Abhängigkeiten haben bedeutende Auswirkungen auf die Beziehung eines Paares, sei es eine Sucht nach Substanzen (Alkohol, Drogen), Glücksspiel, Sex oder Arbeit. Sie erzeugen eine Abhängigkeit, die das Suchtobjekt über alles stellt, einschließlich des Partners und der Beziehung. Die abhängige Person organisiert ihr Leben um ihren Konsum oder ihr suchterzeugendes Verhalten, zum Nachteil ihrer Beziehung.

Die Konsequenzen sind vielfältig. Zunächst beansprucht die Sucht die Zeit und Energie der Person, die allmählich ihre romantische Beziehung aufgibt. Sie ist nicht mehr so physisch und emotional für ihren Partner verfügbar. Ihre Prioritäten ändern sich, ebenso ihre Interessen. Die Beziehung tritt oft in den Hintergrund.

Außerdem wird Sucht oft von Lügen und Täuschungen begleitet. Um ihrer Sucht nachgehen zu können, lügt die Person über ihre Kontakte, ihre Ausgaben, das verschwindende Geld... Dies schafft ein Klima des Misstrauens in der Beziehung, wo sich der Partner betrogen und manipuliert fühlt. Die Kommunikation wird sehr schwierig.

Sucht hat auch konkrete Auswirkungen auf das tägliche Leben: finanzielle Probleme aufgrund unüberlegter Ausgaben, berufliche Schwierigkeiten, wenn die Sucht die Arbeit beeinträchtigt, gesundheitliche Risiken... All dies wirkt sich auf die Beziehung aus und erzeugt starke Spannungen. Der "nüchterne" Partner übernimmt häufig widerwillig eine Kontroll- und Überwachungsrolle, um den Schaden einzudämmen. Er schwankt zwischen Wut, Verzweiflung und Schuldgefühlen.

In diesem Kontext beobachtet man oft eine Koabhängigkeit, die entsteht. Der Partner, aus Treue und Angst vor Verlust, deckt das süchtige Verhalten. Er mildert die Folgen, findet Ausreden, "ermöglicht" die Sucht unfreiwillig. Er opfert sich, um ein prekäres Gleichgewicht

aufrechtzuerhalten. Dabei verstärkt er paradoxerweise die Sucht und erschöpft sich in einer toxischen Beziehung.

Auf sexueller Ebene haben Abhängigkeiten auch einen schädlichen Einfluss. Ein chronischer Konsum von Alkohol oder Drogen verringert das Verlangen und die sexuellen Fähigkeiten. Im Gegensatz dazu schafft eine Sexsucht eine dauerhafte Unzufriedenheit und führt dazu, dass man außerhalb der Beziehung immer mehr Erfahrungen sammelt. In beiden Fällen ist die sexuelle Intimität und Bindung des Paares beeinträchtigt.

Angesichts dieser Probleme muss die Betreuung gemeinsam erfolgen. Es geht zunächst darum, die Sucht als eine Krankheit zu betrachten, die beide Partner betrifft und nicht als eine individuelle Entscheidung. Dies ermöglicht es, aus der Kritik und wechselseitigen Schuldzuweisung auszusteigen.

Eine Zusammenarbeit mit spezialisierten Pflegekräften ist oft notwendig, um die medizinische Seite der Abhängigkeit zu behandeln. Der Paartherapeut interveniert parallel dazu, um die Beziehung zu reparieren und die Interaktionen zu verändern, die die Sucht aufrechterhalten.

Er hilft dem Paar, aus der Koabhängigkeit auszusteigen, indem er an den Verantwortlichkeiten jedes Einzelnen arbeitet. Das Ziel ist, dass der "nüchterne" Partner seine Grenzen ausdrücken und die Kontrolle loslassen kann, während die abhängige Person die Kontrolle über ihre Sucht zurückerlangt. Gesprächsgruppen können für die Partnerinnen und Partner nützlich sein, wie die Al-Anon-Gruppen.

Der Therapeut begleitet auch den Wiederaufbau von Vertrauen und Bindung. Mit Hilfe von Kommunikationsübungen und Aufgabenstellungen hilft er dem Paar, sich von den Lügen der Vergangenheit zu lösen und sich auf eine neue Beziehungsart zu projektieren. Die Herausforderung besteht darin, wieder Zeit und Energie in die Beziehung zu investieren und gemeinsame Aktivitäten zu finden, die die Bindung stärken.

Schließlich ist eine Arbeit an Intimität und Sexualität oft hilfreich, um eine erfüllte sexuelle Beziehung wiederherzustellen und das Vergnügen des Beisammenseins zu finden. Dies erfordert eine offenere Kommunikation über die Wünsche und Bedürfnisse jedes Einzelnen sowie konkrete Übungen zur körperlichen Annäherung.

Sucht bleibt eine komplexe Problematik, die das Paar in Gefahr bringen kann. Aber mit der richtigen Begleitung und einer echten Motivation zur Veränderung ist es möglich, diese Herausforderung zu meistern und eine gesündere und stärkere Beziehung aufzubauen. Der Weg ist lang, mit möglichen Rückfällen, aber das Paar kann gestärkt hervorgehen, wenn es gemeinsam gegen die Widrigkeit einsteht.

Wichtige Punkte:

- Abhängigkeiten haben eine signifikante Auswirkung auf das Paar und schaffen eine Abhängigkeit, die das Suchtobjekt über die Beziehung stellt.

- Sie beanspruchen die Zeit und Energie der abhängigen Person, die allmählich ihre romantische Beziehung aufgibt.

- Sucht geht oft mit Lügen und Täuschungen einher und schafft ein Klima des Misstrauens in der Beziehung.

- Konkrete Folgen (finanzielle Probleme, berufliche Schwierigkeiten, Gesundheitsrisiken) erzeugen starke Spannungen in der Beziehung.

- Koabhängigkeit kann entstehen, wobei der Partner das süchtige Verhalten aus Loyalität und Angst vor Verlust deckt.

- Abhängigkeiten haben schädliche Auswirkungen auf die Sexualität des Paares, reduzieren das Verlangen, die sexuellen Fähigkeiten oder erzeugen dauerhafte Unzufriedenheit.

- Die Versorgung muss gemeinsam erfolgen und die Sucht als eine Krankheit ansehen, die beide Partner betrifft.

- Eine therapeutische Arbeit ist notwendig, um aus der Co-Abhängigkeit herauszukommen, das Vertrauen und die Bindung wiederherzustellen und die Intimität und Sexualität wieder aufzunehmen.

- Mit einer geeigneten Begleitung und einer Motivation zur Veränderung ist es möglich, diese Herausforderung zu meistern und eine gesündere und stärkere Beziehung aufzubauen.