

# „Der Alkohol hat mich getäuscht“

TEXT: UWE MAUCH

Mach's wie Orpheus: Mit Leidenschaft, nicht mit Zwang, wird versucht, der Sucht die Stirn zu bieten. Der Erfolg kann sich sehen lassen.



WIDER ALLE VERFÜHRUNGEN: Orpheus spielte mit seiner Leier noch viel schöner als die Sirenen singen konnten

**E**s waren für sie wahrscheinlich die prägendsten Erfahrungen seit vielen Jahren. Doch jetzt steht Anita, die pensionierte Volksschullehrerin, deren vollständigen Namen wir hier nicht preisgeben dürfen, am Ausgang des Anton-Proksch-Instituts – der größten Suchtheilanstalt in Europa. Und sagt freudestrahlend: „Ich freu' mich schon auf zu Hause.“

Malen möchte sie wieder. „Mit meinen Bildern werde ich dann auch meine Wohnung freundlicher gestalten.“ Und im Kirchenchor möchte sie ebenfalls wieder singen.

Ihr Therapeut nickt zufrieden. Für Oliver Scheibenbogen ist die Therapie zufriedenstellend verlaufen. Wieder einmal hat das Orpheus-Programm einer arg Verzweifelten neue Perspektiven eröffnet – und damit neuen Lebensmut verliehen.

Anita hatte in der Schule mit schwierigen Charakteren zu tun. Dann wurden plötzlich ihre Eltern krank. In der Früh, vor der ersten Schulstunde, kochte die Lehrerin mit dem ausgeprägten Helfersyndrom für die Eltern, nach der letzten Schulstunde für ihren Mann. Die einzige Belohnung, die sie sich selbst zugestand, war am Ende eines langen Tages ein guter, ein entspannender Schluck Alkohol.

Jahrelang ging das gut. Doch der Alkohol wurde immer wichtiger in ihrem Leben. Und dummerweise hat das Gift auch die Eigenschaft, die Sensorik weiter zu stören.

Der Alkohol soll jetzt Geschichte sein, Teil ihrer Lebensgeschichte. Anita sagt so: „Ich



**„Ich habe hier in Kalksburg meine alte Fröhlichkeit zurückgewonnen. Es gibt für mich wieder viele schöne Dinge, die mir viel mehr Freude bereiten als das Trinken.“**

**Anita, 65, pensionierte Volksschullehrerin**

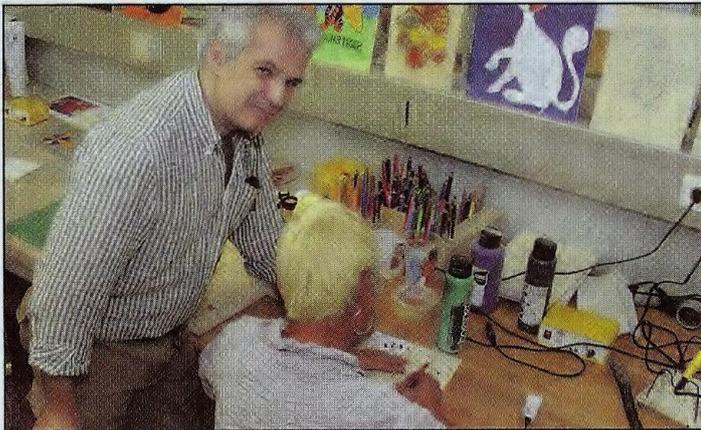
habe hier in Kalksburg durch viele positive Gespräche, beim Malen, bei der Gartenarbeit und auch beim Singen im Chor meine alte Fröhlichkeit zurückgewonnen. Es gibt für mich wieder viele schöne Dinge, die mir viel mehr Freude bereiten als das Trinken.“

Beim Singen mit anderen Patienten konnte sie endlich ihre Emotionen zeigen und ausleben. Und beim Malen hat sie deutlich erkannt, dass es im Leben nicht immer zwingend um die anderen gehen muss.

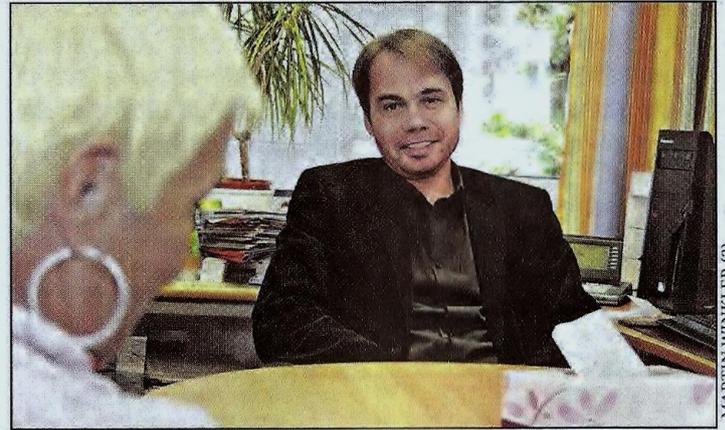
Sie wusste das längst. Doch die Ärzte haben es ihr auch noch einmal gesagt: „Der Alkohol wird in meinem Leben immer da sein. Aber im Moment ist er für mich weit weg. Er lauert versteckt, irgendwo in einem Eck.“

Geholfen haben ihr während der Therapie die kontrollierten Atem-Übungen, die sie mittels Biofeedback erlernt hat. Sie sollen sie auch in Zukunft retten – dann, wenn sie wieder einmal unvorhergesehen in Stress gerät. Denn eigentlich war sie schon zwölf Jahre trocken, als sie ein privates Schicksal in Panik versetzt hat und erneut zur Flasche greifen ließ. „Ich hoffe, dass mir das jetzt nicht mehr passieren wird“, sagt die 65-jährige Wienerin zum Abschied. „Ich hätte mir ja genauso gut einen Kaffee kochen können und danach vielleicht ein Bild malen.“

Nie wieder trinken? Anita kann das heute nicht mit absoluter Sicherheit sagen. Sie weiß nur aus der Vergangenheit: „Der Alkohol hat mich getäuscht. Heute weiß ich, dass er kein Freund von mir ist.“



**BEIM MALEN hat Anita wieder zu sich selbst gefunden**



**IM GESPRÄCH mit Therapeut Oliver Scheibenbogen**

# „Es geht durchaus um Berauschung“

Selbsterkenntnis ist der erste Schritt zur Besserung, heißt es. Stimmt wohl, denn genau so kam auch der international angesehene Suchtforscher Michael Musalek, ärztlicher Leiter des Anton-Proksch-Instituts in Wien-Kalksburg, zu seinem Orpheus-Programm.

**KURIER:** Herr Professor Musalek, was ist die Grundidee Ihres Orpheus-Programms?

**Michael Musalek:** In bisherigen Therapieformen ging es darum, die Abstinenz so gut als möglich zu erhalten. Beim Orpheus-Programm geht es darum, für sich das Schöne am Leben zu finden. Es geht durchaus um Berauschung, aber ohne Suchtmittel.

*Ist das realistisch?*

Ja. Man kann sich eine Suchtkrankheit in ihrer Wirkweise wie eine Allergie vorstellen. Wenn ich mit dem Allergen nicht in Berührung komme, kann ich diese Krankheit haben, ohne ständig krank sein zu müssen.

*Daher die Suche nach echten Freuden.*

Genau, man kann eine Sucht nicht wegreden, man kann aber sehr wohl andere Leidenschaften fördern.

*Wie kamen Sie eigentlich auf Orpheus?*

Ich habe an mir selbst festgestellt, dass ich die lebenslange Enthaltensamkeit, die ich von den Patienten verlange, selbst niemals zusammenbringen würde. Und da ist mir dann die alte Geschichte von Orpheus eingefallen.

*Die Geschichte mit der Leier, nicht die Geschichte im Hades. Was ist das Therapieziel?*

Ein möglichst autonomes Leben und ein möglichst freudvolles Leben.



**DER PROFESSOR MIT DER LEIER:** Michael Musalek fand schönere Töne für die Therapie

*Wie viele Patienten gingen bisher schon durch das Orpheus-Programm?*

Wir halten derzeit bei 4500 Patienten.

*Lässt sich aus diesen ersten Erfahrungen bereits etwas ableiten?*

Die Attraktivität der Behandlung ist signifikant größer geworden. Es ist daher davon auszugehen, dass die Leute länger im Programm bleiben. Der Paradigmenwechsel von der Kontrolle hin zur Kreativität hat auch in der Fachwelt für großes Aufsehen gesorgt.

Das Orpheus-Programm ist zur eigenen Marke geworden.

*Wirkt Orpheus auch bei anderen Süchten?*

Nicht nur das. Wir haben festgestellt, dass es auch Burn-out-Patienten helfen kann, weil denen ja ebenfalls das Erlebnis vom schönen Leben abhanden gekommen ist. Fein ist außerdem, dass es meine Mitarbeiter motiviert. Weil es in diesem Programm weniger um Zwang als um die Schönheit geht, weil die Therapieziele absolut erreichbar sind.

## Sagenhaft

### Orpheus und das Orpheus-Programm

In der griechischen Mythologie dienten die **Sirenen** als Symbol für die Verführung. Diese berühmte berüchtigte Vogel-Menschen versprachen mit ihrem süßen, verführerischen Gesang den vorbeifahrenden Schiffen Schönheit und Genuss, brachten ihnen jedoch Tod und Verderben. Wer die Sirenen hörte, verfiel ihnen.

Zwei Helden der Antike kamen unverwundet und lebend an den Sirenen vorbei: **Odysseus** und **Orpheus**. Sie wählten unterschiedliche Strategien, um den Verführungen der Sirenen zu widerstehen:

Odysseus ließ sich an einen Schiffsmast binden – und befahl den Ruderern, sich die Ohren mit Wachs zu versiegeln. Die Methode des Kampfs, des Zwangs und der **Selbstgeißelung** kam auch in der Suchttherapie lange zur Anwendung.

Orpheus hatte eine andere Idee. Als er mit den Argonauten an den Sirenen vorbeisegelte, nahm er seine Leier zur Hand und sang so schön, dass er damit die Sirenen übertönte – er machte **die bessere Musik**.

Beim Orpheusprogramm sollen die Patienten ihre Kreativität und Ausdrucksmöglichkeiten entdecken, um den Verlockungen der Suchtmittel **andere Strategien** entgegenzusetzen zu können.

**Die alte Leier:** Dass Orpheus später größere Probleme in der Unterwelt bekam, weil er mit seiner Musik seine Frau befreien wollte, steht auf einem anderen Blatt.