

K., 45 Jahre (Partner): Therapeut sein? Nicht sinnvoll

Obwohl ich die Anzeichen einer Essstörung aus früheren Erfahrungen kannte, habe ich bei meiner Partnerin anfangs nichts bemerkt; zu routiniert hat sie dies damals versteckt. Als es dann zu einer festen Beziehung kam, wir öfters zusammen unterwegs waren und bei Freunden und Familie zum Essen eingeladen waren, waren die Anzeichen unübersehbar. Ich bin heute noch unendlich dankbar dafür, dass sie mich schon früh eingeweiht und mir viel erzählt hat, ohne von mir zu verlangen, dass ich alles verstehe. Selbstverständlich war mein erster Impuls: Wie kann ich sie unterstützen? Na ja, schließlich will man seiner Liebsten doch helfen, wo es nur geht. Also machte ich einen Lernprozess durch, der schmerzlich war. Der Prozess mündete schließlich in der Erkenntnis: Ich bin nicht der Therapeut – ich akzeptiere und halte aus. Das ist einfach gesagt, aber eine gewaltige Herausforderung, und jeder, der die Situation kennt, versteht, dass man auch mal zweifeln darf, ob man das überhaupt schaffen kann. Es kam mitunter knüppeldick. Ich habe unterstützt, so gut es ging, nur genau das getan, was wir vorher zusammen abgemacht haben, und dann nur genau so viel, wie sie situativ zulassen konnte. Ich musste da sein, wenn nötig, oder ich musste weg sein, wenn nicht erwünscht, unsichtbar – Fingerspitzengefühl und Diplomatie waren gefragt, wir bekämpften ja eine Essstörung und nicht ich die Partnerin. Sie ganz fest in meinen Armen zu halten, als Fels in der Brandung, war oft das Einzige, was half und was meine Partnerin auch zuließ. Die schwarzen Löcher waren am schwierigsten auszuhalten. Die Stille, der leere Blick, die unendliche Unansprechbarkeit (gibt es dieses Wort überhaupt, das die Situation so treffend beschreibt?). Da musste ich oft über meinen Schatten springen und auch nach mir schauen, mich nicht reinziehen lassen. Wir blieben immer in Kontakt, haben miteinander geredet, die Verbindung nicht abreißen lassen. Es erforderte viel Geduld, unendlich viel Geduld, eine Deadline war nicht in Sicht, die gab es vermutlich nicht, aber der Aufwand hat sich gelohnt – ja wir sind noch zusammen, konnten eine Familie gründen, hatten Hochs und Tiefs, und sie hat es geschafft – „wir“ haben die Essstörung voll im Griff.

Und es gilt immer noch: Ich habe es ausgehalten und ich war nie der Therapeut.