

Serie Selbsthilfe

KURZINTERVIEW

So leiden die Kinder



Professor Alexander Diehl (47), Chefarzt der Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik in der Salzdahlumer Straße

1 Wie sehr leiden Kinder unter der Alkoholsucht ihrer Eltern?

Die Beeinträchtigung der Kinder ist häufig sehr hoch, da sie ja in jeder Beziehung unmittelbar abhängig von ihren Eltern sind und die Suchterkrankung oft nicht als solche mit einer gewissen Distanz einordnen können. Deshalb beziehen sie zum Beispiel auffälliges Verhalten auf sich, viele erleben sogar eine eigene Schuld.

2 Wie schwierig ist es, sich von dem Erlebten loszulösen?

Das kann unterschiedlich schwer sein, abhängig von einer individuellen Disposition und von Umgebungsfaktoren.

ren. Beschützend sind nahestehende andere Bezugspersonen, die konstanten Rückhalt geben können. Neben genetischen Einflüssen hat auch das Erlebte häufig überdauernden, prägenden Charakter. Traumatisierende Ereignisse können wie vorgelebte Verhaltensweisen oft auch im späteren Erwachsenenalter nicht einfach abgelegt werden. Neben dem Risiko einer eigenen Suchterkrankung ist auch das Risiko für die Entwicklung zum Beispiel einer Depression oder Angsterkrankung erhöht. Die Loslösung von dem Erlebten bedarf dann nicht selten zumindest einer therapeutischen Begleitung.

3 Warum haben sie als Erwachsene nicht selten Bindungsängste?

Zum Glück führen diese Risikofaktoren nicht immer zu eigenen auffälligen Verhaltensmustern, auch nicht immer zu Kontakt- oder Bindungsstörungen. Das Risiko ist allerdings tatsächlich erhöht, wahrscheinlich im Sinne einer Distanz als „Überlebensstrategie“, die in jungen Jahren vor Verletzung und Enttäuschung schützen sollte. Im Erwachsenenalter kann sie dann nicht einfach abgelegt werden.



Wenn Eltern alkoholsüchtig sind, leiden die Kinder in besonderem Maße – und dies gilt auch noch dann, wenn die Kinder selbst erwachsen sind.

Symbolfoto: dpa

Mama, lass bitte die Finger vom Alkohol!

Jutta ist längst erwachsen. Sie wünscht sich, dass ihre Mutter endlich sieht, dass sie eine Tochter hat.

Von Iris Antelmann

Braunschweig. Jutta S. hat einen Traum. Den Traum, dass ihre Mutter wieder mehr im Leben steht. Dass ihre Mutter die Finger vom Alkohol lässt. Dass ihre Mutter endlich sieht, dass sie eine Tochter hat. Jutta liebt diesen Traum – und doch ahnt sie, dass er nur ein Traum bleiben wird. Laut Statistik finden 50 Prozent der Betroffenen, die sich einer Therapie unterziehen, den Weg aus der Abhängigkeit vom Alkohol. Juttas Mutter aber ist nicht in Behandlung.

Jutta hat eigentlich einen anderen Namen, doch den möchte sie an dieser Stelle nicht genannt haben, ebenso wenig den Wohnort ihrer Mutter. Zu peinlich könne es Dritten gegenüber werden, glaubt sie.

Jutta also. Jutta ist 28 Jahre alt und wohnt in Braunschweig. Rund 50 Kilometer entfernt von ihrer Mutter, 50 Kilometer entfernt von der Sucht. Nicht nur räumlich hat sie sich von ihrer Mutter distanzieren – seit ihrem Auszug aus dem Elternhaus vor fünf Jahren hat sie den Kontakt auf das Notwendigste reduziert. Sie ertrage nicht, was ihre Mutter aus ihrem Leben gemacht habe, sagt die 28-Jährige.

Wenn die beiden Frauen doch aufeinander treffen, dann sind die Gespräche oberflächlich. Geplänkel, nicht mehr. Das war mal anders: Vor einigen Jahren hatte Jutta versucht, ihrer Mutter ins Gewissen zu reden, hatte versucht, sie von diesem Teufelszeug wegzubekommen. Die Gespräche en-

deten immer im Streit, gebracht haben sie nichts.

Juttas Therapeut hat ihr geraten, ihr eigenes Leben zu führen und sich nicht für ihre Mutter verantwortlich zu fühlen. Das klappte ganz gut, sagt die 28-Jährige, nur manchmal komme der ganze Mist hoch.

So auch jetzt, als sie ihre Geschichte erzählt. Sie weint. Mit am Schlimmsten fände sie die Tatsache, dass ihre Eltern keinen Platz für ihre Tochter hätten. Auch der Vater sei meist mit sich selbst beschäftigt, er leide an Depressionen.

Beide wüssten überhaupt nicht, was ihre Tochter fühle, denke, wirklich bewege. Und doch empfinde sie kaum Wut ihren Eltern gegenüber, stattdessen Mitleid und Trauer.

Früher, als Jutta noch Kind und Jugendliche war, habe sie die ganze Tragik kaum wahrgenommen. Sie hatte früh einen Freund, war viel bei ihm. Heute weiß sie, dass es eine Art Flucht war. Flucht vor dem Ort, der ihr Geborgenheit geben sollte und doch nicht gab.

Die fehlende Zuneigung und die Sucht ihrer Mutter hätten Spuren hinterlassen, erzählt Jutta. Sie könne ganz schlecht allein sein, brauche immer einen Partner an ihrer Seite. Einen, der ihr viel Bestätigung gebe, weil das Selbstwertgefühl am Boden sei. Oft sind ihre Freunde abhängig, Drogen oder so. Mindestens Kiffen. Sie falle dann immer wieder in die Helferrolle, ohne es zu wollen.

Aktuell geht es Jutta ganz gut. Sie befindet sich im letzten Drittel ihres Studiums, geht regelmäßig

zur Therapie, alle zwei Wochen zur Selbsthilfegruppe erwachsener Kinder von Alkoholikern. Dort fühlt sie sich gut aufgehoben, kann über ihre Sorgen sprechen, man hört ihr zu. Und sie sieht, dass auch andere Menschen betroffen sind. Wenn zum Beispiel Annette von deren alkoholabhängigen Mutter erzählt und davon, dass sie sich um ihre Kindheit beiraubt fühle, dann weiß Jutta, dass sie nicht allein ist mit ihren Problemen. Und das gibt ihr Kraft. Unabhängig davon, ob sich ihr Traum nun doch noch erfüllen wird oder nicht.

■ DIE SELBSTHILFEGRUPPE

Erwachsene Kinder von Alkoholikern

– bei den Treffen der Selbsthilfegruppe beschäftigen sich die Betroffenen mit der Aufarbeitung spezieller Themen und Gefühle, die sie aufgrund ihrer Kindheit noch stark beeinträchtigen und die noch nicht oder nicht ausreichend verarbeitet wurden. Es geht um den Umgang mit Wut, Hass, Scham, Trauer und persönlichen Problemen.

Treffen: mittwochs 14-tägig in den geraden Kalenderwochen von 19 bis 21 Uhr. Ort und weitere Informationen können bei der KIBiS eingeholt werden.

Kontakt: KIBiS (Kontakt, Information und Beratung im Selbsthilfebereich): Telefon: (0531) 4 80 79 20, Mail: kibis@paritaetischer-bs.de. Im Internet: www.selbsthilfebraunschweig.de

Anzeige

Velterfolg mit großem Orchester MY FAIR LADY



Mädchen mit einer kraftvollen und vulgären Sprache. Sie wird zu seinem wissenschaftlichen Objekt und von nun an Tag und Nacht mit ungewöhnlichen Sprachübungen gequält. Der Unterricht gleicht einer Dressur und Higgens behandelt Eliza sehr herablassend. Doch ist dies der Weg, um sich Ruhm und Ehre bei der High Society zu beschaffen und eine anerkannte Dame zu werden? Und wann bemerkt der Professor, dass Eliza auch eine selbstbewusste Frau voller Träume und eigenen Sehnsüchten und tiefen Gefühlen ist?

Unter der Regie von Lajos Wenzel und musikalischer Leitung von Inga Hilsberg begeistert „My Fair Lady“ in dieser klassischen Neu-Inszenierung der Kammeroper Köln in deutscher Sprache mit genialen Dialogen, genauer Personenführung und sich

daraus entwickelnder Situationskomik, mit großartigen Tanzszenen und wundervollen Melodien, begleitet von einem großen Orchester der Kölner Symphoniker. Ein kurzweiliger Abend auf höchstem Niveau. Genießen Sie diesen Klassiker, in dem Romantik, Unterhaltung und Ernsthaftigkeit zu gleich Platz finden!



Braunschweig - Stadthalle
Di 10.02.2015, 20:00 Uhr

Tickets: bei adticket, Hotl. 0180 60 50 400, auf eventim.de, Hotl. 01806 57 00 70 & alle bek. VVK-Stellen