



## Mama, die Trinkerin

Julia Jüttner, Spiegel Online

**Lauras Mutter taumelte im Rausch durch die Wohnung, die Tochter sammelte die leeren Flaschen auf - und brachte sie im Schulranzen weg. 2,6 Millionen Kinder in Deutschland haben suchtkranke Eltern. Sie wachsen auf mit Lügen, Leiden, Liebesentzug: "Das kann man nur ganz schwer verzeihen."**

### Vom Streit geweckt

Es gibt Nächte, da wünscht sich Laura\*, dass sie vom lauten Streit zwischen ihren Eltern geweckt würde. Wie früher, als sie ein kleines Mädchen war. Als sie oft weinend zusehen musste, wie sich die Eltern anbrüllten. Einmal ging die Mutter auf den Vater los, trommelte schreiend auf ihn ein. Danach zog er aus. Seither sehnt sich Laura fast nach den lautstarken Diskussionen mit Türenknallen und zerbrochenen Gegenständen.

### Sucht begann nach plötzlichem Tod des Vaters

Denn ihr Vater hat Laura mit einer alkoholkranken Mutter zurückgelassen. Die studierte Pädagogin hatte zu trinken begonnen, als sie den plötzlichen Tod des eigenen Vaters zu bewältigen hatte - und die Ehe mit einem vielbeschäftigten Arzt ihr keinen Halt mehr gab. "Im Alkohol fand sie den Trost, den mein Papa ihr nicht geben konnte", sagt Laura, 17, aus Berlin. "Es war immer klar, dass ich bei Mama bleibe, wenn sich meine Eltern trennen würden. Sie arbeitete halbtags, sie war meine Hauptbezugsperson."

### 2,65 Millionen Kinder mit suchtkranken Eltern

Laura gehört zu 2,65 Millionen Kindern in Deutschland, die nach Schätzungen des Bundesgesundheitsministeriums von alkohol-, drogen- oder medikamentenabhängigen Eltern großgezogen werden. Die Zahl jener, deren Eltern unter nicht-stofflichen Süchten wie Spiel-, Arbeits- oder Sexsucht leiden, lässt sich nicht beziffern. Rund 60.000 Kinder leben mit Eltern, die von illegalen Drogen abhängig sind.

### Meister im Vertuschen

Als es zur Trennung ihrer Eltern kam, war Laura neun. Dass ihre Mutter krank ist, ahnte sie noch nicht. "Erst trank Mama heimlich, nachts, wenn ich schlief oder bei meinen Großeltern übernachtete", sagt sie. Laura erinnert sich gut daran, wie sie mit der teuren Familienlimousine an den Glascontainer fuhren und die Mutter die leeren Flaschen entsorgte. "Als hätten wir einmal die Woche ne Party veranstaltet." Laura verzieht keine Miene, als sie das sagt, ihre großen grünen Augen blicken nach unten. Sie schämte sich für die Mutter, deren aparte Aufmachung und Eleganz allmählich verloren gingen. Irgendwann hörte die Mutter auf, die Flaschen wegzuworfen. Laura begann, sie im Schulranzen aus dem Haus zu schaffen. "Kinder suchtkranker Eltern lernen automatisch, die Sucht der Eltern zu vertuschen", sagt Henning Mielke, Vorsitzender des Vereins Nacoa, einer Interessenvertretung für Kinder aus Suchtfamilien.

## **Kinder sind suchtgefährdet**

Kinder von Alkoholikern sind selbst hochgradig alkoholismusgefährdet: Studien belegen, dass bei ihnen das Risiko bis zu sechsfach höher ist als bei anderen. Ein Drittel wird im Erwachsenenalter alkohol-, drogen- oder medikamentenabhängig. Ein weiteres Drittel lebt später mit einem süchtigen Partner und setzt so Verhaltensmuster fort, die in frühester Kindheit erlernt wurden. Das letzte Drittel kommt scheinbar ohne Schädigungen davon. Doch viele von diesen Kindern leiden unter Ängsten, Depressionen, psychosomatischen Störungen.

## **Nacoa-Chef Mielke schloss sich Selbsthilfegruppe an**

Auch Nacoa-Chef Mielke wuchs mit einem alkoholkranken Elternteil auf. Nach außen hin wurde die Sucht lange Zeit sorgfältig verborgen. Im Endstadium war sie offensichtlich. Mit Anfang 20 schloss sich Mielke einer Selbsthilfegruppe für Angehörige von Alkoholikern an. "Es hat lange gedauert, bis ich erkannt habe, dass meine eigenen Probleme mit dem Suchtproblem meiner Eltern in Verbindung stehen", sagt der heute 40-Jährige.

## **Suchtfamilien schotten sich ab**

Mielke gehört zu rund sechs Millionen Erwachsenen in Deutschland, die als Kinder unter Alkoholismus in der Familie zu leiden hatten. Suchtfamilien schotten sich ab: Die Kinder erleben weniger Zusammenhalt, bekommen weniger intellektuelle und kulturelle Orientierung. Unabhängig zu leben, ist ihnen eher fremd als anderen, und ihre Freizeit verbringen sie weniger aktiv und kreativ. Die Folgen sind oft körperliche und seelische Gesundheitsprobleme und Schwierigkeiten in der Schule.

## **Kinder alkoholkranker Eltern erleben mehr Gewalt**

Kinder alkoholkranker Eltern werden ungleich häufiger geschlagen. Oft kommt es in suchtblasteten Familien zu sexuellem Missbrauch. Kinderschutzverbände führen in vielen Fällen Gewalt und Vernachlässigung auf Suchtprobleme in der Familie zurück. Pro Jahr gehen laut Bundeskriminalamt rund 3000 Anzeigen wegen Misshandlung ein - Experten schätzen die Dunkelziffer um das 20fache höher. Nach Angaben des Deutschen Kinderschutzbundes sind bis zu 500.000 Kinder von Vernachlässigung betroffen.

## **Sucht ließ sich nicht mehr verbergen**

Laura ist von ihrer Mutter emotional vernachlässigt worden - materiell jedoch nie, sagt sie. "Wir hatten immer Geld." Und Alkohol im Haus. Als sie 14 war, erlebte Laura ihren ersten Vollrausch, mit Freunden auf dem Dachboden der elterlichen Villa. "Meine Mutter hat nicht mal gemerkt, dass wir uns aus ihren Vorräten bedient haben." Mit 16 wurde Laura mit ihrer Clique nachts auf der Straße von der Polizei aufgegriffen. Da ließ sich auch die Sucht ihrer Mutter nicht mehr vertuschen - Beamte brachten das Mädchen zu den Großeltern. Lauras Mutter begab sich erstmals in Therapie.

## **"Dann kullert ein Underberg aus dem Bücherregal"**

1,7 Millionen Menschen in Deutschland sind der Hauptstelle für Suchtfragen zufolge alkoholabhängig, weitere 1,7 Millionen konsumieren Alkohol "missbräuchlich", wie es im Fachdeutsch heißt. Fast ein Drittel dieser Menschen hat mindestens einen Elternteil, der alkoholabhängig war oder ist.

## **Kinder sind doppelt vernachlässigt**

Die Kinder leiden an einer doppelten Vernachlässigung. Der Süchtige ist krankhaft auf sein Suchtmittel fixiert - und auch sein Partner richtet die ganze Aufmerksamkeit auf ihn. Auf der Strecke bleibt das Kind.

## **Eigenes Trinkverhalten wird durch das der Eltern beeinflusst**

Die Häufigkeit und die Umstände, unter denen ihre Eltern trinken, beeinflusst das eigene spätere Trinkverhalten. In vielen Fällen greifen die Kinder früher zur Flasche oder zu anderen Drogen als Gleichaltrige.

## **In allen Gesellschaftsschichten**

"Alkoholranke Eltern gibt es in allen Gesellschaftsschichten - auch da, wo es von außen bürgerlich, gesetzt und unauffällig zugeht", sagt Nacoa-Chef Mielke. "Sucht ist eine fortschreitende Krankheit. Am Anfang wird sie kaschiert, dann kullert einem mal ein Underberg aus dem Bücherregal entgegen, und irgendwann steht auch bei einem Professor die Bude voller leerer Flaschen."

## **Offener Umgang: Kindern die Scham nehmen**

Um Kinder von Suchtkranken zu entlasten, sei es wichtig, als Gesellschaft offen über Sucht zu sprechen. "Es wäre für die Kinder viel gewonnen, wenn Sucht in der Familie nicht mehr dieses schreckliche Tabu wäre. Wir können den Kindern zwar die Sucht ihrer Eltern nicht ersparen - ihnen aber die Last der Scham von den Schultern nehmen", sagt Mielke. "Wenn Kinder über die Alkoholkrankheit ihrer Eltern in Familie, Schule und Freundeskreis so selbstverständlich sprechen könnten wie über Diabetes, wäre das für sie eine enorme Erleichterung."

## **Erbrochenes aufwischen, Schnaps kaufen**

Isa\*, heute 22, hat das Gefühl, ihre ganze Kindheit an den alkoholkranken Vater hingegeben zu haben. Gemeinsam mit ihrem jüngeren Bruder hat sie den arbeitslosen Witwer oft vom Kiosk nach Hause geschleppt, Erbrochenes aufgewischt, ihm Schnaps gekauft, damit er überhaupt stehen konnte. Trotzdem erschien sie pünktlich und ordentlich gekleidet in der Schule, machte ihre Hausaufgaben, kochte für sich und ihren Bruder. Sie organisierte den Haushalt, soweit sie das in ihrem Alter überhaupt konnte. "Wir liebten unseren Vater sehr", sagt Isa. "Und trotzdem habe ich ihn manchmal gehasst, weil er sich nicht aufraffen konnte, nicht mal unsertwegen."

## **Trinkerkind sind Geisel der Sucht ihrer Eltern**

Isas Vater starb vor wenigen Jahren: Leberzirrhose. "Weißbierkrebs", sagt Isa, gebürtige Münchenerin. Solange er lebte, war Isa wie alle Trinkerkind eine Geisel seiner Sucht. "Manchmal wussten wir nicht, ob er noch lebt, wenn wir ihn nach der Schule auf dem Sofa liegend fanden. Wenn Verwandte anriefen, logen wir das Blaue vom Himmel herunter." Sein Tod sei schmerzhaft und gleichzeitig befreiend gewesen, sagt die Studentin heute. Noch nie in ihrem Leben habe sie einen Tropfen Alkohol getrunken. "Mein Vater hat für mein Leben längst mitgesoffen."

## **Rollen von Eltern und Kindern kehren sich um**

"Kinder fühlen sich für ihre suchtkranken Eltern verantwortlich", sagt Mielke aus eigener Erfahrung. Die Rollen von Eltern und Kindern kehren sich um: Es gibt Fünfjährige, die ihre betrunkene Mutter zur Ausnüchterung aufs Polizeirevier bringen; Elfjährige, die Jugend- und Sozialamt vorgaukeln, zu Hause sei alles bestens - aus Angst, ihre Eltern zu verlieren. Das Phänomen der Parentifizierung, des Rollentausches zwischen Eltern und Kind, mussten Laura, Isa und Henning Mielke schmerzlich erfahren. Ihre Eltern haben sie ihrer Kindheit beraubt.

## **Suchtbelasteten Kindern fehlt Geborgenheit**

"Kinder aus suchtbelasteten Familien lieben ihre Eltern ebenso innig wie die Süchtigen ihre Kinder", sagt Mielke. "Doch Kinder brauchen Geborgenheit, einen Spiegel in Form von liebevollen, zuverlässigen und mitfühlenden Erwachsenen. Wenn Eltern suchtkrank sind, ist dieser Spiegel blind." Laura sagt: "Das kann man nur ganz schwer verzeihen."

*\*Namen von der Redaktion geändert*

Quelle: [http://eltern.t-online.de/alkohol-in-der-familie-wenn-mama-und-papa-trinken/id\\_16625096/index](http://eltern.t-online.de/alkohol-in-der-familie-wenn-mama-und-papa-trinken/id_16625096/index)