

Die Alkoholabhängigkeit meiner Mutter ... und wie ich mich davon befreit habe

Betroffenenbericht von Aline

Meine Eltern ließen sich scheiden, als ich fünf Jahre alt war. Die Alkoholabhängigkeit meiner Mutter war wahrscheinlich einer der Gründe dafür. Überraschenderweise wurde das Sorgerecht meiner Mutter übertragen. Mein Vater hat das Suchtproblem meiner Mutter während des Scheidungsverfahrens nicht erwähnt. Wahrscheinlich eine Art, um es sich mit niemandem zu verderben, aber mit einem Hauch von Rücksichtslosigkeit und Flucht seinerseits, da er sich trotz seiner Präsenz (physisch, finanziell) sehr schnell ein neues Leben aufgebaut hat, in dem ich keinen wirklichen Platz hatte.

Es ist nicht leicht, das zeitlich einzuordnen, aber mir scheint, dass der Alkoholismus meiner Mutter bis zu meinem zehnten Lebensjahr relativ gut zu bewältigen war. Dann ging es bergab. Sie trank immer mehr, zu Hause, heimlich. Die Probleme ließen nicht lange auf sich warten. Ich erinnere mich an diese Zeit als einen Abgrund von Hilflosigkeit und Einsamkeit. Ich wurde zum Elternteil meiner Mutter. Ich verbrachte meine Zeit damit, ihre Dummheiten auszubügeln. Sie bat mich ständig um Hilfe und darum, ihr Alkohol zu kaufen. Sie blamierte mich regelmäßig in der Öffentlichkeit und da man in einem Dorf wohnt, weiß man sehr gut, dass "jeder Bescheid weiß". Sie war oft krank, oft abwesend, verlor mehrere Jobs und häufte Schulden an, bis sie schließlich die Miete nicht mehr bezahlen konnte. Schließlich musste sie sich an das Sozialamt wenden. Als Erwachsene blicke ich mit Bitterkeit auf diese Zeit zurück, vor allem gegenüber den Erwachsenen, die mich damals umgaben. Nur sehr wenige kümmerten sich um das, was ich durchmachte. Ich war brav und schulisch erfolgreich, also "warum sich Sorgen machen". Die Alkoholprobleme meiner Mutter waren von meiner Vorpubertät bis zu meiner Volljährigkeit intensiv. Aber als ich älter wurde, hatte ich eine Gruppe von Freundinnen, mit denen ich meine Erlebnisse teilen konnte. Als ich es ihnen erklären konnte, hat mich das befreit. Mit zunehmendem Alter verbrachte ich immer weniger Zeit zu Hause, schliesslich ging ich an die Universität und zog allein in eine Einzimmerwohnung: eine riesige Erleichterung! Aber dies war auch ein großer Umbruch. Ich

war wieder allein, denn meine engen Freundinnen folgten mir nicht gleich an den neuen Ort. Es fällt mir nicht leicht, neue Bekanntschaften zu schließen, und zum ersten Mal in meinem Leben musste ich für gute Noten arbeiten. Außerdem war meine Mutter, wenn ich am Wochenende nach Hause kam, in einem schrecklichen Zustand. Irgendwann brach ich zusammen. Schließlich suchte ich jemanden bei der « Fondation Vaudoise contre l'alcoolisme » auf: die erste Person, die mich wegen meiner Co-Abhängigkeit behandelte. Das war ein großer Wendepunkt in meinem Leben, denn sie war die erste Person, die mir sagte, dass ich das nicht durchmachen musste (als ich bereits 18 war) und dass ich die Beziehung zu meiner Mutter kontrollieren konnte. Ich konnte mich weigern, sie zu sehen, wenn sie nicht in Ordnung war, und ich war nicht für sie verantwortlich. Das hat mein Leben verändert. Einige Zeit später lernte ich auch die Person kennen, mit der ich noch immer mein Leben teile. Ich habe mir ein Leben aufgebaut, das ein wenig von meiner Mutter entfernt ist. Ich besuche sie jede zweite Woche. Erstaunlicherweise entsprach der Moment, in dem ich "Stopp" sagte und mich weigerte, sie für mehrere Wochen oder sogar Monate zu sehen, einem Bewusstseinswandel bei ihr. Sie begann, sich ernsthaft behandeln zu lassen. Seitdem ist ihre Sucht unter Kontrolle, sie ist immer noch da, aber sie stellt weniger ein Problem dar. Unsere Beziehung hat sich beruhigt, auch wenn sie nie die einer Mutter und ihrer Tochter sein wird, denn trotz der Verbesserung ihrer Situation bin ich immer noch die erwachsenere, unabhängigere Person.

bleiben Sie nicht gleichgültig!

Meine abschließende Botschaft ist an Erwachsene gerichtet, die Kinder kennen, die in einer Familie mit einem oder mehreren abhängigen Elternteilen leben: Nicht gleichgültig bleiben, sich nicht sagen, dass "es schlimmer sein könnte". Wenn man Kinder in dieser Situation kennt, sollte man Fachleute um Rat fragen, um zu sehen, was getan werden kann. Man sollte auch daran erinnern, dass das "Melden" eines solchen Problems nicht unbedingt eine riesige Verwaltungsmaschinerie in Gang setzt, die die Familie zerbricht und die Kinder in ein Heim schickt. Aber es wird vielleicht dazu führen, dass jemand etwas Unterstützung erhält, der sie braucht. In meiner Kindheit und Jugend hatte ich, wenn es von außen betrachtet gut aussah, regelmäßig den starken Wunsch, morgens nicht aufzuwachen, nur damit es aufhört. Und obwohl ich im Nachhinein einige positive Erfahrungen gemacht habe, wie z. B. eine große Unabhängigkeit und einen Charakter, der sich nicht um das Urteil anderer schert, wünschte ich mir, ich hätte diese Kindheit nicht erlebt, die mich sehr misstrauisch gegenüber allen Menschen im Allgemeinen gemacht und mein Selbstvertrauen ziemlich untergraben hat.