

INTERVIEW 1

DER SUCHTBERATUNG

Dagmar* (65) aus Kamen | Angehörige eines seit 3 Jahren trockenen Alkoholikers und Mitglied einer Angehörigen-Selbsthilfegruppe



„Welche Beziehung hast du zu Alkohol?“ ist das Thema der Suchtwoche in diesem Jahr: Wie sieht es bei dir aktuell aus?

Aktuell ist es so, dass ich ab und an in Gesellschaft Alkohol trinke. Das kann wochenlang mal nicht sein, aber wenn es einen konkreten Anlass gibt, dann trinke ich schonmal eine Flasche Bier oder auch ein Glas Wein. Als mein Mann aus der Entgiftung und anschließender Rehabilitation zurück war, da habe ich monatelang nichts getrunken, hier zu Hause, da war ich noch sehr unsicher. Irgendwann habe ich meinen Mann mal gefragt, ob er etwas dagegen hätte, wenn ich zu Hause Alkohol trinken würde, das hat er aber sofort verneint. Mittlerweile sagt er auch, dass es ihn nicht stört, wenn um uns herum Alkohol getrunken wird, zum Beispiel wenn wir in einem Lokal sind. Dann trinke ich auch schon mal ein Glas Wein oder eine Flasche Bier.

Hat sich deine Beziehung zu Alkohol in deinem Leben geändert? Wenn ja, wann und warum?

Ja, es hat sich im Laufe der Jahre verändert. Bis zu meinem ca. 20. Lebensjahr habe ich überhaupt keinen Alkohol getrunken. Als ich dann Mitte 30 war, da veränderte sich das ein wenig, weil es zu einem Machtspiel zwischen meinem Mann und mir wurde, wer etwas auf einer Feier trinken darf und wer dann Auto fährt und somit nichts trinkt. Mein Mann pochte regelrecht darauf, dass er trank und ich fahren sollte. Damals habe ich es noch nicht so registriert, aber da fing es ungefähr an, dass es für ihn ganz normal wurde tagtäglich Alkohol zu trinken und er wollte das dann auch, dass ich ihn dabei ‚unterstütze‘, in dem ich dann die Fahrerin war und nüchtern blieb. Das lief dann über Jahre so. Mittlerweile ist es ja umgekehrt [lacht]. Er trinkt ja nie und ich könnte somit jedes Mal trinken, wenn wir unterwegs sind, aber das mache ich nur sehr selten.

Welches Erlebnis hast du in Bezug dazu als besonders einschneidend empfunden?

Ja, da gab es etwas. Unser Sohn fing in der Pubertät an zu trinken und begann dann auch mit Glücksspiel. Einmal, mit circa 16 Jahren, kam er eines Abends sehr betrunken nach Hause. Daran kann ich mich noch sehr gut erinnern, dass ich total schockiert war, weil ich ihn in diesem Zustand das erste Mal gesehen habe. Er konnte nicht mehr sprechen und mein Mann und ich mussten ihn ins Bett bringen. In dieser Zeit hat mein Mann ebenfalls schon viel getrunken, nachmittags in der Garage oder im Garten und dann abends das ‚Feierabendbier‘, aber es war mir damals nicht bewusst, wie viel er wirklich trank. Heute bin ich stolz, dass mein Mann durch seine Erfahrungen unseren Sohn unterstützen kann. Der hat kürzlich eine Entgiftung gemacht und befindet sich jetzt in der Entwöhnungstherapie in einer Klinik. Da mein Mann dasselbe durchgemacht hat, kann er meinen Sohn gut dazu motivieren am Ball zu bleiben während der Therapie, wenn er da mal einen Durchhänger hat.

Was hilft dir, dich mit dem Thema weiter auseinanderzusetzen?

Das Thema ist für mich überall präsent. Es fällt mir draußen, in Gesellschaft, im Verein oder im Park gehäuft auf. Ich habe jetzt einen ganz anderen Blick auf das Thema Alkohol. Insbesondere wie ‚normal‘ der Alkoholkonsum in den Medien gezeigt wird. Wenn da zum Beispiel Essen zubereitet wird, dann ist auf jeden Fall schon bei der Zubereitung ein Glas Wein dabei, damit die Stimmung gut ist. In jedem Krimi gibt es Kommissare, die abends in die Bar gehen und sich ein paar Schnäpse trinken, damit sie ‚runterkommen‘. Das fällt mir heute viel mehr auf, als es früher der Fall war.

INTERVIEW 1

DER SUCHTBERATUNG

Dagmar* (65) aus Kamen | Angehörige eines seit 3 Jahren trockenen Alkoholikers und Mitglied einer Angehörigen-Selbsthilfegruppe



Warum ist es dir wichtig, eine Gruppe für Angehörige zu besuchen?

Für mich ist das ganz wichtig, weil ich das Gefühl habe, dass es mir guttut und dass ich mit dem Thema nicht alleine bin. Es ist ein Ort, an dem ich mich austauschen kann, und meine eigenen Erfahrungen ein Stück weit weitergeben kann an Betroffene, die neu dazu kommen. Außerdem finde ich, dass es eine nette Gruppe ist mit einer guten Atmosphäre, in der ich mich öffnen kann und frei reden kann, ohne dass ich Angst haben muss, dass das Thema bei der nächsten Nachbarschaftsfeier besprochen wird. Das, was in der Gruppe besprochen wird, bleibt auch in der Gruppe, das ist ein gutes Gefühl.

Was würdest du anderen Angehörigen raten, die einem Menschen nahe stehen der problematisch oder abhängig Alkohol trinkt?

Ich würde der Person raten, sich auf jeden Fall Unterstützung zu holen. Zum Beispiel eine Angehörigenberatung wie zum Beispiel in einer Suchtberatungsstelle oder auch einer Familienberatungsstelle. Bei einem konkreten Fall hatte ich einer Frau von der Angehörigengruppe im Gesundheitshaus in Unna erzählt und ihr gesagt, dass wir jederzeit neue Mitglieder willkommen heißen und dass sie mit dem Thema nicht alleine ist. Der Austausch kann eine wirkliche Hilfe sein und diese Hilfe kann in Anspruch genommen werden.

**Name geändert*