

Katrin Sass ist Schauspielerin (»Weissensee«) und engagiert sich als Schirmherrin für den Selbsthilfverband NACoA.



## »Ich will offen über die Alkoholsucht reden«

Sie kennt die Höhen des Schauspielerlebens – aber auch die Tiefen. Als Kind holte **Katrin Sass** ihre betrunkene Mutter regelmäßig aus der Theaterkantine, später war sie selbst jahrelang alkoholsüchtig. Heute ist sie trocken und engagiert sich für Kinder aus suchtbelasteten Familien.

### Wann haben Sie angefangen, regelmäßig Alkohol zu trinken?

Mit 19 ging es los, als ich an der Schauspielschule angefangen habe. Tagsüber in der Schule hatte ich große Angst, den Druck nicht aushalten zu können. Wenn ich abends mit den anderen Studenten losgezogen bin, dann wurde mit steigendem Alkoholpegel plötzlich alles immer leichter und unbeschwerter. Am nächsten Morgen fühlte ich mich matt und schwer und freute mich schon auf den Abend, wo es lustig zuging, wo ich stark war und 'ne dicke Lippe riskieren konnte. Tagsüber Angst, abends überschäumende Freude – so ging das jahrelang, bis ich irgendwann anfang, auch tagsüber zu trinken

### Wann ist Ihnen klar geworden, dass Sie ernsthaft alkoholkrank sind?

Erst 1998 merkte ich, dass es nicht mehr weiterging. Nachdem ich versucht hatte, für einen einzigen Tag abstinent zu bleiben, brach ich mit einem Krampfanfall zusammen und wurde im Krankenhaus wach. Der dortige Chefarzt schaffte es dann nach und nach, meine Abwehrmauern zu durchdringen, bis ich irgendwann selbst sagen konnte: Ich habe ein Alkoholproblem, ich bin alkoholkrank.

### Wie hat ihr Umfeld auf Ihre Sucht reagiert?

Alkoholsucht ist ein Tabuthema. Es gab in meiner ganzen Alkoholikerkarriere nur drei Menschen, die mich konkret auf meinen Alkoholkonsum angesprochen haben, die mich gefragt haben, ob ich Hilfe brauche. Das war eine Fernsehredakteurin, ein guter Freund und mein damaliger Mann. Bei diesen Konfrontationen bin ich völlig

ausgerastet und habe das Alkoholproblem komplett geleugnet. Ansonsten lief aus meiner Perspektive – die natürlich schon völlig verzerrt war – lange Zeit alles ganz normal. Nach Drehschluss ging ich mit Kollegen einen trinken und ich dachte, die finden mich amüsant, wenn ich lauthals Lieder singe. Tatsächlich wurde da schon lange hinter meinem Rücken getuschelt und getratscht.

### Welche Rolle spielte Alkohol in Ihrem Elternhaus?

Meine Mutter war Schauspielerin und mein großes Vorbild. Wie in der damaligen Ost-Kunstszene üblich, trank meine

### » Die Scham und das Versteckspiel – das muss doch irgendwann ein Ende haben. «

Mutter viel und häufig. Sie kam fast jede Nacht nach der Theatervorstellung betrunken nach Hause. Ob sie Alkoholikerin war, das weiß ich nicht, denn sie hat trotz ihres Konsums nie diese Probleme bekommen, die ich später hatte. Aber das spielt auch gar keine Rolle. Wichtig ist, wie es sich für mich als Kind anfühlte. Ich habe mich vor allem für meine Mutter geschämt. Wenn sie nachts mal wieder nicht nach Hause kam, wurde ich losgeschickt, um sie zu holen. Ich wurde dann zu ihrer Komplizin, musste mir Geschichten ausdenken, wo ich die Mama gefunden habe oder wo ihr ganzes Geld geblieben ist. Ich habe in dieser Zeit gelernt, syste-

matisch zu lügen und meine Mutter zu schützen. Ich sehnte mich so sehr nach ihrer Liebe und Bestätigung und wusste unterbewusst doch, dass sie mir das gar nicht geben konnte. Immer wieder hatte ich Schuldgefühle, dass ich vielleicht selber schuld daran bin, dass meine Mutter mir diese Liebe nicht geben mag.

### Warum engagieren Sie sich als Schirmherrin für NACoA?

Ich will NACoA dabei helfen, ein gesellschaftliches Tabu zu brechen. In dieser Gesellschaft ist Alkohol allgegenwärtig, nicht nur in der Schauspielwelt – hier ist es allerdings geballt. Es vergeht keine Premiere, bei der man nicht schon zum Empfang einen Sekt in die Hand gedrückt bekommt. Aber versuchen Sie mal, ein Glas Wasser zu bekommen! Es macht mir mittlerweile richtig Spaß, in solchen Momenten laut und deutlich zu sagen: Nein, ich bin alkoholkrank und ich trinke keinen Alkohol. Wie so ein armer Kellner dann reagiert, das ist das reinste Schauspiel. Der versinkt regelrecht im Boden, weiß überhaupt nicht, wie er damit umgehen soll. Und genau das muss sich ändern, dafür kämpfe ich. Ich will, dass die Alkoholkrankheit in dieser Gesellschaft genauso normal betrachtet wird wie ein gebrochenes Bein. Deshalb rede ich ganz offen über meine Krankheit. Und wenn ich erzähle, wie es mir in der Kindheit ergangen ist, dann erreicht das vielleicht auch einige Jugendliche, die heute in derselben Situation stecken. Die sollen sehen: Wenn die Sass darüber redet, dann kann es ja gar nicht so schlimm sein, darüber zu reden. Die Scham und das Versteckspiel – das muss doch irgendwann ein Ende haben. ■