

Isabell schämt sich für die Alkoholsucht ihres Vaters: Auf unseren Fotos will sie nicht erkannt werden

MEIN VATER IST EIN TRINKER

Jährlich sterben 74 000 Menschen durch den Konsum von Alkohol.

Rund 1,3 Millionen Menschen in Deutschland sind alkoholkrank. Auch Isabell* (16) musste leiden, weil ihr Vater abhängig war und beinahe die Familie zerstört hätte

TEXT: Astrid Bock

Bier, Wein, Schnaps – er hat alles getrunken. Jeden Tag war er besoffen, es zählte nur noch der Rausch. Wie ein schwerer schwarzer Schatten verfolgt Isabell die Angst, dass ihr Vater erneut zur Flasche greifen könnte. Mit MÄDCHEN hat die 16-Jährige über ihre Erfahrungen, ihr Leid und ihre Ängste gesprochen...

Das leise Schnaufen, die weichen, warmen Nüstern, die fliegende Mähne beim unbeschwerten Galopp über Felder und Wiesen – die Welt der Pferde, das war Isabells heile Welt. Die Welt, in der sie loslassen, abschalten und vergessen konnte. Vergessen, was zu Hause los war, in dieser anderen, dieser hässlichen Welt. Isabells Vater hing an der Flasche – ohne Bier, Wein und Schnaps konnte er nicht mehr existieren. Alles drehte sich nur noch um die Droge Alkohol. Gemeinsame Ausflüge, Kinobesuche oder unbeschwertes Beisammensein – das gab es nicht mehr. „Es hat ganz langsam angefangen, mit einem Feierabend-Bier. Aber irgendwann hat er dann nur noch getrunken“,

Ab 0,2 Promille verändern sich Erleben und Verhalten.

erklärt die 16-Jährige. „Er hat sich für nichts mehr interessiert, das hat unsere ganze Familie belastet.“ Wenn ihr Vater nachmittags von der Arbeit kam, stand er, noch bevor Isabell oder ihre Mutter ihn begrüßen konnten, am Kühlschrank, um sich ein Bier zu holen. Schließlich hatte das Mädchen aus Meerbusch in Nordrhein-Westfalen auch keine Lust mehr, ihn zu begrüßen. Überhaupt wollte sie am liebsten ihre Augen verschließen vor dem, was da bei ihr zu Hause los war. Auch ihre Mutter wollte die Erkrankung des Vaters so lange wie möglich geheim halten. Deshalb taten sie nach außen hin immer so, als sei alles in Ordnung. Isabell hat weiter ihre Freunde eingeladen, ist normal zur Schule gegangen. Geredet hat sie darüber aber mit niemandem, hat ihr Problem über Monate mit sich herumgetragen wie einen schweren Rucksack. „Das ist eine Art Schutzmechanismus, der bei sehr vielen Jugendlichen einsetzt, die suchtkranke Eltern haben. Sie ziehen sich in sich zurück, schotten sich ab“, erklärt Kirsten Ehrkamp von der Suchtberatung der Caritas in Neuss. Auch Isabells Vater hat die Augen vor seiner Krankheit verschlossen,

was zu vielen Konflikten in der Familie geführt hat. Niemand möchte gerne als „Alkoholiker“ oder „Suchtkranker“ abgestempelt werden. Und weil Isabells Vater weiter ins Büro gegangen ist und man ihm außerhalb von zu Hause kaum etwas angemerkt hat, war es für ihre Mutter nicht leicht, ihm klarzumachen, dass er dringend Hilfe braucht. Isabells Vater kommt dreimal für zwei Wochen in den Entzug und macht dann fast vier Monate eine Kur. Eine sehr schwere Zeit für alle, die sich aber gelohnt hat „Mein Vater gilt

1,3 Millionen Deutsche sind alkoholabhängig.



Fotos: Astrid Bock; Fotolia; Mauritius Images; Name geändert



Der Alkohol zerstört viele Familien. Auch Isabells Vater griff jeden Tag zur Flasche

noch immer als Alkoholiker, er ist aber trocken. Momentan ist er wieder wie früher“, sagt Isabell glücklich. Dass eine Alkoholabhängigkeit so glimpflich verläuft, ist leider selten, weiß Kirsten Ehrkamp: „Wir betreuen viele Kinder mit sehr tragischen Geschichten.“ Die Sozialarbeiterin leitet eine Gruppe von Jugendlichen, deren Eltern suchtkrank sind. „Der Vater eines Mädchens ist vor ein paar Monaten gestorben, weil sein Körper so geschädigt war von den regelmäßigen Abstürzen!“ Alkohol zerstört Organe und Gehirnzellen, beeinflusst vor allem auch die Gefühle. Deswegen ist das Zusammenleben mit Alkoholikern sehr schwer, weil sie oft nicht mehr „Herr ihrer Sinne“ sind. „Viele Eltern sind nicht mehr in der Lage zu arbeiten, vernachlässigen oder schlagen ihre Kinder. Und es gibt viele, die nicht mehr rauskommen aus der Alkoholspirale“, erklärt Frau Ehrkamp. Die Angst vor einem Rückfall verfolgt auch Isabell ständig, klebt an ihr wie ein dunkler Schatten. Denn schon kleinste Mengen Bier & Co. reichen, um einen trockenen Alkoholiker wieder abhängig zu machen...

Ca. 8 Millionen Menschen leben mit einem alkoholabhängigen Menschen zusammen.

Hol dir Hilfe!

> Das kannst du tun, wenn du glaubst, dass auch dein Vater/deine Mutter alkoholabhängig ist

Nicht jeder, der regelmäßig Alkohol trinkt, ist abhängig. Gefährlich wird es erst, wenn jemand Bier, Wein oder Schnaps trinkt, um sich besser zu fühlen, und immer mehr „Stoff“ braucht. Es gibt einige kleine Warnzeichen wie Vergesslichkeit, Unruhe, Schlafstörungen und nachlassende Leistungsfähigkeit. Jemanden darauf anzusprechen, ist keine einfache Sache – oft fühlen sich Suchtkranke

bloßgestellt und reagieren abweisend. Sich seine eigene Abhängigkeit einzugestehen und Hilfe von außen anzunehmen, kostet sehr viel Überwindung. Deshalb solltest du, wenn du einen Verdacht hast, mit Fachleuten sprechen. Sie stehen dir dabei zur Seite. Es gibt über 1300 Beratungsstellen in Deutschland (z. B. caritas.de). Hier kannst du anonym deine Situation schildern. Die Leute sind speziell geschult und können viel besser einschätzen, ob jemand abhängig ist oder nicht.



CARITAS Die Caritas ist ein Hilfswerk, das sich in ganz vielen Bereichen engagiert – auch in der Suchtberatung. Die Mitarbeiter sind speziell geschult und können anhand verschiedener Warnzeichen erkennen, ob jemand Alkoholiker ist oder nicht. Wenn du also einen Verdacht hast, wende dich an sie. Die Gespräche sind anonym und geheim, genauso wie die freiwilligen Gruppentreffen mit anderen Betroffenen. Der gegenseitige Austausch hilft vielen Jugendlichen besser mit ihrer Situation klarzukommen. Auf caritas.de findest du weitere Infos sowie eine Online-Beratung.



KIDKIT kidkit.de
Kidkit ist ein Online-Angebot. Es bietet dir:
• Infos zu den Themen Sucht, Gewalt und psychischen Erkrankungen
• kostenlose und anonyme Online-Beratung
• ein Forum, in dem du dich mit anderen austauschen kannst.
• einen moderierten Chat

Alkohol

> Alkoholische Getränke gibt es seit Jahrtausenden. Alkohol zu trinken, ist in Maßen auch okay.
> Reiner Alkohol (Äthanol) ist eine farblose, brennbare und brennend schmeckende Flüssigkeit. Er ist auch in Chemikalien, Medikamenten und Parfums und wirkt desinfizierend.
> Enthält ein Getränk mehr als 0,5 Volumenprozent Alkohol, muss das auf der Flasche angegeben sein. Durchschnittlich enthält Bier 4,8%, Wein 11% und Schnaps 33%.
> Alkohol geht über das Blut schnell in den gesamten Körper. Er beeinflusst vor allem die Zentren im Gehirn, die unser Bewusstsein und die Gefühle steuern und wirkt betäubend.
> Die Leber baut den Alkohol stufenweise ab, das dauert aber. Im Durchschnitt 0,14 Promille pro Stunde.
> Weil nicht jeder Körper Alkohol gleich gut abbauen kann, geht es vielen Menschen danach oft schlecht.
> Alkoholkonsum kann berauschen und lustig machen, aber er erhöht das Unfallrisiko und die Gewaltbereitschaft.

Sind deine Eltern alkoholabhängig?

> Trinkt dein Vater/deine Mutter mehrmals wöchentlich Alkohol? Ja/nein
> Trinkt er/sie deutlich mehr als ca. zwei Gläser Wein (0,5 l) oder eine große Flasche Bier? Ja/nein
> Hast du das Gefühl, er/sie trinkt, um sich besser zu fühlen und Probleme zu vergessen? Ja/nein
> Hast du den Eindruck, er/sie versteckt Alkohol bzw. trinkt heimlich? Ja/nein
> Hast du das Gefühl, er/sie kann nicht auf Alkohol verzichten? Ja/nein
Wenn du alle Fragen mit „Ja“ beantwortet hast, solltest du mit einem Fachmann, einer Beratungsstelle oder einem Arzt sprechen. Eine Alkoholsucht ist schwer zu erkennen und ein solcher Test kann keine Diagnose stellen. Auch wenn jemand häufiger ein Glas Wein oder Bier trinkt, ist er nicht automatisch Alkoholiker.