehörigenarbeit, fand am 21.06.2018 in einem Vortragsraum des Anton Proksch Institutes statt.

<sup>683</sup> Vgl. hierzu: Teil IV: Begegnung mit der Realität der Co-Abhängigkeit. Schritte der Untersuchung. 2.1.1 Ergebnisse aus dem Verfahren des axialen Kodierens, 2.2.1 Ergebnisse aus dem Verfahren des selektiven Kodierens (aus der teilnehmenden Beobachtung); 3.3.1 Generierte Kategorien aus dem Verfahren des axialen Kodierens, 3.3.2 Generierte Kategorien aus dem Verfahren des selektiven Kodierens (aus den narrativen Interviews).

<sup>684</sup> Die Forscherin besuchte am 21.06.2018 einen Vortrag im Anton Proksch Institut über Co-Abhängigkeit, der von Frau Judit Medgyesy gehalten wurde.

<sup>685</sup> Die Ausführungen von Frau Judit Medgyesy entsprechen den Selbstaussagen der Mitglieder der untersuchten AI-Anon Gruppen und den Erkenntnissen aus den narrativen Interviews.

Co-abhängige Personen sind äußerst starken Emotionen, wie Angst, Panik oder Wut ausgesetzt.<sup>686</sup> Aus der Psychoendokrinologie ist bekannt, dass „insbesondere starke Emotionen wie Angst, Wut, auch den Hormonhaushalt und den Stoffwechsel im menschlichen und tierischen Organismus durcheinander bringen können“<sup>687</sup>. Sowohl aus dem Literaturstudium über das Phänomen Co-Abhängigkeit als auch aus den generierten Kategorien aus der empirischen Forschung wird ersichtlich, dass co-abhängige Personen häufig schon in ihrer Kindheit mit der Alkoholkrankheit Angehöriger in Berührung gekommen sind. Frühkindliche, mit Stress verbundene Erfahrungen

*„setzen sich in den neuronalen Netzwerken des emotionalen (implizierten) Gedächtnisses fest, und dies mit der Konsequenz, dass die früh Traumatisierten im späteren Leben ganz besonders stressempfindlich und anfällig für psychosomatische Erkrankungen werden.“<sup>688</sup>*

Stresserfahrungen gehören zur alltäglichen Realität im Zusammenleben mit einer alkoholkranken Person. Nachstehende Erkenntnisse aus der Psychosomatik und Neurobiologie zeigen Wege auf, erworbene Stressempfindlichkeit abzubauen und liefern wichtige Hinweise zur Plastizität des menschlichen Gehirns.

### **2.3 Psychosomatik und Neurobiologie**

Folgende Aspekte aus Rüeeggs Forschung zur „Psychosomatik, Psychotherapie und Gehirn“ liefern wichtige Erkenntnisse zu den oben beschriebenen erforderlichen, neuen Lernprozessen im Kontext von Co-Abhängigkeit: Es sind „Denken und neuronale Netzwerke untrennbar miteinander verbunden“<sup>689</sup>. Die Gehirnforschung bestätigt, dass „das Gehirn bis ins hohe Alter plastisch ist: Die neuronalen Netzwerke werden ständig umgebaut, um sie neuen Erfordernissen anzupassen.“<sup>690</sup> Thomas Fuchs schildert den Zusammenhang zwischen Innenwelt, Umwelt und neuronalen Strukturen folgendermaßen:

*„Das Gehirn ist eingebettet in den Organismus, und über dessen vielfältige, vor allem sensomotorische Interaktionen mit der Umwelt vernetzt. Dies wird erst unter einem Entwicklungsaspekt ganz verständlich: Das menschliche Gehirn ist nicht nur das*

---

<sup>686</sup> Vgl. hierzu: Tab. 17: Faktor Angst.

<sup>687</sup> Rüeegg, Caspar (<sup>2</sup>2003): Psychosomatik, Psychotherapie und Gehirn. Neuronale Plastizität als Grundlage einer biopsychosozialen Medizin. Mit einem Geleitwort von G. Rudolf. Aktualisierte und erweiterte Auflage. Stuttgart-New York: Schattauer [2001], 74.

<sup>688</sup> Ebd., 117.

<sup>689</sup> Ebd., 132.

<sup>690</sup> Ebd., 136.

*komplexeste, sondern auch das anpassungsfähigste Organ, das wir kennen. Wie wir heute wissen, modifizieren alle unsere Erfahrungen, Wahrnehmungen und Interaktionen mit der Umwelt zeitlebens die neuronalen Strukturen. [...] Aufgrund seiner hochgradigen Plastizität vermag es die Lerngeschichte des Organismus, seit den ersten, intrauterinen Lebensstadien aufzunehmen. So entwickelt es sich epigenetisch zu einem Organ, das komplementär zur Umwelt des Individuums strukturiert ist.“<sup>691</sup>*

Für mögliche Wege aus der Co-Abhängigkeit sind zudem auch nachstehende Erkenntnisse von besonderer Wichtigkeit. Nachhaltige Lernprozesse können nur dann gelingen, wenn Menschen miteinander agieren. Es bedarf „also integraler und wiederholter Beziehungserfahrungen. [...] Subjektive und intersubjektive, insbesondere emotionale Erfahrungen haben ihre spezifische, nicht ersetzbare Wirksamkeit“<sup>692</sup>. Psychotherapeutische Behandlungen ermöglichen eine persönliche Weiterentwicklung.<sup>693</sup>

Die Auswertung der empirischen Daten zeigte, dass die Mitglieder der besuchten Selbsthilfegruppen Al-Anon ihre Lebenswirklichkeit aufrichtig analysieren und auch jene Dinge offen ansprechen, für die sie sich schämen. Ein Einblick in die Beziehungserfahrungen co-abhängiger Personen kann anhand nachstehender Tabelle erfolgen.

<b>Beziehungserfahrungen</b>	<b>Meeting/Ort/Datum</b>
„Nicht helfen können – ich kann als Mutter meinem alkoholkranken Sohn nicht helfen.“	Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien, Protokoll vom 16.01.2017
„Sich in die Wüste wünschen“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien, Protokoll vom 25.01.2017
„Jeden Tag habe ich gedacht, morgen wird es besser. Ich muss schauen, dass es dem anderen besser geht.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien, Protokoll vom 17.04.2017
„Was ich noch immer habe: Um andere kümmern und manchmal will ich auch andere manipulieren.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien, Protokoll vom 07.06.2017
„Für andere sich aufzugeben, sich um den anderen kümmern, ist Liebe.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien, Protokoll vom 07.06.2017
„Retten wollen, therapieren wollen“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien, Protokoll vom 26.06.2017
„Ich will bei anderen etwas verändern, was ich bei mir verändern sollte.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien, Protokoll vom 26.06.2017
„Retten wollen, z.B. die Eltern unterstützen, funktioniert nicht.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien, Protokoll vom 26.06.2017

<sup>691</sup> Fuchs, Thomas (2008): Das Gehirn – ein Beziehungsorgan. Eine phänomenologisch-ökologische Konzeption. Stuttgart: Verlag W. Kohlhammer, 153.

<sup>692</sup> Ebd., 280.

<sup>693</sup> Vgl. ebd., 280.

„Schlechtes ist präsent, Schönes weniger.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien, Protokoll vom 12.07.2017
„Für andere alles liegen lassen.“	Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien, Protokoll vom 17.07.2017
„Retten wollen. Habe Schwierigkeiten, dieses Muster zu verändern.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien, Protokoll vom 02.08.2017
„Ich habe aus Liebe viel gemacht und bin fast zugrunde gegangen.“	Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien, Protokoll vom 11.09.2017

Tab. 21: Beziehungserfahrungen

Oben angeführte In-Vivo-Kodes veranschaulichen, dass angesichts der alltäglichen Stresserfahrungen der Wille zur Veränderung zwar gegeben ist, aber sich die Umsetzung bisweilen als sehr schwierig herausstellt. Sich besser um sich selbst zu kümmern, Abstand von zwanghaften Rettungsversuchen der alkoholkranken Person und zwanghaften Hilfeversuchen zu nehmen, die Scham über das Trinkverhalten des alkoholkranken Familienmitgliedes zu überwinden, die Kontrolle über das Trinkverhalten aufzugeben, das Überwinden von Energielosigkeit, Freudlosigkeit bzw. Hoffnungslosigkeit und vor allem die eigenen Grenzen angesichts völliger Erschöpfung und Verzweiflung wahrnehmen zu können, stellen die größten Herausforderungen dar. In sehr schwierigen Phasen des Zusammenlebens mit der alkoholkranken Bezugsperson kommt es zudem zu einer Wahrnehmungsüberflutung, die in der Folge zum Rückzug der co-abhängigen Person bzw. auch zu unterschiedlichen Erstarrungsformen führen kann. In der Folge spürt sich die co-abhängige Person nach und nach immer weniger. Besonders die Wahrnehmungen co-abhängiger Personen in der nassen Phase der alkoholkranken Bezugsperson prägen sich als einschneidende Erinnerung in deren Gedächtnis ein. Zu daraus resultierenden, möglichen Folgen entfalten Ansermet und Magistretti folgende Gedanken:

*„Die Wahrnehmung kann eine Spur im Nervensystem hinterlassen und zur Erinnerung werden. Mit anderen Worten, die Wahrnehmung hinterlässt ein Zeichen, das in die Nervenbahnen eingraviert wird [...]. Die Modalitäten dieses Eingravierens, und damit die Mechanismen des Gedächtnisses, beruhen auf einer wesentlichen Eigenschaft des Nervensystems: der neuronalen Plastizität.“<sup>694</sup>*

Diese ist verantwortlich dafür, dass „die Funktionskreise von Organismus und Umwelt möglichst kohärent, ‚durchlässig‘ oder transparent werden.“<sup>695</sup> Ein Weg aus der Verkettung einer gegenwärtigen banalen Situation mit einer vergangenen eingravierten

<sup>694</sup> Ansermet, François / Magistretti, Pierre (2005): Die Individualität des Gehirns. Neurobiologie und Psychoanalyse. Aus dem Französischen von Jürgen Schröder. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag, 33.

<sup>695</sup> Fuchs, Thomas (2008): Das Gehirn – ein Beziehungsorgan, 156.

Situation kann erfolgen, da eingravierte Spuren „durch ihr Explizitmachen moduliert“<sup>696</sup> werden können. Analytische Therapiearbeit kann diesen Vorgang unterstützen, da diese „auf die Wirkungen der Assoziationen zwischen verschiedenen Spuren setzt, um deren Expression zu modifizieren.“<sup>697</sup>

Erkenntnisse aus der Neurobiologie und aus der Psychoanalyse zeigen die Möglichkeit auf, co-abhängiges Verhalten überwinden zu können. Einige Al-Anon Mitglieder, alle weiblichen Geschlechts, berichteten allerdings, Therapien in Anspruch genommen, aber diese abgebrochen zu haben. Die Forscherin versuchte diese Beobachtung im Expertengespräch<sup>698</sup> mit Judit Medgyesy zu klären. Als mögliche Gründe für den Abbruch einer Therapie nannte die Expertin folgende mögliche Hypothesen: Scham und auch die Höhe der Kosten einer Therapie angesichts der oft angespannten finanziellen Situation, in der sich co-abhängige Personen häufig befinden. Alle interviewten Al-Anon Mitglieder gaben in den narrativen Interviews an, dass sie eine vollständige Heilung ihres co-abhängigen Verhaltens ausschließen. Über Therapiemöglichkeiten bzw. über die Gründe für einen Therapieabbruch wurde nicht gesprochen.<sup>699</sup> Die oben beschriebene Grundschwierigkeit, begonnene Therapien abzuschließen, wird jedoch auch durch die erhobenen Daten aus der teilnehmenden Beobachtung bestätigt. Erfahrungen des Scheiterns und einer Lebenswirklichkeit voll Schmerz, Angst und Panik gehören oftmals zum Alltag co-abhängiger Personen.<sup>700</sup> Angst- und Stressfaktoren hemmen die Aussicht auf den Erwerb neuer Bewältigungs- und Deutungsstrategien des Erlebten. Erkenntnisse über die „Biologie der Angst“<sup>701</sup> können eine aufschlussreiche Erklärung für die Selbsteinschätzung der interviewten Personen, vermutlich ein Leben lang co-abhängig zu bleiben, geben.

Da es ein großes Anliegen dieser Forschungsarbeit ist, mögliche Wege aus co-abhängigem Verhalten aufzuzeigen, ist es unabdingbar, den Blick auch auf jene

---

<sup>696</sup> Ansermet, François / Magistretti, Pierre (2005): Die Individualität des Gehirns, 53.

<sup>697</sup> Ebd., 53.

<sup>698</sup> Das Expertengespräch mit Frau Mag. Judit Medgyesy, Klinische Psychologin, Therapeutin für stoffungebundene und stoffgebundene Süchte und Angehörigenarbeit, fand am 21.06.2018 in einem Vortragsraum des Anton Proksch Institutes statt.

<sup>699</sup> Vgl. hierzu: Teil IV: Begegnung mit der Realität der Co-Abhängigkeit. Schritte der Untersuchung. 3.2 Transkription wichtiger Passagen aus den Einzelinterviews.

<sup>700</sup> Vgl. hierzu: Teil V: Theologisch-ethische Wege aus der Co-Abhängigkeit: Interdisziplinäre Zugänge. 2.1 Systemtherapie und Traumaforschung, Tab. 16: Verminderte Bewältigungsstrategien und 2.4 Stressforschung.

<sup>701</sup> Hüther, Gerald (1997): Biologie der Angst. Wie aus Streß Gefühle werden. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Faktoren zu richten, die einem möglichen Weg aus co-abhängigem Verhalten entgegenstehen. Als solche können vor allem Angstgefühle als lebensbestimmende Faktoren eines co-abhängigen Daseins und Stressreaktionen unterschiedlichen Grades benannt werden. Der Zusammenhang zwischen diesen kann anhand der Forschungserkenntnisse von Gerald Hüther über die „Biologie der Angst“<sup>702</sup> erläutert werden.

## 2.4 Stressforschung

Im Kontext von Co-Abhängigkeit führen Stressreaktionen und Angstgefühle oftmals in Sackgassen, da es co-abhängigen Personen oftmals an einem positiven Krisenbewältigungspotenzial fehlt. Das positive Potenzial von Stressreaktionen, das es ermöglicht, Sackgassen aufzulösen, wird von Hüther folgendermaßen dargelegt:

*„Die Streßreaktion ist auch der große Modellierer, der sogar noch im Lauf unseres Lebens immer wieder dafür sorgt, daß zunächst zwar richtige, sich später aber als Sackgassen erweisende Verschaltungen aufgelöst und neue Wege eingeschlagen werden können. Und in beiden Fällen ist der Auslöser dieser Reaktion die Angst.“*<sup>703</sup>

Ängste nicht wahrzunehmen, tritt besonders bei Männern auf. Hüther führt dies im Vergleich zu Frauen auf weniger komplexe das Denken, Fühlen bzw. Handeln betreffende Verschaltungen von Geburt an zurück oder auf die Selbsteinschätzung, Ängste strategisch in den Griff bekommen zu können.<sup>704</sup>

Kann das Individuum jedoch „das initial bei jeder psychogenen Streßreaktion ausgelöste Gefühl“<sup>705</sup> überwinden, so kommt es in der Folge zu einer Veränderung des Angstgefühls. Es wird individuell erfahren, dass Belastungen psychischer Art bewältigt werden können. Hüther verweist darauf, dass das Gehirn nicht nur veränderte soziale Beziehungen in einem Bezugssystem wahrnimmt, sondern dass auch besonders belastend erlebte Situationen mit anderen nicht so belastend erlebten Situationen über einen langen Zeitraum gespeichert werden,

---

<sup>702</sup> Ebd.

<sup>703</sup> Ebd., 27. Überblick über die historische Entwicklung der unterschiedlichen Stressmodelle: Vgl. ebd., 28-30.

<sup>704</sup> Vgl. ebd., 44.

<sup>705</sup> Ebd., 31.

„deshalb kann auch eine erlebte Erniedrigung, an ein schweres Versagen, an eine Vergewaltigung unseres Willens zu einer fortgesetzten oder bei geringfügigen Anlässen immer wieder aufflammenden unkontrollierbaren Belastung werden.“<sup>706</sup>

Kontrollierbaren Reaktionen auf Stress und der erfolgreichen Bewältigung äußerst belastend erlebter Situationen kommt daher eine sehr wichtige Bedeutung zu, da „unter dem Einfluß der bei der kontrollierbaren Streßaktion stattfindenden Aktivierung des noradrenergen Systems das jeweils empfundene Gefühl in Form von bestimmten, dieser Empfindung zugrundeliegenden neuronalen Verschaltungen in unserem Gehirn verankert“<sup>707</sup> wird. Diese Prozesse tragen zur Entstehung von Bahnen bei, deren Intensität vom Zeitpunkt (je früher desto besser) und von der Häufigkeit der Aktivierung der Verschaltungen bei auftretenden Belastungen, abhängt.<sup>708</sup>

Co-abhängige Personen überschreiten in ihrer Beziehung zur alkoholkranken Person oftmals Grenzen und schämen sich anschließend für ihr Verhalten, leiden unter Schuldgefühlen, was sich wiederum auf ihr Selbstbild massiv auswirkt.<sup>709</sup> Grenzüberschreitungen, Grenzverletzungen, Ausübung von Kontrolle sind Faktoren, die für co-abhängige Personen oftmals schwer überwindbar sind. Nachstehende In-Vivo Kodes aus dem Prozess des offenen Kodierens geben einen Einblick über das Bemühen um eine gesunde Grenzziehung bzw. in die Erfahrungen des Scheiterns.

<b><i>Das Ringen um gesunde Grenzen</i></b>	<b><i>Meeting/Ort/Zeit</i></b>
„Nein sagen lernen. Grenzen setzen ist ein harter Lernprozess.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien, Protokoll vom 20.09.2017
„Gott soll mir helfen, dass ich ruhiger werde und nicht so oft die Grenzen überschreite.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien, Protokoll vom 20.09.2017
„Andere lieber retten zu wollen, als die eigenen Sachen regeln zu wollen.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien, Protokoll vom 12.07.2017
„Grenzen setzen zu können, erfordert eine lange Zeit, 15 Jahre im Programm.“	Al-Anon Meeting in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien, Protokoll vom 12.07.2017
„Grenzen, welcher Abstand ist der richtige?“	Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien, Protokoll vom 17.07.2017
„Immer wieder in die Gedanken des anderen eindringen wollen.“	Al-Anon Meeting im Kardinal König-Haus, 1130 Wien, Protokoll vom 17.07.2017

Tab. 22: Das Ringen um gesunde Grenzen

<sup>706</sup> Ebd., 41.

<sup>707</sup> Ebd., 69.

<sup>708</sup> Vgl. ebd., 69.

<sup>709</sup> Wie ein Ausgleich zwischen Selbst- und Nächstenliebe erzielt bzw. ermöglicht werden kann, wird im Teil V: Theologisch-ethische Wege aus der Co-Abhängigkeit: Interdisziplinäre Zugänge, 3 Theologisch-ethische Lösungsansätze im Hinblick auf Nächstenliebe, näher erörtert.

In den überwiegend von weiblichen Personen besuchten Meetings der untersuchten Selbsthilfegruppen Al-Anon wurde oftmals betont, sich von einengenden, zwanghaften Verhaltensweisen befreien und Sackgassen der Verzweiflung und Lähmung verlassen zu wollen. Zur Entstehung solcher Formen der Einengung kommt es nach Gerald Hüther, „wenn alle bisher bewährten Strategien unseres Denkens, Fühlens und Handelns sich als ungeeignet oder undurchführbar erweisen, um eine immer bedrohlicher auf uns zukommende und scheinbar unabwendbare gefährliche Entwicklung aufzuhalten.“<sup>710</sup>

Aus den Ergebnissen der teilnehmenden Beobachtung gilt festzuhalten, dass Ängste in unterschiedlicher Ausprägung wesentlich dazu beitragen, oben angesprochene Entwicklung zu beschleunigen. Welchen existentiellen Ängsten sind co-abhängige Personen konkret ausgesetzt? Die größte Angst co-abhängiger Personen ist die Verlustangst, nämlich die Angst um das Leben des alkoholkranken Partners oder der alkoholkranken Partnerin. In Phasen größter Co-Abhängigkeit wird dieser Zustand auch häufig von der Angst, die Kontrolle über das Trinkverhalten der alkoholkranken Person bzw. die Liebe zu sich selbst zu verlieren, begleitet. Ebenso tritt häufig die Angst auf, das Selbst-Sein, den Selbst-stand bzw. die Selbstliebe zunehmend zu verlieren. Das Gefangensein in der Alkoholkrankheit beginnt allmählich sich auf alle Lebensvollzüge in einengender Weise auszuwirken. Wie kann die Angstspirale durchbrochen werden?

Hüther meint, dass die Liebe der Schlüssel für die Überwindung dieser einengenden Lebensweise sei. Er macht jedoch darauf aufmerksam, dass entdeckte Hilfen zur Bewältigung von Angst allerdings auch zum Entstehen neuer Ängste führen können, wenn folgende Sachverhalt vorliegt:

*„Je dünner die Decke aus Liebe und Kompetenz ist, die ein Mensch gefunden hat, um damit seine größte Angst, zu bedecken, desto intensiver und unversöhnlicher muß er diejenigen hassen, die ihm ein noch so kleines Stück dieses lebenswichtigen Schutzes vor den Folgen einer unkontrollierbaren Streßreaktion wegzunehmen drohen.“<sup>711</sup>*

---

<sup>710</sup> Ebd., 50.

<sup>711</sup> Ebd., 55.

Nach Hüther kommt im Kontext von Angst vor allem der eigenen Bewertung der erfolgreichen Bewältigung schwieriger Herausforderungen und der Bewertung durch besonders nahestehende und stützende Bezugspersonen eine wichtige Bedeutung zu.<sup>712</sup>

Wie wird eine herausfordernde Situation sowie deren Bewältigung bzw. Nichtbewältigung von den Teilnehmern bzw. Teilnehmerinnen an den Meetings der untersuchten Al-Anon Selbsthilfegruppen bewertet? Diese Frage kann durch eine kurz gefasste Darlegung des Zwölf-Schritte-Programmes und unter Heranziehung der Erkenntnisse aus der teilnehmenden Beobachtung beantwortet werden. Zunächst wird die Machtlosigkeit und die Ohnmacht gegen über dem Alkohol eingestanden (Schritt 1); an eine Macht geglaubt, die die geistige Gesundheit wiederherstellen kann (Schritt 2); der eigene Wille und das Leben einem sorgenden Gott übergeben (Schritt 3); offen und schonungslos in wertschätzender Atmosphäre die eigenen Defizite aufgedeckt, d.h. eine Inventur gemacht (Schritt 4); Verfehlungen sich selbst, anderen und Gott eingestanden (Schritt 5); Gott gebeten, Charakterfehler zu beseitigen (Schritt 6); Gott um die Befreiung von den eigenen Mängeln gebeten (Schritt 7); begangenes Unrecht an anderen Personen eingestanden und versucht dieses wieder gut zu machen (Schritt 8); Wiedergutmachung angestrebt, wenn möglich und wenn daraus kein Schaden entsteht (Schritt 9); persönliche Inventur gemacht und Unrecht eingestanden (Schritt 10); Gott durch Gebet bzw. Meditation gesucht; d.h. versucht den Kontakt zu Gott zu verbessern; Gott gebeten, seinen Willen kundzutun und die Kraft für die Umsetzung zu geben (Schritt 11); diese Botschaft weitergegeben und eine Ausrichtung an diesen grundsätzlichen Neubewertungen empfohlen (Schritt 12).<sup>713</sup>

Die generierten Daten aus der teilnehmenden Beobachtung<sup>714</sup> zeigen auf, dass eine Neuausrichtung, d.h. ein Frei-Werden, ein Heraustreten aus dem Suchtkreislauf angestrebt wird: insbesondere ein Weg gesucht wird, der es ermöglicht, vom Mit-Gefangensein in ein neues Miteinander-Frei-Sein zu gelangen. Dazu braucht es jedoch auch das Erkennen des Systemfehlers in der Beziehung mit der alkoholkranken

---

<sup>712</sup> Vgl. Hüther, Gerald (1997): Biologie der Angst, 69.

<sup>713</sup> Vgl. Al-Anon Familiengruppen (Hg.) (1996): Informationen über Al-Anon. Zwölf Schritte. Anmerkung: In Schritt 2 wird von einer Macht „größer als wir selbst“ gesprochen. Dem Begriff „Gott“ wird im Schritt 3 hinzugefügt „wie wir Ihn verstanden“. In den Schritten 5 und 6 wird nur der Begriff „Gott“ verwendet.

<sup>714</sup> Vgl. hierzu: Teil IV: Begegnung mit der Realität der Co-Abhängigkeit. 2 Teilnehmende Beobachtungen in ausgewählten Al-Anon Gruppen.

Bezugsperson und die Bereitschaft, den Überhang der Fürsorge und Liebe zu dieser zu korrigieren. Dies erfordert auf der Grundlage des Sich Geliebt- und Getragenwissens bzw. des Trostes und der Fürsorge durch die Höhere Macht/Kraft/Gott aktiv tätig zu werden. Folgende Schritte erscheinen für die Korrektur des aufgezeigten Systemfehlers unabdingbar: die Verantwortung für sich selbst zu übernehmen, auf sich selbst gut zu achten, Hilfe anzunehmen, die Liebe zu sich selbst zu stärken, Grenzen zu setzen bzw. auch die Grenzen der alkoholkranken Bezugsperson zu respektieren und vor allem sich selbst, aber auch den Partner bzw. die Partnerin frei zu lassen.

Die oben dargelegten Erkenntnisse aus unterschiedlichen wissenschaftlichen Disziplinen zeigen auf, dass solch eine notwendige Neu-orientierung denkbar ist und auch wie diese erfolgreich umgesetzt werden kann. In einem nächsten Schritt wird versucht, aus theologisch-ethischer Sicht diese notwendigen Verschiebungen näher zu entfalten.

### **3 Theologisch-ethische Interpretationsansätze im Hinblick auf Nächstenliebe**

#### **3.1 Die Blockade der Liebe und Fehlformen von Nächstenliebe – Theologisch-ethische Beobachtungen und Reflexionen**

Im Hinblick auf die theologische Triologie Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe sind folgende unterschiedliche Beobachtungen festzuhalten. Im Kontext von Co-Abhängigkeit ist die Gottesliebe als Gnadenerfahrung der tragende Grund für das gesetzte Vertrauen auf eine rettende Kraft, eine Höhere Macht oder auf Gott – „wie wir Ihn verstanden“. Dennoch kommt es zu einer fehlenden Dynamik zwischen Selbst- und Nächstenliebe<sup>715</sup>, die negative Formen der Selbstdistanzierung nach sich zieht. In der Folge werden lebensfördernde, befreiende Handlungsperspektiven oftmals verhindert. Nachstehend wird das Spannungsverhältnis zwischen Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit durch Hinweise auf die Erkenntnisse

---

<sup>715</sup> Durch diese fehlende Dynamik wird nicht nur die gesunde Selbstliebe unterminiert, sondern die co-abhängige Person ist auch zunehmend nicht mehr in der Lage, ihr Leben zu gestalten. Vgl. hierzu: Teil V: Theologisch-ethische Wege aus der Co-Abhängigkeit: Interdisziplinäre Zugänge: 1 Co-Abhängig – Mitgefangen im Suchtprozess eines Familienangehörigen oder einer Familienangehörigen.

aus der empirischen Forschung aufgezeigt und die diesbezügliche theologisch-ethische Sicht von Nächstenliebe näher entfaltet.

### **3.1.1 Gottesliebe als Gnadenerfahrung – Gnadenerfahrung im Kontext von Co-Abhängigkeit**

Die Ergebnisse aus der Feldforschung zeigen auf, dass co-abhängiges Verhalten oftmals an die Grenzen des Ertragbaren führt. In äußerst angespannten Situationen verstärken sich das Gefühl, innerlich leer zu sein, und das Bedürfnis nach Hilfe. In dieser Phase gestaltet sich die Kommunikation mit der alkoholkranken Person jedoch oftmals äußerst schwierig, zumal sich die co-abhängige Person immer mehr in sich zurückzieht. In der Folge wird die ganze Hoffnung auf eine transzendente Höhere Macht gerichtet, auch Höhere Kraft oder Gott – „wie wir ihn verstanden“<sup>716</sup> genannt. Diese/dieser wird zu einer äußerst wichtigen Ansprechpartnerin/zu einem äußerst wichtigen Ansprechpartner, denn am Tiefpunkt angekommen wird Rettung durch die Höhere Macht/Kraft/Gott erfahren. Aus christlicher Sicht ereignet sich in diesem absoluten Vertrauen auf Rettung ein segensreicher Moment der Erfahrung der Gnade Gottes. In den untersuchten Al-Anon Selbsthilfegruppen wurde dies auf folgende Weise beschrieben: „Wunder ereignen sich“<sup>717</sup>, „aus dem Problem rausnehmen und Gott übergeben“<sup>718</sup>.

Der Begriff Gnade hat seine Wurzeln im althochdeutschen Wort „ganada“, was so viel wie Gunst bzw. Wohlwollen bedeutet, im Griechischen „charis“ und im Lateinischen „gratia“ genannt. Als theologischer Begriff bezeichnet Gnade „die sich aktiv, frei u. absolut ungeschuldet dem Menschen zuwendende Zuneigung Gottes sowie die Wirkung dieser Zuneigung, in der Gott sich dem Menschen selber mitteilt“<sup>719</sup>. Die Erfahrung des bedingungslosen Angenommen-Seins vorab jeglicher Leistung wurde von einer co-abhängigen Person mit den Worten „Gott nimmt mich so wie ich bin“<sup>720</sup> beschrieben. Die Wirkungen der den Menschen von Gott geschenkten Gnade wurde von anderen Teilnehmerinnen am Meeting der Selbsthilfegruppe Al-Anon wie folgt interpretiert:

---

<sup>716</sup> Al-Anon Familiengruppen (Hg.) (1996): Informationen über Al-Anon. Zwölf Schritte. Der dritte Schritt: „Wir fassten den Entschluss, unseren Willen und unser Leben der Sorge Gottes, wie wir ihn verstanden, anzuvertrauen.“

<sup>717</sup> Protokoll vom 19.09.2016, Meeting der Al-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>718</sup> Protokoll vom 04.09.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>719</sup> Vorgrimler, Herbert (2000): Neues Theologisches Wörterbuch. Freiburg-Basel-Wien: Herder, 241.

<sup>720</sup> Protokoll vom 30.11.2016, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

„Gnade zeigt sich im Verzeihen können“<sup>721</sup> und „Gesundwerden durch Gottes Gnade, Gottes Führung“<sup>722</sup>. Diese Erfahrungen der Gnade Gottes schenken der co-abhängigen Person Kraft, trotz widrigster Umstände weiterzumachen, obwohl die Grenze der Belastbarkeit bereits erreicht ist. Die Gewissheit, dass weitere Wunder eintreten können, trägt ebenso. Mit den Worten einer weiteren Teilnehmerin am Meeting: „Wunder passieren immer“<sup>723</sup>. Der Glaube an ein transzendentes, rettendes Eingreifen ermöglicht auch, sich nicht völlig von den eigenen Wünschen und Bedürfnissen abzukoppeln. Man kann weiterhin hoffen, dass der alkoholranke Partner oder die alkoholranke Partnerin die Alkoholkrankheit überwinden kann, auch wenn die Realität einen gegenteiligen Befund aufzeigt. In den untersuchten Al-Anon Gruppen sprachen die Teilnehmer und Teilnehmerinnen in den wöchentlichen Gruppenmeetings offen über diese Hoffnung, ebenso über häufig auftretende Formen defizienter Selbstliebe und über den rettenden Glauben an eine trostpendende Höhere Macht/Kraft/einen tröstenden Gott. Drei besonders eindrucksvolle In-Vivo-Kodes aus der teilnehmenden Beobachtung geben Einblick in die Beziehung der co-abhängigen Person zu sich selbst, zum alkoholranken Partner bzw. zur alkoholranken Partnerin bzw. zur Höheren Macht/Kraft/Gott: „Als co-abhängiger (Mensch) muss man wie der Alkoholiker ganz unten ankommen“<sup>724</sup>; „Desto näher er mir ist, desto abhängiger fühle ich mich“<sup>725</sup>; „Gott macht. Er macht es anders als man glaubt, aber er macht es gut“<sup>726</sup>.

In einem nächsten Schritt wird nun der Blick auf die Selbstbestimmung des Menschen aus biblischer Sicht gerichtet, auf seine Aufgabe als Ebenbild Gottes als Mitschöpfer oder Mitschöpferin, und mit dem Lebensentwurf co-abhängiger Personen in Beziehung gesetzt. Hierfür werden die Erkenntnisse aus der teilnehmenden Beobachtung herangezogen.

### **3.1.2 Die Liebe Gottes zu den Menschen - „Lasst euch vom Geist erfüllen“ – das Hoffen co-abhängiger Personen auf das Wirken des Heiligen Geistes**

In den Meetings der Selbsthilfegruppe Al-Anon wurde deutlich, dass die Teilnehmer und Teilnehmerinnen Ja zu einer Höheren Macht/Kraft sagen, die sie liebt, für sie da ist

---

<sup>721</sup> Protokoll vom 17.10.2016, Meeting der Al-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>722</sup> Protokoll vom 30.11.2016, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>723</sup> Protokoll vom 11.01.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>724</sup> Protokoll vom 14.12.2016, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>725</sup> Protokoll vom 24.10.2016, Meeting der Al-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>726</sup> Protokoll vom 21.11.2016, Meeting der Al-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

bzw. ein Ja zu Gott, der sie liebt und für sie sorgt. Ebenso wird dem Wirken des Heiligen Geistes zugestimmt, biblisch gesprochen „[...] lasst euch vom Geist erfüllen“<sup>727</sup>. Der christliche Gott, der „ein Beziehungsgeschehen in sich selbst in der Gemeinschaft von Vater, Sohn und Heiligem Geist“<sup>728</sup> ist, wird jedoch nicht explizit genannt. Biblisch betrachtet, erlangt der Mensch die Selbst-bestimmung durch Gott, nicht nur durch andere. Zur bedingungslosen und ohne Grund geschenkten Liebe Gottes zu den Menschen hält Herbert Vorgrimler Folgendes fest:

*„Mit vielen Zeugnissen bekennt das NT die grundlose L. zu der Menschheit u. Welt, die er in der Hingabe des Sohnes unter Beweis stellte. Die Verkündigung Jesu stellt in konkreten Gleichnissen die L. Gottes unbegrifflich vor Augen (Lk 15,11-32). Der Gott der Offenbarung ist ‚der Gott der L. und des Friedens‘ (2 Kor 13,11). Von der Liebesgemeinschaft zwischen Vater und Sohn, in die die Glaubenden u. einander Liebenden einbezogen werden sollen, sprechen die johanneischen Abschiedsreden. Nach 1 Joh 4,8 16 ist Gott ‚die L.‘ (nicht ‚eros‘ u. ‚philia‘ = Freundesliebe, sondern ‚agape‘). Seine Liebe ist ausgegossen in die Herzen der Menschen (Röm 5,5).“<sup>729</sup>*

Die in den Al-Anon Gruppen angesprochene Höhere Macht/Kraft/Gott entspricht nicht dem christlichen Verständnis vom „dreieinen Gott“ (ein Gott in drei Personen: Vater, Sohn und Heiliger Geist), der in dreifacher Weise erkannt werden kann. Matthias Beck beschreibt den Weg des Erkennens mit folgenden Worten:

*„Der Mensch kann Gott als den Schöpfer in der Schönheit der Natur erkennen. Er kann Gott als den Sohn in jeder menschlichen Begegnung erfahren (‚wo zwei oder drei in meinem Namen versammelt bin, da bin ich mitten unter ihnen‘, Mt 18,22) und er kann Gott erkennen als den Heiligen Geist in seinem Inneren (‚Ihr seid ein Tempel des Heiligen Geistes‘, 1 Kor 3,16).“<sup>730</sup>*

Co-Abhängiges Verhalten unterliegt folgender Dynamik: Hin-wendung zum Nächsten – Hin-wendung zur Höheren Macht – zunehmender Verlust der Selbstliebe. Das Trinitätsdogma ist im Kontext einer theologischen Erörterung co-abhängigen Verhaltens, das zu einem Überhang an Nächstenliebe und daraus resultierend zur Vernachlässigung der Liebe zu sich selbst führt, von hoher Wichtigkeit. Trotz der Hinwendung zur Höheren Macht/Kraft/Gott gelingt es jedoch oftmals nicht, ausreichend Halt im Leben zu finden.

---

<sup>727</sup> Eph 5,18 (EÜ).

<sup>728</sup> Beck, Matthias (2012): Leben. Wie geht das?, 188.

<sup>729</sup> Vorgrimler, Herbert (2000): Neues Theologisches Wörterbuch, 394.

<sup>730</sup> Beck, Matthias (2012): Leben. Wie geht das?, 190.

Wie gelingende Lebensentwürfe entworfen werden können und wie ein Leben in Fülle gelingen kann, wird von Beck mit folgenden Worten beschrieben:

*„In der Anbindung an Gott findet der Mensch seinen Halt, er ist bedingungslos angenommen. Er kann all seine Projektion schrittweise zurücknehmen und so sich selbst und auch andere annehmen und lieben lernen. Ohne im Quell der Liebe verankert zu sein, wird die Kraft der Liebe abnehmen. [...] Selbsterkenntnis, Erkenntnis des anderen als des anderen und Erkenntnis Gottes gehören zusammen.“<sup>731</sup>*

Die Auswertung der in der teilnehmenden Beobachtung generierten Daten zeigte auf, dass Liebe, wenn auch in verzerrten Formen und ebenso Hoffnung in einer co-abhängigen, alltäglichen Lebenswirklichkeit jene Grundlagen bilden, die es ermöglichen, am Sinn des eigenen Da-Seins festzuhalten und allzu große Belastungen zu ertragen. Glaube hingegen ist graduell unterschiedlich ausgeprägt. Den Tugenden Glaube, Liebe und Hoffnung kommt im Kontext von Co-Abhängigkeit eine außerordentliche Bedeutung zu. Diese werden theologische Tugenden<sup>732</sup> genannt,

*„weil sie unmittelbar auf Gott, wie er in sich selber ist, bezogen sind. Durch sie befreit Gott in seiner zuvorkommenden Gnade die Transzendenz des Menschen zur Annahme der göttlichen Offenbarung u. zu der Möglichkeit, ihre eigene Erfüllung in der Anschauung Gottes zu finden.“<sup>733</sup>*

In ihnen kommt „die Grundprägung christlicher Existenz zum Ausdruck“<sup>734</sup>.

Da die im Kontext von Co-Abhängigkeit beschriebene Verschiebung der Selbstliebe hin zur Nächstenliebe<sup>735</sup> einen wesentlichen Teil dazu beiträgt, als immanenter Systemfehler das Ungleichgewicht in der Beziehung zu stützen, richtet sich nachstehend der Fokus auf Möglichkeiten zur Wiederherstellung des notwendigen Gleichgewichts. Nachstehend wird das Helfersyndrom co-abhängiger Personen hinsichtlich möglicher Fehlformen von Nächstenliebe näher beleuchtet und theologisch-ethisch diskutiert.

---

<sup>731</sup> Ebd., 189.

<sup>732</sup> Über die drei göttlichen Tugenden spricht der Apostel Paulus in 1 Kor 13,13 und in 1 Thess 1,3. Die Bedeutung der Liebe als die höchste göttliche Tugend beschreibt er in 1 Kor 13,13.

<sup>733</sup> Vorgrimler, Herbert (2000): Neues Theologisches Wörterbuch, 647.

<sup>734</sup> Marschütz, Gerhard (2009): theologisch ethisch nachdenken. Bd 1, 157.

<sup>735</sup> Eine der drei göttlichen Tugenden, die Liebe, wird im Teil V Theologisch-ethische Wege aus der Co-Abhängigkeit: Interdisziplinäre Zugänge, 3.3 Überlegungen zu Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit, näher beleuchtet.

## **3.2 Helfen ohne Ende – ist das Liebe? – Eine theologisch-ethische Kritik der Fehlformen von Nächstenliebe**

Angehörige alkoholkranker Personen stehen permanent vor der Herausforderung, eine Balance zwischen unterstützender Hilfeleistung und notwendiger Abgrenzung gegenüber unhaltbaren Forderungen seitens der alkoholkranken Bezugsperson finden zu müssen. Im Kontext von Co-Abhängigkeit stellt sich daher die Frage, wie sich der Kern der Selbstliebe zur Nächstenliebe angesichts dieser Situation verhält und wie ein Ausgleich zwischen Selbst- und Nächstenliebe erfolgen kann. Wie dies mit dem Gottesbild zusammenhängt, ist ein weiterer wichtiger Punkt. Das Verhältnis zu Gott wird als befreiend beschrieben, Gottes Wirken als helfend und rettend, empfunden. Die Gottesliebe ist gut in der Erfahrung, verbleibt jedoch in einer passiven Form, sodass sie nicht zu einer aktiven Selbstbejahung befähigt. Das Gottesbild bzw. die Beziehung zur Höheren Macht trägt dazu bei, den Systemfehler im Miteinander aufrecht zu erhalten. Auch wenn es zu einem Aufbauelement kommt, stützen co-abhängige Personen oftmals weiterhin das System. In der Folge gelingt es häufig nicht, sich und andere freizusetzen bzw. das eigene Handeln zu stärken. Mangelnde Selbstliebe und mangelnder Selbststand verhindern, nicht nur Freiheit aufzubauen, sondern auch das ungesunde Grundmuster der Hinwendung zur alkoholkranken Person richtungswendend zu verändern. In besonders schweren Formen von Co-Abhängigkeit wird das eigene Tun völlig ausgeblendet und kann die Notwendigkeit, selbst für Veränderungen zu sorgen, häufig schwer erkannt werden. Co-abhängige Personen verharren oftmals in ihrem Schmerz und ergreifen die Möglichkeit zur Veränderung, die durch die Resilienzforschung, Psychosomatik und Neurobiologie und die Stressforschung bestätigt ist, oftmals erst nach einem langen und extremen Leidensweg. Es erscheint daher notwendig, diese Beobachtungen aufzugreifen und in einem nächsten Schritt näher zu erörtern.

### **3.2.1 Die fehlende Dynamik zwischen Selbst- und Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit**

Je tiefer eine co-abhängige Person in das Suchtgeschehen mit hineingezogen wird, desto mehr vergisst sie, verantwortungsvoll mit sich umzugehen. Oftmals wird auch der Hoffnung auf sich bald verbessernde Lebensumstände ein jähes Ende gesetzt, denn diese verändern sich oftmals nur geringfügig zum Besseren. Die Angst vor weiteren

Rückfällen der alkoholkranken Bezugsperson dominiert weitgehende das tägliche Denken und Fühlen.

Das Wissen um die Liebe bzw. Fürsorge der Höheren Macht/Höheren Kraft/Gottes spielt eine besonders große, unterstützende Rolle: Der Glauben an eine transzendente schützende Macht ermöglicht es, auch weiterhin an einen Sinn des Lebens glauben zu können. Der Sinn liegt im Retten wollen der alkoholkranken Bezugsperson. Allerdings wird oftmals sehr spät erkannt, selbst der Rettung zu bedürfen. Erst wenn die co-abhängige Person wie die alkoholkrane Person an ihrem persönlichen Tiefpunkt ankommt, ist die Chance auf eine Verbesserung der eigenen Lebenssituation gegeben. Beschrieben wurde dieser Vorgang mit folgenden Worten: „vom Heiligen Geist, von der Höheren Macht einen Wink bekommen“<sup>736</sup>; „Es nutzt nur mehr, dass ich nach oben abgebe, dann geschehen die kleinen Wunder“<sup>737</sup>. Neben Hoffnung und Liebe kommt auch dem Glauben eine wichtige Bedeutung zu: „Mit dem Glauben zu arbeiten, hat uns beiden geholfen, er ist rasch trocken geworden“<sup>738</sup>; „Wie Gott das macht? Ich kann es nur ihm überlassen“<sup>739</sup>; „Gott gibt mir die Kraft, die ich brauche, das weiß ich“<sup>740</sup>.

Dies führt zu folgenden Schlussfolgerungen: Im Kontext von Co-Abhängigkeit ist die göttliche Tugend der Hoffnung jene tragende Kraft, die die Offenheit für eine Neuorientierung schafft. Diese Hoffnung bezieht sich auf das Eingreifen einer transzendenten Höheren Macht/Kraft/Gott, die aus der Notlage rettet. Ebenso ist die Bereitschaft gegeben, sich vom Heiligen Geist leiten zu lassen. Durch jeweils unterschiedliche Gnadenerfahrungen baut sich eine immer stärker werdende Kommunikation mit einer transzendenten Kraft (Höhere Macht/Gott) auf, die zu einer wichtigen Instanz wird, an die man sich wendet, wenn die alkoholkrane Bezugsperson in nassen Phasen die Kommunikation erschwert oder gar abbricht. Zur Art und Weise, wie sich Gnadenerfahrungen ereignen, gibt Herbert Vorgrimler folgende Hinweise:

*„Eine Erfahrung der Gnade kann sich konkret in den verschiedensten Gestalten ereignen, bei jedem Menschen anders: als unbedingte personale Liebe, als unsagbare Freude, als*

---

<sup>736</sup> Protokoll vom 16.01.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>737</sup> Protokoll vom 16.01.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>738</sup> Protokoll vom 20.02.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>739</sup> Protokoll vom 20.03.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>740</sup> Protokoll vom 02.08.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

*Trost ohne erkenntlichen Grund, als unbedingter Gehorsam gegenüber dem Gewissen, als selbstloses Engagement im sozialen Dienst von Befreiung und Gerechtigkeit für andere.*<sup>741</sup>

Sich von der Höheren Macht geliebt zu wissen, hilft durch Zeiten, in denen sich die alkoholranke Bezugsperson jeglicher Kommunikation entzieht. Die Liebe zu sich selbst wird jedoch oftmals stark vernachlässigt und tritt hinter den Bemühungen, alle Liebe auf die alkoholranke Bezugsperson zu richten, zurück. Gestärkt wird dadurch das Verharren in der co-abhängigen Beziehung, vertraut man doch bei zunehmender Belastung umso mehr auf das Eingreifen und die Unterstützung der Höheren Macht/Kraft/Gottes. Die Gefahr des Verlustes gesunder Formen der Selbstdistanzierung und damit der Reflexion des eigenen Verhaltens wird oftmals erst sehr spät erkannt, sodass es auch zu einer sich allmählich verstärkenden Abkopplung von sich selbst kommen kann. Je weiter sich eine co-abhängige Person von der Liebe zu sich selbst entfernt oder anders gesagt ihre Selbst-werdung vernachlässigt, je mehr sie die Selbst-ver-antwort-ung abgibt, desto intensiver wird die Kraft, Hoffnung und Vertrauen auf Gott – „wie wir Ihn verstanden“, meist Höhere Macht oder auch Höhere Kraft genannt, gesetzt. Oft völlig allein gelassen und völlig ausgebrannt hält sie dennoch an der Beziehung zur alkoholranken Bezugsperson fest, beschönigt und beschwichtigt die vorherrschenden Lebensumstände. Es zeigt sich hier ein Systemfehler im Miteinander zwischen der alkoholranken Person und der co-abhängigen Person, denn Letztgenannter fällt es nicht nur schwer, selbst für andauernde, nachhaltige und lebensförderliche Veränderungen zu sorgen, sondern die Kommunikationsstörung verdichtet sich in solcher Weise, dass die alkoholranke Bezugsperson nicht mehr als eine andere Person wahrgenommen und angenommen wird. Die Sehnsucht nach einer Symbiose verstärkt das einengende Handeln an der alkoholranken Bezugsperson. Eingeengt von der Angst, dass die Suchtkrankheit im Tod der geliebten Person enden könnte, kommt es häufig auch zur Entmündigung der alkoholranken Bezugsperson. In der Folge wird die Kontrolle des Alkoholkonsums zu einem wesentlichen Element partnerschaftlichen Zusammenlebens, sodass sich ein Großteil der Energie auf diese richtet. Ulla Schmalz formuliert dies so:

*„Das eigene Selbstwertgefühl hängt vom Trinken des Partners ab: Trinkt er viel, ist der Selbstwert niedrig und alle Hoffnungen liegen am Boden. Also versucht die Partnerin, das Unmögliche zu schaffen: das Trinken des Abhängigen zu kontrollieren und es in den Griff zu*

---

<sup>741</sup> Vorgrimler, Herbert (2000): Neues Theologisches Wörterbuch, 245.

*bekommen. Dies versucht allerdings der Abhängige auch schon seit längerem und es gelingt ihm genauso wenig.*<sup>742</sup>

Zusammenfassend kann festgehalten werden, dass im Kontext von Co-Abhängigkeit eine Störung des Gleichgewichts zwischen Selbstliebe und Nächstenliebe gegeben ist. Desto weniger eine co-abhängige Person sich selbst vertrauen kann, umso mehr klammert sie sich an die alkoholranke Bezugsperson. Sie hat große Schwierigkeiten, sich anzunehmen und freizusetzen. Dadurch fällt es ihr auch äußerst schwer, den alkoholranken Partner bzw. die alkoholranke Partnerin anzunehmen und freizulassen. In der Folge reduziert sie ihre eigenen Bedürfnisse und Wünsche auf ein Minimum. Die Einschränkung ihrer Freiheit nimmt sie, wenn auch schweren Herzens in Kauf, denn in ausgeprägten Phasen co-abhängigen Verhaltens zählt vor allem der Wunsch, im anderen aufgehen zu wollen. Die Liebe kanalisiert sich in den Bemühungen, das Schlimmste zu verhindern oder zumindest weitgehend abzuwenden zu wollen. In der Beziehung zur alkoholranken Person kommt es jedoch oftmals zu einem Zustand, den man mit entweder/oder beschreiben kann: In trockenen Phasen kommt es zu intensivster Nähe, die in nassen Phasen oftmals von Phasen größter Distanzierung abgelöst werden. Häufig fehlt die Fähigkeit, in der Beziehung zur alkoholranken Bezugsperson Nähe und Distanz in angemessener Weise zuzulassen. Wichtig wäre daher, die Selbstwahrnehmung zu schärfen, Verantwortung für sich selbst zu übernehmen, denn „wenn das Ichbewußtsein sich selber gegenwärtig ist, begreift das Ich ausdrücklich seine Verschiedenheit von allem anderen (von allem, was nicht Ich ist).“<sup>743</sup> Demgegenüber ist co-abhängiges Verhalten jedoch oftmals von Grenzüberschreitungen bzw. Grenzverletzungen geprägt. Es zeigt sich, dass Machtmissbrauch, der oftmals eigene Defizite verdeckt, auch zu einem Vertrauensbruch gegenüber der alkoholranken Bezugsperson führen kann. Hinzu kommen häufig auftretende, krankhafte Schuldgefühle, die die eigene Selbstannahme erschweren bzw. eine notwendige Selbststärkung, eine notwendige Ressource für ein Leben mit einer alkoholranken Bezugsperson, verhindern. In der Folge wird die Liebe zu sich selbst allmählich von der Hinwendung zur alkoholranken Person auf Kosten der Vernachlässigung der aufgegebenen Selbstwerdung absorbiert. Als oftmals letzter Rettungsanker aus diesem

---

<sup>742</sup> Schmalz, Ulla (2007): Das Maß ist voll. Für Angehörige von Alkoholkranken. Bonn: Balance Buch + Medienverlag, 64.

<sup>743</sup> Vorgrimler, Herbert (2000): Neues Theologisches Wörterbuch, 575.

Dilemma wird die Hoffnung auf die Höhere Macht/Kraft/Gott gesetzt: „Lieber Gott, du wirst es schon machen und das Beste aus der Situation machen.“<sup>744</sup>

Welche Grundlagen aus theologisch-ethischer Sicht für die Herstellung einer Balance zwischen Selbst- und Nächstenliebe erforderlich sind, kann anhand nachstehender Forschungserkenntnisse deutlich werden: „Grundgebot Liebe: Wege moralischen Argumentierens“ von Eberhard Schockenhoff<sup>745</sup>, „Nächstenliebe auf neuen Wegen“ von Charles Gielen<sup>746</sup>, „Ethik des Helfens – aus theologischer Sicht“ von Ulrich H.J. Körtner<sup>747</sup>, „Narzisstische Kompetenz – Selbstliebe – Nächstenliebe: Sigmund Freuds Herausforderung der Theologie und Pastoral“ von Antonius M.J.M. Van de Spijker<sup>748</sup> und „Tiefenpsychologie und Nächstenliebe“ von Gustav L. Vogel<sup>749</sup>. Diese Forschungsbeiträge wurden ausgewählt, da sie wichtige Hinweise zur Einheit der Trias Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe aus christlicher Sicht und zu möglichen Fehlinterpretationen geben. Diese aufzugreifen, ist insofern wichtig, da im Kontext von Co-Abhängigkeit diese Trias keine Einheit bildet.

### **3.3 Überlegungen zu Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe – empirisch ausgewiesene Fehlformen im Kontext von Co-Abhängigkeit**

#### **3.3.1 Die Liebe als Grundgebot (Schockenhoff)**

Das Wort Liebe nimmt im menschlichen Sprachgebrauch eine grundlegende Bedeutung ein und aus der Sicht des christlichen Glaubens verweist es auf die Mitte der biblischen Botschaft, dem Doppelgebot der Gottes- und Nächstenliebe.<sup>750</sup> Schockenhoff entfaltet diese folgendermaßen:

---

<sup>744</sup> Protokoll vom 11.01.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>745</sup> Schockenhoff, Eberhard (2005): Grundgebot Liebe: Wege moralischen Argumentierens. In: Schmidinger, Heinrich / Hoff, Gregor Maria (Hg.): Ethik im Brennpunkt. Im Auftrag des Direktoriums der Salzburger Hochschulwochen als Jahrbuch herausgegeben. Innsbruck-Wien: Tyrolia Verlag.

<sup>746</sup> Gielen, Charles (1962): Nächstenliebe auf neuen Wegen. Mit einem Vorwort von Caritaspräsident i.R. Dr. Alois Eckert. Freiburg-Basel-Wien: Herder. Die französische Originalausgabe erschien unter dem Titel: La Charité demeure bei Éditions Universitaires, Paris 1960.

<sup>747</sup> Körtner, Ulrich H.J. (2004): Ethik des Helfens – aus theologischer Sicht. In: Gottfried, Adam (Hg.): Diakonie – Nächstenliebe in unserer Zeit. Bd. 24. Festschrift für Gerhard Gäbler anlässlich seines 60. Geburtstages. Studien zur Theologie. Würzburg: Stephans Buchhandlung Matthias Mittelstädt.

<sup>748</sup> Van de Spijker, Antonius M.J.M. (2005): Narzisstische Kompetenz – Selbstliebe – Nächstenliebe: Sigmund Freuds Herausforderung der Theologie und Pastoral. Freiburg im Breisgau-Basel-Wien: Herder.

<sup>749</sup> Vogel, Gustav L. (1957): Tiefenpsychologie und Nächstenliebe. Mainz: Matthias-Grünwald Verlag.

<sup>750</sup> Vgl. Schockenhoff, Eberhard (2005): Grundgebot Liebe, 25.

*„Das Doppelgebot zeichnet der Liebe drei Pole vor, die den äußersten Horizont umkreisen, der alle inhaltlichen Einzelforderungen umschließt: Gott, den Nächsten und das eigene Selbst. In ihrem biblischen Verständnis ist die Liebe also ein dreidimensionaler Begriff, der die schöpferisch-erwählende Liebe Gottes zu seinem Volk, die erwidernde Liebe des Menschen zu Gott und darin eingeschlossen, die Liebe der Menschen zueinander erfasst.“<sup>751</sup>*

Der Mensch ist auf das Bild des dreieinigen Gottes hin erschaffen, der in sich Liebe ist. Der Nächstenliebe kommt im Christentum eine universelle Bedeutung zu. Jeder Mensch ist auf diesen Gott hin erschaffen, steht unter dem An-gesprochen-werden durch Gott und steht aufgrund seiner Berufung in der Gemeinschaft mit Gott.<sup>752</sup> Deshalb ist dem Menschen Liebe zugesprochen,

*„auch dann noch, wenn er seine natürliche Anziehungskraft verloren hat und nur noch für den liebenswert erscheint, der ihn mit den Augen Gottes zu sehen versteht.“<sup>753</sup>*

Aufgrund der schöpferischen Liebe Gottes ist es den Menschen möglich, Gott und den Nächsten personale Liebe entgegenzubringen. Der Mensch, der auf die Liebe Gottes antwortet, tut dies als Freund. Das Wesen der Liebe ist ein grundsätzliches Wohlwollen den anderen gegenüber. Es bedarf der Fähigkeit, die anderen so wahrzunehmen, wie sie in ihrem Innersten sind, ohne Bedingungen zu stellen.<sup>754</sup> Wie diese Wahrnehmung erfolgen soll, entfaltet Schockenhoff folgendermaßen:

*„Die Grundforderung der Ethik verlangt nicht eine formale Unparteilichkeit gegenüber dem anderen, sondern das interesselose Gewährwerden seiner eigenständigen Wirklichkeit als Person.“<sup>755</sup>*

Biblisch betrachtet kommt der Selbstliebe eine wichtige Funktion zu, da sie eine jedem Menschen gegebene Voraussetzung darstellt und richtungsweisend ist für die Liebe zum Nächsten.<sup>756</sup> In Schockenhoffs Worten:

*„Die Liebe der Menschen steht unter dem Anspruch, den Nächsten genauso vorbehaltlos und grenzenlos zu lieben, wie sie sich selbst lieben.“<sup>757</sup>*

Die erlebte Liebe zu sich selbst gibt die Form der Liebe gegenüber den Nächsten vor, dient gleichsam als Modell. So kann ein Standpunkt eingenommen werden, der von

---

<sup>751</sup> Ebd., 26.

<sup>752</sup> Vgl. ebd., 27-28.

<sup>753</sup> Ebd., 28.

<sup>754</sup> Vgl. ebd., 31-32.

<sup>755</sup> Ebd., 32.

<sup>756</sup> Vgl. ebd., 34.

<sup>757</sup> Ebd., 34.

Unparteilichkeit geprägt ist und beide Ichs umgreift. Das eigene Dasein zu bejahen ist die Basis für die Hinwendung zum anderen und schafft einen Raum für Begegnungen.<sup>758</sup>

*„Der Weg der Nächstenliebe, wie ihn das Christentum versteht, muss deshalb sehr wohl als ein Weg zum Glück gedacht werden, weil der Liebende, der sich diesem Weg anvertraut, seine eigene Erfüllung im spontanen, selbstvergessenen Einsatz für die Sache Gottes in dieser Welt findet.“<sup>759</sup>*

Liebe in ihrer höchsten Form ist aus christlicher Sicht auf Gott bezogen. Die Trias Gottesliebe, Selbstliebe, Nächstenliebe bildet eine Einheit, indem durch die Hingabe an Gott der Mensch nicht in seiner Selbstliebe gefangen bleibt, sondern sich von der Liebe Gottes ergreifen, führen lässt und sein Leben nach Gott ausrichtet. Die natürliche Selbstliebe wird in diese Bewegung mit hineingenommen.<sup>760</sup>

Im Kontext von Co-Abhängigkeit ereignet sich jedoch eine äußerst ungesunde Hinwendung zum Nächsten. Der Dienst am Nächsten bzw. an der Nächsten, an der alkoholkranken Bezugsperson, kann zur völligen Selbstaufgabe der co-abhängigen Person führen. Beide werden dadurch im Sog der Sucht festgehalten. Der Überhang der Liebe zur alkoholkranken Bezugsperson verzögert bzw. verhindert ein gelingendes Miteinander, d.h. gemeinsam einen neuen, lebensförderlichen Weg zu gehen. Co-abhängige Personen sind oftmals schon als Kinder mit einer Alkoholkrankheit einer familiären Bezugsperson in Berührung gekommen. Die in der Kindheit erworbenen Verhaltensmuster<sup>761</sup>, insbesondere die verminderte Stressverarbeitungsfähigkeit nehmen sie häufig in ihre Partnerschaft mit. Als Erwachsene neigen sie dazu, ihre Lebensgestaltung völlig dem Kampf gegen die Alkoholkrankheit unterzuordnen. Ihre unbedingte Hingabe kann oftmals eine stückweise Entmündigung der alkoholkranken Person nach sich ziehen, aber auch ihrer selbst. Sie leben eine Form von Nächstenliebe, die dem anderen absolut Gutes zusprechen will, jedoch wird oftmals die Grenze des anderen oder der anderen verletzt.

In ihrem Lebensalltag setzen sie zwar das Vertrauen auf eine rettende transzendente Kraft, Gott – „wie wir Ihn verstanden“, aber verabsäumen es häufig, jene Schritte zu

---

<sup>758</sup> Vgl. ebd., 34-36.

<sup>759</sup> Ebd., 36.

<sup>760</sup> Vgl. ebd., 38.

<sup>761</sup> Vgl. hierzu: Teil I: Theoretische Grundlegung. 1.2.7 Rollenbilder.

setzen, die die aktuelle Situation erfordert. Der Wunsch nach einem Gelingen oder anders gesagt nach einem Glücken des Lebens angesichts eines Lebens mit der Alkoholkrankheit der Bezugsperson ist sehr groß. Sich bedingungslos von der Höheren Macht/Kraft/Gott in jeder Lebenslage geliebt zu wissen, wurde durch die Daten aus der teilnehmenden Beobachtung bestätigt. In der Gewissheit, dass diese Liebe unabhängig von jeglicher Leistung ist, wird diese auch zum entlastenden Rettungsanker in einer Lebensrealität, in der die co-abhängige Person meint, ständig funktionieren zu müssen. Das Vertrauen auf oben beschriebenen Rettungsanker kann sich allerdings auch als Bumerang erweisen. Da oftmals der Ausstieg aus co-abhängigem Verhalten nicht gelingt, d.h. weiterhin kontrolliert wird, die Grenzen der alkoholkranken Bezugsperson massiv überschritten und eigene Ziele zunehmend nicht mehr verfolgt werden können, kommt es nach und nach zu einer einschneidenden Verkürzung der eigenen Identität. Hinzu kommt, dass die Abschottung von der sozialen Umwelt, die bisweilen auftretende Gewalt in der Familie gewichtige Folgen für alle Familienmitglieder nach sich zieht, die durch das Nicht-Freilassen-Können noch immens verstärkt wird. Insbesondere die alkoholranke Bezugsperson als den anderen bzw. die andere, als eine eigenständige Person mit eigenständiger Wirksamkeit wahrzunehmen, gelingt oftmals nicht. Der Wunsch, dass die alkoholranke Bezugsperson mit dem Trinken aufhört, bestimmt weitgehend das Verhalten der co-abhängigen Person.

Folgendes kann an dieser Stelle zusammenfassend festgehalten werden: Im Lebensalltag co-abhängiger Personen kommt eine wichtige Grundlage zu kurz, die Selbstliebe bzw. die Sorge für sich selbst. In der Folge werden oftmals die eigenen Bedürfnisse den Bedürfnissen der alkoholkranken Person geopfert. Die Hoffnung auf ein erfülltes Leben wird durch die tägliche Lebensrealität, die von Zwang, Druck und Kontrolle geprägt ist, häufig zerstört. Demgegenüber betont Hans Rotter, SJ die Wichtigkeit der Wahlmöglichkeit für eine Neugestaltung der Zukunft.

*„Eine Motivation, die den Menschen zwingt, die ihm keine Wahl läßt, könnte nur von einer gegenwärtigen Realität ausgehen oder von einer zukünftigen Wirklichkeit, die sich notwendig aus der Gegenwart ergibt. Wo es sich aber um echte Zukunft handelt, kann sie der Mensch immer nur in Freiheit anzielen. [...] Letztlich gründet diese Freiheit darin, daß das zukünftige Heil dem Menschen nur aus der Freiheit Gottes als Geschenk zukommen kann“<sup>762</sup>*

---

<sup>762</sup> Rotter, Hans SJ (1992): Glaube und Handeln. Christliche Existenz unter dem Anruf Gottes, hg. von Josef Römelt CSsR. Innsbruck-Wien: Tyrolia Verlag, 39-40.

Folgende Thesen lassen sich für eine Einschätzung der Situation co-abhängiger Personen aus dem Gesagten ableiten:

- (1) Die positive Annahme und Umsetzung der eigenen Bedürfnisse als Bedingung ist ein zentraler Punkt für eine gesunde Hin-wendung zur alkoholkranken Bezugsperson.
- (2) Ebenso kommt der Inanspruchnahme der eigenen Freiheit, des Einübens des Freilassen-Könnens des oder der anderen, eine wichtige Schlüsselstelle zu.
- (3) Für das Finden einer lebensförderlichen Dynamik zwischen Selbst- und Nächstenliebe ist auch der Wunsch der alkoholkranken Person auf Selbstbestimmung zu respektieren. Hierzu erscheint es an dieser Stelle notwendig, einen vertiefenden Blick auf die oben beschriebenen Fehlformen der Liebe zum anderen bzw. zur anderen, zu richten.

### **3.3.2 Nicht-Abstraktheit der Liebe und Formen falsch verstandener Nächstenliebe (Gielen)**

Der falsch verstandenen Nächstenliebe kommt im Kontext von Co-abhängigkeit eine wichtige Bedeutung zu, z.B. fällt es co-abhängigen Personen äußerst schwer, die alkoholranke Bezugsperson in der je eigenen Lebenswirklichkeit wahrnehmen bzw. diese akzeptieren zu können. In der Überwachung des Alkoholkonsums und in gesetzten Rettungsaktionen wird die Liebe zum Nächsten bzw. zur Nächsten ausgedrückt. Aufgrund der Aufopferung der eigenen Bedürfnisse, der Unterdrückung der eigenen Gefühle wird die Liebe der co-abhängigen Person zu sich selbst jedoch zunehmend abstrakter. Abstrakt bleiben auch die eigenen Wunschvorstellungen, sodass ein wesentlicher Schritt oftmals sehr spät bzw. gar nicht gesetzt werden kann, nämlich das Erlernen salutogener Handlungsmuster für sich selbst und für den Umgang mit der alkoholkranken Bezugsperson.

Die Ergebnisse aus der empirischen Forschung zeigten ein wichtiges Motiv für co-abhängiges Verhaltens auf: das Mit-leiden müssen<sup>763</sup>. Es stellt sich hier die Frage, ob der Zwang des Helfen-Müssens einer aus Freiheit gesetzten, von Solidarität geprägten Handlung nicht geradezu entgegensteht. Aufhellende Hinweise kann hierzu Charles Gielen in seinen Ausführungen zur falsch verstandenen Nächstenliebe geben. Er verweist darauf, dass falsch verstandene Nächstenliebe nicht mit Freundschaft, wie sie

---

<sup>763</sup> Vgl. hierzu: Teil IV: Begegnung mit der Realität der Co-Abhängigkeit. Schritte der Untersuchung. 2.1 Axiales Kodieren und 3 Narrative Interviews.

der Nächstenliebe zu eigen ist, verwechselt werden darf. Mitleid, das jemandem aufgrund schwerer, niederdrückender Umstände, in der sich die Person befindet, entgegengebracht wird, ist nicht mit einem freundschaftlichen Akt gleichzusetzen. Wesentlich ist, dass Mitleid nicht die konkrete Persönlichkeit des anderen bzw. der anderen berücksichtigt. Der Wunsch, so geliebt zu werden, wie man ist, zieht nach sich, dass die konkrete Person in ihrer Gesamtpersönlichkeit, mit ihren Schwächen und Stärken bejaht werden möchte. Eine andere konkrete Person zu ermutigen, über die erlebte Bedrängnis zu sprechen bzw. diese zu trösten, ist daher ein wichtiger Freundschaftsakt dem oder der Nächsten gegenüber.<sup>764</sup>

Die Bejahung der Persönlichkeit jedes einzelnen Mitgliedes einer Familie mit einer Suchterkrankung stellt jedoch eine große Herausforderung dar, denn in dieser herrschen besondere Regeln: „Rede nicht! Traue nicht! Fühle nicht!“<sup>765</sup> Stattdessen wird mitgelitten: „Als Angehörige muss ich selbst mitleiden.“<sup>766</sup> In der Folge kommt es zu einer Verschiebung der Selbstliebe der co-abhängigen Person, bis diese deckungsgleich ist mit der auf die alkoholranke Bezugsperson gerichteten Liebe. Schließlich führt diese Verschiebung meist zu einer massiven Hilflosigkeit der co-abhängigen helfenden Person.

Diese Ausführungen verdeutlichen, dass zwanghaftes Mitleiden- bzw. Helfen-Müssen nicht nur einen Ausgleich zwischen Selbstliebe und Nächstenliebe erschwert, sondern es stellt sich auch die ethische Frage nach einem förderlichen Maß des Helfens aus christlicher Nächstenliebe. Nachstehend werden daher die Erörterungen von Ulrich H.J. Körtner in seinem Artikel „Ethik des Helfens – aus theologischer Sicht“ aufgegriffen.

### **3.3.3 Mit-leiden – Mit-leid (Körtner)**

Körtners Hinweis, dass Mitleid zur völligen Hilflosigkeit führen kann, sodass man nicht mehr in der Lage ist, eigenverantwortlich handeln zu können, stimmt mit den Erkenntnissen aus der teilnehmenden Beobachtung in den ausgewählten AI-anon Gruppen überein. Hoffnung, Liebe und der Glaube an eine Höhere Macht reichen im Kontext von Co-Abhängigkeit nicht aus, um eingenommene, lebensverhindernde Rollen verlassen bzw. co-abhängiges Verhalten überwinden zu können. Mitgefangen in der

---

<sup>764</sup> Vgl. ebd., 184-185.

<sup>765</sup> Schmalz, Ulla (2007): Das Maß ist voll, 70.

<sup>766</sup> Protokoll vom 11.01.2017, Meeting der AI-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

Alkoholkrankheit des Partners bzw. der Partnerin verstricken sich co-abhängige Personen dadurch häufig zunehmend tiefer in das Suchtgeschehen und leiden nicht nur mit, sondern fühlen sich auch dem Suchtgeschehen in der Familie gegenüber machtlos und sind diesem ohne hinreichende positive Handlungsoptionen ausgeliefert.<sup>767</sup> Nicht selten treten heftige Emotionen auf, die das Ausmaß des gefühlten Mitleids aufzeigen. Körtner beschreibt diesen Vorgang mit folgenden Worten: „Menschen können, wie eine einprägsame Metapher sagt, vor Mitleid zerfließen.“<sup>768</sup>

Co-abhängige Personen neigen dazu, sich selbst nicht ausreichend mit sich identifizieren zu können. In der Folge kommt es häufig zu Hilfeleistungen aus falsch verstandener Nächstenliebe. Es erscheint daher im Zuge pastoralen Handelns wichtig zu sein, einen Blick auf die unzureichende Fähigkeit co-abhängiger Personen, sich bei Wahrung gesunder Grenzen den Problemen der alkoholkranken Bezugsperson zuwenden zu können, zu richten. Ebenso wichtig ist es auch, Forschungserkenntnisse über die unterschiedlichen Formen menschlicher Liebe näher darzustellen und diese hinsichtlich relevanter Bezugspunkte zu co-abhängigem Verhalten zu untersuchen.

### **3.3.4 „Narzisstische Kompetenz – Selbstliebe – Nächstenliebe“ (Van de Spijker)**

Der von A.M.J.M. Herman van de Spijker<sup>769</sup> durchgeführte Vergleich der biblischen Befunde zur Nächsten- und Selbstliebe mit den Texten Sigmund Freuds zum Narzissmus führt zur Entwicklung von sieben Kernthesen.<sup>770</sup> Diese zeigen für den Forschungskontext folgende wichtige Aspekte auf. Der Selbstliebe wird der Vorrang gegenüber der Hinwendung zum Nächsten eingeräumt. Das Verhältnis von Selbst- und Nächstenliebe, insbesondere die Wichtigkeit, den anderen so zu lieben wie sich selbst, wird als ein Anliegen Freuds und der Bibel ausgewiesen. Dies trifft auch auf die Verstehbarkeit des Zusammenhanges von Selbst- und Nächstenliebe zu. Zudem wird die These aufgestellt, dass laut biblischem Befund Nächstenliebe zuerst den vertrauten Menschen entgegengebracht wird und erst allmählich auf jeden Menschen ausgedehnt werden soll. Festgehalten wird, dass in der Bibel „im Gegensatz zu S. Freud keine reflektiven Kenntnisse über die Selbstliebe“<sup>771</sup> zu finden sind.

---

<sup>767</sup> Zu möglichen Verstrickungen co-abhängiger Personen im Zusammenleben mit alkoholkranken Personen: Vgl. Teil I: Theologische Grundlegung. 1.2 Co-Abhängigkeit.

<sup>768</sup> Körtner, Ulrich H.J. (2004): Ethik des Helfens – aus theologischer Sicht. Bd. 24, 23.

<sup>769</sup> Van de Spijker, Antonius M.J.M. (21995): Narzisstische Kompetenz – Selbstliebe – Nächstenliebe.

<sup>770</sup> Vgl. ebd., 345.

<sup>771</sup> Ebd., 345.

Identifizierungssympathie ist aufgrund entdeckter verbindender Gemeinsamkeiten zwischen Menschen möglich. Diese ermöglicht die Erfassung des Wesens des Menschen und unterschiedlicher Grade an menschlicher Nächstenliebe. Ihr liegt Narzissmus zugrunde, der für die Selbsterhaltung des Ichs erforderlich ist.<sup>772</sup>

Als gemeinsamen Aspekt unterschiedlicher Formen menschlicher Liebe führt Van de Spijker eine unstillbare Sehnsucht an, die der Mensch in sich trägt.<sup>773</sup> Er spricht die Notwendigkeit an, Zusammenhänge und Differenzen unterschiedlicher Liebesformen empirisch zu erforschen und zu belegen.

*„Zusammenhänge und Differenzen zwischen geschenkter und erlebter Elternliebe, zwischen erfahrener Elternliebe und erfahrener Gottesliebe, zwischen genossener, von Menschen empfangener Liebe einerseits und Selbstliebe, Gottesliebe, Nächstenliebe andererseits, sollten vor allem empirisch untersucht und empirisch erhärtet werden.“<sup>774</sup>*

Spijker postuliert, dass Freud mit dem Begriff Identifizierungssympathie die Fähigkeit des Menschen bezeichnet, sich auf andere Menschen ausweiten zu können. Der narzisstischen Kompetenz sei es demnach zuzuschreiben, dass Menschen in der Lage sind, sich anderen zuzuwenden und sich selbst zu verlieren<sup>775</sup> oder „sich selbst in den anderen aufzublasen“<sup>776</sup>. Dadurch könne die Balance der Liebe zu sich selbst und zum anderen und „der leidenschaftlichen, libidinösen Liebe zu sich selbst und zu den Nächsten“<sup>777</sup> gefunden werden.

In seinen Kernthesen zeigt Van de Spijker relevante theologisch-ethische Aspekte auf, die Eberhard Schockenhoff als ein Leben als „auf ein Gegenüber bezogenes Sein, eine Beziehung, in der das eine Glied die Bedingung für die Selbständigkeit des anderen bereitstellt“<sup>778</sup> und als „Freiheit und Verantwortung, ein Handlungsvermögen, wodurch der Mensch „nach Gründen fragen und unter Zielen auswählen kann“<sup>779</sup> bezeichnet. Angesichts des Überhangs an Nächstenliebe co-abhängiger Personen gegenüber alkoholkranken Bezugspersonen erscheint es auch wichtig, möglichen Ursachen unter

---

<sup>772</sup> Vgl. ebd., 345.

<sup>773</sup> Vgl. ebd., 321.

<sup>774</sup> Ebd., 321.

<sup>775</sup> Vgl. ebd., 333.

<sup>776</sup> Ebd., 333.

<sup>777</sup> Ebd., 333.

<sup>778</sup> Schockenhoff, Eberhard (2009): Ethik des Lebens. Grundlagen und neue Herausforderungen. Freiburg-Basel-Wien: Herder Verlag, 31.

<sup>779</sup> Ebd., 30.

Heranziehung tiefenpsychologischer Erkenntnisse nachzugehen. Hierbei kommt den in der Kindheit erlittenen Traumata eine wichtige Bedeutung zu, da diese oftmals das Handeln erwachsener co-abhängiger Erwachsener prägen. Zudem wirken sich diese auch auf die Handlungsmuster nachfolgender Generationen aus.<sup>780</sup> In einem weiteren Schritt wird daher versucht, den Wert der Nächstenliebe aus tiefenpsychologischer Sicht näher zu beleuchten.

### 3.3.5 Nächstenliebe aus tiefenpsychologischer Sicht (Vogel)

Gustav L. Vogel veranschaulicht in seinem Werk „Tiefenpsychologie und Nächstenliebe“<sup>781</sup>, dass tiefenpsychologisch betrachtet Nächstenliebe nicht nur fordert, sondern dass sie das Verstehen-Können des anderen ermöglicht und fördert. Co-abhängigen Personen wird der Überhang an Nächstenliebe jedoch allmählich zu einer immensen Last, da die von Vogel angesprochene Ermöglichung und Förderung des Erkennens des Anderen weitgehend ausbleibt. Warum halten diese jedoch über einen längeren Zeitraum an diesem Zustand fest? Hierzu kann Heinz-Peter Röhr erhellende Hinweise hinsichtlich des Selbststandes und der Hinwendung co-abhängiger Personen zur alkoholkranken Person geben. Er benennt hierfür „eine große Selbstunsicherheit und die Suche nach Liebesbeweisen. [...] Sie tun viel, um geliebt zu werden. Dabei passen sie sich an und opfern sich selbst.“<sup>782</sup> Demnach weist Nächstenliebe im Kontext co-abhängigen Verhaltens ein zentrales Merkmal auf, das die Hinwendung massiv bestimmt: Helfen um jeden Preis. Als Erklärung für dieses Verhalten führt Röhr folgende Punkte an:

*„Ihre Daseinsberechtigung leitet sich da her, dass sie für andere zur Verfügung stehen. Nur wenn sie helfen und andern Beistand leisten, fühlen sie sich wichtig und berechtigt. Tun sie dies nicht, werden sie unruhig, fühlen sich leer und unbedeutend. Ihr Wertgefühl ist damit verknüpft, dass sie für andere ‚wichtig‘ sind.“<sup>783</sup>*

Wie Verstrickungen oben beschriebener Art gelöst werden können, erschließt Vogel durch den Aufweis einer besonderen Form der Nächstenliebe, einer übernatürlichen Nächstenliebe, die der Gnade Gottes zu verdanken ist.

---

<sup>780</sup> Nähere Ausführungen hierzu: Vgl. Teil I: Theoretische Grundlegung, 1.2 Co-Abhängigkeit.

<sup>781</sup> Vogel, Gustav L. (1957): Tiefenpsychologie und Nächstenliebe. Mainz: Matthias-Grünwald Verlag.

<sup>782</sup> Röhr, Heinz-Peter (2003): Wege aus der Co-Abhängigkeit. Destruktive Beziehungen überwinden. Düsseldorf-Zürich: Patmos Verlag, 80.

<sup>783</sup> Ebd., 79.

*„Erschöpft sich im Alltag die natürliche Selbstliebe, dann bleibt die übernatürliche Nächstenliebe als Geschenk der Gnade ein unerschöpfliches Reservoir für den Menschen, der bei uns Hilfe sucht. Je mehr Gott und seine Liebe miteinbezogen werden in das psychotherapeutische Geschehen, desto sicherer ist der Erfolg, desto gültiger die Lösung, desto geringer die Gefahr des Rückfalls in neurotische Verstrickungen.“<sup>784</sup>*

Im Kontext von Co-Abhängigkeit können folgende relevante Fakten festgehalten werden: Der Glaube an eine transzendente Höhere Macht/Kraft/Gott, die Hoffnung auf Rettung durch diese/durch Gott und das Wissen um die bedingungslose Liebe Gottes sind anhand der Daten aus der teilnehmenden Beobachtung und der durchgeführten narrativen Interviews belegbar. Verzerrte Formen von Selbst- bzw. Nächstenliebe verhindern oftmals eine Wendung zum Besseren für alle Beteiligten. Damit es zu einer schrittweisen Überwindung co-abhängigen Verhaltens kommen kann, müssen persönliche Grundvoraussetzungen gegeben sein, z.B. Selbstannahme, Selbstvertrauen, die Fähigkeit zur Selbstdistanzierung und vor allem auch Durchhaltevermögen. Letztgenannte oftmals auftretende, fehlende Grundvoraussetzung zeigt sich im häufigen Therapieabbruch.<sup>785</sup> Dies begünstigt, dass zwischen sich und der alkoholkranken Bezugsperson Distanzierung häufig kaum mehr möglich ist. Durch das Wenden an eine liebende, lebensförderliche, rettende Höhere Macht/Kraft bzw. den Glauben an einen liebenden Gott kann das Vertrauen in den Sinn des Lebens zwar aufrechterhalten werden, jedoch werden dadurch oftmals auch zwanghafte Strukturen und Handlungen in der Begegnung mit der alkoholkranken Person aufrechterhalten und das Suchtsystem gestützt. Voller Hoffnung auf ein gelingendes Leben mit der alkoholkranken Bezugsperson, versucht die co-abhängige Person oftmals mehrmals täglich mit der Höheren Macht/Kraft/Gott durch Gebet bzw. Meditation in Kontakt zu treten. Dies ermöglicht trotz zahlreicher Rückschläge und Belastungen wieder in das Leben vertrauen und weitermachen zu können. Es besteht allerdings auch hier die Gefahr, dass es zu einem Überhang an Vertrauen und Liebe zur Höheren Macht/Kraft/zu Gott zulasten der Selbstbejahung und der Beziehung zur alkoholkranken Bezugsperson kommt. Möglichen auftretenden Verzerrungen hinsichtlich der drei theologischen Tugenden Glaube, Hoffnung und Liebe gilt es daher auch im Bereich pastoralen Handelns Rechnung zu tragen. Da Hoffnung, Liebe und ein graduell unterschiedlich

---

<sup>784</sup> Vogel, Gustav L. (1957): Tiefenpsychologie und Nächstenliebe, 69.

<sup>785</sup> Vgl. hierzu: Teil IV: Begegnung mit der Realität der Co-Abhängigkeit.

4 Expertinnen- und Experteninterview mit einer klinischen Psychologin über die generierten Daten aus der empirischen Forschung, 4.2 Stellungnahme der Expertin.

ausgeprägter Glaube wichtige Anker im Leben co-abhängiger Personen darstellen, können sie wichtige Bezugspunkte für die Eröffnung eines wertschätzenden, offenen Dialoges im Rahmen der pastoralen Seelsorge sein.

Folgenden theologischen Aspekten kommt hierbei eine wichtige Bedeutung zu: der Gnade Gottes als Grundlage des Glauben Könnens, der Erfahrung des bedingungslosen Angenommen-Seins, den göttlichen Tugenden Glaube, Liebe und Hoffnung, wobei letztgenannte Tugend vor allem auf die Erlösung aus einem Leben voll Angst, Verzweiflung und Ohnmacht gerichtet ist. Wie die Daten aus der Feldforschung<sup>786</sup> belegen, kommt es jedoch in vielen Fällen nur zu kurz anhaltenden Verbesserungen der Lebenssituation.

Ins Zentrum rückt daher die Frage nach der Befähigung co-abhängiger Personen, nachhaltige Veränderungen für sich und damit auch für das gesamte Familiensystem setzen zu können. Nachstehend wird daher versucht, dieser Frage im Rahmen der Theologischen Ethik nachzugehen. Diese Ethik steht „im Medium des Glaubens. Dies setzt voraus, daß dem im Glauben Erkannten eine eigene Relevanz für das menschliche Handeln zukommt.“<sup>787</sup> Wie einer co-abhängigen Person Wege aus der Angst vor der Freiheit, vor dem Selbststand, vor der eigenen Unabhängigkeit, wie also befreiende Wege aus ihrer aktuellen Lebenssituation ermöglicht werden können, kann nicht in erster Linie nach dem, was diese tun sollte, sondern hinsichtlich dessen, was diese gegenwärtig tun kann und zukünftig tun könnte, entfaltet werden.

## **4 Die Grenzen moralischen Könnens**

Die zentrale Aufgabenstellung dieser Forschungsarbeit zu „Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit. Eine theologisch-ethische Auseinandersetzung.“ lag in erster Linie in der Untersuchung der Folgen eingenuommener Gottesbilder auf co-abhängige Personen. In zweiter Linie wurde angestrebt, die erforderlichen Konsequenzen für einen christlich normativen Umgang

---

<sup>786</sup> Vgl. hierzu: Teil IV: Begegnung mit der Realität der Co-Abhängigkeit. Schritte der Untersuchung. 2 Teilnehmende Beobachtungen in ausausgewählten Al-Anon Gruppen.

<sup>787</sup> Korff, Wilhelm / Beck, Lutwin / Mikat, Paul (Hg.) (1998): In: Lexikon der Bioethik. Bd. 3, hg. im Auftrag der Görres-Gesellschaft von Wilhelm Korff, u.a.. Gütersloh: Gütersloher Verl.-Haus, 923.

mit der Nächstenliebe aufzuzeigen und in dritter Linie lag der Fokus auf der Untersuchung der Dynamik innerhalb der Trias Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe.

Im Zuge der Auswertung der generierten Daten aus der teilnehmenden Beobachtung und den narrativen Interviews kristallisierte sich jedoch heraus, dass der Glaube an eine transzendente Macht oder Kraft, auch Gott genannt, durchgehend gegeben ist. Nicht ein eingenommenes, negatives Gottesbild verunmöglicht daher, Schritte aus co-abhängigem Verhalten setzen zu können, sondern der gestörte Kreislauf zwischen Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe verzögert bzw. verhindert eine langanhaltende und nachhaltige Veränderung. Bei co-abhängigen Personen kommt es zur Verschmelzung von Selbst- und Nächstenliebe im Sinne der Aufgabe der Selbstliebe.<sup>788</sup> In der Folge kommt es häufig zu erheblichen Einschränkungen hinsichtlich der eigenen Identitätsentwicklung bzw. zu einer bisweilen massiven Vernachlässigung des eigenen Bedürfnishaushaltes. Die Ursprungsthese eines negativen Gottesbildes co-abhängiger Personen, das lebensförderliche Veränderungen nahezu verunmöglicht, hat sich nach Analyse der empirischen Daten nicht bewahrheitet und ist daher entsprechend zu modifizieren.

#### **4.1 Revision der empirischen Forschung**

Wie zuvor aufgezeigt, sind die Forschungsergebnisse nicht mehr im Kontext einer Normenethik zu interpretieren. Es wurde deutlich, dass man nicht mit Normen ansetzen, nicht mit verpflichtenden Forderungen an co-abhängige Personen herantreten kann, die diese nicht erfüllen können. So kann z.B. nicht eine intensivere Form von Gottesliebe gefordert werden, um so co-abhängiges Verhalten überwinden zu können. Die normative Unlösbarkeit ist nicht aufgrund mangelnder Einsicht gegeben, sondern co-abhängige Personen stoßen oft an die Grenzen ihres moralischen Könnens. Sie sind aufgrund eines häufig auftretenden Verlustes der körperlichen und psychischen Leistungsfähigkeit oftmals nicht in der Lage, erkannte Fehlstrukturen langfristig zu verändern. Ansetzen kann man jedoch auf der Ermöglichungsebene des Wollens bzw. Könnens. Die aus der empirischen Forschung generierten Daten zeigen auf, dass ein intensiver Wunsch, neue Handlungsperspektiven zu erlernen, und die Hoffnung auf eine gelingende, d.h. erfüllende Partnerschaft, gegeben sind. Es liegt daher nicht an den

---

<sup>788</sup> Vgl. hierzu: Teil IV: Begegnung mit der Realität der Co-Abhängigkeit. Schritte der Untersuchung. 2.2.1 Deutung der Ergebnisse aus dem Verfahren des selektiven Kodierens, Abb. 2: Verschiebungsprozess von Selbst-, Nächsten- und Gottesliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit.

Auswirkungen eines negativen Gottesbildes bzw. an mangelnder Gottesliebe, sondern an einer fehlenden aktiven Antwort. Hinzu kommt die Furcht, nicht ohne den alkoholkranken Partner oder die alkoholranke Partnerin ein erfülltes Leben führen zu können. Solange es dem suchtkranken Partner oder der suchtkranken Partnerin schlecht geht, erlaubt es sich die co-abhängige Person oftmals, bewusst oder unbewusst, nicht, ungesunde Verhaltensmuster zu verändern, sodass es ihr selber besser gehen könnte als dem alkoholkranken Partner oder der alkoholkranken Partnerin. Im Falle von Co-Abhängigkeit fehlt die Antwort der co-abhängigen Person auf den Zuspruch Gottes. Die Liebe Gottes kommt zwar an, wird aber nicht als positive Kraft entfaltet. Der Selbstliebe als einer anthropologischen Grundfähigkeit kommt hierbei eine wichtige Bedeutung zu. Es stellt sich die Frage, wie diese, im Kontext von Co-Abhängigkeit oft massiv vernachlässigte Liebe zu sich selbst, gestärkt werden kann. Grundmuster sollte ein gesundes Selbst- bzw. Nächstenverhältnis sein. Dazu bräuchte es unterstützende Maßnahmen. Durch die Gebrochenheit co-abhängiger Personen stößt eine normative Ethik jedoch an ihre Grenzen. Aus der empirischen Forschung ist belegt, dass co-abhängige Personen Halt in der Tiefendimension von Glaube, Liebe und Hoffnung finden, aber ohne Unterstützung kaum zu aktiven Haltungen und Verhaltensänderungen fähig sind. Resümierend festgehalten werden kann, dass die Überwindung co-abhängigen Verhaltens vielfacher Hilfestellungen bedarf.

Es eröffnet sich daher eine neue Fragestellung, nämlich wie man co-abhängige Menschen dazu befähigen kann, verantwortungsvoll mit sich selbst und mit dem Nächsten bzw. der Nächsten umzugehen. Co-abhängiges Verhalten steht der von Gott geschenkten Freiheit, dem Auftrag zur Selbst-werdung, diametral entgegen. Eine allmählich sich ausbreitende Selbst-aufgabe verunmöglicht, die je eigenen, individuellen Handlungsmöglichkeiten wahrnehmen und persönlichkeitsförderliche Lebensvollzüge frei gestalten zu können. Ursache hierfür ist der oben angesprochene Systemfehler im relationalen Beziehungsgeflecht zwischen der co-abhängigen und der alkoholkranken Person, von dem auch die sozialen Kontakte betroffen sind. Es gilt daher, die Forschungsergebnisse neu zu lesen, indem der Fokus auf die Könnensethik bzw. Ermöglichungsethik gerichtet wird. Diese ist auf die Erkenntnisse aus anderen wissenschaftlichen Disziplinen angewiesen, sei es aus dem Bereich der Psychologie, der Neurobiologie oder aus der Trauma- und Stressforschung. Ein großes Anliegen der Könnensethik ist es, Menschen zu befähigen, verantwortungsvoll mit den eigenen

Handlungsmöglichkeiten umzugehen. Im Kontext von Co-Abhängigkeit rücken insbesondere unterstützende Maßnahmen zur Befähigung zu einer angemessenen Verantwortungsübernahme für sich selbst und für die alkoholranke Bezugsperson in den Blick. Es handelt sich hierbei um eine ethische Fragestellung, auf die im Verlauf der Diskussion ethischer Lösungsansätze noch näher eingegangen wird. Als Zwischenergebnis dieses Forschungsstadiums ist die Neuverortung der Forschungsfrage in der Könnens- bzw. Ermöglichungsethik festzuhalten. Diese kann auf der vorhandenen Gottesliebe bzw. auf der Liebe zur Höheren Macht und auf dem Vertrauen auf eine rettende Macht bzw. Kraft aufbauen. In innerdisziplinärer Zusammenarbeit mit der Pastoraltheologie und in interdisziplinärer Zusammenarbeit mit den Gesundheitswissenschaften eröffnen sich lebensförderliche Schritte aus co-abhängigem Verhalten.

Im Kontext von Co-Abhängigkeit kommt hierbei folgenden Aspekten eine wichtige Bedeutung zu: dem Ringen um Identität, der Rolle des Gewissens, dem eigenverantwortlichen Handeln, den Schuld- und Schamerfahrungen. Diese Aspekte näher zu kennen, ist die Voraussetzung dafür, positive Ansätze für den Umgang mit Co-Abhängigkeit entwickeln zu können. Wie können co-abhängige Personen lernen, glücklich und frei zu leben, ein ausbalanciertes Verhältnis von Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe zu entwickeln?, ist hierbei eine zentrale Fragestellung, die auch eine Chance für ein neues Lernfeld pastoralen Handelns, wo die Not und Bedrängnis co-abhängiger Personen wahrgenommen und seelsorgerlich begleitet wird, eröffnet. Es geht insbesondere um die Ermöglichung seelsorgerlicher Grundlagen, wie des Angenommen-Seins, der bedingungslosen Wertschätzung und vor allem der Annahme der Gebrochenheit des Menschen angesichts von Leid, Verzweiflung oder seelischer Not. Ebenso kommt der Stärkung des Selbststandes, der Selbstliebe und der Nächstenliebe mit Maß eine wichtige Aufgabe zu. Wie in Freiheit auf den Zuspruch Gottes geantwortet werden kann, stellt ein weiteres wichtiges pastorales Aufgabenfeld dar. Pastoralem Handeln kommt daher eine äußerst wichtige Aufgabenstellung zu.

Welche Verstrickungsmuster gilt es in erster Linie wahrzunehmen? Als herausragende Verstrickungsmuster co-abhängiger Personen sind die oft ungenügende Selbstannahme, die defiziente Selbstliebe und auch die mangelnde Selbstfürsorge zu nennen. Obwohl sie diese selbst benennen können, fällt es häufig sehr schwer, sich daraus zu lösen. Dies wirkt sich auf ihre Begegnungen an sich aus, insbesondere jedoch auf den Umgang mit

der alkoholkranken Bezugsperson. Das zwanghafte Helfen-Wollen hat einen störenden Einfluss auf die Kommunikation, die oftmals auch scheitert, weil das „für das Gelingen personaler Kommunikation unerlässliche Moment des freien Sich-Öffnens füreinander fehlt“<sup>789</sup>. Um sich frei öffnen zu können, ist die Erfahrung der eigenen Identität eine äußerst wesentliche. Im Sog einer Suchterkrankung in der Familie gestaltet sich dies allerdings schwierig. Da das Ringen um Identität im Lebensalltag co-abhängiger Personen jedoch oft zu kurz kommt, ist es wichtig, dieses Problem näher zu entfalten.

## 4.2 Gebrochene Identität

Wie kann konkrete Lebensgestaltung gelingen? Für Hunold kommt hierbei der Ethik eine wesentliche Aufgabe zu, nämlich „das Ganze der menschlichen Handlungswirklichkeit zu analysieren und auf seine humane Vernunft hin auszulegen“<sup>790</sup>. Er verortet die Aufgabe des einzelnen Menschen zur Identitätsfindung in der „Spannungseinheit von subjektiver Vernunft und objektiver Struktur“<sup>791</sup>. Für ihn ist die ethische Identität das leitende Prinzip konkreter Lebensgestaltung. Im Kontext von Co-Abhängigkeit führen defiziente Formen von Selbstliebe oftmals zu einem zunehmenden Verlust des Selbststandes. Dem Aufbau der menschlichen Identität kommt daher eine wichtige persönlichkeitsstärkende Bedeutung zu. Diese wird nach Hunold durch drei Kräfte aufgebaut<sup>792</sup>, „die sozialen Vorstellungen und Erwartungen anderer, die jeweilige individuelle Lebensstruktur und das rücksteuernde Bewußtsein des eigenen Ichs“<sup>793</sup>. Der Mensch kann seine Identität nicht außerhalb des gesellschaftlichen Umfeldes entwickeln, „Individuum und Gesellschaft haben gleichermaßen ihren Ursprung im Interaktionsprozeß selbst“<sup>794</sup>. Hunold bezieht sich hier auf die Konzeption Meads, indem er hier dessen Ausführungen zur Genese des menschlichen Ich-Bewusstseins aufgreift. In seinen Worten:

*„Schlüsselbedeutung kommt [...] der grundlegenden Einsicht G. H. Meads zu, dass menschliches Ichbewußtsein ‚self‘ sich wesentlich in gesellschaftlichen Interaktionen aufbaut*

---

<sup>789</sup> Schockenhoff, Eberhard (2009): Ethik des Lebens, 32.

<sup>790</sup> Hunold, Gerfried W. (1978): Identitätstheorie: Die sittliche Struktur des Individuellen im Sozialen. In: Hertz, Anselm / Korff, Wilhelm / Rendtorff, Trutz / Ringeling, Hermann (Hg.): Handbuch der christlichen Ethik. Bd. 1. Freiburg im Breisgau: Verlag Herder, 177,

<sup>791</sup> Ebd., 178.

<sup>792</sup> Vgl. ebd., 191.

<sup>793</sup> Ebd., 191.

<sup>794</sup> Ebd., 186.

*und sich so in einer Spannungseinheit von innerer und äußerer, von individueller und sozialer Perspektivität darstellt.*<sup>795</sup>

Zum Entstehen des menschlichen Selbst geben Franz Ofners Auseinandersetzung mit Meads Konzeption weitere wichtige Hinweise. Er führt hierzu aus:

*„Da das Selbst die Beziehung eines Individuums zu sich ist, bezeichnet Mead das Selbst-Objekt als ‚Me‘, das Subjekt als ‚I‘. [...] Das Konzept des ‚Me‘ als sozialisierte Persönlichkeit besteht darin, dass ein Individuum seine Handlungsimpulse und Äußerungen aus der Perspektive eines Generalisierten Anderen interpretiert und bewertet. [...] Während das ‚Me‘ die soziale Bedeutung und soziale Bewertung der Haltungen eines Individuums repräsentiert und ihm seine initiierten Handlungen bewusst macht, stellt das ‚I‘ das aktive Subjekt, das Individuum als Aktivitätszentrum dar.“*<sup>796</sup>

Die Interpretation der Handlungen und die Bewertung der eigenen Haltungen erfolgt demnach, indem man sich im Lichte der anderen betrachtet oder anders gesagt, Me ist demnach der generalisiert andere, der sich im Lichte der anderen sieht.

Wie bereits oben erwähnt, kommt dem Gelingen menschlicher Identitätsfindung im Kontext von Co-Abhängigkeit eine Schlüsselstellung für die Lösungsmöglichkeiten aus den alltäglichen Verstrickungen im Zusammenleben mit der alkoholkranken Bezugsperson zu. Erforderlich ist hierfür nach Hunold der Ausgleich der eigenen Lebenswirklichkeit mit der sozialen Erwartungswirklichkeit, mit ihren Anforderungen und Beurteilungen. Auf diese Weise kann der Mensch das Spannungsfeld durch sinnvolle Zuordnungen auflösen. Durch die Anerkennung der relativ rechtlichen Ansprüche der sozialen Realität, die mit jenen der persönlichen Identität ausgeglichen werden, kann der Verlust einer der o.a. Identitäten, verhindert werden.<sup>797</sup> Woraus ergibt sich die persönliche Identität? Diese „ergibt sich aus der Einzigartigkeit seines biopsychischen Potenzials und der je einmaligen Kombination lebensgeschichtlicher Daten“<sup>798</sup>. Hunold weist dem erbrachten Nachweis Goffmanns zur Identitätsfindung eine hohe Bedeutung zu, nämlich dass „jegliches auf Identitätsfindung gerichtete menschliche Handeln Rollendistanz impliziert und durch Rollendistanz bestimmt ist“<sup>799</sup>.

---

<sup>795</sup> Ebd., 186.

<sup>796</sup> Ofner, Franz (2013): „Bewusstseinslücken – Meads Konzeption der Genese des Selbst-Bewusstseins: Probleme und Lösungsvorschläge. In: Österreich Z Soziol (2013) 38: 155-180; 173-174.

<sup>797</sup> Vgl. Hunold, Gerfried W. (2017): Identitätstheorie. Bd. 1, 192,

<sup>798</sup> Ebd., 189. Hunold bezieht sich hierbei auf die Forschungserkenntnisse E. Goffmanns. Nähere Informationen hierzu, siehe Hunold (2017): Identitätsstruktur: Die sittliche Struktur des Individuellen im Sozialen, 188-189.

<sup>799</sup> Ebd., 189.

Im Kontext von co-abhängigem Verhalten zeigen sich vor allem folgende Problembereiche: Einerseits findet oftmals eine Übertragung der in der Ursprungsfamilie mit Suchtkrankheit erworbenen Rollenmuster in die aktuelle Familiensituation statt. Diese in der Kindheit erworbenen Reaktionsmuster wiederholen sich häufig unerkant in der Beziehung mit der alkoholkranken Bezugsperson. Als Mit-Gefangene in der Suchtkrankheit des Partners oder der Partnerin verbleibt zudem wenig Energie für das Ringen um die eigene Identität, das für jeden Menschen eine zentrale Herausforderung darstellt.

Wie dieses notwendige Ringen um Ich-Identität gelingen kann, legt Hunold mit folgenden Worten dar:

*„Wo immer der Mensch sich den Ansprüchen der mannigfaltigen, ihn je anders anfordernden sozialen Situationen nicht einfachhin gleichförmig macht, sondern ihnen nach Maßgabe seines unverwechselbar eigenen individuellen Lebensaufbaus gerecht zu werden sucht, identifiziert dies sein Ringen um Ich-Identität.“<sup>800</sup>*

Welche Faktoren können diesen Prozess erheblich verzögern bzw. verhindern? Co-abhängige Personen reduzieren häufig ihre sozialen Kontakte außerhalb der Familie auf ein Minimum. Rückzug und Isolation aufgrund von Scham gehören häufig zu ihrer Lebenswirklichkeit. In der Folge fühlen sich nicht erkannt und ebenso nicht an-erkannt. Persönliche Identität auszubilden, wird dadurch für sie erheblich erschwert, da „persönliche Identität nicht als eine unmittelbar vom Individuum gestaltete Wirklichkeit interpretiert“<sup>801</sup> wird, „sondern vielmehr als eine dem einzelnen durch seine Interaktionspartner zugeschriebene Biographie“<sup>802</sup>. Für die Stärkung der Ich-Identität co-abhängiger Personen ist der Blick auf die sozialen Dispositionsfaktoren zu richten. Welche Rolle diesen zukommt, entfaltet Hunold folgendermaßen:

*„Gerade deshalb bleibt der Mensch bei allem Mut zu sich selbst und zum Selbststand im Umgang mit anderen dennoch, will er seine Identität nicht als eine sozial versehrte und gebrochene erfahren, immer neu auf Zuwendung, Anerkennung und Bejahung der anderen verwiesen. Eben diese aus sozialen Ursprüngen gewonnene Kraft zur Selbstbejahung im Umgang mit anderen wirkt sich jetzt aber auch in gleicher Weise im Umgang des Menschen*

---

<sup>800</sup> Ebd., 189.

<sup>801</sup> Ebd., 189.

<sup>802</sup> Ebd., 189.

*mit sich selber aus. Als solche aktualisiert sie sich in jeder elementaren wie sublimen Form menschlichen Lebenswillens.*<sup>803</sup>

Die Wichtigkeit einer Existenz auf andere hin, wird auch von Schockenhoff durch den Hinweis auf ein anthropologisches Gesetz unterstrichen, das besagt, „dass Menschen sich in ihrem Dasein nicht in reiner Unmittelbarkeit gegeben sind, sondern nur in vermittelter Unmittelbarkeit auf andere hin existieren.“<sup>804</sup> Begegnungen ereignen sich „in einem wechselseitig erschlossenen Raum der Freiheit“<sup>805</sup>, deshalb „ist der Mensch für sein Mitsein mit den anderen im Gelingen und Scheitern verantwortlich“<sup>806</sup>. Da co-abhängige Personen aufgrund ihrer Beziehungsverstrickungen wenig An-erkennung bzw. Bejahung erfahren, fehlt ihnen häufig der Zugang zu sich selbst, insbesondere zu ihren Bedürfnissen und Emotionen. Wie kann man diesem Mechanismus entgegenwirken? Welche Gestaltungskräfte für einen verantwortlichen Umgang mit sich selbst notwendig sind bzw. wie der Wille zur Selbstbejahung gewonnen werden kann, beschreibt Hunold mit folgenden Worten:

*„Wann immer der Mensch ein Bedürfnis befriedigt, ein Interesse verfolgt, sich ein Ziel setzt oder eine Aufgabe wahrnimmt, weist dies darauf hin, daß er sich, für sich selbst, hoffend, will. [...] Für sich selbst hoffen kann der Mensch letztlich nur, wenn er sich in allem Instrumentalisieren zugleich die Vielfalt seiner Bedürfnisse bewahrt. [...] Denn erst im Dominantsetzen von Bedürfnissen empfängt menschliches Handeln seine jeweilige Sinnspitze, gewinnt es überhaupt erst reales Gewicht und Profil. Alles Übermaß an bloßer Sorge um Ausgleich droht am Ende die menschliche Aktivität stillzustellen. Anpassungsneigung und Konfliktsehen haben hier ihre wesentliche Wurzel.“*<sup>807</sup>

Humanes Handeln erfordert, dass die Gestaltungskräfte „Affirmierung, Arrangierung und Instrumentalisierung“<sup>808</sup> in einem harmonischen Zusammenspiel wirken. Erst dann ist der Mensch in der Lage, sich in sich selbst zu orientieren.<sup>809</sup> Das Ja zu sich selbst schließt die notwendige Bejahung der anderen Person mit ein.<sup>810</sup> Solch ein lebensförderlicher und gesundheitsförderlicher Umgang erfordert, dass „das Maß, mit dem man sich selbst akzeptiert und vom anderen akzeptiert werden möchte, zugleich

---

<sup>803</sup> Ebd., 192.

<sup>804</sup> Schockenhoff, Eberhard (2009): Ethik des Lebens, 32.

<sup>805</sup> Ebd., 33.

<sup>806</sup> Ebd., 33.

<sup>807</sup> Hunold, Gerfried W. (1978): Identitätstheorie. Bd. 1, 193.

<sup>808</sup> Ebd., 193.

<sup>809</sup> Vgl. ebd., 193.

<sup>810</sup> Vgl. ebd., 194.

zum Maßstab des Umgangs mit ihm<sup>811</sup> wird. Hunolds Auslegungen der Goldenen Regel<sup>812</sup> setzen richtungsweisende Akzente für den Umgang mit dem anderen: In der negativen Fassung bedeutet sie, die „Notwendigkeit, sich gleichzeitig mit ihm arrangieren zu müssen und darin seinen Bedürfnissen Rechnung zu tragen“<sup>813</sup>. Die positiv, christlich gefasste Regel<sup>814</sup> geht weit darüber hinaus, denn sie fordert zum positiven Handeln am Nächsten auf, es „dominiert also der Wille zur Arrangierung über den Willen der Instrumentalisierung“<sup>815</sup>. Im christlichen Liebesgebot dominiert die „innere Dynamik einer Bejahung“<sup>816</sup> im Umgang mit dem Nächsten, die „als zuwartende, geduldige, aufsprenkende, glaubende und hoffende Kraft auch im Umgang des einzelnen mit sich selbst“<sup>817</sup> gegenwärtig ist. Hoffnung für sich selber zu haben heißt, den anderen „in die Hoffnung hineinzunehmen, die man für sich selber hat“<sup>818</sup>.

Für eine angestrebte Überwindung co-abhängigen Verhaltens lassen sich aus oben angeführten Erkenntnissen folgende Schlüsse ziehen: Gesunde Routinen im Umgang mit sich selbst und mit anderen zu entwickeln, ist ein wichtiger Schritt für ein gesundes Beziehungsmodell. Daraus resultierende An-erkennung und Zu-neigung könnten die Basis für eine allmähliche Veränderung eingefahrener Muster im Umgang mit der alkoholkranken Bezugsperson bilden. Als wichtiger Baustein für die Überwindung destruktiver Interaktionsmuster sind die Anerkennung der eigenen Bedürfnisse und der Respekt vor den Bedürfnissen des anderen zu nennen. Die Herstellung gleichberechtigter Ich-Identitäten befähigt, einerseits ein Gleichgewicht zwischen Selbstliebe und Nächstenliebe herzustellen und andererseits dem alkoholkranken Partner bzw. der alkoholkranken Partnerin zuzumuten, eigenverantwortliche Entscheidungen zu treffen und auch die Folgen für verantwortungsloses Handeln zu tragen. Als Katalysator für diese angestrebten Veränderungen kommt den eigenen Hoffnungen, die den anderen bzw. die andere miteinschließt, im Kontext von Co-Abhängigkeit eine besondere Bedeutung zu. Zudem erscheint es notwendig, dass eine co-abhängige Person die Verantwortung in jenen Bereichen übernimmt, wo es möglich

---

<sup>811</sup> Ebd., 194.

<sup>812</sup> Vgl. Tob 4,15 (EÜ).

<sup>813</sup> Hunold, Gerfried W. (21978): Identitätstheorie. Bd. 1, 194.

<sup>814</sup> Vgl. Mt 7,12 und Lk 6,31.

<sup>815</sup> Hunold, Gerfried W. (21978): Identitätstheorie. Bd. 1, 194.

<sup>816</sup> Ebd., 194.

<sup>817</sup> Ebd., 194.

<sup>818</sup> Ebd., 195.

ist. Welche Befähigungen hierfür auszubilden sind, kann im Bereich der Könnensethik reflektiert werden, insbesondere die Befähigung zur Einübung neuer lebensförderlicher Verhaltensmuster, zum Einnehmen innerer Haltungen, die angesichts der Herausforderungen einer Alkoholkrankheit in der Familie tragen und dazu befähigen, vor allem verantwortungsvoll mit den eigenen Ressourcen umzugehen. Entsprechende unterstützende Begleitung auf diesem Weg könnte durch pastorale Seelsorge geleistet werden.<sup>819</sup>

Aus dem Blickwinkel der Könnensethik rückt vor allem der co-abhängige Mensch in seiner Hilfsbedürftigkeit und Ohnmacht in den Blick. Dem Glauben kommt hierbei eine wichtige Bedeutung zu, insbesondere „die dem Glauben eigene ethische Sensibilität“.<sup>820</sup> Nach Adrian Holderegger ist dies jene,

*„in der sich die Grundeinstellungen des Glaubens auf dem Felde ethischer Argumentation zu bewähren haben. [...] Daraus ergibt sich auch ein spezifisch christlicher Umgang mit der Ethik, der eine ethische Wertbestimmung des Menschen nicht an die Stelle der Wahrheit über den Menschen setzt, sondern in dem von Gott versöhnten Menschen mehr sieht als das Subjekt moralischer Kompetenz. Das vom Wort Gottes ausgehende Erkenntnislicht erhellt die ethische Dimension des Menschen und leuchtet den ganzen Raum ethischer Verantwortung aus.“<sup>821</sup>*

Christliche Ethik als das Vorletzte des Humanen ist demnach eine Könnensethik und keine Sollensethik.<sup>822</sup> Im Kontext von Co-Abhängigkeit bedeutet dies vor allem, Wege aufzuzeigen, wie die häufig zu kurz gekommene Identitätsausbildung aufgebaut bzw. gestärkt werden kann, wie eigene Talente erkannt und zum Wohl für sich und die alkoholranke Bezugsperson eingesetzt werden können. Für die Stärkung der Selbstannahme als unverwechselbare und einzigartige von Gott bejahte Person kommt den theologischen Tugenden eine besondere Wichtigkeit zu. Das befreiende Handeln Gottes wird von Vorgrimler mit folgenden Worten beschrieben: „Durch sie befreit Gott in seiner zuvorkommenden Gnade die Transzendenz des Menschen zur Annahme der

---

<sup>819</sup> Vgl. Teil VI: Pastorale Ermöglichung moralischen Könnens. 4 Herausforderungen für pastorales Handeln im Kontext von Co-Abhängigkeit.

<sup>820</sup> Holderegger, Adrian (1990): Selbstbestimmung und Handeln aus dem Glauben. Eine Problemskizze aus moraltheologischer Sicht. In: Battegay, R. / Rauchfleisch, U. (Hg.): Menschliche Autonomie. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 65-78, 77.

<sup>821</sup> Ebd., 65-78, 77.

<sup>822</sup> Vgl. ebd., 65-78, 77.

göttlichen Offenbarung u. zu der Möglichkeit, ihre eigene Erfüllung in der Anschauung Gottes zu finden.“<sup>823</sup>

Da die Teilnehmer und Teilnehmerinnen der Al-Anon Gruppen ihre ganze Hoffnung auf die Unterstützung der Höheren Macht/Kraft/Gott setzen, sich von dieser bzw. von Gott bedingungslos angenommen fühlen, muss von einem graduell unterschiedlich ausgeprägten Glauben ausgegangen werden. Alle interviewten Personen bestätigten ihre guten Beziehungen zu einer transzendenten höheren Macht/Kraft/Gott. Auch von Gnadenerfahrungen wurde berichtet. Auffällig erscheint jedoch, dass das Gleichgewicht zwischen Selbst- und Nächstenliebe aufgrund des Überhanges der Hinwendung zur alkoholkranken Person weiterhin massiv gestört bleibt. Dies belegen die Ergebnisse aus der teilnehmenden Beobachtung und den narrativen Interviews. Welche Faktoren einer nachhaltigen Befähigung co-abhängiger Personen zu einer gesunden, d.h. lebensförderlichen Balance zwischen Selbst- und Nächstenliebe entgegenstehen, wird daher nachfolgend weiter ausgeführt.

### 4.3 Übersteigerte Schuldgefühle

In den untersuchten Al-Anon Selbsthilfegruppen wurden von den Teilnehmerinnen und Teilnehmern oftmals über belastende Schuldgefühle gesprochen. Diese resultieren aus einer unangemessenen Fürsorge, Kontrolle und mangelnder Grenzziehung gegenüber der alkoholkranken Bezugsperson. Welche Relevanz diesen Schuldgefühlen im Kontext von Co-Abhängigkeit zukommt, erfordert, auch einen Blick auf die Zurechenbarkeit moralischer Schuld zu richten. Moralisch betrachtet sind Schuldgefühle dann relevant, „wenn sie einer objektiven Schuld entsprechen“<sup>824</sup>. Moralische Schuld wird von Gerhard Marschütz folgender Weise definiert:

*„Moralisch zurechenbare Schuld liegt vor, wo sich jemand bewusst und freiwillig gegen das Gute in seinem Handeln entscheidet. Ihr entspricht subjektiv ein Schuldbewusstsein, das einer Schulderfahrung entstammt, die tiefer reicht als ein mitunter nur vergängliches Gefühl oder oberflächliches Wissen um Schuld.“*<sup>825</sup>

Co-abhängiges Verhalten ist jedoch häufig durch Unfreiwilligkeit geprägt. Ein co-abhängiger Mensch kann oftmals nicht anders, als seine gesamte Energie auf die Rettung der alkoholkranken Bezugsperson zu richten, denn „sein eigenes Ich zerbricht

---

<sup>823</sup> Vorgrimler, Herbert (2000): Neues Theologisches Wörterbuch, 647.

<sup>824</sup> Marschütz, Gerhard (2009): theologisch ethisch nachdenken. Bd. 1, 124.

<sup>825</sup> Ebd., 124.

immer mehr“<sup>826</sup>, zudem kann „der Co-abhängige in eine regelrechte Hörigkeit, insofern sein Wille völlig gebrochen ist“<sup>827</sup>, geraten. Es handelt sich daher oftmals um „krankhafte Schuldgefühle, die einer therapeutischen Begleitung bedürfen“<sup>828</sup>. Im Kontext von Co-Abhängigkeit gilt es daher vor allem folgende Faktoren zu benennen, die einem selbstbestimmten, freien Handlungsvollzug oftmals entgegenstehen: ungenügende Stresskompetenz und Beziehungskompetenz, bisweilen auch ungenügende emotionale Kompetenz angesichts massiver Überforderung, ein ungesundes Anpassen an die Lebenssituation der alkoholkranken Bezugsperson. Daraus resultierende Folgen sind: mangelnde Konfliktfähigkeit, verminderte bzw. fehlende positive Visionen und Ziele, Kommunikationsschwierigkeiten und die häufig eingeschränkte Fähigkeit, lösungsorientiert handeln zu können. Sehr oft wissen sie, was zu tun wäre, können dies jedoch nicht in erforderlichem Maß zeitnah umsetzen. Anders gesagt, Verstehbarkeit und der Wille zur Veränderung sind gegeben, jedoch ist die Umsetzung positiver Handlungsweisen oft von vielen Rückschlägen begleitet.

Auch J. Gründels Einordnung der Schuldserfahrungen in drei Dimensionen erschließt weitere zentrale Aspekte für die Betrachtungen der Schuldserfahrungen im Kontext von Co-Abhängigkeit. Diese sind: eine moralische, eine ethische und eine religiöse personale Dimension. Umfasst die moralische Dimension „Schuld als Verstoß gegen eine Norm, gegen ein Gesetz, gegen das, was ‚man‘ tut“<sup>829</sup>, so bezeichnet die ethische Dimension

*„die Verfehlung als Verstoß gegen die freie Selbstverwirklichung der menschlichen Persönlichkeit [...]. Hier erfährt die Person ihre moralische Verpflichtung im Gewissen. Schuld wird als Verstoß gegen das eigene Gewissen erfahren, als Verlust der eigenen Identität. Die reine materielle Übertretung für sich genommen vermag hier noch keine Schuldgefühle hervorrufen. Vielmehr lässt die freie Wahl und die verkehrte Einstellung des Willens gegen die innere Überzeugung moralische Schuld entstehen.“<sup>830</sup>*

Wird Gottes Liebesangebot aus freier Entscheidung zurückgewiesen, kommt dies einer religiös personalen Schuldserfahrung gleich.

---

<sup>826</sup> Röhr, Heinz-Peter (2003): Wege aus der Co-Abhängigkeit, 178.

<sup>827</sup> Ebd., 179.

<sup>828</sup> Marschütz, Gerhard (2009): theologisch ethisch nachdenken. Bd. 1, 124.

<sup>829</sup> Gründel, J. (1993): Das Verständnis von Sünde und Schuld in geschichtlicher Entwicklung. In: Hertz, Anselm / Korff, Wilhelm / Rendtorff, Trutz / Ringeling, Hermann (Hg.): Handbuch der christlichen Ethik. Bd. 1. Freiburg im Breisgau: Verlag Herder, 155.

<sup>830</sup> Ebd., 155.

*„Die religiöse Dimension besteht vor allem darin, daß das gesamte innerweltliche Dasein auch in die neue Sinnhaftigkeit mit aufgenommen wird. Das zwischenmenschliche Verhalten wird in den gott-menschlichen Dialog mit aufgenommen und ist Ausdruck der Liebesbeziehung zwischen Gott und Mensch.“<sup>831</sup>*

Welche Dimension der oben beschriebenen Schulterfahrungen trifft nun auf co-abhängige Personen zu bzw. was bleiben sie sich selbst und der alkoholkranken Bezugsperson schuldig? Kontrolle und Grenzüberschreitungen bestimmen weitgehend das zwischenmenschliche Miteinander. In der Folge gestaltet sich die Kommunikation zwischen co-abhängiger Person und alkoholkranker Bezugsperson zunehmend schwierig. Dies bewirkt, dass bei der co-abhängigen Person der intensive Wunsch besteht, es besser machen zu wollen. In diesem Stadium treten häufig heftige Gewissensbisse auf. Kann man schließlich mit dem alkoholkranken Partner bzw. der alkoholkranken Partnerin kaum oder phasenweise gar nicht mehr reden, so erfolgt eine intensive Hinwendung zur Höheren Macht/Kraft bzw. zu Gott, mit der Bitte um eine positive Veränderung der bestehenden angespannten Situation. Alle Hoffnung richtet sich in der Folge auf das erhoffte rettende Eingreifen der Höheren Macht/Kraft/Gottes. Positive Veränderungen wurden von Teilnehmerinnen in den untersuchten Al-Anon Selbsthilfegruppen mit folgenden Worten interpretiert: „Das habe ich Gott zu verdanken - andere sagen, dass Gott gut ist“<sup>832</sup>; „Loslassen bedeutet, das Belastende Gott zu übergeben“<sup>833</sup>; „Habe ihm gesagt, dass ich nicht weiter weiß und alles ihm übergeben“<sup>834</sup>.

Co-abhängiges Handeln geschieht aus einer Grundhaltung der Nächstenliebe, die allerdings meist mit einem allmählichen Verlust der Selbstliebe einhergeht. So wird alles getan, um die alkoholranke Bezugsperson zu retten. Oft wird aber genau das Gegenteil erreicht, was wiederum zu schweren Schuldvorwürfen führt. Aufgrund des mangelnden Selbststandes kommt es häufig auch zu einer Überhöhung der Vorwürfe aufgrund unangemessenen Handelns, sodass Schuldgefühle nicht nur verstärkt werden, sondern auch falsche Schuldvorwürfe entstehen können. Dies begünstigt einen allmählichen Selbstverlust und die Verstärkung des ohnehin schon gegebenen

---

<sup>831</sup> Ebd., 156.

<sup>832</sup> Protokoll vom 03.10.2016, Meeting der Al-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>833</sup> Protokoll vom 17.10.2016, Meeting der Al-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>834</sup> Protokoll vom 21.11.2016, Meeting der Al-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

Überhanges an Zuwendung und Hingabe an die Bedürfnisse der alkoholkranken Bezugsperson unter dauerhafter Vernachlässigung der eigenen.

Folgende Punkte können als Folge co-abhängigen Verhaltens festgehalten werden: Häufig auftretende Schuldgefühle sind in der ethischen Dimension zu verorten, die die Entwicklung der Persönlichkeit be- bzw. einschränken können. In der Reflexion werden diese rasch zu einem riesigen, erdrückend empfundenen Schuldenberg, was wiederum häufig zur Selbstanklage führt. Zudem unterliegt co-abhängiges Handeln häufig einem Zwang und ist oftmals mit einem unterschiedlich ausgeprägten Unvermögen gekennzeichnet, sich und andere freilassen zu können. Ein gesundes Selbstverhältnis zu entwickeln, das in der Folge auch zu einer gesunden Nächstenliebe befähigt, scheint ein notwendiger Entwicklungsschritt zu sein. Hierbei kommt den Grundentscheidungen co-abhängiger Personen eine wichtige Bedeutung zu.

Theologisch-ethisch betrachtet handelt es sich bei einer Grundentscheidung um „eine Entscheidung, die dem Grund der menschlichen Wirklichkeit entspringt. In positiver Hinsicht ist sie die aus Freiheit vollzogene Selbstbestimmung zum Guten.“<sup>835</sup> Die positive Entscheidung zum Guten zeigt sich im konkreten Vollzug, allerdings in bedingter Weise<sup>836</sup>, „als Vorentscheidung in seinen Haltungen und als Einzelentscheidung in seinen Handlungen, ohne mit diesen identifiziert werden zu können.“<sup>837</sup> Ziel co-abhängigen Handelns ist überwiegend der Schutz des Lebens der alkoholkranken Bezugsperson. Hier gibt es eine Grundentscheidung, die aber einseitig ist und deshalb nicht umgesetzt werden kann, weil dieses Übermaß nicht gesund ist.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer in den untersuchten Al-Anon Gruppen gaben als Motiv für ihr Handeln übereinstimmend die Sorge um das Wohl der alkoholkranken Bezugsperson an, bedauerten die Folgen ihres co-abhängiges Verhaltens, empfanden Reue und fassten neue Pläne für ein gelingendes Miteinander, die sich aber häufig nicht realisieren ließen.

Welche Maßnahmen sind für co-abhängige Personen für den Aufbau eines gesunden Selbststandes bzw. für die Befreiung aus Angst und aus überhöhten bzw. falschen Schuldgefühlen von entscheidender Wichtigkeit? Pastorale Begleiter bzw.

---

<sup>835</sup> Marschütz, Gerhard (2009): theologisch ethisch nachdenken. Bd. 1, 134.

<sup>836</sup> Vgl. ebd., 135.

<sup>837</sup> Ebd., 135.

Begleiterinnen könnten eine Hilfestellung für eine realistische Einschätzung der Folgen co-abhängiger Handlungen geben und co-abhängige Personen anleiten, die eigene Verantwortung in jenen Bereichen zu übernehmen, wo dies möglich ist. Dies erfordert, lebensstragende Verhaltensmuster einzuüben bzw. diese in die Persönlichkeit zu integrieren. Auch eine durch Therapeuten bzw. Therapeutinnen oder pastorale Seelsorger oder Seelsorgerinnen begleitete Selbstreflexion könnte befähigen, den Systemfehler im Miteinander nicht nur zu erkennen, sondern auch einen neuen Perspektivenwechsel für das Zusammenleben mit einer alkoholkranken Bezugsperson zu gewinnen. Solch einen lebensförderlichen Weg aus co-abhängigem Verhalten zu begleiten, erfordert folgende Kompetenzen: co-abhängige Lebenswirklichkeit wahrnehmen zu können, diese sensibel anzusprechen und wertschätzend dazu einzuladen, gemeinsam Wege für einen Ausgleich zwischen Selbst- und Nächstenliebe zu suchen. Ebenso wichtig erscheint es, co-abhängigen Personen im öffentlichen Raum bzw. in der Pfarrgemeinde<sup>838</sup> eine Stimme zu geben.

Dabei spielen folgende Aspekte eine grundlegende Rolle, wie aus Sicht der empirischen Forschung deutlich erkennbar ist: die Rolle des Gewissens in seiner Bedeutung für co-abhängiges Verhalten, die Selbstwerdung einer co-abhängigen Person, die Handlungs- und Willensfreiheit sowie Verantwortlichkeit und auftretende Schamerfahrungen im Kontext von Co-Abhängigkeit. Nachstehend wird versucht, hierzu theologisch-ethische Interpretationsansätze zu entwickeln.

#### **4.4 Das anklagende Gewissen und der fehlende Ruf zur Selbstwerdung**

In co-abhängigen Beziehungen werden durch zwanghaftes Kontrollverhalten häufig die Grenzen der alkoholkranken Bezugsperson massiv überschritten, sodass es auch zu Verletzungen der Menschenwürde kommen kann. In der Folge meldet sich häufig eine Stimme im Inneren, das Gewissen.

Anliegen einer Könnensethik ist es, die Lebenswirklichkeit co-abhängiger Personen aufzugreifen und darüber nachzudenken, welche Handlungsoptionen co-abhängige Personen für ein gesundes Verhältnis zur alkoholkranken Person brauchen und wie in

---

<sup>838</sup> Welche notwendigen Schritte näherhin im Feld pastoralen Handelns gesetzt werden können, wird im Teil VI: Pastorale Ermöglichung moralischen Könnens erörtert.

der Folge eine Lösung aus unheilvollen Verstrickungen gelingen kann. Wie sieht nun das Lebensgefühl co-abhängiger Personen aus? Folgender In-Vivo-Kode<sup>839</sup> veranschaulicht die Folgen täglicher Überforderung: „Funktionieren müssen. Als Co-Abhängiger muss man wie der Alkoholiker ganz unten ankommen.“<sup>840</sup> Um diese Prägung überwinden zu können, erscheint es in erster Linie notwendig zu sein, co-abhängige Personen auf dem Weg zur Selbst-werdung zu unterstützen. Wie dies gelingen kann, entfaltet Gerhard Marschütz in seinen Ausführungen zum Gewissen:

*„Das Gewissen ist der Ruf zur Selbstwerdung. [...] Es ist dem Menschen Orientierung in der Suche und Wahrnehmung von Perspektiven des guten Gelingens des Lebens. [...] Denn theologisch betrachtet ist das Gewissen jener hermeneutische Ort, wo Selbstbewusstsein und Gottesbewusstsein unvermischt und ungetrennt vermittelt sind. Das Gewissen ist hier Ruf zur Selbstwerdung als Abbild Gottes, es ist Berufung.“*<sup>841</sup>

Das Gewissen kann auch als Mitte der Person bezeichnet werden, da es Orientierung bietet und die Richtung für das Handeln anzeigt und als solches ist es ein letztverbindliches Urteil. Dafür bedarf es allerdings eines ausgebildeten individuellen Gewissens.<sup>842</sup> Freiheit und Eigenverantwortung können im Gewissen ebenso wie die Lebensaufgabe selbst als Wegweiser zu einem erfüllten Leben erfahren werden.

Der von Marschütz entfaltete Dreischritt zeigt wesentliche Schritte auf, die auch im Kontext von Co-Abhängigkeit wichtig sind. Als ersten Schritt führt er die Bewusstmachung und Wahrnehmung innerer und äußerer Faktoren, die die eigene Lebenswirklichkeit prägen, an. Daraus ergibt sich in einem zweiten Schritt die Notwendigkeit, sich zum eigenen Tun zu verhalten und dieses kritisch zu reflektieren. Daraus entwickelt sich in einem dritten Schritt, eine Ausrichtung auf notwendige neue Perspektiven und die bewusste Akzeptanz unveränderlicher Situationen. Für die Ausbildung des Gewissens kann das Gebet ein wichtiger Kommunikationsraum sein.<sup>843</sup> Die Daten aus der empirischen Forschung zeigen, dass die ersten beiden genannten

---

<sup>839</sup> Besonders signifikante Aussagen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer an den Meetings der Selbsthilfegruppe Al-Anon wurden als In-Vivo-Kodes übernommen, da diese die Lebenswelt co-abhängiger Personen abbilden.

<sup>840</sup> Protokoll vom 14.12.2016, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu- Kirche, 1120 Wien.

<sup>841</sup> Marschütz, Gerhard (2009): theologisch ethisch nachdenken. Bd. 1, 83.

<sup>842</sup> Vgl. ebd., 86.

<sup>843</sup> Vgl. ebd., 85-86.

Schritte umgesetzt werden und das Gebet<sup>844</sup> für co-abhängige Personen ein wesentlicher Teil für die Bewältigung des Lebensalltags ist. Auch die Neuausrichtung ist ein dringender Wunsch und ebenso wird laufend versucht, Unabänderliches zu akzeptieren. Dem individuellen Gewissen als Stimme Gottes oder anders gesagt als Wegweiser zu einem lebensförderlichen Weg aus co-abhängigem Verhalten kommt hiermit eine wichtige Bedeutung zu.

Auf die äußerst wichtige Rolle des Gewissens verweist auch Schockenhoff, denn „nur das Gewissen erkennt, dass Liebe Menschen und Grenzen verletzen kann.“<sup>845</sup> und es „gibt keine Ruhe, es spricht in uns zu uns, es fragt an, zwingt zur Antwort und zur Verantwortung.“<sup>846</sup> Co-abhängige Personen bemühen sich meist sehr, der Anleitung des Gewissens zu folgen. Sie überdenken die gesetzten Handlungen und erkennen auch, welche Handlungen einer Korrektur bedürfen. Im Kontext von Co-Abhängigkeit erscheint daher der Kontakt mit dem individuell gut ausgebildeten Gewissen sehr wichtig zu sein. Dieser Kontakt eröffnet eine große Chance für eine notwendige Kurskorrektur und für das Erkennen der Notwendigkeit des Erlernens neuer Verhaltensmuster, die lebensförderliche Wege für ein Leben mit einer alkoholkranken Bezugsperson eröffnen können.<sup>847</sup> Nach christlichem Verständnis hört der Mensch in seinem Inneren die Stimme Gottes, die zu seinem Menschsein gehört und auf die er hören muss, um Schritte für ein gelingendes Leben setzen zu können. Durch das Hören auf das Wort Gottes in seinem Inneren erfährt der Mensch Gottes Liebe und Führung zu einem erfüllten Leben, biblisch gesprochen, „ein Leben in Fülle“<sup>848</sup>. Das Gewissen „als

---

<sup>844</sup> Elfter Schritt des Zwölf Schritte-Programms der Al-Anon Gruppen: „Durch Gebet und Meditation suchten wir unseren bewussten Kontakt zu Gott – „wie wir Ihn verstanden“, zu verbessern. Wir baten Ihn nur, uns Seinen Willen für uns wissen zu lassen und uns die Kraft zu geben, den auszuführen.“

<sup>845</sup> Schockenhoff, Eberhard / Florin, Christiane (2009): Gewissen. Eine Gebrauchsanweisung. Freiburg-Basel-Wien: Verlag Herder, 67.

<sup>846</sup> Ebd., 11.

<sup>847</sup> In der Pastoralkonstitution „Gaudium et spes“, GS 16: „Die Würde des sittlichen Gewissens“ (II. Vatikanisches Konzil: 1962-1965) wird das Gewissen folgendermaßen beschrieben: „Im Innern seines Gewissens entdeckt der Mensch ein Gesetz, das er sich nicht selbst gibt, sondern dem er gehorchen muß und dessen Stimme ihn immer zur Liebe und zum Tun des Guten und zur Unterlassung des Bösen anruft und, wo nötig, in den Ohren des Herzens tönt: Tu dies, meide jenes. Denn der Mensch hat ein Gesetz, das von Gott seinem Herzen eingeschrieben ist, dem zu gehorchen eben seine Würde ist und gemäß dem er gerichtet werden wird (9). Das Gewissen ist die verborgenste Mitte und das Heiligtum im Menschen, wo er allein ist mit Gott, dessen Stimme in diesem seinem Innersten zu hören ist (10). Im Gewissen erkennt man in wunderbarer Weise jenes Gesetz, das in der Liebe zu Gott und dem Nächsten seine Erfüllung hat (11).“

[http://www.vatican.va/archive/hist\\_councils/ii\\_vatican\\_council/documents/vat-ii\\_const\\_19651207\\_gaudium-et-spes\\_ge.html](http://www.vatican.va/archive/hist_councils/ii_vatican_council/documents/vat-ii_const_19651207_gaudium-et-spes_ge.html), [19.10.2018].

<sup>848</sup> Vgl. Joh 10, 10 (EÜ).

letzte Instanz moralischer Verantwortung<sup>849</sup> hilft, im Kontext co-abhängigen Verhaltens den Bedarf notwendiger Veränderungen hinsichtlich des eigenen Verhaltens wahrnehmen zu können. Nachfolgende In-Vivo-Kodes zeigen auf, dass diese Instanz nicht lediglich als Instanz der Vernunft angesehen wird: „Das habe ich Gott zu verdanken. Andere sagen, dass Gott gut ist.“<sup>850</sup> Vielmehr wird sie als persönlich erfahrbar berichtet: „Die innere Stimme leitet und führt mich.“<sup>851</sup> Dennoch kommt es in der Praxis häufig wieder zu Rückfällen durch den Wunsch, die alkoholranke Person zu schützen, Das Motiv „Ich möchte immer meinen Partner schützen“<sup>852</sup>, bestimmt in übermäßigem Maße jegliches Handeln an der alkoholkranken Bezugsperson.

Wie können die im Gewissen erkannten notwendigen Veränderungen erfolgreich umgesetzt werden? Leben als Be-weg-ung und Begegnung erfordert Flexibilität, um mit Veränderungen lebensförderlich umgehen zu können. Co-abhängigen Personen fällt es jedoch schwer, positiv auf Veränderungen zu reagieren, d.h. selbständig Veränderungen zu setzen. Trotz zahlreicher schmerzvoller Erfahrungen verbleiben sie lange Zeit in lebenshinderlichen Strukturen, um schließlich festzustellen: „Ich bleibe auf der Strecke.“<sup>853</sup> Sie empfinden „Machtlosigkeit nicht nur dem Alkohol gegenüber, sondern dem ganzen Leben gegenüber“<sup>854</sup>. Co-abhängige Personen tendieren meist dazu, den bereits bekannten und gewohnten Zustand beizubehalten, so sorgen sie selbst für die Stabilisierung dieses ungesunden Zustandes.<sup>855</sup> Es wäre daher notwendig, zu einer heilsamen Rückverschiebung des Überhanges an Nächstenliebe hin zur Selbstliebe anzuleiten. Hierfür bedarf es einer kompetenten Hilfe von außen, damit die Herstellung des Gleichgewichtes des in Schiefelage geratenen Verhältnisses zwischen Selbstliebe und Nächstenliebe nachhaltig gelingen kann. Das Hören auf die Stimme Gottes im Inneren des Menschen und die Erfüllung der ihm zugeordneten Lebensaufgabe bedarf im Kontext von Co-Abhängigkeit folgender wichtiger Schritte, nämlich falsches Schuldverständnis abzulegen, Erlangung eines gesunden Selbstwertes und

---

<sup>849</sup> Schockenhoff, Eberhard / Florin, Christiane (2009): Gewissen, 12. Vgl. auch: Jer 31,33-34; Ez 36,23-29a; Mk 7,14-23: Biblisch gesehen ist das Herz der Sitz des Gewissens, ein Ort der Erkenntnis für das Gute.

<sup>850</sup> Protokoll vom 03.10.2016, Meeting der AI-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>851</sup> Protokoll vom 24.10.2016, Meeting der AI-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>852</sup> Protokoll vom 31.05.2017, Meeting der AI-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>853</sup> Protokoll vom 20.09.2017, Meeting der AI-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>854</sup> Protokoll vom 18.09.2017, Meeting der AI-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>855</sup> Wie dieser Zustand aus psychologischer Sicht, aus Sicht der Psychosomatik und der Neurobiologie überwunden werden kann: Vgl. hierzu: Teil V: Theologisch-ethische Wege aus der Co-Abhängigkeit. Interdisziplinäre Zugänge. 2.2 Resilienzforschung, 2.3 Psychosomatik und Neurobiologie.

Selbststandes, in der Liebe zur alkoholkranken Person dessen Würde und Recht auf Selbstbestimmung zu achten und selbst Verantwortung für die eigenen Fehlhandlungen zu übernehmen. Ein gesundes Zusammenspiel von Selbst- und Nächstenliebe scheint die Basis für mögliche Schritte aus co-abhängigem Verhalten zu sein.

Ein zentraler Punkt ist daher, co-abhängige Personen zu ermutigen, positiv am Partner zu handeln und dies ebenso für sich selbst in Anspruch zu nehmen. Sich selbst Gutes zu tun, stellt einen wesentlichen Punkt zu einer veränderten Selbstwahrnehmung und Selbstliebe im Leben einer co-abhängigen Person dar. Gelingt es diese Schritte umzusetzen, so kann auch das oftmals auftretende Verhalten, andere für das eigene Verhalten zu beschuldigen, leichter überwunden werden. Folgende Reflexion einer Teilnehmerin in einem Al-Anon Meeting verdeutlicht dieses innere Geschehen: „unbefragt aus der Ursprungsfamilie übernommen“<sup>856</sup>, „andere für das eigene falsche Verhalten verantwortlich machen, das hinterlässt ein komisches Gefühl im Inneren“<sup>857</sup>.

Aufbauend auf Schritt zwei des von Marschütz dargelegten Dreischrittes, kommt im Kontext von Co-Abhängigkeit der Reflexion der Handlungen eine wichtige Bedeutung zu. Eine Reflexion, in der sich das Gewissen als „die Stimme Gottes, die Stimme der Vernunft, die Stimme einer vertrauten Person“<sup>858</sup> meldet und die co-abhängige Person versucht, ihr Handeln zu verantworten, könnte die Umsetzung des dritten Schrittes, den Prozess der Selbst-werdung, fördern. Gläubige Christen und Christinnen überdenken ihre Handlungsentscheidungen aus einer glaubenden Haltung und aus einer lebendigen Gottesbeziehung. Alle Teilnehmer und Teilnehmerinnen der Selbsthilfegruppe Al-Anon setzen ihre Hoffnung auf eine Höhere Macht<sup>859</sup>, die einen wichtigen Stellenwert im Lebensalltag einnimmt, denn angesichts der vielfältigen Probleme im Zusammenleben mit einer alkoholkranken Person ist dieser transzendente Zugang die fundamentale Basis, um in Extremsituationen überhaupt weitermachen zu können. Obwohl sich die Teilnehmer und Teilnehmerinnen der untersuchten Al-Anon Selbsthilfegruppen überwiegend als eher kirchenfern bezeichnen, glauben sie mit großer Intensität an die Hilfe der Höheren Macht/Kraft/Gottes. Auch für sie gilt die Sehnsucht, die Matthias Beck mit folgenden Worten beschreibt: „Wirkliche Autonomie erlangt der Mensch,

---

<sup>856</sup> Protokoll vom 07.08.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>857</sup> Protokoll vom 07.08.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>858</sup> Schockenhoff, Eberhard / Florin, Christiane (2009): Gewissen, 12.

<sup>859</sup> Auch „Höhere Kraft“ oder Gott – „wie wir Ihn verstanden“ genannt.

wenn er im absoluten Grund seinen Halt findet, der das Leben trägt und das innerweltliche Ich übersteigt.“<sup>860</sup>

#### **4.5 Eingeschränkte Fähigkeit zu handeln**

Co-abhängige Personen wollen den alkoholkranken Partner bzw. die alkoholranke Partnerin in Schutz nehmen und übernehmen daher ein Maß an Verantwortung, das sie nicht tragen können. Zwischen sich selbst und der alkoholkranken Bezugsperson besteht nur wenig Distanz, sodass sie oft nur eingeschränkt handeln können. Oftmals wird auch Scham übernommen, die eigentlich zur alkoholkranken Person gehört und dadurch erlaubt, dass es zu keiner Lösung aus der Mit-verstrickung kommt. Konfliktvermeidung bestimmt vielfach ihr Handeln. Es scheint daher wichtig, dass sie ein gewisses Maß an Selbstbestimmtheit für die eigene Lebenssituation zurückerlangen.

Co-abhängiges Verhalten steht objektiv betrachtet einer bedingungslosen Liebe zur nahestehenden alkoholkranken Person entgegen und dennoch drehen sich beinahe alle Gedanken um das Leben des Partners oder der Partnerin. Selbst-los wird das eigene Leben den Bedürfnissen der alkoholkranken Person untergeordnet, und die eigenen Bedürfnisse werden häufig erst dann wahrgenommen, wenn es zu psychischen bzw. physischen Folgeerscheinungen kommt. Ist es daher legitim, im Falle von co-abhängigem Verhalten von bedürftiger Liebe zu sprechen, die das Handeln an der alkoholkranken Bezugsperson in negativer Weise dominiert? Die aus der empirischen Forschung generierten Daten zeichnen folgendes Bild: Jegliches Handeln an der alkoholkranken Bezugsperson erfolgt aufgrund übergroßer Sorge und einem überaus hohem Verantwortungsgefühl. Retten zu wollen, bestimmt in sehr hohem Grad sowohl das Denken als auch das Fühlen und geht mit tiefen Wunden der co-abhängigen Person einher. Je mehr sich die co-abhängige Person um die alkoholranke Person bemüht, um so mehr entfernt sich diese emotional von ihr. Dies erhöht den Leidensdruck und führt häufig zu einem zunehmenden Verlust des Selbststandes. In der Folge entsteht bzw. bildet sich ein Unvermögen aus, positive Lösungsansätze, d.h. alternative Handlungsansätze zu entwickeln. Helfen, Frustration, Verletzungen, Schock, Scham über das eigene Verhalten, Reue bilden eine Spirale, die den Lebensalltag zunehmend bestimmen.

---

<sup>860</sup> Beck, Matthias (2012): Leben – Wie geht das?, 41.

Aus dem dargestellten Sachverhalt rücken folgende ethische Aspekte in den Blick: Handlungsfreiheit, Willensfreiheit und Verantwortlichkeit für das Handeln. Diese Überlegungen führen zu folgender ethischer Fragestellung: In welchem Maß kann eine co-abhängige Person für ihr Handeln verantwortlich gemacht werden?

Denken wir über das Handeln aus moralischer Sicht nach, so zielt dies nach Schockenhoff auf die ethische Grundfrage nach der Freiheit jedes Individuums, welche das menschliche Handeln selbst betrifft.<sup>861</sup> In seinen Worten:

*„Der Mensch soll frei sein. Freiheit und Selbstbestimmung sind nicht natürliche Gegebenheiten seines Daseins, sondern ein Ziel und ein Auftrag, unter dem sein Leben steht.“<sup>862</sup>*

Der Mensch hat den Auftrag, seine Freiheit zu verwirklichen, unfrei ist er jedoch aufgrund seiner Stellung als Naturwesen in der Welt der Erscheinungen. Richtet man den Blick jedoch auf die Möglichkeit der Selbsterfahrung, so ist der Mensch frei, „ja oder nein zu sagen zu dem, was auf ihn zukommt“<sup>863</sup>. Auf dieser Ebene erkennt er sich als Urheber seiner Handlungen und kann in der Folge Schuld bzw. Reue empfinden und auch anderen ihre Fehlhandlungen vorwerfen.<sup>864</sup> Hinsichtlich der praktischen Freiheit verweist Jochen Sautermeister darauf, dass es „immer nur ein mehr oder weniger an Freiheit gibt“<sup>865</sup> und dass diese stets „graduell“<sup>866</sup> ist.

Im Kontext von süchtigen Verhaltensweisen ist die ethische Betrachtung, so Günter Virt, „durch eine integrative Sicht der verschiedenen Problemfacetten unter dem Zielaspekt glückenden Menschseins gekennzeichnet“<sup>867</sup>. Schockenhoff verweist auf die Wichtigkeit eines Dialoges der Theologischen Ethik mit den Neurowissenschaften. Letztgenannter ist es gelungen, „Strukturen und Funktionsabläufe im Gehirn zu

---

<sup>861</sup> Vgl. Schockenhoff, Eberhard (2009): Wie frei ist der Mensch? Zum Dialog zwischen Hirnforschung und theologischer Ethik. In: Müller, Oliver/ Clausen, Jens / Maio, Giovanni (Hg.): Das technisierte Gehirn. Neurotechnologien als Herausforderung für Ethik und Anthropologie. Paderborn: Mentis Verlag, 308.

<sup>862</sup> Ebd., 308.

<sup>863</sup> Ebd., 308.

<sup>864</sup> Vgl. ebd., 308.

<sup>865</sup> Sautermeister, Jochen (2015): Zur Bedeutung der Moralphysikologie für die theologische Ethik – am Beispiel von Scham- und Schuldgefühlen. In: MThZ 66 (2015) 229-242, 233.

<sup>866</sup> Ebd., 229-242, 233.

<sup>867</sup> Virt, Günter (1998): Sucht/Suchtgefahren. 2. Kulturanthropologische Aspekte. In: Korff, Wilhelm / Beck, Lutwin / Mikat, Paul (Hg.): Lexikon der Bioethik. Herausgegeben im Auftrag der Görres-Gesellschaft. In Verbindung mit Ludger Honnfelder, Gerfried W. Hunold, Gerhard Mertens, Kurt Heinrich und Albin Eser. Bd. 3: Pe – Z. Gütersloh: Gütersloher Verlagshaus, 487-489; 489.

unterscheiden, die für das subjektive Erleben und die Bewusstseinsvorgänge des Menschen<sup>868</sup> wichtig sind. Die Hirnforschung liefert für das menschliche Vermögen, „in der Verfolgung der eigenen Strebensziele Selbstdistanz einzunehmen und eine rationale und emotionale Bewertung möglicher Handlungsfolgen vorzunehmen“<sup>869</sup>, folgende Erklärung: „die Funktion der sogenannten Rückkopplungsschleifen“<sup>870</sup>.

Auch Gerhard Marschütz vertritt ebenso wie Schockenhoff, dass zur moralischen Praxis von Menschen das freie Handeln als Grundbedingung gehört. Verantwortlich ist der Mensch für seine Handlungen<sup>871</sup>, weil diese „auf die Selbstbestimmung des eigenen Willens zurückzuführen“<sup>872</sup> sind, und in dieser ihm als Aufgabe gegebenen Freiheit liegt „ihm jene ihm wesenhaft zugehörnde Erfahrung vor, der gemäß er sein Handeln nicht nur als ein Verhalten, sondern als Verwirklichung von Absichten versteht“<sup>873</sup>. Obwohl der Mensch inneren und äußeren Zwängen ausgesetzt ist, ist es ihm aufgrund der Willensfreiheit möglich, „selbstbestimmter Urheber des Handelns sein zu können“<sup>874</sup>. In freier Selbstbestimmung ist es dem Menschen daher möglich, Handlungen zu setzen. Die Willensfreiheit legt somit formal fest, dass Handlungen frei, also selbstbestimmt gesetzt werden sollen. Freiheit wird als Ziel ausgewiesen, der Mensch soll auf diese Weise handeln. Mit dieser Festlegung ist jedoch noch nicht ausgewiesen, welche frei gesetzten humanen Ziele dieser Form von Freiheit entsprechen. Aus der Sicht Annemarie Piepers fallen hierunter nur jene menschlichen Ziele, „die wiederum Freiheit ermöglichen und sich unter Regeln der Freiheit subsumieren lassen“<sup>875</sup>.

Aus moralpsychologischer Sicht ist es erforderlich, so Sautermeister, „dass sich die Rede von menschlicher Freiheit stets ihren konkreten Bedingtheiten, Determinationen und Konditionierungen bewusst sein muss“<sup>876</sup>. Das nach außen sichtbare und konkrete Handeln erfährt faktische Einschränkungen, die vielfacher Art sein können. Als Folge

---

<sup>868</sup> Schockenhoff, Eberhard (2009): *Wie frei ist der Mensch?*, 299.

<sup>869</sup> Ebd., 309.

<sup>870</sup> Ebd., 309.

<sup>871</sup> Vgl. Marschütz, Gerhard (2009): *theologisch ethisch nachdenken*. Bd. 1, 103.

<sup>872</sup> Ebd., 103.

<sup>873</sup> Ebd., 103.

<sup>874</sup> Ebd., 105.

<sup>875</sup> Pieper, Annemarie (1990): *Freiheit als philosophisches Problem. Zur Frage der moralischen Selbstbestimmung*. In: Battegay, R. / Rauchfleisch, U. (Hg.): *Menschliche Autonomie*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 53-65, 54.

<sup>876</sup> Sautermeister, Jochen (2015): *Zur Bedeutung der Moralpsychologie für die theologische Ethik*, 233.

einer eingeschränkten Handlungsfreiheit ist der Freiheitsentzug zu nennen, der bei jeglichen Formen von Sucht auftritt.<sup>877</sup> In diesem Zusammenhang spricht Marschütz von Fällen, wo man sich „jedenfalls auf ein Tun fixiert, das nur schwer veränderbar ist.“<sup>878</sup> Wie hängen Willensfreiheit und Handlungsfreiheit nun zusammen? Marschütz fasst diesen Zusammenhang folgendermaßen:

*„Die Willensfreiheit realisiert sich in der Handlungsfreiheit derart, dass sie Optionen für das Gute praktisch umsetzt. [...] In den einzelnen Handlungen verdeutlicht sich daher, wie es um die freie Selbstbestimmung, die dem Menschen bleibend aufgegeben ist, bestellt ist. [...] Willensfreiheit und Handlungsfreiheit können zwar in Unterschiedlichkeit analysiert werden, sie bilden aber nur gemeinsam die eine Freiheit des Menschen, vermittels derer er sein Handeln ausdrückt.“<sup>879</sup>*

Ein gravierender Schwachpunkt im Alltagsleben co-abhängiger Personen mit einer alkoholkranken Bezugsperson ist die freie Selbstbestimmung. Erstens, weil sie sich äußerst schwer gegenüber dem Willen der alkoholkranken Bezugsperson durchsetzen können, zweitens weil sie selbst Handlungen setzen, die gerade die Freiheit der geliebten nahestehenden Person und die eigene Freiheit einschränken. Nicht selten kommt es zu übergriffigen Handlungen, die aus einer Haltung des Helfen-Müssens gesetzt werden. Das gesetzte Ziel, die Rückfälligkeit der alkoholkranken Bezugsperson verhindern zu wollen, beschränkt jedoch deren Willensbildungsprozess und das freie Setzen eigener Ziele. Heinz-Peter Röhr beschreibt diesen Vorgang als „Tendenz der Co-Abhängigen, das Lenkrad für den Süchtigen weiterhin selbst in der Hand halten zu wollen“<sup>880</sup>. Drittens entspringen ihre Handlungen oftmals einem zwanghaften Verhalten, nämlich dem Glauben, das Trinkverhalten der alkoholkranken Bezugsperson kontrollieren zu müssen. Eine verhältnismäßige Abwägung ihrer eigenen Handlungen hinsichtlich zu erwartender Folgen fällt ihnen oft schwer, sodass sie den Fokus nicht auf das richten können, was sie brauchen bzw. wollen. Ihre Handlungen entspringen dem dringenden Wunsch, die Alkoholkrankheit zu stoppen.

Es können daher folgende Schlussfolgerungen gezogen werden: Co-abhängige Personen können die Folgen ihrer Handlungen nicht zur Gänze abschätzen bzw. abwägen. Grenzüberschreitungen in der Kommunikation mit der alkoholkranken Bezugsperson

---

<sup>877</sup> Vgl. Marschütz, Gerhard (2009): theologisch ethisch nachdenken. Bd. 1, 105-106.

<sup>878</sup> Ebd., Bd. 1, 106.

<sup>879</sup> Ebd., 107.

<sup>880</sup> Röhr, Heinz-Peter (2008): Sucht – Hintergründe und Heilung, 47.

korrelieren häufig mit dem Unvermögen, eigene gesunde Grenzen setzen zu können. Dies wird häufig von einer defizienten Wahrnehmung der eigenen Bedürfnisse oder anders gesagt von der Ausblendung der eigenen, affektiven Strebungen begleitet. Alternative Handlungsweisen zu erlernen, erscheint aufgrund der ausgeprägten Bereitschaft zur Selbstreflexion möglich, allerdings nur dann, wenn nicht falsche Schuldgefühle bzw. ein mangelnder Selbststand bzw. ein sehr niedriger Selbstwert dem entgegenstehen. Der Überhang an Liebe zur alkoholkranken Person kommt einem süchtigen Verhalten gleich, wobei als Folge eine verminderte Fähigkeit zur Selbstgestaltung des eigenen Lebensbelange auftritt. Als anthropologische Begründung für das Entstehen von Sucht verweist Günter Virt darauf, dass Menschen „endliche Wesen mit einer unendlichen Sehn-sucht sind“<sup>881</sup>. Im Fall von Co-Abhängigkeit richtet sich diese Sehnsucht in solch erhöhtem Maß auf die Liebe zur alkoholkranken Bezugsperson zu Lasten der Selbstliebe, sodass der Ausgleich zwischen Selbstliebe und Nächstenliebe nicht funktionieren kann. Zu den Folgewirkungen unterschiedlicher Suchtformen, stoffgebunden oder stoffungebunden, führt Virt Folgendes an:

*„Allen diesen und anderen Formen ist die Tendenz zur Persönlichkeitseinengung und -erstarrung gemeinsam, da die Kräfte des Verstandes und des Willens dem unabweisbaren Verlangen nach einem bestimmten Erlebniszustand zwanghaft untergeordnet werden.“*<sup>882</sup>

Da das Leben co-abhängiger Personen mit dem der alkoholkranken Bezugsperson so eng verbunden ist und aufgrund der Unfähigkeit, Distanz ertragen zu können, haben deren Handlungen immense Auswirkungen auf diese selbst. In der Folge leiden co-abhängige Personen oft unter belastenden Schuldgefühlen, depressiven Verstimmungen und häufig auch unter Angstattacken.

Wie steht es nun mit der moralischen Zurechenbarkeit im Kontext co-abhängigen Verhaltens? Hier ist zu berücksichtigen, dass Schuld dann moralisch zurechenbar ist, wenn „sich jemand bewusst und freiwillig gegen das Gute in seinem Handeln entscheidet“<sup>883</sup>. Das Verlieren des eigenen So-Seins in Anbetracht von Krisen wird von Virt mit folgenden Worten beschrieben:

---

<sup>881</sup> Virt, Günter (1998): Sucht/Suchtgefahren, 487-489; 488.

<sup>882</sup> Ebd., 487-489, 488.

<sup>883</sup> Marschütz, Gerhard (2009): theologisch ethisch nachdenken. Bd. 1: Grundlagen, 12.

*„Ko-Abhängige sehen im Suchtkranken ihren Lebensinhalt und können gegebenenfalls durch dessen zunehmende Unabhängigkeit und Heilung in Krisen geraten.“<sup>884</sup>*

Immenser Leidensdruck, das Gefangensein in Ängsten und Verzweiflung, gehören häufig zur Lebenswirklichkeit vieler co-abhängiger Personen. Da sie selbst unter einer immensen Angst vor Freiheit, vor dem eigenen Selbst-stand, vor der eigenen Unabhängigkeit und vor allem dem Nicht-Mehr-Gebrauchtwerden leiden, fällt es ihnen häufig sehr schwer, ihre Lebenssituation zu verändern, auch wenn der Wunsch dazu besteht. Dies würde eine Freigabe ihrer zwanghaften Liebe zur alkoholkranken Bezugsperson bedingen, ein Schritt, der wiederum eine weitere Spirale der Angst erzeugt. Wichtig erscheint es daher, co-abhängige Personen zu befähigen, die eigene Wahrnehmungs- bzw. Erfahrungsebene zu stärken und neue Verhaltensmuster einzuüben, insbesondere die Fähigkeit, Ziele frei und selbstbestimmt setzen zu können. Das Aufzeigen dysfunktionaler Handlungsmuster sowie deren Überwindung scheint daher ein zentraler Ausgangspunkt zu sein, um co-abhängiges Verhalten nachhaltig überwinden zu können. Dem von Heinz-Peter Röhr in diesem Kontext angesprochenen, notwendigen „Nachreifungsprozess“<sup>885</sup> kommt hierbei eine wichtige Rolle zu. Er bringt hierzu folgende Gedanken ein: „Daraus können sich lebenslange Lernaufgaben ergeben, mit dem lohnenden Ziel, zu einer größeren Beziehungsfähigkeit, Liebesfähigkeit und mehr Glück zu gelangen.“<sup>886</sup>

Wie kann solch eine notwendige Wandlung erfolgen? Hier kommen fünf Aspekte, die zu einem spezifisch menschlichen Leben gehören, in den Blick. Nach Martin Honecker sind dies die Vernunftnatur des Menschen, der soziale und personale Aspekt und ebenso die Frage nach einem sinnerfüllten Leben, die ethische Frage und der biographisch-geschichtliche Aspekt.<sup>887</sup>

Aus christlicher Sicht verdankt der Mensch sein Leben Gott, der wie im Ps 36,10<sup>888</sup> zu lesen ist, als Quell alles Lebendigen bezeichnet wird. Der Mensch als Höhepunkt des

---

<sup>884</sup> Virt, Günter (1998): Sucht/Suchtgefahren, 487-489; 489.

<sup>885</sup> Röhr, Heinz-Peter (2008): Sucht – Hintergründe und Heilung, 48.

<sup>886</sup> Ebd., 48.

<sup>887</sup> Vgl. Honecker, Martin (1998): Leben, 4. Theologisch, 4.1 Die Sicht von Religion und Theologie. In: Korff, Wilhelm / Beck, Lutwin / Mikat, Paul (Hg.): Lexikon der Bioethik. Herausgegeben im Auftrag der Görres-Gesellschaft. In Verbindung mit Ludger Honnefelder, Gerfried W. Hunold, Gerhard Mertens, Kurt Heinrich und Albin Eser. Bd. 2: G – Pa. Gütersloh: Gütersloher Verlagshaus, 534-537; 536.

<sup>888</sup> Ps 36,10 (EÜ): „Denn bei dir ist die Quelle des Lebens, in deinem Licht schauen wir das Licht.“

Sechs-Tage-Werkes Gottes<sup>889</sup> erhält als Abbild Gottes<sup>890</sup> einen Schöpfungsauftrag. Zur herausgehobenen Stellung des Menschen entfaltet Martin Honecker folgende Gedanken:

*„Die biblisch-christliche Formel ‚Gottebenbildlichkeit‘ des Menschen beschreibt terminologisch Personwürde und Sonderstellung des Menschen und stellt menschliches Leben in den Sinn- und Deutehorizont von Glaube (Unglaube als Selbstbezogenheit und Selbstherrlichkeit des Menschen), Liebe (Lieblosigkeit als Zeichen des Kommunikationsverlusts) und Hoffnung (Hoffnungslosigkeit hat auch Verantwortungslosigkeit in Blick auf die Zukunft zur Folge).“<sup>891</sup>*

Die aus der teilnehmenden Beobachtung und den narrativen Interviews generierten Daten bestätigen, dass für co-abhängige Personen der Glaube und die in eine Höhere Macht/Kraft/Gott gesetzte Hoffnung eine wichtige Basis für die Suche nach einem sinnstiftenden Leben sind. Es gilt jedoch auch den Blick auf häufig auftretende Angstgefühle, Angst- bzw. Panikattacken co-abhängiger Personen zu richten, die aufgrund der fehlenden verhältnismäßigen Dynamik zwischen Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe und zwischen Glaube, Liebe und Hoffnung häufig auftreten. So gilt es insbesondere hinsichtlich des Glaubens an das Eingreifen der Höheren Macht auf folgende Wirkung hinzuweisen: Oftmals führt gerade die gesetzte Hoffnung auf transzendente Hilfeleistung dazu, dass die alkoholranke Person nicht im erforderlichem Ausmaß freigelassen wird und die co-abhängige Person weiterhin in ihren einengenden Verhaltensmustern gefangen bleibt. Diese transzendente Höhere Macht, Kraft, auch Gott genannt, dient als lebenswichtiger Anker, der hält und trägt, wenn die Sicherheiten im co-abhängigen Alltag brüchig zu werden drohen. Die Hoffnung richtet sich nicht zur Gänze auf die Möglichkeit der Überwindung des eigenen co-abhängigen Verhaltens, sondern auf die Heilung der alkoholkranken Bezugsperson<sup>892</sup>, sodass ein Ungleichgewicht im Miteinander und auch ein Ungleichgewicht zwischen sich und der Gesellschaft bestehen bleibt. Vielfach blockieren Angst und Scham weiterhin die Wiederherstellung dieses Gleichgewichtes. Zu einer möglichen Überwindung solch einer Angstspirale gibt Matthias Beck wichtige Hinweise: „Allein der Glaube und das Vertrauen in die Güte, Barmherzigkeit und die

---

<sup>889</sup> Vgl. hierzu: Gen 1,1-2,4a (EÜ): Priesterschriftliche Schöpfungserzählung (586-538 v.Chr.).

<sup>890</sup> Gen 1,27 (EÜ): „Gott erschuf den Menschen als sein Bild, als Bild Gottes erschuf er ihn. Männlich und weiblich erschuf er sie.“

<sup>891</sup> Honecker, Martin (1998): *Leben*, 534-537; 536.

<sup>892</sup> Vgl. hierzu: Teil IV: Begegnung mit der Realität der Co-Abhängigkeit. Schritte der Untersuchung. 2 Teilnehmende Beobachtungen in ausgewählten Al-Anon Gruppen, 3 Narrative Interviews.

Kraft Gottes können den Menschen aus der Spirale der Angst befreien.“<sup>893</sup> Im Kontext von Co-Abhängigkeit erscheint es daher dringend notwendig, Schritte aus nicht lebensförderlichen Handlungsmustern zu wagen und selbst bereit zu sein, aktive Hilfestellungen anzunehmen. Sich selbst annehmen zu lernen, die Entwicklung eines gesunden Selbstbildes sind sowohl notwendig als auch notwendig. Das gilt auch für die Überwindung der ungesunden Hinwendung zur alkoholkranken Bezugsperson. Ein neuer Sinnhorizont, vor allem neue Deutungsmuster und neue Handlungsräume könnten sich durch eine gewagte Neu-orientierung eröffnen.

Aus pastoraler Sicht könnten sich neue pastoral zu erschließende Handlungsräume für eine Begleitung co-abhängiger Personen in eine neue Lebensphase, für die Entwicklung neuer Lebenschancen und lebensförderlicher Begegnungsräume eröffnen. Doch Co-Abhängigkeit in ihrer Komplexität und das damit verbundene Leid der Angehörigen scheint in unserer Gesellschaft noch nicht ausreichend wahrgenommen zu werden. Co-abhängige Personen werden oftmals nur als Angehörige alkoholkranker Personen in ihrer unterstützenden Funktion gesehen. Ihre täglichen Leiderfahrungen, ihre physischen und psychischen Beschwerden bleiben häufig ihrem sozialen Umfeld verborgen. Oftmals verhindern intensive Schamgefühle über die Alkoholkrankheit in der Familie und Schuldgefühle angesichts übergriffiger Handlungen gegenüber der alkoholkranken Person, über die eigene Lebenswirklichkeit mit anderen Familienmitgliedern bzw. Außenstehenden zu sprechen und Belastendes mit-zu-teilen.<sup>894</sup> In der Folge bleiben co-abhängige Personen oftmals in ihrer Not, ihrer Trauer und Verzweiflung allein mit sich selbst. Den Selbsthilfegruppen kommt insofern eine wichtige Bedeutung zu, da sie hier oft erstmals ihre Stimme erheben und dort ihre Gefühle und Verletzungen in wertschätzender Atmosphäre offen auf den Tisch legen können. Hier erfahren sie das Gefühl des An-erkannt-werdens und An-genommen-seins.

In einem weiteren Schritt werden die wichtigsten negativen Auswirkungen von Scham, insbesondere die retardierende Entwicklung hinsichtlich neuer positiver Handlungsoptionen und konstruktiver zwischenmenschlicher Begegnungsmuster nachstehend entfaltet.

---

<sup>893</sup> Beck, Matthias (2012): *Leben – Wie geht das?*, 175.

<sup>894</sup> Wie man co-abhängiges Verhalten erkennen kann, wird in Teil VI: Pastorale Ermöglichung moralischen Könnens näher entfaltet.

## 4.6 Isolation durch Scham

Am Beginn der Erörterung belastender Schamerfahrungen im Kontext co-abhängigen Verhaltens wird versucht, eine Begriffsklärung vorzunehmen. Etymologisch kann die Genese des Begriffes Scham nicht vollständig geklärt werden. Mehrheitlich wird der Ursprung im Wort „scama“ (ahdt.) gesehen, dies bedeutet sich schämen bzw. sich verbergen. Die Wurzeln des althochdeutschen Begriffes liegen in den indogermanischen Begriffen „kâm bzw. kêrn“, verbergen, verhüllen, verdecken“.<sup>895</sup>

Zur anthropologischen Deutung auftretender Schamgefühle führt Bolko Pfau folgende wichtige Aspekte an. Schamgefühle und damit verbundene Reaktionsmuster vegetativer Art sind Kennzeichen für den Schamaffekt, wobei die Schamhaftigkeit jene Komponente ist, die vor diesem schützt.<sup>896</sup> Zum Auftreten des Schameffektes meint Pfau, Menschen kennen

*„Situationen, in denen man am liebsten nicht mehr da sein möchte und gleichzeitig angstvoll darauf wartet, daß der Andere einen anblickt und erkennt.[...] Scham bedeutet Enthüllung und Rückführung auf das eigene Selbst, fördert Unausgesprochenes zutage – es wird für den einzelnen und gleichzeitig für die anderen etwas erkennbar.“<sup>897</sup>*

Zur biblischen Sicht menschlicher Schamerfahrungen sind zwei Bibelstellen von besonderem Interesse: Gen 2,16<sup>898</sup> berichtet vom Gebot Gottes, Gen 3 von der Übertretung dieses göttlichen Gebotes durch Adam und Eva und dem Verlust des paradiesischen Lebens. Gen 3,22 ist jene Schlüsselstelle, wo Gott spricht, „Seht, der Mensch ist geworden wie wir; er erkennt Gut und Böse“<sup>899</sup>. Diese „Übertretung des Gebotes hat also auch die positive Folge gottgleichen Wissens“<sup>900</sup>. Pfau fragt nach dem Sinn dieser Form von Scham, die er als Entdeckungsscham bezeichnet. Er meint, dass diese

---

<sup>895</sup> <http://www.seele-und-gesundheit.de/psycho/scham.html> [20.08.2018].

<sup>896</sup> Vgl. Pfau, Bolko (1998): Scham und Depression. Ärztliche Anthropologie eines Affektes. Stuttgart: F.K. Schattauer Verlagsgesellschaft, 1.

<sup>897</sup> Ebd., 1.

<sup>898</sup> Gen 2,16: „Dann gebot Gott, der Herr, dem Menschen: Von allen Bäumen des Gartens darfst du essen, doch vom Baum der Erkenntnis von Gut und Böse darfst du nicht essen; denn sobald du davon isst, wirst du sterben.“ Zitiert nach: Stuttgarter Altes Testament (1980): Einheitsübersetzung mit Kommentar und Lexikon, h.g. von Erich Zenger. Stuttgart: Katholische Bibelanstalt, 19.

<sup>899</sup> Zitiert nach: Stuttgarter Altes Testament (1980): Einheitsübersetzung mit Kommentar und Lexikon, h.g. von Erich Zenger. Stuttgart: Katholische Bibelanstalt, 21.

<sup>900</sup> Ebd., 22.

*„möglicherweise die emotional-moralische Basis jeglicher Erkenntnis darstellt. [...] Auch in der Bibel ist die Dialektik der Scham angesprochen: Die Scham ist auch Schutz, sie bewahrt den Menschen vor der Versuchung bzw. vor der Sünde.“<sup>901</sup>*

Im Bereich der Psychotherapie wird von Jens L. Tiedemann die Intersubjektivität, der besondere Grad von Schamaffekten betont, der sich „immer sozial , interaktionell oder intersubjektiv“<sup>902</sup> äußert. Er verweist auf die positive Wirkung der Scham, nämlich den Schutz der persönlichen Integrität. Demgegenüber treten lähmende Schamerfahrungen im Erwachsenenalter dann auf, wenn „das in der Entwicklung befindliche Individuum mit seinen kindlichen Insuffizienzgefühlen und seinen ‚negativen‘ Affekten“<sup>903</sup> sich nicht in ausreichendem Maß angenommen fühlte. In der Folge kann Scham „unter Umständen das ganze Selbst überschwemmen“<sup>904</sup>.

Moraltheologisch relevant sind Schamerfahrungen insofern, als durch diese der offene Blick auf das Selbstbild weitgehend verstellt wird. Für die theologisch-ethische Reflexion der Auswirkungen schamhaften Verhaltens rückt die Moralpsychologie in den Blick, deren Aufgabe es ist, „die psychologischen Grundlagen moralischen Erlebens, Urteilens und Handelns zu erfassen“<sup>905</sup> und „lebenspraktische als auch theoretische Fragen“<sup>906</sup> in den Blick zu nehmen. Wann empfindet eine Person Scham? Hier kommt die Person mit ihren Erwartungen an sich selbst ins Spiel, nach Sautermeister können sich Schamgefühle bzw. auch Schuldgefühle dann einstellen, wenn eine Person den an sich selbst gestellten Erwartungen,

*„die sie für ihre Identität bedeutsam hält, nicht nachkommt, dann empfindet sie normalerweise Scham – dies ist auch der Fall, wenn andere Menschen von dem beschämenden Anlass nichts mitbekommen.“<sup>907</sup>*

Das Besondere in diesem Fall ist, dass co-abhängige Personen sich für die Alkoholkrankheit ihres Partners bzw. ihrer Partnerin schämen und versuchen, diese vor ihrem sozialen Umfeld mit viel Energieeinsatz zu verbergen. In der Folge haben sie nicht genügend Kraft, um auf sich selbst zu achten. Hinzu kommen Selbstwertzweifel,

---

<sup>901</sup> Pfau, Bolko (1998): Scham und Depression, 2.

<sup>902</sup> Tiedemann Jens L. (2013): Scham. Bd. 7. Analyse der Psyche und Psychotherapie. Gießen: Psychosozial-Verlag, 32.

<sup>903</sup> Ebd., 33.

<sup>904</sup> Ebd., 33.

<sup>905</sup> Sautermeister, Jochen (2015): Zur Bedeutung der Moralpsychologie für die theologische Ethik, 229-242; 229.

<sup>906</sup> Ebd., 229-242, 234.

<sup>907</sup> Ebd., 229-242, 236.

Kraftlosigkeit, Mutlosigkeit und zunehmende Entschlusslosigkeit: „Ich funktioniere immer so lange, bis es nicht mehr geht“<sup>908</sup>, so eine Betroffene. Der Mangel an Austausch mit Außenstehenden hat nicht nur Folgen für die co-abhängige Person, sondern betrifft das ganze Familiensystem. Die co-abhängige Person schämt sich so sehr, dass sie verhindert, „dass jemand, den man einlädt oder trifft, merkt, wie belastet alle sind“<sup>909</sup>. Auf die Selbstachtung als „intersubjektive Grundlage“<sup>910</sup> verweist Jochen Sautermeister. Er zeigt auf, dass mangelnde Selbstachtung sich nicht nur auf das Selbstbild auswirkt, sondern auch in drastischer Weise auf die Kommunikation im sozialen Umfeld. Jens L.Tiedemann sieht in der „Angst vor Stigmatisierung und Beschämung“<sup>911</sup> eine solche Kraft, die Betroffene „jegliches Vertrauen zu anderen Menschen“ verlieren<sup>912</sup> lassen kann. Seiner Ansicht nach herrscht in einer Schamerfahrung

*„eine starke Trennung zwischen einem Selbst und den anderen vor – die anderen stehen als Zuschauer zu uns in Beziehung, und es ist uns wichtig, ob wir sie als ablehnend oder zustimmend erleben“<sup>913</sup>.*

Dies kommt einer Desorganisation der gesamten Psyche gleich. Das Verbergen der eigenen Lebenswirklichkeit vor anderen und der Wunsch nach gelingenden zwischenmenschlichen Beziehungen gehen Hand in Hand.<sup>914</sup> Als wichtige Erkenntnis gilt es an dieser Stelle festzuhalten, dass die subjektive Herabsetzung der eigenen Person die An-erkennung bzw. das Anerkannt-werden durch das soziale Umfeld erschwert bzw. verhindert. Das Ziel Theologischer Ethik ist es, „einladend zu sein, weil Gott selbst zur Gemeinschaft mit ihm einlädt und nicht zwingt“<sup>915</sup>. Im Falle von Co-Abhängigkeit sind oben angeführte Erkenntnisse Schlüsselhinweise für eine einladende Begegnung mit co-abhängigen Personen, insbesondere für die Ermutigung zur Selbstannahme, Selbstachtung, Selbstliebe Selbstfürsorge und für die Befähigung zur Einnahme des eigenen Raumes. Gelingt dies, so kann es zu einem Aufatmen, Durchatmen kommen und über Ressourcen nachgedacht werden, die das individuelle

---

<sup>908</sup> Protokoll vom 14.12.2016, Meeting der AI-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>909</sup> Schmalz, Ulla (2007): Das Maß ist voll, 65.

<sup>910</sup> Sautermeister, Jochen (2015): Zur Bedeutung der Moralpsychologie für die theologische Ethik, 229-242; 236.

<sup>911</sup> Tiedemann Jens L. (2013): Scham. Bd. 7., 42.

<sup>912</sup> Ebd., 42.

<sup>913</sup> Ebd., 43.

<sup>914</sup> Vgl. ebd., 44.

<sup>915</sup> Marschütz, Gerhard (2009): theologisch ethisch nachdenken. Bd. 1, 65.

Können aufbauen, Sackgassen zu verlassen. Sautermeisters Schambegriff bringt die Lebensproblematik co-abhängiger Personen auf den Punkt.

*„Der Schambegriff bezieht sich demnach auf das selbstbezogene Wertempfinden, also auf das Selbstwertempfinden und darauf, was die Selbstachtung einer Person ausmacht. Hier steht die Scham für die selbstverursachte Beeinträchtigung der Selbstachtung.“<sup>916</sup>*

Eine Theologische Ethik, die „aufgrund ihres Denkens von Gott her [...] Ermutigungen zum Leben“<sup>917</sup> fundieren will, „damit der Mensch als Mensch leben kann“<sup>918</sup> ist bei der Frage der Überwindung unangemessener Schuldgefühle auf die Forschungserkenntnisse aus der Neurobiologie, Psychologie, Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik verwiesen. „Lebensziele aufzeigen können, die befreiend wirken, die schon im Streben nach ihnen Erfüllung schenken, die anspornen und inspirieren“<sup>919</sup>, sind nach Klaus Demmer zentrale Aufgabengebiete.

Im Rahmen dieser Forschungsarbeit kommen der Trias Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe und den drei göttlichen Tugenden Glaube, Liebe und Hoffnung eine herausragende Bedeutung zu. Der Glaube an die Höhere Macht/Kraft bzw. an Gott bildet jene Basis, die co-abhängige Personen hoffen lässt, trotz Verletzungen und Scham dennoch weiterhin lieben und helfen zu können. Durch die Hinwendung zur Höheren Macht erfahren diese Gnade durch Hilfestellungen, die oftmals als Wunder bezeichnet werden. Dies lässt sie weitermachen und daran festhalten, dass ihr Da-Sein einen Sinn hat. Ihr So-Sein, ihr unangemessenes Verhalten der alkoholkranken Bezugsperson gegenüber, erleben sie allerdings oftmals als sehr schmerzhaft, „In einem ständigen Auf und Ab leben“<sup>920</sup>, so ein Al-Anon Mitglied im Meeting. Der Wunsch nach Anerkennung erfüllt sich oftmals nicht, da co-abhängige Personen oftmals nicht ausreichend für sich selbst sorgen und häufig die Kontakte zur sozialen Umwelt abbrechen. Scham über die Alkoholkrankheit einer nahestehenden Bezugsperson bzw. Scham über grenzüberschreitende Handlungen erhalten das Ungleichgewicht zwischen Hinwendung zu sich selbst und zur alkoholkranken Bezugsperson aufrecht. Oftmals ist

---

<sup>916</sup> Sautermeister, Jochen (2015): Zur Bedeutung der Moralpsychologie für die theologische Ethik, 229-242, 236.

<sup>917</sup> Marschütz, Gerhard (2009): theologisch ethisch nachdenken. Bd. 1, 70.

<sup>918</sup> Ebd., 70.

<sup>919</sup> Demmer Klaus (1989): Methodologische Methodenlehre. Freiburg (Schweiz): Universitätsverlag, 218.

<sup>920</sup> Protokoll vom 07.08.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

ihre Lebenswirklichkeit daher eine von „Schmerz, Schmerz, Panik“<sup>921</sup> erfüllte. Hoffnung, Glaube und Liebe helfen, den Alltag zu meistern, die Verschiebungen der Selbstliebe hin zu einem Übermaß an Hinwendung zur alkoholkranken Person werden zwar erkannt, aber es fehlt oftmals die Eigeninitiative, dieses Ungleichgewicht auszugleichen. Stattdessen wird darauf gesetzt, alles Belastende einer Höheren Macht/Kraft/Gott - „wie wir Ihn verstanden“ zu übergeben.

Folgende Schlussfolgerungen können an dieser Stelle festgehalten werden: der Glaube an die Höhere Macht/Kraft/Gott trägt durch schwere Phasen der Alkoholkrankheit des Partners bzw. der Partnerin, spendet Trost und bestärkt in der Hoffnung, dass alles besser werden wird. Dies lässt an der Liebe zum Nächsten bzw. zur Nächsten festhalten, trägt jedoch auch dazu bei, dass aus falsch verstandener Nächstenliebe allzu viel ertragen wird und es zu einer Verkürzung der eigenen Identität kommt. Obwohl aufgrund von Hoffnung und Liebe ein gewisser Grad an Glaube gegeben ist, gelingt es meist dennoch nicht, co-abhängiges Verhalten vollständig zu überwinden. Eine durchgehende Konstante ist jedoch die Sehnsucht nach einem gelingenden Leben, einem neuen lebensförderlichen Miteinander mit der alkoholkranken Bezugsperson, die durch das Vertrauen auf eine rettende Höhere Macht/Kraft, auch Gott genannt, gestützt wird.

Es erscheint daher sinnvoll, das Spektrum über die theologisch-ethische Interpretation hinaus, um die Handlungsmöglichkeiten aus der Sicht der Pastoraltheologie zu erweitern. Was gilt es, im Umgang mit co-abhängigen Personen für das pastorale Handeln zu beachten? Wichtig ist hierbei das Vermögen, sich in die Lebenswirklichkeit co-abhängiger Personen einfühlsam hinein versetzen zu können. Das Entstehen eines neuen pastoralen Raumes erfordert, pastorale Begleitpersonen zu einem professionellen, wertschätzenden Umgang mit co-abhängigen Personen zu befähigen. Dies könnte z.B. durch Experten und Expertinnen aus dem Suchtbereich geschehen. Auch der Entwicklung einladender Angebote, die die Lebenswirklichkeit co-abhängiger Personen aufgreifen, konkrete Hilfestellungen anbieten, kommt eine wichtige Bedeutung zu. Wie kann dies konkret umgesetzt werden? Unterstützungsangebote in Krisensituationen, das Begleiten und Mitgehen eines Weges aus Co-Abhängigkeit könnten erste Schritte sein, um co-abhängige Personen zu befähigen, verantwortungsvoll mit sich selber

---

<sup>921</sup> Protokoll vom 31.05.2017, Meeting der AI-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

umzugehen, ein richtiges Verständnis von Selbst- und Nächstenliebe zu entwickeln und einen tragfähigen Selbststand zu erreichen. Gelingt die Umsetzung der oben beschriebenen Schritte, hätte dies auch positive Auswirkungen auf eine lebensförderliche Unterstützung der alkoholkranken Bezugsperson seitens der nun nicht mehr co-abhängigen Person. Solch eine Befähigung zu eigenverantwortlichem Handeln steht hierbei an erster Stelle und zielt darauf ab, zu befähigen, sich selbst und andere freilassen zu können. In der Folge könnten die häufig auftretenden Mechanismen Verbergen bzw. Verdecken aufgebrochen und der oder die Angehörige an-gesehen bzw. Anerkennung und lebenstragende Selbstachtung erfahren werden. Die Bejahung der eigenen Bedürfnisse und der Bedürfnisse des bzw. der anderen könnte ein weiterer Schritt sein, eine gesunde Dynamik zwischen Selbst- und Nächstenliebe aufzubauen und die alkoholkrane Person in eine tragende, zukunftsverheißende Hoffnung mit hineinzunehmen.

Nachstehend wird daher versucht, die oben dargelegten Ansätze für pastorales Handeln im Kontext von Co-Abhängigkeit zu vertiefen. Es wird insbesondere auf die Herausforderungen für eine fruchtbringende Pastoral näher eingegangen.

# TEIL VI: PASTORALE ERMÖGLICHUNG MORALISCHEN KÖNNENS

## 1 Problemerkörterung – warum co-abhängiges Verhalten so schwer zu überwinden ist

Wie bereits dargestellt wurde, ist die Höhere Macht/Kraft/Gott jene transzendente Macht, die co-abhängigen Personen Erleichterung verschafft, lebensstärkende Hoffnung und bedingungslose Liebe schenkt. Sie verlieren durch diese Erfahrung nicht gänzlich den Boden unter ihren Füßen, fühlen sich in ihren Lebensressourcen gestärkt. Dies befähigt jedoch nicht jenen Schritt zu tun, den Matthias Beck beschreibt als „seine Projektion schrittweise zurückzunehmen und so sich selbst und auch den anderen annehmen und lieben zu lernen“<sup>922</sup>. Es gelingt häufig nicht, den Systemfehler im Miteinander der co-abhängigen Person im zwischenmenschlichen Kontakt, sei es mit der alkoholkranken Person bzw. mit dem sozialen Umfeld zu beheben. Auch nachhaltig tragfähige, lebensförderliche Handlungsmuster zu entwickeln, die geeignet sind, co-abhängiges Verhalten gänzlich zu überwinden, wird durch das beschriebene Ungleichgewicht erschwert. Der Systemfehler scheint in einem unzureichenden Verhältnis der co-abhängigen Person zu sich selbst, einem Mangel an Freude an der Freiheit, der eigenen Gestaltungskraft und an eigenverantwortlichem Handeln zu liegen. Zur Verdeutlichung dieses Systemablaufes werden folgende In-Vivo-Kodes aus der teilnehmenden Beobachtung herangezogen: „aus dem Problem rausnehmen und Gott übergeben“<sup>923</sup>; „wenn es dich gibt, dann tu was“<sup>924</sup>; und „wir leben so als würde alles gutgehen, wenn es anders sein sollte, erfahren wir es schon noch“<sup>925</sup>.

Co-Abhängigkeit ist mit starken Angstgefühlen und Unfreiheit verbunden. Das fehlende Selbstverhältnis wird nach außen verlagert, die Sehnsucht nach Selbst-erkennung auf den alkoholkranken Partner, die alkoholranke Partnerin projiziert, was meist zu ungesunden Abgrenzungsformen führt. Ein zentraler Punkt ist, dass dadurch kein

---

<sup>922</sup> Beck, Matthias (2012): Leben – wie geht das?, 189.

<sup>923</sup> Protokoll vom 04.09.2017, Meeting der AI-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>924</sup> Protokoll vom 24.10.2016, Meeting der AI-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>925</sup> Protokoll vom 07.12.2016, Meeting der AI-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

gesunder Austausch zwischen Selbst- und Nächstenliebe stattfinden kann und in Folge zunehmender Belastungen das nicht mehr Tragbare der Höheren Macht/Kraft/Gott übergeben wird. Diese Rückbindung, das sich Gehalten- und Getragen-Wissen befähigt jedoch oftmals nicht, das Ungleichgewicht zwischen Selbst- und Nächstenliebe ausgleichen zu können und führt zu Kommunikationsstörungen bzw. Kommunikationsabbruch „es wird kaum noch miteinander gesprochen [...]“<sup>926</sup> und „man verliert auch den Kontakt untereinander“<sup>927</sup>. Die Alkoholkrankheit eines Familienmitgliedes als auch das Verhalten des co-abhängiges Familienmitgliedes erhöhen den Druck auf eine Ausgleichsbewegung innerhalb des Familiensystems. Wenn die Dynamik eines kommunikativen Miteinanders allmählich weicht, bleibt der co-abhängigen Person oftmals nur mehr die Kommunikation mit der Höheren Macht/Kraft/Gott durch Gebet, z.B. durch Stoßgebete in höchster Not und durch Meditation.

## **2 Kernfragen für pastorales Handeln**

Im pastoralen Bereich stellt sich zunächst die Frage nach der Erkennbarkeit co-abhängigen Verhaltens in einer Pfarre oder anders gesagt: Wie können co-abhängige Personen in der Pastoral sichtbar werden, angesichts dessen, dass sie ihre Lebenswirklichkeit aus Scham oftmals verbergen? Aus der teilnehmenden Beobachtung in zwei ausgewählten Al-Anon Gruppen kann festgehalten werden, dass diese aus kirchenfernen Mitgliedern, jedoch auch aus Mitgliedern, die am Pfarrleben teilhaben, bestehen: Besuch der Messfeier, Mitwirken am Pfarrcafé, Teilnahme an Vorträgen und an Wallfahrten. Folgende zentrale Kennzeichen bestimmen in der Regel co-abhängiges Verhalten: plötzlicher Abbruch der sozialen Kontakte ohne Angabe von Gründen; ein ausgeprägtes Helfersyndrom - Hilfe jedoch nur schwer annehmen können; starkes Selbstmitleid und der Versuch, möglichst wenig über sich selbst und das Familiengefüge preiszugeben; mit Übereifer an Lösungsansätzen für andere arbeiten – z.B. für andere alles liegen lassen; jedoch starke Selbstzweifel, schwaches Selbstwertgefühl, Überforderung durch den Lebensalltag; häufig auch depressive Verstimmungen, verminderte Lebenslust; wenig bis keine Zukunftspläne – der Blick richtet sich nur auf den jeweiligen Tag; stiller hoher Leidensdruck, Rigidität sich selbst

---

<sup>926</sup> Schmalz Ulla (2007): Das Maß ist voll, 68.

<sup>927</sup> Ebd., 69.

gegenüber; Demonstration von Stärke nach außen; das Leiden an Angst- bzw. Panikattacken, insbesondere die übergroße Angst vor dem Morgen. Co-abhängige Personen verstecken sich oft hinter einer perfekt wirkenden Fassade. Dass sich dahinter oftmals ein Mensch voller Schamgefühle, Selbstwertzweifel, tiefster Verzweiflung, u.a. mehr verbirgt, „der schon lange nicht mehr weiter weiß und mit seiner Kraft am Ende ist, wird oft nicht wahrgenommen“<sup>928</sup>. In den ausgewählten Al-Anon Selbsthilfegruppen wurden von den Teilnehmerinnen mehrmals vergangene leidvolle Erfahrungen stereotyp mit fast den gleichen Worten und gleicher Stimmlage erzählt, ohne dass sich die Erzählerinnen darüber bewusst waren.

Ein weiterer wichtiger Punkt ist das *Ethos im pastoralen Handlungsfeld*. In sozialer Hinsicht versteht man darunter die „Summe der Gewohnheiten, Sitten und Handlungsregeln“<sup>929</sup> und in personaler Hinsicht, dass man diese „aus Einsicht und Überlegung zur eigenen Gewohnheit macht“<sup>930</sup>. In sozialer Hinsicht sind die zur Verfügung stehenden Strukturen pastoralen Handelns angesprochen und in personaler Hinsicht die persönlichen Haltungen oder auch Tugenden genannt, die eingeübt werden müssen. Wie Seelsorge geschehen soll, hierzu greift Johann Pock die Botschaft von Papst Franziskus zur Seelsorge (EG 28)<sup>931</sup> im Apostolischen Schreiben Evangelii Gaudium, zu Deutsch Freude des Evangeliums, auf und interpretiert diese folgendermaßen:

*„Seelsorge ist für ihn nichts, was nur durch eine ‚Gruppe von Auserwählten‘ in einer ‚weitschweifigen, von den Leuten getrennten Struktur‘ erfolgen soll. Seelsorge muss hautnah am Leben der Menschen dran sein und kann nicht fernab davon geschehen.“*<sup>932</sup>

Hierzu ist ein Einsatz von Nöten, der die ganze Persönlichkeit der Seelsorger und Seelsorgerinnen in Anspruch nimmt und pastorale Begleitung als Begegnung

---

<sup>928</sup> Ebd., 66.

<sup>929</sup> Marschütz, Gerhard (2009): theologisch ethisch nachdenken. Bd. 1, 85.

<sup>930</sup> Ebd., 85.

<sup>931</sup> Apostolisches Schreiben von Papst Franziskus (2013): Evangelii Gaudium („Freude über das Evangelium, EG28): „[26] [...] Das setzt voraus, dass sie wirklich in Kontakt mit den Familien und dem Leben des Volkes steht und nicht eine weitschweifige, von den Leuten getrennte Struktur oder eine Gruppe von Auserwählten wird, die sich selbst betrachten [...].“

[http://w2.vatican.va/content/francesco/de/apost\\_exhortations/documents/papa-francesco\\_esortazione-ap\\_20131124\\_evangelii-gaudium.html#Eine\\_unaufschiebbar\\_kirchliche\\_Erneuerung](http://w2.vatican.va/content/francesco/de/apost_exhortations/documents/papa-francesco_esortazione-ap_20131124_evangelii-gaudium.html#Eine_unaufschiebbar_kirchliche_Erneuerung) [29.10.2018].

<sup>932</sup> Pock, Johann (2016): Leibsorge als Seelsorge. Das Seelsorgeverständnis von Papst Franziskus. In: Appel, Kurt / Deibl, Jakob (Hg.): Barmherzigkeit und zärtliche Liebe. Das theologische Programm von Papst Franziskus. Freiburg im Breisgau: Verlag Herder, 231-246, 235.

auffasst<sup>933</sup>, wobei „Seelsorge und Verkündigung für Papst Franziskus eine immense physische Dimension aufweisen“<sup>934</sup> und sich „in der ganz konkreten, leiblichen Hinwendung zum anderen“<sup>935</sup> ereignen. Politische Relevanz, persönliche Erfahrungen, biblische Fundierung und soziale Ausrichtung bestimmen das Seelsorgeverständnis von Papst Franziskus.<sup>936</sup> Im Kontext von Co-Abhängigkeit stellt sich die Frage nach dem erforderlichen Maß an notwendiger Unterstützung und lebensstärkendem Halt für das Erlernen neuer lebensförderlicher Muster, z.B. verantwortlich für sich selbst handeln zu können. Ein gegenwärtiger pastoraler Raum der Begegnung mit co-abhängigen Personen könnte deren Not, Bedrängnis, Angst und Trauer über das Scheitern in und an der Welt, wie sie in der Pastoralen Konstitution über die Kirche in der Welt (7.12.1965), *Gaudium et spes* (GS 1)<sup>937</sup> angesprochen wird, aufgreifen, ein neues pastorales Handlungsfeld entstehen und praktisch-theologisch wirksam werden lassen. Diesbezüglich macht Jochen Sautermeister auf zwei wichtige Aspekte aufmerksam: erstens darauf, dass lebensweltliche Räume eine moralische Prägung aufweisen und zweitens, dass pastorales Handeln die ethische Perspektive zu bedenken hat, will sie nicht ihre Moralmaßstäbe in die pastorale Begegnung und das pastorale Handeln miteinbringen. In seinen Worten:

*„Seelsorgliche Beratung und Begleitung von Menschen in unterschiedlichen Lebenssituationen (in Krisen und Notlagen, in wichtigen Entscheidungssituationen und existenziellen Übergängen oder an Lebenswenden, aber auch bei zwischenmenschlichen Konflikten, bei Schwierigkeiten mit sich selbst oder existenziell-religiösen Bedrängnissen) findet immer in moralisch durchfärbten lebensweltlichen Räumen statt. [...] Versteht man jedoch die moralische Perspektive im pastoralen Kontext im Sinne einer ‚Moral, ohne zu moralisieren‘, dann gehört die ethische Perspektive zweifelsohne und selbstverständlich in den pastoralen und pastoralpsychologischen Handlungszusammenhang.“<sup>938</sup>*

---

<sup>933</sup> Vgl. ebd., 231-246, 237.

<sup>934</sup> Ebd., 231-246, 241.

<sup>935</sup> Ebd., 231-246, 242.

<sup>936</sup> Vgl. ebd., 231-246, 243.

<sup>937</sup> II. Vatikanisches Konzil: Pastoralenkonstitution „*Gaudium et spes*“, GS 1: „Freude und Hoffnung, Trauer und Angst der Menschen von heute, besonders der Armen und Bedrängten aller Art, sind auch Freude und Hoffnung, Trauer und Angst der Jünger Christi. Und es gibt nichts wahrhaft Menschliches, das nicht in ihren Herzen seinen Widerhall fände. [...] Darum erfährt diese Gemeinschaft sich mit der Menschheit und ihrer Geschichte wirklich engstens verbunden.“

[http://www.vatican.va/archive/hist\\_councils/ii\\_vatican\\_council/documents/vat-ii\\_const\\_19651207\\_gaudium-et-spes\\_ge.html](http://www.vatican.va/archive/hist_councils/ii_vatican_council/documents/vat-ii_const_19651207_gaudium-et-spes_ge.html) [30.10.2018].

<sup>938</sup> Sautermeister, Jochen (2017): Gelebte Verantwortung. Gegenstand, Aufgaben und Bedeutung der Moralpsychologie (im Kontext der Theologie). In: *Wege zum Menschen*, 24 January 2017, Vol. 69 (1), [Peer Reviewed Journal], pp. 62-74, 63.

Auf eine mögliche Hilfestellung durch eine kirchliche Pfarrgemeinde verweist auch Gerhard Marschütz. Er führt die Gottesliebe<sup>939</sup> als tragenden Grund an, der im pastoralen Handeln zu einem lebendigen Erfahrungshorizont „für die Menschwerdung des Menschen“<sup>940</sup> werden kann. Im Kontext von Co-Abhängigkeit bedeutet dies, einen Ausweg aus dem Dilemma co-abhängigen Verhaltens aufzuzeigen und zu ermutigen, den Weg aus der Co-Abhängigkeit nicht nur einzuschlagen, sondern auch jene Schritte zu setzen, die das Überwinden co-abhängigen Verhaltens auch ermöglichen. Wie können nun co-abhängige Personen auf das Angebot pastoraler Hilfe aufmerksam werden?

### **3 Einladende Pastoral – pastorale Hilfestellungen**

Im Rahmen einer Schwerpunktwoche zu Suchterkrankungen könnte am Beginn des Kirchenjahres eine vierzehntägig stattfindende Vortragsreihe mit dem Titel „Wir teilen ihre Sorgen – jeder ist willkommen“: ein Angebot für Alkoholranke und Angehörige“ das Thema Co-Abhängigkeit in der Pfarrgemeinde in den Blickpunkt gerückt werden. Wie können nun auch Menschen außerhalb der kirchlichen Gemeinschaft angesprochen werden? Neben einer Ankündigung im Pfarrgemeindeblatt, könnte auch ein Inserat in einer der Tageszeitungen auf diese Vortragsreihe aufmerksam machen bzw. könnten andere soziale Medien genutzt werden. Zusätzlich könnten Folder an die Al-Anon Selbsthilfegruppen für Angehörige und Freunde von Alkoholkranken gesandt werden bzw. in Arztpraxen, im Anton Proksch Institut, in Kindergärten und Schulen aufgelegt werden. Der Folder sollte die geplanten Termine, die Namen der Referentinnen und Referenten, das Thema und die Länge der Vorträge enthalten. Am Beginn solch einer Vortragsreihe erscheint es sinnvoll, einen Überblick über die Struktur der Pfarrgemeinde und über das pastorale Netzwerk zu geben, das Pastoralteam vorzustellen, die Zuhörer und Zuhörerinnen willkommen zu heißen und vor allem das Interesse für diese Vortragsreihe zu wecken. Damit könnte eine erste Weiche zu co-abhängigen Personen vor Ort gelegt werden. Als Vortragende könnten Experten und Expertinnen aus der Suchtberatung, der Psychotherapie, der Neurobiologie, der Pastoraltheologie, der Caritas, der juristischen Beratung und aus den Al-Anon Selbsthilfegruppen eingeladen werden. Letztere halten ihr wöchentlich stattfindendes

---

<sup>939</sup> Vgl. Marschütz, Gerhard (2009): theologisch ethisch nachdenken. Bd. 1, 86.

<sup>940</sup> Ebd., Bd. 1, 86.

Meeting, z.B. im 12. Wiener Gemeindebezirk in der Herz Jesu-Kirche und im 13. Wiener Gemeindebezirk im Kardinal König-Haus ab. Nach dem Vortrag könnte zu Getränken und Broten eingeladen werden, sodass in vertrauensvoller Atmosphäre Fragen an den Experten oder die Expertin bzw. an das pastorale Team gerichtet werden können. Auch für eine Kontaktaufnahme mit anderen Angehörigen von Alkoholkranken wäre ein aufatmender Raum eröffnet, in dem z.B. Leid mitgeteilt bzw. geteilt werden könnte. Co-abhängige Personen könnten die Erfahrung des Aufatmens, des Respektes, der Anerkennung ihrer Nöte und Sorgen mit nach Hause nehmen.

Auch den Bedarf einer Wohnmöglichkeit angesichts einer schwierigen Familiensituation, in denen sich eine co-abhängige Person mit ihren Kindern möglicherweise befindet, gilt es zu bedenken. Es erscheint zudem sinnvoll, Notrufnummern von Beratungsstellen, z.B. vom Verein Kriseninterventionszentrum, von pastoral seelsorgerlichen Anlaufstellen weiterzugeben und Gruppengespräche mit Experten bzw. Expertinnen aus der Suchttherapie anzubieten. Auch der Einsatz für eine Therapie auf Krankenschein<sup>941</sup> wäre ein Zeichen für eine Kirche, die in der Welt ist und versucht, an ganz konkreten Lösungen zu arbeiten.

Johann Pock meint zur erforderlichen, konkreten, lebenswirklichen notwendigen Hinwendung:

*„Papst Franziskus sieht zu Recht die Gefahr, dass die Menschen heute in ihrer spirituellen Suche den Durst ,ohne Leib und ohne Einsatz für den anderen‘ stillen. Die Kirche hat daher dieser spirituellen Suche leibhaft, konkret, im Einsatz aller Kräfte zu begegnen [...]. Vielmehr hat die kirchliche Seelsorge so zu agieren, dass sie die Menschen ,heilt, sie befreit, sie mit Leben und Frieden erfüllt [...].“<sup>942</sup>*

## **4 Herausforderungen für pastorales Handeln im Kontext von Co-Abhängigkeit**

Im Kontext von Co-Abhängigkeit erfordert die Erschließung dieses Feldes vor allem drei wesentliche Schritte: eine Kultur der An-erkennung des Phänomens Co-Abhängigkeit bzw. eine Kultur des Zu-hörens, die anthropologische und spirituelle

---

<sup>941</sup> Das Problem der Leistbarkeit therapeutischer Hilfe wurde von Frau Mag. Judit Medgyesy im Experten- und Expertinneninterview angesprochen. Vgl. Teil IV: Begegnung mit der Realität der Co-Abhängigkeit, 4 Experten- und Expertinneninterview mit einer klinischen Psychologin über die generierten Daten aus der empirischen Forschung, 4.2 Stellungnahme der Expertin.

<sup>942</sup> Pock, Johann (2016): Leibsorge als Seelsorge., 231-246, 242.

Frage nach dem, was die co-abhängige Person jetzt konkret braucht und wie sie dazu befähigt werden kann. Damit die Umsetzung dieser drei Schritte gelingen kann, erscheint es notwendig, dass das pastorale Team sich zunächst mit eventuell vorhandenen eigenen co-abhängigen Strukturen auseinandersetzt. Dies ist eine wichtige Voraussetzung für den Dienst des offenen und vorurteilsfreien Zuhörens. Da es nach neuesten Erkenntnissen keine Suchtpersönlichkeit per se gibt<sup>943</sup>, ist der pastorale Begleiter, die pastorale Begleiterin oder das pastorale Team zur Gänze gefordert, den ersten und zweiten Schritt umzusetzen, um dann in einem dritten Schritt, co-abhängige Personen auf ihrem Weg zu sich selbst, zur unbedingten Selbstannahme offen und sensibel begleiten zu können, damit diese „das Leben haben und es in Fülle haben“<sup>944</sup>.

Ein wesentlicher Schritt liegt in der Befähigung zur Übernahme von Verantwortung in jenen Bereichen, in denen es aktuell möglich ist und im Aufbau der Handlungsfreiheit unter Berücksichtigung des Wesens der co-abhängigen Person. Gelingt es, co-abhängiges Verhalten zu erkennen und sensibel anzusprechen, so könnte eine daraus entstehende Vertrauensbasis jenen pastoralen schützenden und bergenden Raum entstehen lassen, indem sich die co-abhängige Person angenommen fühlt so wie sie ist, mit ihren Schwächen, ihren Stärken und vor allem in ihrer Notlage. Wichtig erscheint es, dass in solch einer vertrauensvollen Atmosphäre Schamempfindungen, Schuldgefühle und alle Alltagssorgen angesichts der Alkoholkrankheit in der Familie angesprochen werden können und so die Angst vor Stigmatisierung abgelegt werden kann.

Was braucht es hierfür noch? Das Pastoralteam steht vor der Herausforderung, ein Angebot zu entwickeln, das geeignet ist, einen Dialog über mögliche bzw. umsetzbare Schritte aus co-abhängigem Verhalten zu eröffnen, die Stärkung eigener Ressourcen zu unterstützen und gemeinsam mit der co-abhängigen Person einen sinn-stiftenden Lebensentwurf zu entwickeln. Kurz gesagt: das Vertrauen co-abhängiger Personen auf ein gelingendes Leben für sich und die alkoholranke Bezugsperson zu stärken und ebenso den Mut zu wecken, sich Lebenssinn stiftende Veränderungen zuzutrauen und in Angriff zu nehmen. Auf diese Weise könnte eine gesundheitsfördernde Dynamik zwischen sich selbst und der alkoholkranken Bezugsperson in Gang gesetzt werden,

---

<sup>943</sup> Vgl. hierzu: Teil IV: Begegnung mit der Realität der Co-Abhängigkeit. 4.2 Stellungnahme der Expertin.

<sup>944</sup> JohEv 10,10 (EÜ)

nämlich den Nächsten wie sich selbst lieben zu können<sup>945</sup>. Zudem könnte sich hieraus auch eine lebensförderliche Dynamik für das gesamte Familiensystem entwickeln, die auch Auswirkungen auf das gesamte soziale Umfeld nach sich zieht.

Mit co-abhängigem Verhalten kann jeder im Alltag in Berührung kommen, ohne dies bewusst wahrzunehmen, sei es in den Kindergärten, Schulen und im Beruf. Co-Abhängigkeit ist ein wichtiges wahrzunehmendes „Zeichen der Zeit“. Die beiden Theologen Regina Polak und Martin Jäggle sehen in den „Zeichen der Zeit“ (GS 1) eine

*„geschaffene und inkarnierte Wirklichkeit Gottes [...] Die Gegenwart gilt es als Anwesenheits-, Wirkungs- und Handlungsraum Gottes zu verstehen.“<sup>946</sup>*

Welche Herausforderungen sind für jegliches pastorale Handeln im Kontext von Co-Abhängigkeit zu benennen? Es erscheint äußerst wichtig, im Kontext von Co-abhängigkeit Sensibilität für die Dimension der Scham zu entwickeln, um erstens die Lebens-wirklichkeit co-abhängiger Menschen anzuerkennen und um zweitens deren dringlichsten Bedürfnisse erkennen zu können. Häufige Schamerfahrungen engen die Gestaltung des eigenen Lebensraumes in drastischer Weise ein, sodass die Auflösung der Scham ein Schlüssel zur Selbst-findung, Selbst-achtung und Widerstandskraft sein kann. Da co-abhängige Personen oftmals auch unter krankmachenden Schuldvorwürfen leiden, ist es auch wichtig, eine Schuldverstärkung zu vermeiden. Ein pastorales Team sollte das Ungleichgewicht zwischen Selbst- und Nächstenliebe, das oftmals zu Kommunikationsstörungen führt und ebenso die Beziehung zur Höheren Macht/Kraft/zu Gott im Blick haben.

Ein kurzer Einblick in den nicht funktionierenden Ausgleich zwischen Selbstliebe auf Nächstenliebe wird durch folgende Wortmeldung einer Teilnehmerin an einem Meeting der Selbsthilfegruppe Al-Anon veranschaulicht: „Er war ein Energievampir, hat jedes Leben aus mir ausgesaugt. Aber ich habe es mit mir machen lassen.“<sup>947</sup> Eine weitere Teilnehmerin über das Motiv ihres co-abhängigen Verhaltens: „Ich möchte immer

---

<sup>945</sup> Vgl. Mt 22, 39 (EÜ)

<sup>946</sup> Polak, Regina / Jäggle, Martin (2012): Gegenwart als locus theologicus. In: Tück, Jan-Heiner (Hg.): Erinnerung an die Zukunft. Das Zweite Vatikanische Konzil. Freiburg im Breisgau: Verlag Herder, 586.

<sup>947</sup> Protokoll vom 14.12.2016, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

meinen Partner schützen, das ist meine Angehörigenkrankheit.“<sup>948</sup> „Ich mache das, was man von mir will“<sup>949</sup>, eine weitere Wortmeldung einer weiblichen Angehörigen.

Zur Eigenwahrnehmung co-abhängiger Personen und deren Hoffnung auf Gottes Wegweisung können nachstehende In-Vivo-Kodes aus der teilnehmenden Beobachtung aufschlussreiche Hinweise geben.

<i><b>Eigenwahrnehmung</b></i>	<i><b>Gottes Weg-weisung</b></i>
„Nicht gehört, nicht gesehen werden, nicht wahrgenommen werden – ein roter Faden, der sich durch das Leben zieht.“ <sup>950</sup>	„Man kann nur hoffen.“ <sup>951</sup>
„Wenig Selbstliebe – innere Leere.“ <sup>952</sup> „Bei mir gab es nie ein Nein.“ <sup>953</sup>	„Gott zeigt die Wege, ob man sie gehen kann, ist etwas anderes.“ <sup>954</sup>
„Man kommt sich oft fremd vor, als wenn man mehrere Menschen in sich hätte.“ <sup>955</sup>	„Ich bin in Gottes Hand.“ <sup>956</sup>
„Viel zu viel Verantwortung übernommen.“ <sup>957</sup> „Sich in die Wüste wünschen.“ <sup>958</sup>	„Vom lieben Gott kommt nichts Co-Abhängiges.“ <sup>959</sup>
„Das, was andere sagen oder tun, wird riesig für mich.“ <sup>960</sup>	„Gott hat mich lieb, aber meinen Mann auch.“ <sup>961</sup>
„Aus Angst und Schuldgefühlen viel anhäufen – das belastet.“ <sup>962</sup>	„Gott gesteht mir zu, meinen Weg zu finden.“ <sup>963</sup>

Tab. 23: Eigenwahrnehmung/Gottes Weg-weisung

## **5 Pastorales Handeln als Brücke zur Lebenswirklichkeit co-abhängiger Personen**

Pastorales Handeln könnte eine Brücke zur Lebenswirklichkeit co-abhängiger Personen bauen, zu positiv konnotiertem Handeln an sich selbst und an der alkoholkranken Person befähigen. Dies erfordert, co-abhängige Personen zu ermutigen, neue soziale

<sup>948</sup> Protokoll vom 31.05.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>949</sup> Protokoll vom 07.06.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>950</sup> Protokoll vom 14.06.2016, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>951</sup> Protokoll vom 02.08.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>952</sup> Protokoll vom 04.09.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>953</sup> Protokoll vom 20.09.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>954</sup> Protokoll vom 25.01.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>955</sup> Protokoll vom 16.01.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>956</sup> Protokoll vom 25.01.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>957</sup> Protokoll vom 26.07.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>958</sup> Protokoll vom 25.01.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>959</sup> Protokoll vom 05.07.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>960</sup> Protokoll vom 14.06.2016, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>961</sup> Protokoll vom 20.02.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>962</sup> Protokoll vom 12.07.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>963</sup> Protokoll vom 05.04.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

Kontakte zu knüpfen, innere und äußere Positionen vernünftig zu überdenken, das motivationale Handeln samt Folgen zu überprüfen und bei Bedarf zu verändern. Die Erfahrung des aktiven Begleitet-Werdens, sei es spirituell oder in der Auseinandersetzung mit der eigenen Abhängigkeit, im Betrauern des Ge- oder Zerbrochenen im Zusammenleben mit der alkoholkranken Bezugsperson oder im Falle einer nicht vermeidbaren Trennung könnten in der Folge eine Chance eröffnen, folgenden zentralen Punkt anzusprechen, nämlich die Selbsteinschätzung, niemals Co-Abhängigkeit zur Gänze überwinden zu können. Alle interviewten Personen der untersuchten Selbsthilfegruppen Al-Anon verneinten die Möglichkeit, dass co-abhängiges Verhalten in ihrem Leben keinen Raum mehr haben könnte.<sup>964</sup> Es wäre daher wichtig, dass co-abhängige Personen ein schrittweises Herauswachsen aus co-abhängigem Verhalten akzeptieren.

Zu möglichen Herausforderungen pastoraler Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen zählt in diesem Kontext auch die Möglichkeit der Überforderung. Diese offen anzusprechen und sich selbst Unterstützung für die Lösung physischer oder psychischer Probleme bzw. auch in sozialer Hinsicht zu holen, gehört zu einem professionellen Umgang mit dem Phänomen Co-Abhängigkeit. Dies ist erforderlich, um co-abhängige Menschen bei der Einübung neuer Handlungsmuster mitfühlend, sensibel und unterstützend begleiten zu können. Aufschlussreiche Hinweise lassen sich möglicherweise in der Biographie der co-abhängigen Person erkennen, da diese Anhaltspunkte für das Entstehen des co-abhängigen Verhaltens geben kann. Co-abhängige Personen entwickeln ihr Helfersyndrom oftmals nicht erst in der Beziehung mit der alkoholkranken Bezugsperson, sondern häufig bereits in ihrer Ursprungsfamilie als Kind.<sup>965</sup> In erster Linie gilt es daher, ein Vertrauensverhältnis zur co-abhängigen Person aufzubauen, denn erst dann können in der Folge behutsam gemeinsam neue Perspektiven erarbeitet werden.

## **5.1 Das Leid co-abhängiger Personen lindern**

Neue, lebenssinnstiftende Handlungsmuster zu erlernen, erfordert ein Loslassen festgefahrener Muster bzw. eine innere Umkehr. Es sollte darauf geachtet werden, dass

---

<sup>964</sup> Vgl. hierzu: Teil IV: Begegnung mit der Realität der Co-Abhängigkeit. Schritte der Untersuchung. 3 Narrative Interviews, 3.2 Transkription wichtiger Passagen aus den Einzelinterviews.

<sup>965</sup> Vgl. hierzu: Teil I: Theoretische Grundlegung. 1.2.7 Rollenbilder.

zum bereits empfundenen Leid nicht noch weitere Leiderfahrungen hinzukommen. Welche Rolle kommt hierbei dem pastoralen Team zu? Inwiefern kann dieses zur Freiheit von innen her ermutigen? Gerhard Hövers Ausführungen zum Festlegen des Lebenssinns zeigen folgende wichtige Aspekte bezüglich pastoralen Handelns auf:

*„Den Lebenssinn eines solchen ‚Entscheidungs‘-Geschehens kann daher auch der Helfende nicht für den Betroffenen festlegen; er kann jedoch dazu Beistand leisten, die innere Integrität der Person des Betroffenen zu stützen oder wiederherzustellen, bzw. die Kräfte zur Wiedergewinnung des Selbstvertrauens, des Selbstwertgefühls und zur Aufrechterhaltung der persönlichen Identität zu wecken.“<sup>966</sup>*

In besonders verzweifelten Lebenssituationen wenden sich die Teilnehmer und Teilnehmerinnen der untersuchten Al-Anon Selbsthilfegruppen an die Höhere Macht/Kraft/Gott. Ihre ganze Hoffnung richtet sich auf transzendente Hilfe und Unterstützung. Das Rufen nach der transzendenten liebenden Macht kommt bisweilen einem Schrei gleich, gleichsam wie in besonders verzweifelten Lebenslagen in einem Gebet. Co-abhängige Personen berichten oftmals von solchen stummen Stoßgebeten zur Höheren Macht/Kraft/zu Gott. Für Johann Baptist Metz drückt dieser

*„Schrei nach Gott eine besondere Weise des Naheseins aus. Er ist der Ausdruck dafür, dass Gott mir gerade in seiner Göttlichkeit, d.h. in seiner Unfasslichkeit und Unaussprechlichkeit, so nahe gekommen, so nahe gegangen ist, dass ich dies nur im Schrei ausdrücken kann, dass ich nur nach ihm schreien kann. [...] In diesem Schrei, und gerade in ihm, ist Gott ‚da‘, ereignet sich Da-Sein Gottes.“<sup>967</sup>*

In dieser Offenheit für die Höhere Macht/Kraft/Gott liegt ein wichtiges Potenzial für pastorales Handeln, nämlich mit der co-abhängigen Person gemeinsam alternative Wege zu suchen, die behutsame Schritte zum wahren Ich ermöglichen. Die Herausforderung besteht darin, diese bei ihren ersten Schritten der Umkehr, der Neuorientierung unterstützend zu begleiten, sei es in spiritueller Hinsicht als auch in lebenspraktischen Dingen. Hierfür ist es von großer Wichtigkeit, sowohl die Gefährdungen aus der Kindheit für das Entstehen co-abhängigen Verhaltens, als auch

---

<sup>966</sup> Höver, Gerhard (1998): Leid/Leiden/Leidenslinderung. 3. Leiden und Handeln – Perspektiven der Leidenslinderung. In: Korff, Wilhelm / Beck, Lutwin / Mikat, Paul (Hg.): Lexikon der Bioethik. Herausgegeben im Auftrag der Görres-Gesellschaft. In Verbindung mit Ludger Honnefelder, Gerfried W. Hunold, Gerhard Mertens, Kurt Heinrich und Albin Eser. Bd. 2: G – Pa. Gütersloh: Gütersloher Verlagshaus, 585-590; 589.

<sup>967</sup> Metz, Johann Baptist (<sup>3</sup>2006): Memoria passionis. Ein provozierendes Gedächtnis in pluralistischer Gesellschaft. In Zusammenarbeit mit Johann Reikerstorfer. 3., durchgesehene und korrigierte Auflage. Freiburg im Breisgau: Verlag Herder, 100.

aktuelle Gefährdungen, die im Zusammenleben mit einer alkoholkranken Bezugsperson auftreten können, zu kennen.

## **5.2 Reflexion der Gefährdungen co-abhängiger Personen**

In den Meetings der untersuchten Al-Anon Selbsthilfegruppen, überwiegend von weiblichen Mitgliedern besucht, wurden auch vorhandene Suchtstrukturen in der Ursprungsfamilie angesprochen. Nicht selten kam man mit dem Thema Alkohol schon in der Kindheit bzw. im Jugendalter in Berührung. Sich anzupassen, still zu sein, über die eigenen Gefühle wenig zu reden, ausgleichend zu wirken, möglichst keine Sorgen zu machen, gehört vielfach zu den Grunderfahrungen der Kindheit bzw. Jugendzeit, ebenso Verheimlichung, Scham aufgrund der instabilen Familiensituation, Angst vor dem Morgen, Entsetzen und sozialer Rückzug.

Trotz der Erfahrungen von Ohnmacht und Angst, die im Lebensalltag omnipräsent sind, tendieren vor allem

*„Frauen von alkoholkranken Eltern(-teilen) [...], wiederum Partner mit Suchtproblemen zu wählen. Häufig fühlen sich Mädchen und Frauen zu jenen Männern hingezogen, die bereits selbst deutliche Anzeichen einer Alkohol- oder Drogensucht aufweisen.“<sup>968</sup>*

Obwohl der überwiegende Teil der Teilnehmerinnen an den Meetings der untersuchten Selbsthilfegruppen Al-Anon übernommene Familienmuster aus der Ursprungsfamilie erkennt bzw. reflektiert, fällt das Heraustreten aus diesen oftmals schwer: „Kinder übernehmen die Muster der Alkoholiker“<sup>969</sup>, so eine Teilnehmerin in einem Meeting der Al-Anon Gruppe. Ebenso erscheint es schwierig, diese Muster bei der Partnerwahl zu durchbrechen, denn co-abhängige Personen „hegen die Fantasie, diese Menschen retten zu wollen“<sup>970</sup>. So werden sie zusehends in den Verlauf der Alkoholkrankheit verstrickt, indem sie beschützen, Fehler ausbügeln, die Konsequenzen der Handlungen des Partners oder der Partnerin tragen. Oftmals kommt es zu einem ungesunden Selbstverhältnis und einer fehlenden positiven Dynamik von Selbstliebe und Nächstenliebe. In der Partnerschaft besteht weiterhin die Gefährdung, die eigenen Bedürfnisse zu vernachlässigen, die eigenen Wünsche und Hoffnungen zurückzustellen,

---

<sup>968</sup> [https://www.suchtberatung-tirol.at/Info\\_PDFs\\_auf\\_HP\\_seiten/angehoerigenbrosch.pdf](https://www.suchtberatung-tirol.at/Info_PDFs_auf_HP_seiten/angehoerigenbrosch.pdf) [27.08.2018].

<sup>969</sup> Protokoll vom 16.01.2017, Meeting der Al-Anon Gruppe in der Herz Jesu-Kirche, 1120 Wien.

<sup>970</sup> [http://www.suchtberatung-tirol.at/Info\\_PDFs\\_auf\\_HP\\_seiten/angehoerigenbrosch.pdf](http://www.suchtberatung-tirol.at/Info_PDFs_auf_HP_seiten/angehoerigenbrosch.pdf) [27.08.2018].

Kälte und Distanz zu ertragen wie in der Kindheit oder Jugendzeit. Nicht unerheblich ist jedoch auch die Gefährdung, körperlich und/oder seelisch schwer zu erkranken.

Als weitere Gefahren sind die Anpassung an das Suchtgeschehen in der Familie, die Selbstaufgabe, Isolation und Einsamkeit, kurz gesagt das Gefangensein im Krankheitsprozess der alkoholkranken Bezugsperson zu nennen: „Nichts ist heil“<sup>971</sup>. Dieser In Vivo-Kode aus der teilnehmenden Beobachtung zeigt auf, dass die o.a. wichtigsten Gefährdungen nicht nur den co-abhängigen Partner oder die co-abhängige Partnerin betreffen, sondern Auswirkungen auf das gesamte Familiensystem, insbesondere auf Kinder im gemeinsamen Haushalt haben:

*„Vor allem Söhne aus Sucht belasteten Familien tragen ein deutlich höheres Risiko, selbst auch abhängig zu werden. Während bei Erwachsenen ohne Alkoholprobleme etwa 5 % der Eltern übermäßig trinken, tun dies bei alkoholabhängigen Erwachsenen mehr als 30 %.“*<sup>972</sup>

Äußerst wichtig ist auch das Auftreten weiterer Abhängigkeiten zusätzlich zur Co-Abhängigkeit, „wie Esssucht, Arbeits- und Beschäftigungssucht, Medikamentenabhängigkeit, Alkoholismus“<sup>973</sup>. Folgende Wortmeldung einer Teilnehmerin an einem Meeting der Selbsthilfegruppe Al-Anon dient als Beispiel für die Einschränkung der eigenen Lebensführung: „Ich esse so viel, so viel Süßes und kann ohne meinen Mann nichts unternehmen.“<sup>974</sup>

Die wichtigsten Gefährdungen co-abhängiger Personen und deren Lebenswirklichkeit vor einem Erstkontakt zu kennen, ermöglichen dem pastoralen Team, richtungsleitende Impulse für eine pastorale Begleitung aus co-abhängigem Verhalten im Vorfeld zu erarbeiten. Die Frage nach möglichen von den Angehörigen alkoholkranker Personen selbst genannten Ansatzpunkten, erfordert einen neuerlichen Blick auf die generierten Daten aus den narrativen Interviews.

---

<sup>971</sup> Protokoll vom 21.11.2016, Meeting der Al-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

<sup>972</sup> [https://www.suchtberatung-tirol.at/Info\\_PDFs\\_auf\\_HP\\_seiten/angehoerigenbrosch.pdf](https://www.suchtberatung-tirol.at/Info_PDFs_auf_HP_seiten/angehoerigenbrosch.pdf) [27.08.2018].

<sup>973</sup> [https://www.suchtberatung-tirol.at/Info\\_PDFs\\_auf\\_HP\\_seiten/angehoerigenbrosch.pdf](https://www.suchtberatung-tirol.at/Info_PDFs_auf_HP_seiten/angehoerigenbrosch.pdf) [27.08.2018].

<sup>974</sup> Protokoll vom 17.10.2016, Meeting der Al-Anon Gruppe im Kardinal König-Haus, 1130 Wien.

### **5.3 Worauf co-abhängige Personen selbst hinweisen – Orientierungslinien für eine Lebens-umorientierung und Verwandlung**

Co-abhängige Personen, die eine Selbsthilfegruppe aufsuchen, sind meist bereits durch viele Tiefen hindurchgegangen. Sie kennen ihre Wünsche und Sehnsüchte, wissen um ihre mangelnde Selbstannahme, Selbstliebe und Selbstfürsorge und um die Wichtigkeit, ihre Identität und positive Selbstliebe zu stärken. Für die pastorale Begleitung co-abhängiger Personen in der Phase einer selbst gewählten Lebensumorientierung und Verwandlung ist es wichtig, die Selbsteinschätzung co-abhängiger Personen, ihre persönliche Bewertung des co-abhängigen Verhaltens, ihre Einschätzung der eigenen Ressourcen, ihre Sehnsüchte, Ängste zu kennen. Wichtige Ansatzpunkte aus den narrativen Interviews werden daher nachstehend näher erläutert.

#### **5.3.1 Ansatzpunkt: Mut zur Freiheit**

Die Notwendigkeit, sich selbst anzunehmen, wie man ist, wurde von allen interviewten Angehörigen bestätigt. Pastorales Handeln könnte an dieser Erkenntnis anknüpfen. In einem Dialog mögliche Schritte zur Stärkung des Selbstbewusstseins herauszuarbeiten sowie die Selbstreflexion co-abhängiger Personen zu unterstützen, wäre ein weiterer möglicher Schritt. Gemeinsam könnte reflektiert werden, wie die eigenen Deutungen der Lebensvollzüge objektiv betrachtet, interpretiert werden können. Wichtig wäre es zudem, durch eine achtungsvolle und respektvolle Wahrnehmung der aktuellen Lebenslage der co-abhängigen Person, diese hinsichtlich folgender Schritte zu unterstützen: offene und ehrliche Offenlegung des Selbststandes. Hierfür spricht die Wortmeldung einer Teilnehmerin in einem Meeting der Selbsthilfegruppe Al-Anon, „sich selbst kennenlernen wollen“<sup>975</sup>. In einem nächsten Schritt könnten notwendige Schritte für die Entwicklung eines selbstbewussten Standes in den eigenen Lebensvollzügen angedacht werden. In dieser Phase steht der pastorale Begleiter oder die pastorale Begleiterin vor der Herausforderung, einerseits Strategien für ein Mehr an Freiheit mit der co-abhängigen Person zu erarbeiten und die überaus wichtige Frage zu stellen: Wie kann ich Sie bzw. dich hierbei unterstützen? Andererseits sollte nicht nur die co-abhängige Person im Blick sein, sondern auch das familiäre, das soziale und das

---

<sup>975</sup> B1w: #00:15:39# - #00:16:02#. Teil IV: Begegnung mit der Realität der Co-Abhängigkeit. Schritte der Durchführung. 3 Narrative Interviews. 3.2.1 Narratives Interview 1 vom 13.07.2017.

berufliche Umfeld. An dieser Stelle gilt es auch Grundhaltungen zum Leben zu reflektieren, die die Angehörige oder der Angehörige einer alkoholkranken Bezugsperson mitbringt. Für die pastorale Begleitung ist das Einfühlen in die Lebenssituation einer co-abhängigen Person Bedingung für das Entstehen einer Vertrauensbasis. Dazu gehört auch, deren Gedanken ernst zu nehmen, respektvolle Gespräche zu führen und gemeinsam über neue Handlungsalternativen nachzudenken.

Es könnte sich in dieser Phase allerdings auch zeigen, dass die pastoral seelsorgerliche Tätigkeit auf eine Zusammenarbeit mit Experten bzw. Expertinnen aus der Suchttherapie ausgeweitet werden muss. Hierfür braucht es möglicherweise nicht nur eine finanzielle Unterstützung, sondern zuvor auch den Aufbau körperlicher und seelischer Kräfte, um sich überhaupt auf eine Therapie einlassen zu können. Da Therapien oftmals abgebrochen werden, kommt der pastoralen Seelsorge hierbei eine wichtige Katalysatorfunktion zu. Jegliche unterstützende Maßnahmen dürfen jedoch die Eigenverantwortung der hilfeschuchenden co-abhängigen Person nicht außer Acht lassen. Nach dem Aufbau eines Vertrauensverhältnisses könnte auch behutsam nach dem Glaubensweg bzw. nach den religiösen Erfahrungen der co-abhängigen Person, ihrer Beziehung zu Gott gefragt und die Lebensvollzüge im Zusammenleben mit der alkoholkranken Bezugsperson angesprochen werden.

### **5.3.2 Ansatzpunkt: Liebe zur Höheren Macht/Kraft zu Gott – „wie wir Ihn verstanden“**

Alle interviewten Personen verwiesen auf die Höhere Macht/Kraft/Gott als tragende Konstante ihres Lebens: zum Beispiel als Regisseur des eigenen Lebens, als Trostpender für sich selbst bzw. als Helfer für die alkoholkranken Bezugsperson, als Glaube an die Höhere Macht, als Freund, als unsichtbarer Anker oder als liebender Gott, der Wunder wirkt<sup>976</sup>. Eine pastoral seelsorgerliche Begleitung könnte an den Glauben an eine transzendente Kraft anknüpfen, die von der co-abhängigen Person in ihrem Lebensalltag als liebend, befreiend, rettend und erlösend erfahren wird. Durch die hoffnungsvolle, liebende Hinwendung zur Höheren Macht/Kraft/zu Gott können co-abhängige Personen oftmals aufgestauten, innerlichen Druck reduzieren und häufig auch Stagnation überwinden, wenn auch nur kurzfristig. Die erfahrene befreiende Kraft,

---

<sup>976</sup> Diese Zuschreibungen stammen aus den narrativen Interviews. Vgl. Teil IV: Begegnung mit der Realität der Co-Abhängigkeit. Schritte der Untersuchung. 3 Narrative Interviews.

die die co-abhängige Person freilässt in ihren Handlungsentscheidungen, könnte ein Anknüpfungspunkt sein, selbst, begleitete Schritte in Richtung einer notwendigen Dynamik zwischen Selbstliebe und Nächstenliebe zu gehen. Die Reduzierung der Ängste um die alkoholranke Bezugsperson darf hierbei nicht außer Acht gelassen werden.

### **5.3.3 Ansatzpunkt: Perspektiven der Dynamik von Selbst-, Nächsten- und Gottesliebe**

Schritte zur Reflexion der Erfahrungen co-abhängigen Verhaltens im Zusammenleben mit dem alkoholkranken Partner bzw. der alkoholkranken Partnerin haben alle interviewten Personen oftmals gesetzt und halten dies auch zukünftig für essentiell. Die oftmals fehlende Dynamik zwischen Selbst-, Nächsten- und Gottesliebe<sup>977</sup> wurde bereits angesprochen. Wie diese in Fluss kommen könnte, wurde oben beschrieben. Tatsache ist jedoch, dass trotz des Glaubens an eine rettende Macht, Kraft, an Gott es dennoch häufig zu Rückschlägen, d.h. krankmachenden Schuldvorwürfen, Selbstzweifel, Verzweiflung, zu einem Verlust an sozialen Kontakten, kommt. In der pastoralen Begleitung könnte der Fokus auf die Herstellung des Gleichgewichts zwischen Selbst- und Nächstenliebe, aber auch auf die Wiederherstellung des Gleichgewichts zwischen sich und der Gesellschaft gelegt werden. Hier erscheint es wichtig, gemeinsam Lebensperspektiven für ein gelingendes Leben zu entwickeln und die co-abhängige Personen zu ermutigen, diese als Zielperspektiven in das eigene Leben zu integrieren. In den narrativen Interviews wurde nach wichtigen Wünschen an das Leben gefragt: „Lieben und geliebt werden“<sup>978</sup>, Gesundheit, Lebensfreude, Wohlergehen für die Familie<sup>979</sup> und „dass mir das Leben, das klingt abstrakt - doch gut gesinnt ist“<sup>980</sup>, so die Antworten der Befragten.

---

<sup>977</sup> Vgl. Teil IV: Begegnung mit der Realität der Co-Abhängigkeit. Schritte der Untersuchung. 3.1 Durchführung der narrativen Interviews und Teil V: Theologisch-ethische Wege aus der Co-Abhängigkeit: Interdisziplinäre Zugänge. 3.2.1 Die fehlende Dynamik zwischen Selbst- und Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit. 3.3 Überlegungen zu Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe – empirisch ausgewiesene Fehlformen von Co-Abhängigkeit.

<sup>978</sup> B1w: #00:25:02# - #00:25:03#. Teil IV: Begegnung mit der Realität der Co-Abhängigkeit. Schritte der Untersuchung. 3 Narrative Interviews. 3.2.1 Narratives Interview 1 vom 13.07.2017.

<sup>979</sup> Diese Antworten stammen aus den narrativen Interviews. Vgl. Teil IV: Begegnung mit der Realität der Co-Abhängigkeit. Schritte der Untersuchung. 3 Narrative Interviews.

<sup>980</sup> B2w: #00:24:24# - #00:24:58#. Teil IV: Begegnung mit der Realität der Co-Abhängigkeit. Schritte der Untersuchung. 3 Narrative Interviews. 3.2.2 Narratives Interview 2 vom 17.07.2017.

Die Kernaufgabe einer pastoralen Begleitung scheint neben beratender, unterstützender und spiritueller Begleitung vor allem in folgenden Herausforderungen zu liegen: der Förderung der Bereitschaft zum Dialog, das Kennenlernen der Freude an einer sich in Freiheit vollziehenden Liebe zur alkoholkranken Bezugsperson, die diese auch freilässt. Von ebenso hoher Wichtigkeit ist die Wertschätzung des sozialen Umfeldes als bedeutende Ressource, die Ausbildung eines gesunden Nähe-Distanz Verhältnisses, das Loslassen jeglicher manipulativer Handlungen und vor allem die Überwindung der Grundeinstellung, co-abhängiges Verhalten sei sehr schwer bis gar nicht überwindbar.<sup>981</sup>

Diese Herausforderungen zu kennen, erscheint für die pastorale Begleitung co-abhängiger Personen ebenso wichtig zu sein, wie die eigene christliche Grundhaltung offenzulegen, denn im Miteinander kann sich ein Raum für gelebte Nächstenliebe eröffnen. Beispielhaft kann aufgezeigt werden, wie wichtig die Hin-wendung zu sich selbst für die Hin-wendung zum Nächsten ist.<sup>982</sup> Dadurch können sowohl die eigenen Bedürfnisse als auch die des anderen bzw. der anderen geachtet werden.

Für eine beiderseitig gelingende und befruchtende Begegnung gilt es der Botschaft von Papst Franziskus im Apostolischen Schreiben Evangelii Gaudium 91 zu folgen, in der dieser, so Johann Pock, von ‚Weggefährten‘<sup>983</sup>, ‚in deren Gesicht, Stimme und Bitten Jesus selbst zu erkennen ist‘<sup>984</sup>, spricht.

Um möglichen Gefahren in der Begleitung auf dem Weg aus dem Dilemma co-abhängigen Verhaltens adäquat eine positive Gegenkraft entgegenzusetzen zu können, werden untenstehend zehn Handlungsweisen für pastorale Begleiter und Begleiterinnen empfohlen. Doch zuvor wird der Blick noch auf die Bereitschaft der Mitglieder der untersuchten Selbsthilfegruppen Al-Anon, ihr co-abhängiges Verhalten überwinden zu wollen, gerichtet.

---

<sup>981</sup> Die angeführten Herausforderungen beziehen sich auf die in den narrativen Interviews genannten Problemfelder co-abhängigen Verhaltens.

<sup>982</sup> Als wichtigstes Gebot verweist Jesus auf die Gottesliebe als erstes Gebot in seinem Gespräch mit einem Pharisäer. Für ebenso wichtig hält er die Selbstliebe als Voraussetzung für die Nächstenliebe. Mt 22,39: „Ebenso wichtig ist das zweite: Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst.“ (EÜ)

<sup>983</sup> Pock, Johann (2016): Leibsorge als Seelsorge, 231-246, 235.

<sup>984</sup> Ebd., 231-246, 235.

### 5.3.4 Ansatzpunkt: Bereitschaft zur Veränderung

Die Notwendigkeit, neue Handlungsmuster zu erlernen, wurde von allen interviewten Angehörigen erkannt und die Bereitschaft hierzu bejaht. Von allen wurde erkannt, dass man für sich selbst verantwortlich ist: z.B. „So wie sich die Beziehung zu mir selbst ändert, ändert sich auch die Beziehung zu meinem Partner“<sup>985</sup>, „Ich wollte alle seine Gedanken wissen, ich habe mich nur sicher gefühlt, wenn ich alles über ihn weiß [...]“<sup>986</sup>.

Welche Herausforderungen ergeben sich in diesem Kontext für pastorales Handeln? Für die pastorale Begleitung bedeutet das, sich mit unterstützenden Hilfestellungen spiritueller, aber auch praktischer Art auseinanderzusetzen und sich folgende Fragen zu stellen: Welche Hilfestellungen unterstützen die Ausbildung neuer Handlungsmuster? Welche unterlaufen unter Umständen unbeabsichtigt die Eigenverantwortung? Welche Hoffnungen und Lebensängste wirken möglicherweise positiv aufkeimenden Ansätzen entgegen? Welche Veränderungen könnten sich hieraus für das gesamte Familiengefüge ergeben? Für ein spirituelles Begleitangebot erscheint es wichtig, mit co-abhängigen Personen, die die Meetings der Al-Anon Selbsthilfegruppen besuchen, über ihren Glauben an die Höhere Macht/Kraft zu sprechen. Vor allem gilt es herauszufinden, ob durch die Hoffnung auf das eingreifende Wirken der Höheren Macht/Kraft die Suche nach lebensförderlichen Perspektiven verzögert wird. Auch die Angst vor Veränderungen und möglichen daraus resultierenden Konsequenzen sollte angesprochen werden. Alle interviewten Personen gaben implizit an, co-abhängiges Verhalten sei durch Kontrolle und dem Wunsch, das Leben anderer managen zu wollen, beschreibbar. Explizit wurde dies so formuliert: „[...] wenn ich glaube, ich kann vieles managen und erledigen, ohne mich geht es nicht“<sup>987</sup>. Dies entspringt dem intensiven Wunsch, geliebt zu werden. Jedoch führt diese Handlungsweise oftmals zur Abkopplung von sich selbst, zu mangelnder Selbstliebe und Selbstannahme. Es erscheint aus pastoraler Sicht sehr wesentlich, diese Verschiebung anzusprechen. Über das Verhältnis von Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe aus biblischer Sicht zu erzählen,

---

<sup>985</sup> B3w: #00:06:30# - #00:08:28#. Teil IV: Begegnung mit der Realität der Co-Abhängigkeit. Schritte der Untersuchung. 3 Narrative Interviews. 3.2.3 Narratives Interview 3 vom 19.07.2017.

<sup>986</sup> B4w: #00:04:57# - #00:06:51#. Teil IV: Begegnung mit der Realität der Co-Abhängigkeit. Schritte der Untersuchung. 3 Narrative Interviews. 3.2.4 Narratives Interview 4 vom 07.08.2017

<sup>987</sup> B2w: #00:16:24# - #00:16:31#. Teil IV: Begegnung mit der Realität der Co-Abhängigkeit. Schritte der Untersuchung. 3 Narrative Interviews. 3.2.2 Narratives Interview vom 17.07.2017.

über diesbezügliche eigene alltägliche Erfahrungen und Glaubenserfahrungen zu berichten, könnte dazu beitragen, co-abhängige Personen zu ermutigen, Schritte in Richtung eines Gleichgewichts zwischen Selbstliebe und Nächstenliebe zu gehen. Pastorale Tätigkeit könnte hier jenen Bereich abdecken, der in den Al-Anon Meetings nicht angedacht ist, den Austausch über unterschiedliche Sichtweisen. Es zeigt sich hier die Notwendigkeit, sich aus dem verallgemeinerten Anderen, betrachten zu können. Dies eröffnet die Chance, neue Erkenntnisse über seine eigenen Handlungsweisen gewinnen und zu einer Neubewertung gelangen zu können.<sup>988</sup>

#### **5.4 Pastoraltheologischer Leitfaden: 10 Gebote für pastorales Handeln im Kontext von Co-Abhängigkeit**

Das Leben einer co-abhängigen Person auf deren Wunsch gemeinsam zu reflektieren, Defizite herauszukristallisieren und liebevoll zu benennen, neue Handlungsperspektiven zu entwickeln erfordert folgende Schritte: Zunächst gilt es, mit Feingefühl höchst sensibel und achtungsvoll deren Lebenswirklichkeit zu erkunden und eine Vertrauensbasis herzustellen. Ein wesentliches Ziel ist es, das Können zu stärken, sich innerlich von lebenshinderlichen Verhaltensmustern befreien zu können, innerlich frei zu werden bzw. auch die alkoholranke Bezugsperson frei zu lassen. Das Potenzial für Veränderung und Umwandlung zu heben, das den Angehörigen vielleicht noch gar nicht bewusst ist, stellt eine weitere große Herausforderung für pastorales, seelsorgerliches Handeln dar. Optimal wäre ein Austausch bzw. eine Zusammenarbeit der Telefonseelsorge bzw. Notfallseelsorge mit der Klinikseelsorge und dem Pastoralteam in der Pfarre. Auch ein regelmäßig stattfindender Dialog seitens des pastoralen Teams mit Psychotherapeuten oder Psychotherapeutinnen könnte das kirchliche Angebot attraktiv machen. Die Erkenntnisse aus der Resilienzforschung, aus der Neurobiologie und Traumaforschung bestätigen, dass co-abhängiges Verhalten überwunden werden kann.

Welche Probleme sollten nun von pastoralen Begleitern oder pastoralen Begleiterinnen unbedingt angesprochen werden? Was sollte vermieden werden? Was ist erforderlich?

---

<sup>988</sup> Franz Ofner beschreibt das Meadsche Konzept des Me so, „dass ein Individuum seine Handlungsimpulse und Äußerungen aus der Perspektive eines Generalisierten Anderen interpretiert und bewertet.“ Ofner, Franz (2013): „Bewusstseinslücken – Meads Konzeption der Genese des Selbst-Bewusstseins: Probleme und Lösungsvorschläge. In: Österreich Z Soziol (2013) 38: 155-180, 173.

Es wird empfohlen, alle Beobachtungen und Erfahrungen zu reflektieren und in einem pastoralen Begleittagebuch festzuhalten. Der nachstehend angeführte pastorale Leitfaden versucht anhand der gewonnenen Erkenntnisse aus der empirischen Forschung und unter Anwendung des Dreischrittes von Josef Cardijn „Sehen – urteilen – handeln“<sup>989</sup>, wegweisende Impulse für die Begleitung co-abhängiger Personen zu geben.

Erstens: Du sollst mit großer Achtsamkeit und Mitgefühl die Lebenswirklichkeit, die Lebensgeschichte und die daraus resultierenden Ängste, Nöte und Verzweiflung co-abhängiger Personen wahrnehmen, ohne dich selbst zu verstricken.

Zweitens: Du sollst im Rahmen der pastoralen Begleitung co-abhängige Personen auf dem Weg zur Identitätsfindung auf ihre religiösen Erfahrungen ansprechen – höre zu, ohne zu unterbrechen oder vorschnelle Deutungen abzugeben.

Drittens: Du sollst das Verhältnis der co-abhängigen Person zu Gott ansprechen. Diese könnte ein Mitglied der Selbsthilfegruppe Al-Anon sein – höre ihr respektvoll zu, wenn sie über ihre Beziehung zur Höheren Macht spricht und welche Hoffnung sie in diese setzt.

Viertens: Du sollst die co-abhängige Person ermutigen, über die Beziehung zu sich selbst, zur alkoholkranken Person zu erzählen. Du sollst jedoch auch die Verantwortung der co-abhängigen Person für sich selbst ansprechen.

Fünftens: Du sollst co-abhängige Personen auf ihrem Weg der Korrektur des Ungleichgewichts zwischen Selbstliebe und Nächstenliebe mit viel Geduld und Einfühlsamkeit begleiten und bei auftretenden Rückfällen liebevoll unterstützen.

Sechstens: Du sollst jedoch auch darauf achten, einen Dialog über die Ursachen des Rückfalls zu führen, bei dem du in einer entspannten Atmosphäre die nötige Distanz wahrst und so für die co-abhängige Person die liebende Annahme spürbar werden kann.

---

<sup>989</sup> Josef Cardijn (Kardinal von 1882-1967) entwickelte den Dreischritt „Sehen, Urteilen und Handeln“ für die Lösung der Arbeiterprobleme junger Menschen von innen heraus. Im Zentrum seines Handelns stand das Anliegen, nicht nur die Sorge um die Lebensbedingungen der jungen Arbeiterinnen und Arbeiter, sondern dass diese selbst ihre Lebenswirklichkeit reflektieren.

Wirst du bezüglich deiner Hoffnungen angesprochen, so handle so, wie es der Apostel Paulus im ersten Petrusbrief<sup>990</sup> beschreibt.

Siebtens: Du sollst deine Achtsamkeit auch auf die nicht angesprochenen Themen, nicht gezeigten Emotionen, die möglicherweise vorhandene soziale Isolation deines Gegenübers richten und dabei deine eigene Mitte nicht verlieren.

Achtens: Du sollst dir ein Urteil darüber bilden, welche Hilfestellungen die co-abhängige Person jetzt konkret braucht und gemeinsam mit ihr versuchen, ihre äußere Handlungsfreiheit ihrem Wesen entsprechend aufzubauen.

Neuntens: Du sollst immer wieder fragen, „Was kannst du selbst tun?, Was willst du nicht tun? und „Was kannst du derzeit nicht tun, das ich für dich tun kann?“

Zehntens: Du sollst während deiner pastoraltheologischen Begleitung, bei auftretenden emotionalen Krisen der co-abhängigen Person und bei dir selbst wahrgenommenen Verstrickungen oder Projektionen, die Hilfe von Experten oder Expertinnen aus dem Fachbereich Sucht bzw. Psychologie in Anspruch nehmen.

Dieser pastorale Leitfaden dient als Orientierung für eine Begegnung mit einer co-abhängigen Person im pastoralen Raum. Pastorale Tätigkeit kann wesentlich dazu beitragen, dass das für co-abhängige Personen schier Unmögliche, die gänzliche nachhaltige Überwindung co-abhängigen Verhaltens, denkbar, zu einem lohnenswerten und auch erreichbaren Handlungsziel wird, sodass nur mehr latent die Gefahr rückfällig zu werden, bestehen bleibt. Eine Umorientierung und Verwandlung einer co-abhängigen Person in eine nicht mehr abhängige verändert nicht nur das durch ein Suchtproblem belastete Familiensystem, sondern hat auch Auswirkungen auf das gesamte soziale Umfeld (Arbeitsplatz, Kindergarten, Schule, Freundeskreis). Immer wieder neu anfangen zu dürfen, ist ein zentrales Merkmal christlicher Lebensgestaltung, erfordert die Bereitschaft, sich im Spiegel der anderen zu sehen, umzukehren<sup>991</sup> und zu versöhnen und auf Gottes Beistand und Wirken zu bauen.

Co-abhängige Personen zu motivieren, im Vertrauen auf Gottes Zusage eines Lebens in Fülle, es zu wagen, notwendige Veränderungen mutig anzugehen und vor allem die

---

<sup>990</sup> 1 Petr 3,15 (EÜ): „[...] heiligt vielmehr in eurem Herzen Christus, den Herrn! Seid stets bereit, jedem Rede und Antwort zu stehen, der von euch Rechenschaft fordert über die Hoffnung, die euch erfüllt.“

<sup>991</sup> Vgl. Mk 1,14f (EÜ)

Zusage, den Weg aus der Co-Abhängigkeit nicht allein gehen zu müssen, eröffnet auch eine wichtige Chance für das pastorale Wirken. Verwandlung und Neuorientierung können sich ereignen, wenn nicht nur nach den mitgebrachten Erfahrungen gefragt wird, sondern auch folgende Fragen gestellt werden: Welche Erfahrungen bringe ich als pastoraler Begleiter bzw. als pastorale Begleiterin mit? Was geschieht mit mir durch die Begegnung mit der co-abhängigen Person und deren Lebensgeschichte? Welche einladenden Impulse für ein Leben nach dem Evangelium möchte ich setzen – wie kann ich diese erfahrbar machen? In welchen Bereichen fühle ich mich überfordert – wer oder was könnte mich stützen? Welche Konsequenzen haben meine in der Begleitung co-abhängiger Personen gemachten Erfahrungen für mein weiteres pastorales Wirken – welche Verwandlung erfahre ich? Wie kann ich ehemals co-abhängige Personen ermutigen und einladen, über ihre Umkehr, Verwandlung und Neuorientierung zu sprechen und somit anderen co-abhängigen Angehörigen alkoholkranker Familienmitglieder Mut machen, co-abhängiges Verhalten zu überwinden?

In der Auseinandersetzung mit diesen Frageimpulsen und der Suche nach Antworten können nicht nur die eigenen Motive und Handlungsweisen reflektiert und für die Pastoral nutzbar gemacht werden, sondern auch die von Papst Franziskus, im Apostolischen Schreiben „Evangelii Gaudium verfasste Botschaft, für jene, die der Kirche eher fern stehen, lebendig werden lassen:

*„Das Gute neigt immer dazu, sich mitzuteilen. Jede echte Erfahrung von Wahrheit und Schönheit sucht von sich aus, sich zu verbreiten, und jeder Mensch, der eine tiefe Befreiung erfährt, erwirbt eine größere Sensibilität für die Bedürfnisse der anderen. Wenn man das Gute mitteilt, fasst es Fuß und entwickelt sich. Darum gibt es für jeden, der ein würdiges und erfülltes Leben zu führen wünscht, keinen anderen Weg, als den anderen anzuerkennen und sein Wohl zu suchen. So dürften uns also einige Worte des heiligen Paulus nicht verwundern: » Die Liebe Christi drängt uns « (2 Kor 5,14); » Weh mir, wenn ich das Evangelium nicht verkünde! « (1 Kor 9,16).<sup>992</sup>*

---

<sup>992</sup> Apostolisches Schreiben von Papst Franziskus (2013): Evangelii Gaudium („Freude über das Evangelium, EG 9).  
[https://w2.vatican.va/content/francesco/de/apost\\_exhortations/documents/papa-francesco\\_esortazione-ap\\_20131124\\_evangelii-gaudium.html](https://w2.vatican.va/content/francesco/de/apost_exhortations/documents/papa-francesco_esortazione-ap_20131124_evangelii-gaudium.html) [29.10.2018].

## Literaturverzeichnis

- Al-Anon Familiengruppen (Hg.) (1996): Informationen über Al-Anon. Zwölf Schritte. Best.-Nr. 210 (P-36). Essen: Al-Anon Familiengruppen Interessensgemeinschaft e.V. mit Druckgenehmigung vom Weltdienstbüro.
- Al-Anon Familiengruppen (Hg.) (1997): Al-Anon/Alateen Handbuch für Dienste, Teil 1: Arbeit in den Gruppen. Best.-Nr. 403 (P-24). Essen: Al-Anon Familiengruppen Interessensgemeinschaft e.V. mit Druckgenehmigung vom Weltdienstbüro.
- Aumüller, Paul Josef (2004): Aufbrechen einer Maske. Auf dem Weg der Genesung von Co-Abhängigkeit und Sucht. Niebüll: Verlag Videel.
- Beattie, Melody (<sup>6</sup>1999): Die Sucht, gebraucht zu werden. Aus dem Amerikanischen von Hartmut Hult. München: Wilhelm Heyne Verlag.
- Beck, Matthias (2012): Leben – Wie geht das? Die Bedeutung der spirituellen Dimension an den Wendepunkten des Lebens. Styria Premium.
- Beck, Matthias (2016): Christ sein – was ist das? Glauben auf den Punkt gebracht. Styria Premium.
- Becker, Peter (1985): Sinnfindung als zentrale Komponente seelischer Gesundheit. In: Längle, A. (Hg.): Wege zum Sinn. Logotherapie als Orientierungshilfe. München: Piper, 186-207.
- Bell-D’Avis, Simone (2006): Rettet Gott aus der Sucht? Zur Theologie der Motive Sucht, Kapitulation und Umkehr in ihrer Relevanz für die Suchtkrankenpastoral. In: Fuchs, Reiner / Sellmann, Matthias / Bell-D’Avis, Simone: Inmitten von Scham, Gewalt und Angst. Würzburg: Echter Verlag, 31-103.
- Bogner, Alexander / Menz, Wolfgang (<sup>3</sup>2009): Das theoriegenerierende Experteninterview. Erkenntnisinteresse, Wissensformen, Interaktion. In: Bogner, Alexander / Littig, Beate / Menz, Wolfgang (Hg.): Experteninterviews. Theorien, Methoden, Anwendungsfelder. Springer VS: Wiesbaden [2002], 61-98.
- Böhm, Andreas (<sup>9</sup>2012): Theoretisches Codieren: Textanalyse in der Grounded Theory. In: Flick, Uwe / von Kardorff, Ernst / Steinke, Ines (Hg.): Qualitative Forschung. Ein Handbuch. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag [2000], 475-485.
- Böhnke, Michael / Söding, Thomas (Hg.): Orientierung finden. Ethik der Lebensbereiche. Bd.5. Freiburg im Breisgau: Verlag Herder.
- Brosch, Renate (<sup>2</sup>2009): Co-Abhängigkeit. In: Stumm, Gerhard / Pritz, Alfred (Hg.): Wörterbuch der Psychotherapie. Wien-New York: Springer [2000], 111-112.

- Corbin, Juliet (<sup>2</sup>2006): *Grounded Theory*, übersetzt von Arnd-Michael Nohl. In: Bohnsack, Ralf / Marotzki, Winfried / Meuser, Michael (Hg.): *Hauptbegriffe Qualitativer Sozialforschung*. Opladen Farmington Hills: Verlag Barbara Budrich [1948], 70-75.
- Corbin, Juliet / Strauss, Anselm (<sup>3</sup>2008): *Basics of Qualitative Research. Techniques and Procedures for Developing Grounded Theory*. Thousand Oaks-London-New Dehli-Singapore: Sage Publications [1990 and 1998 eds. present Strauss as the first author and Corbin as second].
- Denzin, Norman, K. / Lincoln, Yvonna S. (<sup>3</sup>2005): Introduction. *The Discipline and Practice of Qualitative Research*. In: Denzin, Norman K. / Lincoln, Yonna S. (eds.): *The SAGE Handbook of Qualitative Research*. Thousand Oaks-London-New Dehli: SAGE Publications, 1-19 [Denzin, Norman K./Lincoln, Yvonna S. (<sup>2</sup>2000): *Handbook of Qualitative Research*. Thousand Oaks-London-New Dehli: SAGE].
- Die Bibel. Einheitsübersetzung der Heiligen Schrift (2016): Stuttgart: Verlag Katholisches Bibelwerk.
- Diekmann, Andreas (<sup>9</sup>2002): *Empirische Sozialforschung. Grundlagen, Methoden, Anwendungen*. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag [1995].
- Dörr, Anette (1987): *Religiosität und Depression. Eine empirisch-psychologische Untersuchung*. Weinheim: Deutscher Studien Verlag.
- Dresing, Thorsten / Pehl, Thorsten (<sup>6</sup>2015): *Praxisbuch Interview, Transkription & Analyse. Anleitungen und Regelsysteme für qualitativ Forschende*. Marburg: Eigenverlag Marburg.
- Fengler, Jörg (2000): Co-Abhängigkeit. In: Stimmer, Franz / Andreas-Siller Petra (Hg.): *Suchtlexikon*. München-Wien: Oldenbourg, 90-96.
- Flick, Uwe (<sup>3</sup>2004): Triangulation in der qualitativen Forschung. In: Flick, Uwe / von Kardorff, Ernst / Steinke, Ines (Hg.): *Qualitative Forschung. Ein Handbuch*. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt, 309-318.
- Flick, Uwe / von Kardorff, Ernst / Steinke, Ines (<sup>3</sup>2004): Was ist Qualitative Forschung? Einleitung und Überblick. In: Flick, Uwe / von Kardorff, Ernst / Steinke, Ines: *Qualitative Forschung. Ein Handbuch*. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt [2000], 13-29.
- Flick, Uwe (<sup>4</sup>2011): *Qualitative Sozialforschung. Eine Einführung*. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt [1995; überarbeitete und erweiterte Neuausgabe 2007].

- Flick, Uwe (<sup>5</sup>2012): *Qualitative Sozialforschung. Eine Einführung*. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag [1995, 2002. Vollständig überarbeitete und erweiterte Neuauflage Oktober 2007].
- Frankl, Viktor E. (1975): *Ärztliche Seelsorge. Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse*. Durchgesehene und verbesserte Neuauflage. Olten: Walter.
- Frielingsdorf, Karl (2004): *Gottesbilder. Wie sie krank machen – wie sie heilen*. Bd. 7. In: Kiechle / Stefan SJ / Lambert, Willi S.J. (Hg.): *Ignatianische Impulse*. Würzburg: Verlag Echter.
- Fries, Heinrich (1979): *Hoffnung, die den Menschen heilt. Geistliche Orientierung*. Freiburg-Basel-Wien: Herder.
- Fuchs, Reiner (2006): *Sucht als religiöse Macht. Suchtkrankenpastoral – eine Spiritualität der Machtlosigkeit als Widerstand gegen die religiöse Gewalt der Sucht*. In: Fuchs, Reiner / Sellmann, Matthias / Bell-D’Avis, Simone: *Inmitten von Scham, Gewalt und Angst*. Würzburg: Echter Verlag GmbH, 105-172.
- Fuchs, Thomas (2008): *Das Gehirn – ein Beziehungsorgan. Eine phänomenologisch-ökologische Konzeption*. Stuttgart: Verlag W. Kohlhammer.
- Galanter, M. et al. (2007): *Spirituality and recovery in 12-step programs: an empirical model*. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 33, (3), 265-272.
- Gielen, Charles (1962): *Nächstenliebe auf neuen Wegen*. Mit einem Vorwort von Caritaspräsident i.R. Dr. Alois Eckert. Freiburg-Basel-Wien: Herder. Die Originalausgabe erschien unter dem Titel: *La Charité demeure* bei Éditions Universitaires, Paris [1960].
- Girtler, Roland (1984): *Methoden der qualitativen Sozialforschung. Anleitung zur Feldarbeit*. Wien-Köln-Weimar: Böhlau.
- Glaser, Barney G. (1967): *The Discovery of Grounded Theory. Strategies for Qualitative Research*. Chicago: Aldine Publishing Company.
- Glaser, Barney G. / Strauss, Anselm L. (1967): *The Discovery of Grounded Theory. Strategies für Qualitative Research*. New York: Adline Publishing.
- Gläser, Jochen / Laudel, Grit (<sup>3</sup>2009): *Experteninterviews und qualitative Inhaltsanalyse als Instrumente rekonstruierender Untersuchungen*. VS Verlag für Sozialwissenschaften: Wiesbaden.
- Gorsuch, R. L. (1995): *Religious Aspects of Substance Abuse and Recovery*. *Journal of Social Issues*, 51, (2), 65-81.

- Gross, Werner (1990): Sucht ohne Drogen. Arbeiten, Spielen, Essen, Lieben, ... . Frankfurt am Main: Fischer-Taschenbuch Verlag.
- Günthner, Arthur (1996): Co-Abhängigkeit und Sucht. In: Mann, Karl /Buchkremer, Gerhard (Hg.): Sucht: Grundlagen, Diagnostik, Therapien; 38 Tabellen. Stuttgart [u.a.]: G. Fischer, 169-177.
- Grün, Anselm (2007): Das kleine Buch der Tugenden. Der Glaube, die Hoffnung, die Liebe. München: Pattloch Verlag.
- Gründel, J. (1993): Das Verständnis von Sünde und Schuld in geschichtlicher Entwicklung. In: Hertz, Anselm / Korff, Wilhelm / Rendtorff, Trutz / Ringeling, Hermann (Hg.): Handbuch der christlichen Ethik. Bd. 1. Freiburg im Breisgau: Verlag Herder.
- Helfferich, Cornelia (<sup>3</sup>2009): Die Qualität qualitativer Daten. Manual für die Durchführung qualitativer Interviews. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Holtgrewe, Ursula (2009): Narratives Interview. In: Kühl, Stefan / Strodtholz, Petra / Taffertshofer, Andreas (Hg.): Handbuch Methoden der Organisationsforschung. Quantitative und qualitative Methoden. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften, 57-77.
- Hildenbrand, Bruno (<sup>3</sup>2004): Anselm Strauss. In: Flick, Uwe / von Kardorff, Ernst / Steinke, Ines: Qualitative Forschung. Ein Handbuch. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag, 32-42.
- Holderegger, Adrian (1990): Selbstbestimmung und Handeln aus dem Glauben. Eine Problemskizze aus moraltheologischer Sicht. In: Battegay, R. / Rauchfleisch, U. (Hg.): Menschliche Autonomie. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 65-78.
- Honecker, Martin (1998): Leben, 4. Theologisch, 4.1 Die Sicht von Religion und Theologie. In: Korff, Wilhelm / Beck, Lutwin / Mikat, Paul (Hg.): Lexikon der Bioethik. Herausgegeben im Auftrag der Görres-Gesellschaft. In Verbindung mit Ludger Honnefelder, Gerfried W. Hunold, Gerhard Mertens, Kurt Heinrich und Albin Eser. Bd. 2: G – Pa. Gütersloh: Gütersloher Verlagshaus, 534-537.
- Höver, Gerhard (1998): Leid/Leiden/Leidenslinderung, 3. Leiden und Handeln – Perspektiven der Leidenslinderung. In: Korff, Wilhelm / Beck, Lutwin / Mikat, Paul (Hg.): Lexikon der Bioethik. Herausgegeben im Auftrag der Görres-Gesellschaft. In Verbindung mit Ludger Honnefelder, Gerfried W. Hunold, Gerhard Mertens, Kurt Heinrich und Albin Eser. Bd. 2: G – Pa. Gütersloh: Gütersloher Verlagshaus, 585-590.

- Hunold, Gerfried W. (<sup>2</sup>1978): Identitätstheorie: Die sittliche Struktur des Individuellen im Sozialen. In: Hertz, Anselm / Korff, Wilhelm / Rendtorff, Trutz / Ringeling, Hermann (Hg.): Handbuch der christlichen Ethik. Bd. 1. Freiburg im Breisgau: Verlag Herder.
- Hüther, Gerald (1997): Biologie der Angst. Wie aus Streß Gefühle werden. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- James, William (<sup>2</sup>1979): Die Vielfalt der religiösen Erfahrung, übersetzt von W. Olten. New York: Longman.
- Jäggle, Martin / Polak, Regina (2012): Gegenwart als locus theologicus. Für eine migrationssensible Theologie im Anschluss an Gaudium et spes. In: Jan-Heiner Tück (Hg.): Erinnerung an die Zukunft. Das Zweite Vatikanische Konzil. Freiburg im Breisgau: Verlag Herder GmbH, 570-598.
- Kalisch, Raffael (2017): Der resiliente Mensch. Wie wir Krisen erleben und bewältigen. Neueste Erkenntnisse aus Hirnforschung und Psychologie. München/Berlin: Berlin Verlag.
- Kalthoff, Herbert (2008): Einleitung: Zur Dialektik von qualitativer Forschung und soziologischer Theoriebildung. In: Kalthoff, Herbert (Hg.): Theoretische Empirie: zur Relevanz qualitativer Forschung. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag, 8-34.
- Kelle, Udo /Erzberger, Christian (<sup>3</sup>2004): Qualitative und quantitative Methoden: kein Gegensatz. In: Flick, Uwe / von Kardorff, Ernst / Steinke, Ines (Hg.): Qualitative Forschung. Ein Handbuch. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag GmbH [2000], 299-308.
- Klement, Heinz (2000): Abhängigkeit. In: Stimmer, Franz / Andreas-Siller, Petra (Hg.): Suchtlexikon. München-Wien: Oldenbourg, 1-6.
- Kolitzus, Helmut (1997): Die Liebe und der Suff ... . Schicksalsgemeinschaft Familie. München: Kösel-Verlag.
- Kolitzus, Helmut (2000): Ich befreie mich von deiner Sucht. Hilfen für Angehörige von Suchtkranken. München: Kösel-Verlag.
- Korff, Wilhelm (1998): Ethik. 2. Theologisch. 2.1 Gegenstand und Aufgabenstellung. In: Korff, Wilhelm / Beck, Lutwin / Mikat, Paul (Hg.): Lexikon der Bioethik. Bd. 1, im Auftrag der Görres-Gesellschaft von Wilhelm Korff, u.a.. Gütersloh: Gütersloher Verl.-Haus, 654-674, 662.

- Korittko, Alexander / Pleyer, Karl Heinz (2010): Traumatischer Stress in der Familie. Systemtherapeutische Lösungswege. Mit Geleitworten von Wilhelm Rotthaus und Gerald Hüther. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Körtner, Ulrich H.J. (2004): Ethik des Helfens – aus theologischer Sicht. In: Gottfried, Adam (Hg.): Diakonie – Nächstenliebe in unserer Zeit. Bd. 24. Festschrift für Gerhard Gäbler anlässlich seines 60. Geburtstages. Studien zur Theologie. Würzburg: Stephans Buchhandlung Matthias Mittelstädt, 16-32.
- Lamnek, Siegfried (<sup>3</sup>1995): Qualitative Sozialforschung. Bd. 1. Methodologie. Weinheim: Beltz, PsychologieVerlagsunion [1988].
- Lechler, Walther, H. (2009): Wir sind alle süchtig. In: Lechler, Walther H. (Hg.): Nicht die Droge ist's – sondern der Mensch. Wir sind alle süchtig. Goch: Santiago Verlag Joachim Duderstadt, 57-72.
- Lüders, Christian (<sup>3</sup>2004): Beobachten im Feld und Ethnographie. In: Flick, Uwe / von Kardorff, Ernst / Steinke, Ines (Hg.): Qualitative Forschung. Ein Handbuch. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag [2000], 384-401.
- Marschütz, Gerhard (2009): theologisch ethisch nachdenken. Bd. 1. Grundlagen. Würzburg: Echter Verlag.
- Mellody, Pia (<sup>2</sup>1991): Verstrickt in die Probleme anderer. Über Entstehung und Auswirkung von Co-Abhängigkeit. München: Kösel-Verlag.
- Metz, Johann Baptist (<sup>3</sup>2006): Memoria passionis. Ein provozierendes Gedächtnis in pluralistischer Gesellschaft. In Zusammenarbeit mit Johann Reikerstorfer. 3., durchgesehene und korrigierte Auflage. Freiburg im Breisgau: Verlag Herder.
- Muckel, Petra (2007): Die Entwicklung von Kategorien mit der Methode der Grounded Theory. In: Mey, Günter / Mruck, Katja (Eds.): Grounded Theory Reader. Supplement / Beiheft Nr. 19. Köln: Zentrum für Historische Sozialforschung, 211-231.
- Murken, Sebastian (1994): Religiosität, Kontrollüberzeugung und seelische Gesundheit bei Anonymen Alkoholikern. Eine empirische Studie. Europäische Hochschulschriften, Reihe VI, Psychologie, Bd./Vol.475. Frankfurt am Main-Wien [u.a.]: Peter Lang.
- Norwood, Robin (<sup>3</sup>1990): Wenn Frauen zu sehr lieben. Die heimliche Sucht gebraucht zu werden. Deutsch von Sabine Hedinger. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag [1988].
- Nufer, Sonja / Schrader, Hans Christian (2007): Wenn Liebe zum Desaster wird. Mobbing in der Partnerschaft. Frankfurt am Main: Eichborn AG.

- Ofner, Franz (2013): „Bewusstseinslücken – Meads Konzeption der Genese des Selbst-Bewusstseins: Probleme und Lösungsvorschläge. In: Österreich Z Soziol (2013) 38: 155-180.
- Pieper, Annemarie (1990): Freiheit als philosophisches Problem. Zur Frage der moralischen Selbstbestimmung. In: Battegay, R. / Rauchfleisch, U. (Hg.): Menschliche Autonomie. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 53-65.
- Pock, Johann (2016): Leibsorge als Seelsorge. Das Seelsorgeverständnis von Papst Franziskus. In: Appel, Kurt / Deibl, Jakob (Hg.): Barmherzigkeit und zärtliche Liebe. Das theologische Programm von Papst Franziskus. Freiburg im Breisgau: Verlag Herder, 231-246.
- Polak, Regina / Jäggle, Martin (2012): Gegenwart als locus theologicus. In: Tüek, Jan-Heiner (Hg.): Erinnerung an die Zukunft. Das Zweite Vatikanische Konzil. Freiburg im Breisgau: Verlag Herder.
- Przyborski, Aglaja / Wohlrab-Sahr, Monika (<sup>4</sup>2014): Qualitative Sozialforschung. Ein Arbeitsbuch. München: Oldenbourg Verlag [2008].
- Reiter, Johannes (2008): Bioethik. In: Böhnke, Michael / Söding, Thomas (Hg.): Orientierung finden. Ethik der Lebensbereiche. Bd.5., Freiburg im Breisgau: Verlag Herder, 7-60.
- Rennert, Monika (1993): Rollenverteilung in belasteten Familien und die Entdeckung von Co-Abhängigkeit in Familien mit Suchtkranken. In: Arenz-Greiving (Hg.): Deutsche Hauptstelle gegen die Suchtgefahren. Sucht und Familie: Schriftenreihe zum Problem der Suchtgefahren. Bd. 35. Freiburg im Breisgau: Lambertus Verlag, 27-35.
- Reyßer-Aichele, Margita (2014): Gottesbild und Emotionen. Theologisch-anthropologisches Konzept und empirische Untersuchung. Göttingen: Waxmann Verlag.
- Röhr, Heinz-Peter (2003): Wege aus der Abhängigkeit. Destruktive Beziehungen überwinden. Düsseldorf-Zürich: Patmos Verlag.
- Röhr, Heinz-Peter (<sup>2</sup>2008): Sucht – Hintergründe und Heilung. Abhängigkeit verstehen und überwinden. Düsseldorf: Patmos Verlag.
- Ross, Catherine E. (1990): Religion and Psychological Distress. Journal for the Scientific Study of Religion 29 (2), 236-245.
- Sautermeister, Jochen (2015): Zur Bedeutung der Moralpsychologie für die theologische Ethik – am Beispiel von Scham- und Schuldgefühlen. In: MThZ 66 (2015) 229-242.

- Sautermeister, Jochen (2017): Gelebte Verantwortung. Gegenstand, Aufgaben und Bedeutung der Moralphyschologie (im Kontext der Theologie). In: Wege zum Menschen, 24 January 2017, Vol. 69 (1), [Peer Reviewed Journal], pp. 62-74.
- Schmalz, Ulla (2007): Das Maß ist voll. Für Angehörige von Alkoholabhängigen. Bonn: BALANCE Buch + Medien Verlag.
- Schmieder, Arnold (1992): Normalität der Abwehr. Freiburg im Breisgau: Lambertus Verlag.
- Schneider Ralf (<sup>15</sup>2010): Suchtfibel: wie Abhängigkeit entsteht und wie man sich daraus befreit. Informationen für Betroffene, Angehörige und Interessierte. Baltmannsweiler: Schneider.
- Schnell, Tatjana (<sup>2</sup>2009): Implizite Religiosität. Zur Psychologie des Lebenssinns. Lengerich: Pabst Science Publishers.
- Schockenhoff, Eberhard (2005): Grundgebot Liebe: Wege moralischen Argumentierens. In: Schmidinger, Heinrich / Hoff, Gregor Maria (Hg.): Ethik im Brennpunkt. Im Auftrag des Direktoriums der Salzburger Hochschulwochen als Jahrbuch herausgegeben. Innsbruck-Wien: Tyrolia Verlag, 25-56.
- Schockenhoff, Eberhard (2009): Ethik des Lebens. Grundlagen und neue Herausforderungen. Freiburg im Breisgau: Verlag Herder.
- Schockenhoff, Eberhard (2009): Wie frei ist der Mensch? Zum Dialog zwischen Hirnforschung und theologischer Ethik. In: Müller, Oliver/ Clausen, Jens / Maio, Giovanni (Hg.): Das technisierte Gehirn. Neurotechnologien als Herausforderung für Ethik und Anthropologie. Paderborn: Mentis Verlag.
- Schockenhoff, Eberhard / Florin, Christiane (2009): Gewissen. Eine Gebrauchsanweisung. Freiburg-Basel-Wien: Verlag Herder.
- Schulz, Claudia (2002): Hilfe – Hoffnung – Hindernis. Die Bedeutung des Religiösen in der Lebensgeschichte von Alkoholabhängigen. Marburg: Diagonal-Verlag.
- Schulz, Wolfgang (2000): Sucht. In: Stimmer, Franz / Andreas-Siller, Petra (Hg.): Suchtlexikon. München-Wien: Oldenbourg, 581-585.
- Schulze, Henning / Sejkora, Klaus (2015): Positive Führung: Resilienz statt Burnout. München: Haufe Lexware Verlag.
- Schütze, Fritz (<sup>2</sup>1983): Prozeßstrukturen des Lebenslaufs. In: Matthes, Joachim / Pfeifenberger, Amo / Stosberg, Manfred (Hg.): Biographie in handlungswissenschaftlicher Perspektive. Kolloquium am Sozialwissenschaftlichen Forschungszentrum der Universität Erlangen-Nürnberg. Nürnberg, 67-156.

- Steinke, Ines (<sup>3</sup>2004): Gütekriterien qualitativer Sozialforschung. In: Flick, Uwe /von Kardorff, Ernst / Steinke, Ines (Hg.): Qualitative Forschung. Ein Handbuch. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag, 319-331.
- Strauss, Anselm L. (1994): Grundlagen qualitativer Sozialforschung. Datenanalyse und Theoriebildung in der empirischen soziologischen Forschung. Aus dem Amerikanischen von Astrid Hildenbrand. Mit einem Vorwort von Bruno Hildenbrand. München: Wilhelm Fink Verlag.
- Strauss, Anselm L. (<sup>3</sup>2010): Grounded Theory. Strategien qualitativer Forschung. Aus dem Amerikanischen von Axel T. Paul und Stefan Kaufmann. Mit einem Geleitwort von Bruno Heldenbrand. Bern: Verlag Hans Huber [1998].
- Strübing, Jörg (2007): Glaser vs. Strauss? Zur methodologischen und methodischen Substanz einer Unterscheidung zweier Varianten von Grounded Theory. In: Mey, Günter / Mruck, Katja (Eds.): Grounded Theory Reader. Köln: Zentrum für Historische Sozialforschung, 157-176.
- Stuttgarter Altes Testament (1980): Einheitsübersetzung mit Kommentar und Lexikon, h.g. von Erich Zenger. Stuttgart: Katholische Bibelanstalt.
- Tiedemann Jens L. (2013): Scham. Bd. 7. Analyse der Psyche und Psychotherapie. Gießen: Psychosozial-Verlag.
- Unterrainer, Human-Friedrich (2010): Seelenfinsternis? Struktur und Inhalt der Gottesbeziehung im klinisch-psychiatrischen Feld. Münster-New York-München-Berlin: Waxmann Verlag.
- Van de Spijker, Antonius M.J.M. (<sup>2</sup>1995): Narzisstische Kompetenz – Selbstliebe – Nächstenliebe: Sigmunds Freuds Herausforderung der Theologie und Pastoral. Freiburg im Breisgau-Basel-Wien: Herder Verlag.
- Van Treeck, Bernhard (2004): Drogen- und Sucht-Lexikon. Berlin: Schwarzkopf & Schwarzkopf Verlag
- Virt, Günter (1988): Sucht/Suchtgefahren. In: Korff, Wilhelm / Beck, Lutwin / Mikat, Paul (Hg.): Lexikon der Bioethik, im Auftrag der Görres Gesellschaft von Wilhelm Korff u.a.. Bd.3. Gütersloh: Gütersloher Verl.-Haus, 487-489.
- Vogel, Gustav L. (1957): Tiefenpsychologie und Nächstenliebe. Mainz: Matthias-Grünewald Verlag.
- Vogt, Irmgard (2004): Beratung von süchtigen Männern und Frauen. Grundlagen und Praxis. Weinheim [u.a.]: Beltz.

Von Schlippe, Arist / Schweitzer, Jochen (<sup>3</sup>2016): Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung. I. Das Grundwissen. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Vorgrimler, Herbert (2000): Neues Theologisches Wörterbuch. Freiburg-Basel-Wien: Herder.

Wegscheider-Cruse, Sharon / Cruse, Joseph (1988): Understanding Co-Dependency. Deerfield Beach, Florida: Health Communication Inc..

Wilson-Schaef, Anne (1986): Co-Abhängigkeit. Nicht erkannt und falsch behandelt. Dt. von Ilse Rose Bender und Marliese Dieckmann. Wildberg: Verlag Mona Bögner-Kaufmann.

Wilson Schaef, Anne (<sup>2</sup>1992): Co-Abhängigkeit: Die Sucht hinter der Sucht. München: Wilhelm Heyne Verlag.

Wolff, Stephan (<sup>3</sup>2004): Wege ins Feld und ihre Varianten. In: Flick, Uwe / von Kardorff, Ernst / Steinke, Ines (Hg.): Qualitative Forschung. Ein Handbuch. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag [2000], 334-349.

Wustmann, Corina (2009): Die Erkenntnisse aus der Resilienzforschung – Beziehungserfahrungen und Ressourcenaufbau. In: Psychotherapie Forum (2009) 17: 71-78, 71.

#### Internetadressen:

[http://www.blaueskreuz.at/de\(alkohol\)\\_sucht/abh\\_aumlngigkeit](http://www.blaueskreuz.at/de(alkohol)_sucht/abh_aumlngigkeit) [12.11.2017].

<http://www.co-abhaengig.de/perspektiven.html> [12.11.2017].

<http://www.co-abhaengig.de/perspektiven.html> [12.11.2017].

<http://web.b.ebscohost.com.uaccess.univie.ac.at/ehost/ebookviewer/ebook/>  
[08.07.2018].

<http://www.seele-und-gesundheit.de/psycho/scham.html> [20.08.2018].

[https://www.suchtberatung-tirol.at/Info\\_PDFs\\_auf\\_HP\\_seiten/angehoerigenbrosch.pdf](https://www.suchtberatung-tirol.at/Info_PDFs_auf_HP_seiten/angehoerigenbrosch.pdf)  
[27.08.2018].

<https://entwicklung-der-persoenlichkeit.de/resilienzforschung> [04.09.2018].

[http://www.vatican.va/archive/hist\\_councils/ii\\_vatican\\_council/documents/vat-ii\\_const\\_19651207\\_gaudium-et-spes\\_ge.html](http://www.vatican.va/archive/hist_councils/ii_vatican_council/documents/vat-ii_const_19651207_gaudium-et-spes_ge.html) [19.10.2018].

[https://w2.vatican.va/content/francesco/de/apost\\_exhortations/documents/papa-francesco\\_esortazione-ap\\_20131124\\_evangelii-gaudium.html](https://w2.vatican.va/content/francesco/de/apost_exhortations/documents/papa-francesco_esortazione-ap_20131124_evangelii-gaudium.html) [29.10.2018].

[http://w2.vatican.va/content/francesco/de/apost\\_exhortations/documents/papa-francesco\\_esortazione-ap\\_20131124\\_evangelii-gaudium.html#Eine\\_unaufschiebbare\\_kirchliche\\_Erneuerung](http://w2.vatican.va/content/francesco/de/apost_exhortations/documents/papa-francesco_esortazione-ap_20131124_evangelii-gaudium.html#Eine_unaufschiebbare_kirchliche_Erneuerung) [29.10.2018].

[http://www.vatican.va/archive/hist\\_councils/ii\\_vatican\\_council/documents/vat-ii\\_const\\_19651207\\_gaudium-et-spes\\_ge.html](http://www.vatican.va/archive/hist_councils/ii_vatican_council/documents/vat-ii_const_19651207_gaudium-et-spes_ge.html) [30.10.2018].

Abkürzungen:

Bd.	Band
EÜ	Einheitsübersetzung
Ebd.	Ebenda



## **Tabellen- und Abbildungsverzeichnis**

Tab. 1: Unterschiedliche Rollenbilder

Tab. 2: Ergebnisse des axialen Kodierungsverfahrens aus der teilnehmenden Beobachtung

Tab. 3: Synonymer Gebrauch der Begriffe „Höhere Macht und Gott“

Tab. 4: Verwendung des Begriffes „Gott“ in den untersuchten Al-Anon Gruppen

Tab. 5: Begriff „Höhere Macht“

Tab. 6: Der Wille der „Höheren Macht“

Tab. 7: „Meine Macht“/“Gottes Macht“/“Höhere Macht“

Tab. 8: Schlüsselkategorien aus der teilnehmenden Beobachtung

Tab. 9: Axiales Kodierungsverfahren: Kategorie Selbstannahme

Tab. 10: Axiales Kodierungsverfahren: Übernahme der Verantwortung für den alkoholkranken Partner, die alkoholranke Partnerin oder das alkoholranke Familienmitglied

Tab. 11: Axiales Kodierungsverfahren: Einstellung zu Gott – „wie wir ihn verstanden“/zur „Höheren Macht/Kraft“

Tab. 12: Axiales Kodierungsverfahren: Andere Lebensvorstellungen/Wünsche an das Leben

Tab. 13: Schlüsselkategorien aus den narrativen Interviews

Tab. 14: Überblick über die Schlüsselkategorien aus der teilnehmenden Beobachtung und aus den narrativen Interviews

Tab. 15: Hilfe durch „Al-Anon“

Tab. 16: Verminderte Bewältigungsstrategien

Tab. 17: Faktor Angst

Tab. 18: Nicht mehr helfen können

Tab. 19: Aus dem Lebensalltag co-abhängiger Personen

Tab. 20: Leiderfahrungen als Angehöriger oder Angehörige einer alkoholkranken Person

Tab. 21: Beziehungserfahrungen

Tab. 22: Das Ringen um gesunde Grenzen

Tab. 23: Eigenwahrnehmung/Gottes Weg-weisung

Abb. 1: Kodierparadigma nach Anselm L. Strauss

Abb. 2: Verschiebungsprozess von Selbst-, Nächsten- und Gottesliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit



## **Abstract deutsch**

Diese Arbeit greift unter dem breiten Spektrum der Abhängigkeitserkrankungen das Phänomen der Co-Abhängigkeit, der Mit-verstrickung der Angehörigen von nahestehenden Bezugspersonen mit einer Alkoholerkrankung auf. Ziel ist es, das in der Gesellschaft nicht ausreichend wahrgenommene Mit-gefangen-Sein im Suchtprozess eines Familienmitgliedes sichtbar zu machen und Wege aus dem Dilemma co-abhängigen Verhaltens zu entwickeln.

Im ersten Teil der Arbeit wird eine theoretische Grundlegung von Sucht/Abhängigkeit durchgeführt. Es werden Experten und Expertinnen vorgestellt, die sich mit dem Phänomen Co-Abhängigkeit auseinandergesetzt haben und deren Forschungsergebnisse näher dargestellt. Am Beginn der Forschung steht die Hauptthese, dass das Gottesbild co-abhängiger Personen negative Auswirkungen auf das Verbleiben in co-abhängigen Beziehungen hat. Ein weiterer wichtiger Aspekt dieses Forschungsprojektes besteht darin, den Zusammenhang von Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe im Kontext von Co-Abhängigkeit zu beforschen.

Im zweiten Teil der Arbeit wird anhand richtungsweisender Studien zur Bedeutung des Religiösen und Spirituellen der religiöse und spirituelle Kontext von Abhängigkeit entfaltet. Daran anschließend werden methodologische Vorüberlegungen angestellt.

Die Methodologie der empirischen Untersuchungen in zwei ausgewählten Al-Anon Gruppen für Angehörige von Alkoholkranken wird im dritten Teil der Arbeit vorgestellt. Das Forschungsfeld „Co-Abhängigkeit“ wurde mittels eines ethnographischen, explorativen Zuganges erschlossen. Die Feldforschung erstreckte sich über ein Jahr lang. Für die im Feld erhobenen Daten wurde das Verfahren der Grounded Theory nach Glaser/Strauss (1967) und Corbin/Strauss (2006) herangezogen. Gegen Ende des Feldaufenthaltes konnten mittels narrativer Interviews Einblicke in den biographischen Hintergrund, in persönliche Deutungsstrukturen und Aufschlüsse über Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe bei co-abhängigen Personen gewonnen werden.

Im vierten Teil der Arbeit werden die Ergebnisse aus der Begegnung mit der Realität der Co-Abhängigkeit dargestellt. Aus den generierten Daten aus der teilnehmenden Beobachtung in ausgewählten Al-Anon Gruppen und aus den narrativen Interviews

wurden Schlüsselkategorien identifiziert und gedeutet. Ein anschließendes Expertengespräch mit einer klinischen Psychologin über die generierten Daten half, offene Fragestellungen einer Klärung zuzuführen. Die Ergebnisse aus der empirischen Forschung zeigen auf, dass Hoffnung, Liebe und der Glaube an eine Höhere Macht/Kraft/Gott gegeben sind. Aus den narrativen Interviews wird deutlich, dass die Ursprungsthese eines negativen Gottesbildes, das lebensförderliche Veränderungen verunmöglicht, nicht haltbar ist. Das Ungleichgewicht zwischen Gottes-, Selbst- und Nächstenliebe ist der Schlüssel zum Verständnis. Diese Forschungsarbeit ist daher nicht länger in der Normenethik, sondern in der Könnensethik bzw. Ermöglichungsmoral zu verorten.

Wichtig erscheint es, co-abhängigen Personen folgende Erkenntnisschritte zu ermöglichen: den eigenen Beitrag zur Stabilisierung der belastenden Lebenssituation zu realisieren und Hilfe für die Veränderung hin zu einem positiven, lebensförderlichen Handeln an der alkoholkranken Bezugsperson und an sich selbst, anzunehmen. Die alles dominierende Hinwendung zum Partner bzw. zur Partnerin zeigt den Systemfehler auf, der im Miteinander der co-abhängigen Person mit der alkoholkranken Bezugsperson liegt. Für die Überwindung dieses Ungleichgewichtes ist die Ausbildung eines gesunden Verhältnisses zu sich selbst und zur nahestehenden alkoholkranken Person unabdingbar.

Wie dies gelingen kann, wird im fünften Teil ausgeführt, der einerseits einen Überblick über interdisziplinäre Lösungsansätze für Wege aus co-abhängigem Verhalten gibt und andererseits die aufgezeigte Blockade der Liebe theologisch-ethischen Beobachtungen und Reflexionen unterzieht.

Co-abhängigen Personen zu ermöglichen, selbst für lebensförderliche Veränderungen zu sorgen, fällt in den Bereich der pastoralen Ermöglichung. Im sechsten Teil der Arbeit wird eine mögliche pastorale Begleitung co-abhängiger Personen zu einem verantwortungsvollen Leben in Freiheit und Freude skizziert. Es werden die Kernfragen sowie die Herausforderungen für pastorales Handeln im Kontext von Co-Abhängigkeit erläutert, indem Anknüpfungspunkte aus den narrativen Interviews aufgegriffen und diskutiert werden. Die Arbeit schließt mit einem pastoraltheologischen Leitfaden für das Aufzeigen begehrter, befreiender und lebensförderlicher Wege aus dem Dilemma co-abhängigen Verhaltens.

## **Abstract english**

This work takes up among the wide range of addictive diseases the phenomenon of co-dependency, the co-entanglement of relatives of related caregivers with alcohol disease. The aim is to make visible the inadequately perceived co-perceived in society in the process of addiction of a family member and to develop ways out of the dilemma of co-dependent behaviour.

In the first part of the work a theoretical foundation of addiction/dependence is carried out. Experts are presented who have dealt with the phenomenon of co-dependency and whose research results are presented in more detail. At the beginning of the research the main thesis is that the image of God for co-dependent persons has a negative impact for staying in co-dependent relationships. Another important aspect of this research project is to investigate the connection between love of God, self-love and charity in the context of co-dependency.

In the second part of the work the religious and spiritual context of dependence is unfolded on the basis of pioneering studies on the importance of religion and spirituality. This is followed by methodological preliminary considerations.

The methodology of empirical examinations in two selected Al-Anon groups for relatives of alcohol sufferers is shown in the third part of the work. The field of research co-dependency was developed by means of an ethnographic, exploratory approach. Fieldwork spanned a year. For the data collected in the field, the Grounded Theory process was used according to Glaser/Strauss 1967 and Corbin/Strauss (2006). Towards the end of the field stay narrative interviews allowed insights into the biographical background, personal structures of interpretation and insights about love of God, self-love and charity in the case of co-dependent persons.

In the fourth part of the work the results from the encounter with the reality of co-dependency are discussed. Key categories were identified and interpreted from the data generated from the participating observation in selected Al-Anon groups and from the data generated in the narrative interviews. A subsequent expert discussion with a clinical psychologist about the data generated helped to clarify open questions. The results from empirical research show that hope, love, belief in a Higher Power/God is given in the case of co-dependent persons. It is clear from the narrative interviews that

the origin thesis of a negative image of God which makes a change of living conditions impossible is no longer tenable due to the empirical results. The imbalance between love of God, self-love and charity is the key to understanding. The work is therefore no longer to be located in the ethics of norms but in the ethics of a possible morality. It seems important to enable co-dependent persons to make the following findings possible: to realize their own contribution to stabilizing the stressful living situation and to accept help for themselves and for their partners in order to find a positive and life-supporting acting. The all-dominant turn to the partner shows the system error which lies in the co-dependent person's coexistence with the alcoholic reference person. For overcoming this imbalance the formation of a healthy relationship with oneself and the related person with alcohol dependence is essential.

How this can be achieved is explained in the fifth part which on the one hand provides an overview of interdisciplinary solutions for ways of co-dependent behavior. On the other hand the blockade of love is investigated by theological-ethical observations and reflections.

Enabling co-dependent persons to make life changing is point of the realm of pastoral enabling. In the sixth part of the work a possible pastoral accompaniment of co-dependent persons into a responsible life of freedom and joy is outlined. The core questions as well as the challenges for pastoral action in the context of co-dependency are explained by taking up and discussing links from the narrative interviews. The work concludes with a pastoral theological guide to show walkable, liberating and life-enhancing paths from the dilemma of co-dependent behavior.