

Wird nicht einer Art von „Voyeurismus“ Tür und Tor geöffnet, wenn Menschen öffentlich ihre intimsten Probleme und Ängste preisgeben? Sicher gibt es solche „Voyeure“. Darunter sind aber sehr viele, die selbst große Schwierigkeiten haben und dann oft genug Mut finden, anzurufen. Zum anderen kann man auch vom Mithören profitieren. Dies wurde mir in vielen Briefen bestätigt.

drinstecken. Meist suchen Männer und Frauen Rat, die Probleme mit Alkohol, Nikotin oder Medikamenten haben. Für jede Sendung wird ein spezielles Thema aus einem Spektrum ausgewählt, das von der Abhängigkeit von legalen und illegalen Drogen bis hin zu Arbeits-, Spiel-, Eß- oder Sexsucht reicht. **Wieviele haben denn die Chance, in der kurzen Sendezeit mit Ihnen zu sprechen?**

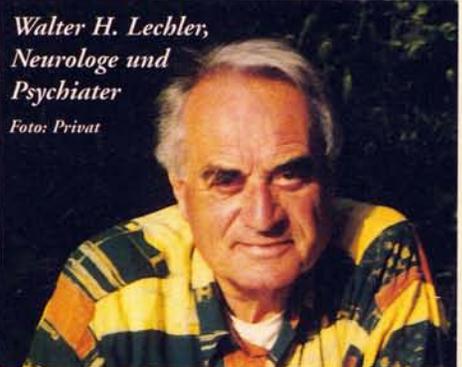
## Die eigene Sucht entdecken

Seit rund 25 Jahren berät der Neurologe und Psychiater Walther H. Lechler in der Sendung „Ratgeber Lebensfragen“ im Nachtradio von SWF 1 Hörer und Hörerinnen mit Suchtproblemen. Am Sonntag, 12. Mai, von 22.15 Uhr bis 24 Uhr, steht „Alkohol“ auf dem Programm. Mit dem Facharzt und Gründer der Psychosomatischen Klinik in Bad Herrenalb sprach unser Redaktionsmitglied Alexander Werner.

**Sie wollen also mit der Sendung nicht nur „Süchtige“ erreichen?** Nein, sondern auch Menschen, denen bei anderen Suchtprobleme auffallen und die helfen wollen. Etwa die „Komplizen“, zum Beispiel sogenannte „Co-Alkoholiker“, das Heer derjenigen, die aus Hilfslosigkeit Sucht decken. Sie sollten das Spiel zugunsten des Süchtigen, das bereits mit Entschuldigungen beim Arbeitgeber beginnt, nicht mehr mitmachen. Oft rufen auch Kinder von zehn bis vierzehn Jahren an, die sich um ihre Eltern sorgen und häufig mehr beobachten als Erwachsene. **Rufen auch Jugendliche an?** Betroffene Jugendliche wenden sich erstaunlicherweise seltener an mich. Ihnen ist oft noch nicht bewußt, wie stark sie in der Sucht

Für etwa zehn Anrufer habe ich jeweils fünf bis zehn Minuten Zeit. Entsprechend der Einschaltquote gibt es aber natürlich einen Multiplikatoreffekt. Außerdem bekomme ich noch Post, auch von Leuten, die sich nicht getrauen, im Studio anzurufen. **Welche Chancen sehen Sie, zu helfen?** Selbstverständlich kann ein Gespräch via Telefon mit einem Experten keine Therapie ersetzen. Aber ich kann Anregungen, Anstöße für einen Gesundungsprozess geben, Mut machen, hinweisen auf Beratungsstellen, Selbsthilfegruppen, auf Menschen in einer ähnlichen Situation. Gefordert wird dabei ein großes psychologisches Einfühlungsvermögen. Ich muß die Schwachpunkte in der Persönlichkeit sofort erkennen, spüren, ob jemand Hemmungen

hat oder die Schuld noch bei anderen sucht. **Können Sie die Erwartungen erfüllen?** Ich weise darauf hin, daß ich keine endgültigen Lösungen anbieten kann. Viele brauchen einen „Kick“ – und den versuche ich mit dem Akzent meiner Überzeugung und Erfahrung rüberzubringen. Es ermutigt mich, wenn sich nach der Sendung oder manchmal noch nach Jahren Anrufer oder Hörer bei mir bedanken. Viele haben mir gesagt oder geschrieben, daß sie tatsächlich ihr Leben geändert, mit Rauchen oder Trinken aufgehört, neue Lebenskraft bekommen haben. Über die Sendung erreiche ich viele Menschen, die auf der Suche nach Auswegen aus ihren Schwierigkeiten sind, aus eigener Kraft den Mut dazu aber nicht aufbringen. Manche haben Probleme mit Ärzten, mit der heutigen „Fünf-Minuten-Medizin“. Patienten werden allzuoft mit Medikamenten abgefertigt und in ihrer seelischen Not, an der vorbeitherapiert wird, alleine gelassen. Die Menschen aber suchen persönliche Ansprache. Den Grad der Einsamkeit bei der heutigen Flut der Kommunikationsmittel kann man sich kaum vorstellen.



Walther H. Lechler, Neurologe und Psychiater  
Foto: Privat

**Raten Sie nicht zu Arztbesuchen?** Wenn ich weiß, wo das Problem liegen könnte, empfehle ich neben der gründlichen körperlichen Untersuchung einen Besuch beim Psychologen, beim Psychiater oder eventuell eine Behandlung in einer Therapieeinrichtung. Der Sender gibt zudem zentrale Kontaktadressen, etwa Anschriften von Selbsthilfegruppen, weiter. **Bleibt der Kontakt immer anonym?** In der Sendung nennen die Anrufer weder ihren Namen noch ihren Wohnort. Damit wird ihre Anonymität gewährleistet. Falls Hörer direkt nach dem Rundfunkbeitrag oder vereinzelt auch später über meine Privatpraxis noch das Gespräch suchen sollten, unterliegt das dann der ärztlichen Schweigepflicht.