

Lebensgeschichten von Kindern aus alkoholkranken Familien

Interview mit Marina, 16 Jahre (beide Eltern tranken)

Wie hast Du Alkoholismus in Deiner Familie erlebt?

Als kleines Kind habe ich das als selbstverständlich verstanden: Alkohol ist für die Eltern was ganz Normales. Und erst später, als ich ins Heim kam, habe ich gemerkt, dass Alkohol doch was Schlimmes ist für meine Eltern.

Inwiefern?

Sie haben sich gestritten, Sachen sind durch die Gegend geflogen, es war laut, und ich habe immer das Gefühl gehabt, dass ich daran schuld bin.

Wie hast Du Dich gefühlt?

Alleine, sehr alleine. Ich hab mich ins Zimmer gesetzt, hab ferngeguckt, hab zu niemandem irgendwas gesagt an manchen Tagen. Ich bin halt in mich selber eingekehrt, hab für mich eine eigene Fantasiewelt aufgebaut, mit Freunden, die gar nicht da waren. Ich habe mit mir selber geredet und mir viele Gedanken über mich gemacht, wie das Leben weitergeht, ob es jemals irgendwo Hilfe gibt? Ich habe immer drauf gewartet, dass Hilfe kommt, von irgendwoher. Manchmal kam auch die Polizei zu uns, wegen Ruhestörung. Und ich habe dann gehofft, dass die Polizei mich mitnimmt, was meistens auch passiert ist, dass die Polizei meine Mutter und mich entweder zu meiner Oma gefahren haben, oder wir waren einmal auch im Frauenhaus.

Gab es in Deiner Familie jemanden, mit dem Du über die Probleme sprechen konntest?

Eigentlich gar keiner. Der Streit oder das, was zuhause abging, das blieb zwischen uns. Also, das blieb in der Familie. Es durfte nicht nach draußen dringen, weil dann gab es Ärger: Warum hast Du das gemacht? Das ist peinlich für die Familie! Als das Jugendamt kam, habe ich dicht gehalten, weil meine Eltern haben halt gesagt, ich soll nix erzählen.

War Dir damals klar, dass es der Alkohol ist, der die Probleme zu Hause verursacht, oder war Dir das damals nicht klar?

Es war mir nicht klar, ich war noch sehr klein, und für mich war das ein normales Trinken. Ich wusste nicht, was Alkohol anrichtet.

Hast Du Angst gehabt?

Ja.

Wovor genau?

Mich selber haben sie nie angegriffen, sie haben sich immer nur gegenseitig gezofft und gefetzt. Das ging auch meist bis spät in die Nacht hinein, sodass ich kaum schlafen konnte. Ab und zu wurde ich auch mal für irgendwas angegriffen, für das ich gar nicht verantwortlich war. Aber ansonsten haben die mich eigentlich immer in Ruhe gelassen. Aber weil sie sich immer gestritten haben, habe ich mich immer mehr in mich gekehrt. Also, ich war immer sehr ruhig. Erst später, als ich ins Heim kam, wurde ich offener und habe mehr über meine Probleme geredet. Wäre das Heim nicht gewesen, wäre ich heute noch ein schüchternes Mädchen und würde zu keinem was sagen.

Du hast es als gut empfunden, dass das Jugendamt Dich aus der Familie rausgeholt hat?

Ja, eigentlich schon. Aber am Anfang war es für mich schlimm. Ich wurde von meinen Eltern weg genommen, die mich zehn Jahre lang aufgezogen haben. Die vom Jugendamt meinten am Anfang, ich könnte wieder zurück nach Hause, was sich dann aber nicht ergeben hat. Ich wurde rausgenommen von einem Tag auf den anderen. Und im Heim ging es mir am Anfang nicht so gut, weil alles fremd war. Das war für mich sehr schwierig.

Hat sich das irgendwann gebessert?

Ja, nach ein – zwei Jahren wurde ich dann lockerer, freier und habe nicht mehr so doll auf meine Eltern geachtet. Also ich habe probiert, mich von ihnen fernzuhalten, was aber sehr schwierig war. Dann wurde eine Gesprächsgruppe für Jugendliche eröffnet, wo die Eltern trinken. Da bin ich hin, und dann wurde es leichter. Dort hatte ich Leute zum Reden. Ich habe gelernt, zu meinen Eltern „Nein“ zu sagen, wenn ich was nicht wollte.

Du hast aber nach wie vor Kontakt zu Deinen Eltern?

Ja, je nachdem, ob ich Lust habe, sie zu sehen. Ich entscheide das ganz alleine. In der Regel bin ich ein bis zweimal pro Woche bei meinen Eltern.

Wie empfindest Du für Deine Eltern? Hast Du sie lieb?

Es sind gemischte Gefühle. An manchen Tagen habe ich sie lieb, an manchen Tagen will ich nichts mehr von ihnen wissen. Das ist immer unterschiedlich, denn man vergisst seine Kindheit nicht. Das, was passiert ist, bleibt für immer in einem drin.

Was meinst Du damit?

Sie haben mich nie geschlagen, aber das Verbale, wenn Streitigkeiten waren, das hat mich runtergerissen. Also, ich hatte keine normale Kindheit, weil, wenn man alkoholranke Eltern hat, achtet man jedes Mal darauf: Haben sie noch genügend Alkohol, sodass der Pegel ruhig ist. Nicht dass die sich auf einmal anders benehmen. Als Kind achtet man darauf, dass die Eltern Alkohol

haben. Man erkennt es irgendwo, dass die Eltern wieder Alkohol brauchen. Man spürt es einfach.

Hast Du für sie Alkohol besorgt?

Ja.

Wie ging das vor sich?

Also, mein Vater geht zur Arbeit, und wenn er nichts für meine Mutter dagelassen hat, dann hat sie mir einen Zettel geschrieben und hat mir Geld gegeben, und ich bin dann zum Zeitungsladen oder zur Tankstelle gegangen und hab dort den Alkohol geholt.

Wie alt warst Du, als Du angefangen hast, für Deine Eltern Alkohol zu besorgen?

Sieben oder acht, so ungefähr in dem Alter.

Was macht Dir heute Schwierigkeiten im Umgang mit Deinen Eltern?

Mich von meinen Eltern zurückzuhalten, also nicht so oft zu denen hinzugehen. Das sind vielleicht noch meine Probleme. Und mich nicht unter Druck setzen zu lassen. Wenn die sagen: Wenn du nicht kommst, dann wollen wir nichts mehr von Dir wissen. Also, da lösen die richtig gut was bei mir aus. Denn ich will meine Eltern nicht verlieren.

Fühlst Du Dich für Deine Eltern verantwortlich?

Ja, ein bisschen. Sie trinken zwar heute nicht mehr, aber trotzdem ist es schon hart, von zuhause immer wieder wegzugehen und immer wieder hinzukommen.

Wie gehst Du selbst mit Alkohol um?

Das ist das Problem. Ich bin 16. Jeder Jugendliche trinkt heutzutage, und ich fange jetzt auch an zu trinken, aber nicht regelmäßig. Also es hängt davon ab, welche Stimmung ist, dann trink ich auch. Aber, ich muss sehr darauf aufpassen, dass ich nicht so werde wie meine Eltern, also dass ich alkoholabhängig werde. Und das ist schon belastend.

Hast Du Angst davor, selbst alkoholkrank zu werden?

Ja, bei meiner Mutter hat es Schäden hinterlassen. Ich habe ich Angst, dass ich genauso werde wie sie.

Siehst Du Dich als gefährdet an?

Ja, wenn ich weiter trinke, kann es sein, dass ich auch abhängig werde und dass ich den Alkohol eben brauche.

Hast Du das schon so erlebt?

Nein, ich weiß, wo meine Grenzen sind. Ich weiß, wie viel ich trinken kann, und darauf bin ich eben stolz. Viele aus meinem Freundeskreis, die wissen einfach nicht, wo ihre Grenzen sind. Und wenn ich merke, dass die über ihre Grenze gehen, kommt mir wieder das Bild von damals: Die machen dann dumme Sachen, die mich einfach aggressiv machen. Da würde ich denen am liebsten eine klatschen. Wenn die dann so durch die Gegend schaukeln, nur Blödsinn labern und nichts um sich herum mehr mitkriegen.

Wie gehst Du dann mit Deinen Freunden um?

Ich kümmere mich um sie. Ich kann sie nicht einfach irgendwo links liegen lassen. Ich muss mich um sie kümmern. Das ist in mir drin, dass die Hilfe brauchen. Ich sag Ihnen: Kommt klar. Werdet wieder normal. Geht an die frische Luft. Esst was. Trinkt was Normales. Mehr kann ich auch nicht tun.

Du bist gerade auf der Suche nach einem Therapieplatz. Warum?

Ich mach mich seelisch fertig. Irgendwie fresse ich ganz viel in mich hinein. Auch wenn ich es jemandem erzähle, die Probleme sind nicht gelöst. Es bleibt trotzdem in mir drin. Manche Dinge – ich kann sie nicht verarbeiten.

Woran merkst Du das?

Manchmal ticke ich aus und tue mir selber weh. Dann schmeiße ich mich auf den Boden und schlage meinen Kopf auf den Boden - für zwei Minuten. Das geht so was von schnell... Manch einer ritzt, wenn er nicht mehr weiter weiß, andere hauen irgendwo gegen. Das ist bei jedem verschieden. Das ist ein Zeichen, dass ich Hilfe brauche.

Was erhoffst Du Dir von der Therapie?

Dass ich ruhiger werde. Dass ich über manche Dinge anders denke. Dass ich die Dinge, die ich in mir trage, dass ich die alle rausschmeißen kann aus meinem Leben.

Wissen Deine Eltern von Deinen Plänen?

Ja. Sie finden es Schwachsinn. Aber ich sage: Es ist mein Leben. Ich will es machen und nicht Ihr. Es ist meine Sache.

Was sind Deine Wünsche für die Zukunft?

Ich will mein Leben leben. Planen will ich gar nicht groß. Ich wünsche mir Glück in meinem Leben und weiter gar nichts.

Die Fragen stellte Henning Mielke.

Portrait von Laura, 10 Jahre (der Vater trinkt)

von Henning Mielke

Laura weiß genau, was sie nicht will: „Wenn mein Mann später mal Alkoholiker ist, dann trenn ich mich von ihm.“ Trotzig sagt die Zehnjährige das und ohne die Spur eines Zweifels. „Der säuft dann nur die ganze Zeit und will Geld von mir haben. So was find ich eklig.“ In Lauras Zukunftsentschluss ist ihre gesamte Kindheitserfahrung zusammengefasst: Laura ist die Tochter eines Alkoholikers.

Der Ort, in dem Laura mit ihrer Mutter lebt, ist ein ruhiges Dorf vor den Toren der Großstadt: viel Grün, wenig Autoverkehr. „Ich find’s schön hier“, sagt Laura. Mit ihrer Mutter wohnt sie in einer Neubausiedlung mit freundlichen zweistöckigen Häusern, jedes mit einem Streifen Garten. Alles ist überschaubar, akkurat und freundlich. Am liebsten ist Laura draußen und spielt mit den anderen Kindern. Knallbuntes T-Shirt, graue Leggings, die braunen Haare zum Pferdeschwanz zusammengebunden; so fegt sie mit ihren Inline-Skates über die Freifläche an der Schule. „Das macht voll Spaß“, sagt sie und hinter den Brillengläsern leuchten ihre Augen. „Wir springen immer mit den Inlinern hoch und dann sind wir im Dämonenland. Da sind ganz viele Dämonen und ein Dämonenkönig. Die müssen wir alle töten. Und wenn wir Blut abbekommen, dann werden wir selber zu Dämonen.“ Das Spiel haben sich Laura und ihre Freundinnen selbst ausgedacht. Eine Freundin macht nicht mehr mit, weil sie von dem Spiel Alpträume gekriegt hat. Aber Laura hat keine Angst vor den Dämonen.

Als sie auf die Welt kam, lebten Lauras Eltern noch zusammen in einer Wohnung. Der Vater war fast jeden Tag betrunken. Er lärmte in der Wohnung herum, brüllte die Mutter an. Die schrie zurück. Laura kann sich an diese Zeit nicht erinnern, doch noch heute muss sie weinen, wenn ihre Mutter mit der Stimme mal lauter wird. Als Laura acht Monate alt war, trennten sich die Eltern.

Mit dem Vater hat Laura seit fast zwei Jahren keinen Kontakt mehr. Wenn sie von ihm spricht, wird sie grimmig. „Zu seinem Geburtstag hab ich ihm nicht gratuliert, keine SMS geschickt, keine Karte geschrieben – gar nix.“ In diesem Punkt ist Laura knallhart: Solange der Vater noch trinkt, möchte sie mit ihm nichts zu tun haben: „Damit er mir nicht mehr im Herzen wehtut. Ich kann ihn zwar schon lieben, aber was er macht, das tut mir im Herzen weh.“ Besonders die vielen gebrochenen Versprechen des Vaters haben Laura enttäuscht, sodass sie heute gar nichts mehr von ihm erwartet. „Er hat mir einmal versprochen, dass wir joggen gehen, und dann hat er es nicht gemacht. Also dann hat er wieder getrunken und hat’s dann ganz vergessen.“ Als Laura zum letzten Mal mit ihm telefonierte, erkannte er sie nicht. „Er wusste ungefähr ein bisschen, wer ich bin. Also er dachte, ich wäre seine Tante. Und das war schon ein bisschen komisch.“

Bei aller Enttäuschung, fertig ist Laura mit ihrem Vater noch nicht. Noch immer hofft sie, dass sie eines Tages mit ihm und der Mutter wieder als Familie zusammenleben wird. „Es soll einfach schön sein. Meine Eltern sollen wieder zusammen sein und sich wohlfühlen. Und mein Vater soll aufhören zu trinken, dann bin ich auch froh. Das reicht“, sagt Laura mit gleichgültigem Tonfall, als glaubte sie selbst nicht daran, dass ihre Hoffnung in Erfüllung gehen könnte. Sie weiß, wie gering die Chancen sind, dass der Vater mit dem Trinken aufhört. „Na, er hat gesagt, er trinkt nicht, aber das stimmt ja gar nicht. Er trinkt, und er hört bestimmt nicht mehr auf, das denk ich. Dann trinkt er die ganzen Jahre und wird dann irgendwann von dem ganzen Alkohol und Bier sterben. Und dann ist er nicht mehr da.“

Wenn Laura groß ist, will sie am liebsten Sängerin werden, so wie die „No Angels“. Die findet sie cool, weil sie machen, was ihnen Spaß macht. An den Wänden von Lauras Zimmer hängen Poster der Girls-Band aus der BRAVO. Was reizt sie daran? Ruhm und Rampenlicht? Das Gefühl im Mittelpunkt zu stehen? Die Begeisterung der Fans? „Nein, ich will einfach singen, singen, singen. Eigentlich will ich gar kein Publikum haben.“, sagt Laura, nachdenklich geworden, und schiebt dann nach: „Dann arbeite ich vielleicht lieber als Verkäuferin an der Kasse.“

Ein bisschen im Mittelpunkt steht Laura jeden Mittwochabend. Dann leitet sie das „Meeting“ von Alateen, einer Selbsthilfegruppe für Kinder von Alkoholikern. „Ich finde es cool, die Gruppe zu leiten. Wenn die anderen Kinder schwatzen, dann sage ich denen, dass sie ruhig sein sollen, und dann sind sie auch ruhig.“ Laura sorgt als Leiterin dafür, dass das Gruppentreffen ordentlich abläuft und dass jedes Kind zu Wort kommt, das etwas sagen möchte. Verantwortung zu übernehmen, tut ihr gut. Vor allem aber ist ihr die Gruppe Heimat geworden: ein Ort, wo sie angenommen wird, und wo sie über alle Schwierigkeiten sprechen kann, die sie als Kind aus einer Suchtfamilie hat.

Die wenigsten der 2,6 Millionen Kinder suchtkranker Eltern haben, wie Laura, die Möglichkeit, eine der wenigen Selbsthilfegruppen oder ein therapeutisches Hilfsangebot zu nutzen. Laura ist bewusst, dass sie gefährdet ist, auch wenn sie auf keinen Fall so werden möchte wie ihr Vater. Nicht nur deswegen geht sie seit eineinhalb Jahren mit eiserner Disziplin jede Woche in die Gruppe. Es macht ihr auch viel Spaß, und sie hat in der Gruppe viele Freunde gefunden, mit denen sie sich oft privat trifft. „Ich finde das schön, dass wir da so reden können. Wenn ich ein Problem habe, kann ich es da erzählen, und alle hören mir zu. Und da lerne ich von den anderen, wie die mit ihren Problemen umgehen. Mein Leben ist ganz anders geworden. Ich habe nicht mehr so viel Stress.“

Weniger Stress gibt es vor allem zuhause mit der Mutter. Die Streitereien mit ihr waren früher so heftig, dass Laura oft Hassgefühle gegen sie hegte. Seitdem auch die Mutter in eine Gruppe für Angehörige von Alkoholikern geht, hat sich die Stimmung zwischen ihr und Laura sehr verbessert. „Durch die Gruppe ist das besser geworden. Ich hab gelernt, wie ich mit meiner Mutter besser umgehen kann.“ Auch Lauras Schulschwierigkeiten haben sich gebessert. Sie ist fröhlicher und selbstbewusster geworden. Vor einiger Zeit galt Laura als Anwärterin für die Sonderschule. Mit etwas Anstrengung könnte sie es jetzt aufs Gymnasium schaffen.

Wenn Laura etwas ändern könnte in Deutschland, dann würde sie dafür sorgen, dass es weniger Autos und weniger Drogen gibt. Selbst will sie gar nicht erst mit Drogen anfangen. Aber – klar – geraucht hat sie auch schon einmal. Eine Freundin hat sie bei einer Party probieren lassen. „Ich fand das total cool. Aber ich habe gemerkt, dass ich mehr wollte und, dass es schwer war, wieder aufzuhören. Das war mir unheimlich.“ Seitdem ist Laura oft in Versuchung, sich eine Packung Zigaretten zu kaufen, aber eigentlich will sie lieber warten, bis sie älter ist und dann entscheiden. Seit der Erfahrung mit dem Rauchen kann sie ein wenig besser verstehen, warum es ihrem Vater nicht gelingt, vom Alkohol wegzukommen. „Ich hänge immer noch dran. Ich kann mir jetzt vorstellen, dass ein Alkoholiker ohne Bier nicht auskommt. So ist es auch mit dem Rauchen. Cool finde ich es trotzdem.“

Cool findet Laura auch die Stadt. Zusammen mit der Mutter nimmt sie oft den Regionalexpress, der von ihrem Dorf direkt bis zum Hauptbahnhof fährt. „Ich will später mal dort leben, weil da immer Action ist.“ Freunde treffen, durch die Geschäfte streifen, Klamotten ausprobieren - Laura liebt das. Es ist eine so andere Welt als die ländliche Beschaulichkeit daheim. Die Stadt zieht Laura magisch an aber stößt sie auch ab, wenn ihr irgendwo auf den Straßen Menschen begegnen, die betrunken sind. Vor allem am Hauptbahnhof, wo sie mit ihrer Mutter wieder in den Zug nachhause steigt, stehen sie. „Die sind so eklig. Sie haben mich schon einmal angeschrien, und ich habe totale Angst bekommen, dass sie mich mitnehmen.“ Ihre Mutter muss sie dann ganz fest bei der Hand nehmen und sie an den Betrunkenen vorbeimanövrieren. Manchmal hat Laura doch Angst vor Dämonen.

*Der Text erschien erstmalig in:
Kinderreport Deutschland
Daten, Fakten, Hintergründe;
Deutsches Kinderhilfswerk e. V. (Hrsg.),
München 2002*

Lebensbericht von Rose, 23 Jahre (der Vater trank)

Wann mein Vater anfang, zu trinken, das weiß ich nicht mehr. Aber was der Alkohol mit meiner Familie gemacht hat, weiß ich nur zu gut. Meine Erinnerungen fangen an, als ich gerade zwölf Jahre alt war. Meine Brüder waren acht und vier Jahre alt. Da war ich also, ein kleines Mädchen, dessen Opa gerade verstorben war. Er war der einzige Mensch, der mir das Gefühl gab, dass ich etwas wert war. Mama hatte nicht wirklich Zeit für uns, sie war ständig arbeiten. Und Papa, ja der war auch arbeiten. Und wenn er dann mal da war, war er betrunken. Also kümmerte ich mich um meine Brüder, na ja, zumindest so, wie sich eine Zwölfjährige kümmern kann. Alles war wie ein Alptraum, aus dem man nicht aufwachte. Morgens ging ich zur Schule. Das Erste was ich morgens von anderen Kindern hörte war: „Geh weg, du stinkst nach Alkohol.“ Ja, Kinder können grausam sein. Diese schmerzliche Erfahrung musste auch ich machen. Freunde hatte ich nie wirklich. Wer mag schon jemanden, dessen Vater trinkt? Den meisten Kindern wurde von Ihren Eltern verboten, mit mir zu spielen. Ich selber konnte es nie verstehen, und jeden Tag fragte ich mich:

Was hab ich getan?

Bin ich schuld, dass Papa trinkt?

Was habe ich falsch gemacht?

Papas Alkoholsucht wurde immer schlimmer. Meine Eltern schlugen sich. Ich erinnere mich, als wäre es gestern gewesen. Ich lag in meinem Bett. Aus dem Schlafzimmer meiner Eltern hörte ich fürchterliche Schreie. Ich stand also auf und betrat das Schlafzimmer meiner Eltern. Mein kleinster Bruder lag in seinem Kinderbett, das vor dem Bett meiner Eltern stand. Meine Mutter lag am Boden. Mein Vater würgte sie am Hals, dann schmiss er sie direkt auf das Kinderbett. Das Bett zerbrach. Meinem Bruder passierte glücklicherweise nichts. Ich lief hinunter zu Oma. Dort blieb ich die ganze Nacht. Als ich morgens wieder hinaufging, war Mama weg. Die war abgehauen, und uns hat sie da gelassen. Sie ließ uns bei meinem trinkenden Vater allein. Mittags kam sie dann wieder und tat so, als sei nichts gewesen. Seit diesem Tag lag ich abends wach in meinem Bett. Ich legte mich mit dem Kopf unter die Bettdecke und hielt mir die Ohren zu. Ich hatte Angst, fürchterliche Angst, dass wieder etwas passiert. Die Schlägereien meiner Eltern häuften sich. Starr vor Angst lag ich jeden Abend in meinem Bett. Ich konnte nicht mehr schlafen und hatte fürchterliche Albträume.

Die Aggressionen meines Vaters stiegen ins Unermessliche. Jetzt waren auch wir dran. Er schlug uns morgens nach dem Aufstehen, er schlug uns abends vor dem Zubettgehen. Bald war es soweit, dass er nicht mehr mit der Hand auf uns einschlug, sondern mit dem Knochen eines Ochsens. Es war fürchterlich. Dann kam die Zeit, in der ich nachts aufstehen musste, wenn er so betrunken war, dass er sich übergab. Dann weckte er mich, und ich musste es aufputzen. Wenn er nachts Hunger hatte, musste ich kochen, und wenn er Zigaretten brauchte, dann musste ich nachts zum Automaten laufen. Mittlerweile war es schon so weit, dass ich Schnaps kaufen gehen musste.

Als meine Mutter dann auch endlich merkte, dass es so nicht weitergehen konnte, versteckte sie die Schnapsflaschen. Nur leider machte das die ganze Sache nur noch schlimmer, denn ich musste sie suchen. Manchmal suchte ich stundenlang, und mit jeder Minute, in der mein Vater keinen Alkohol hatte, stieg seine Aggression. Na ja, Mama konnte das ja egal sein. Sie war ja nicht da.

Der wenige Schlaf machte sich auch in meinen Schulnoten bemerkbar, und für jede schlechte Note gab es wieder Schläge. Also fälschte ich teilweise die Unterschriften auf den Arbeiten. Auch die Arbeiten von meinem Bruder unterschrieb ich. Auch bei meinen Brüdern machten sich die Familienumstände bemerkbar. Einer meiner Brüder fing an einzukoten. Er klaute, wurde aggressiv und hatte eine gestörte Einstellung zur Sexualität. Dann kam er ins Heim.

Mein anderer Bruder wurde auch sehr aggressiv. Er fing an, sich gegen meinen Vater zu wehren. Er schlug zurück, aber es war aussichtslos. Je mehr er sich wehrte, um so schlimmer wurde es für ihn. Auch bedrohte er meine Eltern mit einem Messer, und damals habe ich mir gewünscht, dass er wirklich zusticht. Zu diesem Zeitpunkt hatte ich mich schon aufgegeben. Auch ich hatte ein gestörtes Verhältnis zur Sexualität. Ich schnitt mir Arme und Beine auf. Mehrfach versuchte ich, mir das Leben zu nehmen - erfolglos. Ich war alleine. Keiner wollte mit mir reden. Keiner hörte mir zu, und keiner wollte mir helfen.

Das ganze Dorf hat darüber geredet, dass mein Vater trinkt. Alle wussten von den Zuständen bei uns zu Hause. Sie waren sensationsgeil. Sie waren geradezu dankbar darüber, dass wir so leiden mussten. Denn solange wir litten, so lange hatten Sie sich etwas zu erzählen. Aber helfen wollte uns keiner.

Wo wart Ihr? Wo waren die Nachbarn? All die Menschen, die über uns sprachen? Warum habt Ihr uns nicht geholfen?

Wir waren Kinder, unschuldige Wesen, die durch die Hölle gehen mussten. Während Ihr überlegt habt, was Ihr am nächsten Tag anzieht, haben wir zu Gott gebetet, dass wir die nächste Prügelattacke meines Vaters überleben. Und keiner von Euch hat auch nur im Traum daran gedacht, uns zu helfen. Ihr habt uns angesehen, als wären wir Monster. Ihr habt uns missachtet, und über uns gelacht.

Dann kam der Tag, an dem mein Vater zum Entzug ging. Es war eine harte Zeit für ihn, aber er hat es geschafft. Er ist trocken, und das seit über fünf Jahren. Regelmäßig besucht er die Selbsthilfegruppe der Guttempler. Auch ich habe mich in psychologische Behandlung begeben, um das Erlebte zu verarbeiten, um zu lernen, dass ich keine Schuld habe, und um zu lernen, weiter zu leben.

Leider ist das nicht so einfach. Man kann die Dinge aus seinem Gehirn nicht löschen, und vergessen kann man sie sowieso nicht. Die Vergangenheit beeinflusst die Zukunft. Meine Vergangenheit hat meine Zukunft zerstört. Auch heute habe ich Alpträume, bekomme Weinkrämpfe, habe Angst vor Fremden. Noch immer ist in mir das Gefühl der Wertlosigkeit. Ich bin wertlos. Das ist der Gedanke, der mich mein Leben lang begleitet. Ich möchte mich vor allem bei

meinem Mann bedanken, der mir gezeigt hat, dass es im Leben auch schöne Dinge gibt. Und ich möchte Gott für zwei kerngesunde Kinder danken, die mich jeden Morgen anlächeln, und die mir mit jedem Tag beweisen, dass es sich gelohnt hat, zu kämpfen.

Und allen, die lieber wegschauen als einzugreifen, möchte ich mit auf den Weg geben: Kinder sind kleine unschuldige Seelen, die sich nicht aussuchen können, wo und wie sie aufwachsen. Kinder können sich nicht alleine helfen. Kinder brauchen unsere Hilfe. Und wer wegschaut, wenn ein Kind leidet, ist genauso schuld an den Narben, die in der kleinen Seele entstehen. Wer jedoch hilft, der wird immer die Dankbarkeit und die Liebe des Kindes spüren. Ist die Liebe eines Kindes nicht das größte Glück, das man auf Erden erfahren kann?

Mit freundlicher Genehmigung der Verfasserin

So können Sie uns unterstützen

NACOA Deutschland ist auf Spenden angewiesen, um seine vielfältigen Aufgaben als Interessenvertretung für Kinder aus Suchtfamilien zu erfüllen: z. B. die Bereitstellung von Fachinformationen auf dieser Website. Bitte, geben Sie NACOA etwas zurück. Sie können → **hier** schnell und bequem online spenden. Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!

© NACOA Deutschland

Ziel von NACOA ist die Verbreitung von Informationen über Kinder aus Suchtfamilien. Texte aus NACOA-Broschüren oder Websites dürfen von anderen Institutionen unentgeltlich vervielfältigt werden, vorausgesetzt,

- dass die Nutzung der Wissensvermittlung über Kinder aus Suchtfamilien dient,
- dass mit der Nutzung keine kommerziellen Interessen verfolgt werden,
- dass vor der Nutzung eine Genehmigung durch NACOA Deutschland erteilt wurde (Anfragen unter info@nacoa.de),
- dass die genutzten Texte mit folgendem Quellenverweis gekennzeichnet werden:
© NACOA Deutschland – www.nacoa.de

Vergessene Kinder

Ist jemand körperlich behindert oder geistig schwer krank, reagiert die Umwelt mit Mitgefühl, Mitleid oder zur Weihnachtszeit mit Spenden.
Wird es anerkannt, das Herzleiden, das Krebsleiden.
Wird es anerkannt, wenn jemand nicht gehen kann oder stehen.

Ist es sichtbar.

Wenn Kinder Eltern haben, die trinken, egal, wie alt sie sind, ob acht oder achtundvierzig sieht keiner hin. Oder sieht jeder weg.
Ein Säufer, eine Säuferin - eine asoziale Familie, in der geschlagen wird, geschrieen, gelogen und vielleicht auch noch geklaut.
Mit solchen Kindern möchte keiner etwas zu tun haben.

Ich bin ein solches Kind.

Meine Striemen am Körper von den vielen Schlägen sind verheilt. Meine Tränen sind getrocknet.
Meine Erinnerungen sind irgendwo unten im Keller bei den anderen Leichen.
Und meine Mutter ist tot.

Aber ich bin am Leben.
Ich spüre die Narben jeden Tag.
Sie sind wie Nadelstiche, während ich eine Maske trage und lächle statt zu schreien.
Unsichtbare Narben und Stiche aus einer Kindheit voller Angst, Selbstzweifel, Ungewissheit, Unberechenbarkeit, Schutzlosigkeit, fehlender Geborgenheit, Zärtlichkeit, Liebe und Aufmerksamkeit.

Das alles spüre ich jeden Tag.
Und ich spüre, wie meine Gefühle allmählich auftauen und mit ihnen manch böse Erinnerung.
Wie es anfängt, verdammt wehzutun.
Weh zu tun - und keiner es sieht.

Ich möchte es Euch zeigen.
Ich möchte mich zeigen.
Zeigen, dass ich mehr bin, als „nur“ das Kind einer Trinkerin.
Das Kind aus einer Familie, die alles andere war, als asozial.
In der wir alle kämpfen mussten.
Um den Schein zu wahren. Um zu überleben.

In der ich für mich kämpfen musste und
immer noch muss, um nicht unsichtbar zu sein
mit meinen Schmerzen, meiner Kraft,
meinen Gaben, Talenten und Leidenschaften,
meinen Größen und meiner Liebenswürdigkeit
und ständig sagen:

„Hallo.... ich bin auch noch da!“

Doch wie viel zeige ich von mir,
damit mich keiner mehr so sehr verletzt,
missversteht oder nicht beachtet
wie einst?

Wer steht hinter mir,
und wer fängt mich auf?

Und lässt mich nicht wieder fallen
wie damals....

München, Dezember 2007
© Beate Sommer