

Die Stimme der Angehörigen

*Sie versetzen Berge für andere – und müssen schauen, dass sie selbst nicht vor die Hunde gehen. Sie werden laufend versetzt und freuen sich riesig über ein Familientreffen, das einfach mal klappt. Frau Locher und Frau Antonino (43) erzählen vom Leben als *Angehörige von Suchtbetroffenen.*

Frau Locher (77)

Mit 14, 15 begann mein Sohn zu kiffen, dann kam Heroin dazu, schliesslich auch Kokain. Die Automechaniker-Lehre hat er abgebrochen. Als Beat 20 Jahre alt war, ist er das erste Mal von den Drogen losgekommen. Er wurde wieder rückfällig, machte Therapien. Er dealte und musste ins Gefängnis. Dann wohnte Beat neun Jahre in der gleichen Wohnung, heute ist seine Wohnsituation unklar. Beat ist jetzt 48 und bekommt eine IV-Rente. Zuletzt dachte ich, er sei clean, mein jüngerer Sohn sagt aber, er nehme sicher noch etwas. Beats Körper ist von der Sucht schwer gezeichnet, er hat Hepatitis, und seine Venen findet man nicht mehr, wenn man ihm Blut abnehmen möchte.

Wie ist Ihre Beziehung?

Beat war ein fröhliches Kind. Und intelligent – auch zum Dealen braucht es ja eine gewisse Raffinesse. Mein Mann und ich trennten uns, als Beat vier war. Er hat sehr an seinem Vater gehangen. Ich hätte gerne mehr Zeit für die Kinder gehabt, aber ich bin so erzogen worden, dass man nicht vom Staat abhängig ist, darum habe ich mich weitergebildet und mehr gearbeitet. Alimente bekam ich selten. Dann bin ich manchmal abends hundemüde nach Hause gekommen, und es sassen vier oder fünf Drögeler in der Wohnung – furchtbar! Oft wurde es laut zwischen Beat und mir. Gleichzeitig habe ich alles für ihn gemacht. Die letzten Jahre ist er meistens am Sonntag zum Znacht gekommen, so sah ich, wie es ihm geht. Heute aber kommt er kaum mehr, wir telefonieren nur noch ab und zu. Ich hänge sehr an meinem Sohn, aber ich musste erkennen, dass ich mich mehr lösen muss.

Wie können Sie helfen?

Ist es noch Ihr Ziel, Beat von den Drogen wegzubringen?

Ganz weg von den Drogen kommt Beat mit 48 nicht mehr, da mache ich mir keine Illusionen. Er ist krank. Man kann vielleicht kleine Verbesserungen im Alltag erzielen. Der Schalter 20 hilft ihm heute. Früher habe ich schriftliche Sachen wie die Steuererklärung immer für Beat gemacht, aber das mache ich einfach nicht mehr. Ich habe einen grossen Schritt zurück gemacht, denn ich habe gemerkt, dass ich Beat letztlich nicht helfen kann, wenn ich ihm alles abnehme. Er merkt das natürlich und wird oft verbal aggressiv. Jetzt haben wir mit den Handy-Sprachnachrichten eine neue, entspanntere Methode zum Streiten entdeckt: da lärmt er mir rein, dann bin ich sauer, kann mir aber Zeit nehmen zum Runterfahren, dann lärmte ich irgendwann zurück, und nach zwei Stunden kommt er und sagt: «Ja, Mami, du hast schon Recht.»

Gibt es auch Lichtblicke in Ihrer Beziehung?

Kürzlich hatte Beats jüngerer Bruder Geburtstag, und obwohl die zwei nicht viel Kontakt haben im Moment, kam Beat auch. Dazu kam auch noch Maik, den

beide gut kennen. Wir gingen in einen Restaurant, und das ging wirklich gut. Während es sonst zu dritt oft Streit gibt, blieb es bei diesem Geburtstagsessen wirklich schön und friedlich. Dazu hat Maik viel beigetragen. Es ist oft gut, wenn eine Drittperson dabei ist, Beat hat auch sonst schon ein paar Mal Kollegen mitgebracht, wenn er Angst hatte, dass es wieder Lämpe gibt.

Wo kamen Sie persönlich an Ihre Grenzen? Wo finden Sie Unterstützung?

Ich erhoffe mir einiges von der Kinder- und Erwachsenenschutzbehörde, der KESB. Ein Beistand für Beat wäre super. Das würde auch mich sehr entlasten. Ich selber bin gut vernetzt. Bei meiner Schwägerin kann ich immer wieder mal gut abladen. Mit meinen Kolleginnen rede ich aber bewusst über anderes als über meinen Sohn. Spannend ist noch dieser junge Mann, der über mir wohnte und manchmal zu mir zum Essen kommt. Der ist erst 37 und kann sich gut in die Jungen hineinversetzen. Er hört mir zu. Das ist ein bisschen wie ein Ersatzsohn. Und wir haben es richtig lustig. Wir haben uns kennengelernt, weil sein Küchentuch auf meinen Balkon gefallen ist. Dann habe ich ihm gesagt, er hätte ja nur geläutet, weil er dachte, da wohne eine junge Frau. Mittlerweile ist er verheiratet und hat ein Kind. Es ist schön, seinen Werdegang zu verfolgen.

Was würden Sie anderen Angehörigen von Drogenabhängigen raten?

Wichtig ist sicher, Hilfe von Anlaufstellen wie dem Schalter 20 anzunehmen. Ich habe auch Selbsthilfegruppen ausprobiert, aber nach zweimal habe ich aufgegeben, da wurde mir zu viel darüber schwadroniert, dass der Sohn oder die Tochter jetzt weg wäre von den Drogen. Das war mir zu unehrlich. Ich muss schon sagen, ich bin ehrlicher und energischer geworden im Laufe dieser Zeit. Darauf bin ich auch ein bisschen stolz. Manchmal denke ich heute noch, ich müsste möglichst lang leben für meine Söhne. Doch das ist Gugus. Man kann nicht ein Leben lang für die Angehörigen da sein.

Frau Antonino (43)

Paola ist meine grosse Schwester, sie ist 6 Jahre älter. Mit 13 begann sie zu kiffen, dann kam das ganze Programm mit Kokain, Heroin, Medikamenten, Alkohol, mehreren Entzügen. Jetzt ist Paola mindestens weg von der Gasse. Sie hat ihr Methadon und muss ihre Drogen immerhin nicht mehr selber besorgen. Sie hat eine Wohnung und vor allem ihren Hund. Aber es geht ihr immer wieder sehr schlecht. Sie trinkt sehr viel. Sie wird nächstens 47 Jahre alt, der Körper zeigt die Spuren der Sucht, das belastet Paola. Sie trauert oft dem Verpassten nach. Vor einem Jahr hat sie dann noch ihren Freund tot aufgefunden. Psychisch geht es ihr alles andere als gut.

Wie ist Ihre Beziehung?

Paola und ich sind uns nahe, ich habe sie sehr gern. Aber manchmal könnte ich sie auf den Mond schiessen! Sie beansprucht meine Hilfe bei fast allem, was sie macht: Geld abholen, Wohnung putzen, sie ruft mitten in der Nacht an, wenn sie Lämpe hat. Ich bin ihr «Bringmerholmlängmer». Ich sollte wohl etwas zurückschrauben damit, aber wenn ich einmal Nein sage, ist sie unheimlich eingeschnappt. Wenn sie Geld braucht, und ich gebe ihr nichts, droht Paola, sie gehe dann halt zum Bahnhof und komme schon irgendwie an ihr Geld. Sie kennt meine Angst genau, dass ich wieder mitten in der Nacht ein Telefon von der Polizei bekomme und sie da rausholen muss. Das grenzt an Erpressung. Paola sieht auch überall weisse Mäuse, hat zum Beispiel das Gefühl, jemand klaue ihre Kleider in der Waschküche. Das grenzt an Verfolgungswahn; ich muss sie da immer wieder beruhigen.

Wie können Sie helfen?

Ist es noch Ihr Ziel, Paola von den Drogen wegzubringen?

Als Paola vor zehn Monaten wieder in die Nähe unserer Wohnung gezogen ist, wo ich mit meinen beiden Kindern und unserer Mutter wohne, da hatte ich Hoffnungen. Aber jetzt kippt es wieder. Paola sagt immer wieder kurzfristig Abmachungen ab. Ich habe schon einmal drei Geburtstagskuchen hintereinander für sie gebacken, weil sie immer wieder abgesagt hatte. Das vergesse ich nie, ich kann diesen Scheissrüblikuchen nicht mehr sehen. Die letzten Telefonate waren wirklich wieder ein einziges Gejammer. Immer «ich, ich, ich»! Wenn ich dann sage, mein dreijähriger Sohn sei krank, ich hätte keine Zeit, dann macht sie mir Vorwürfe, bis ich fast wieder ein schlechtes Gewissen habe. Nein, ganz von den Drogen wird Paola kaum mehr wegkommen, auch wenn ein Fünkchen Hoffnung bleibt. Sie wird wohl irgendwann wieder mal nach St. Urban gehen, dann sind immerhin die weissen Mäuse eine Zeitlang versorgt.

Gibt es auch Lichtblicke in Ihrer Beziehung?

Letzthin beim Grillen hat es einfach einmal geklappt. Die ganze Familie war da. Wir haben extra in Paolas Nähe abgemacht, damit sie auch mit ihrem Hund kommen kann, sie kam dann aber mit ihrem Elektrotrot-

ti. Sie war gut drauf. Wir reden dann über allerlei, oft über ihren Hund, der ihr sehr wichtig ist, aber eben auch übergewichtig. Wobei ich dann schon sehr ehrlich bin und ihr sage: «Paola, der Hund ist krank, weil du krank bist. Du projizierst deine Psyche auf den Hund. Du kannst mir nicht sagen, der will nicht raus – du schnippst mit dem Finger, und der kommt. Du bist es, die nicht raus will.»

Wo kamen Sie persönlich an Ihre Grenzen? Wo finden Sie Unterstützung?

Ich bin schon ziemlich auf mich allein gestellt. Ich vergesse mich oft und funktioniere einfach. Alle kommen zu mir, meine Mutter, die krank ist, der Vater, die Schwester, die Kinder sowieso. Ich vermittele, halte die Familie zusammen. Das tut mir nicht gut, ich war kürzlich selber schwer krank. Ich hätte viele Freunde, aber bei mir kommt dann halt auch oft etwas dazwischen. Im Sommer gab es das dann doch ein paar Mal, dass ich einfach in die Badi ging und sagte: macht doch, was ihr wollt. Wenn ich dort Leute treffe, tauchen wir in eine andere Welt ab, da habe ich keine Lust, die Probleme in meiner Familie zu wälzen. Eine Insel der Erholung war übrigens auch meine Arbeit, als Malerin, in einer Autogarage, im Service ... aber seit meiner Krankheit kann ich nicht mehr arbeiten. Ich hätte schon Leute, die ich anrufen und die mich unterstützen könnten, aber ich denke zu oft, dass ich das schon selber schaffe.

Was würden Sie anderen Angehörigen von Drogenabhängigen raten?

Also, ich würde zuerst versuchen, herauszufinden, warum jemand Drogen nimmt. Oft geht es ja um Unsicherheiten, man will etwas überdecken, dann macht vielleicht eine Therapie Sinn oder die Änderung des Umfelds. Ich denke, man muss schnell reagieren. Man kann nicht grundsätzlich sagen, dass etwas im familiären Umfeld nicht stimmt. Obwohl unsere Eltern getrennt sind, haben sie sich die Beine für uns ausgerissen.

Remo Wiegand

Freier Journalist, www.remowiegand.ch

Alle Namen im Text wurden geändert.

Angehörige von Personen mit einer Suchtthematik

Angehörige von suchterkrankten Personen – wir sprechen hier von Eltern, Geschwistern, Kindern, Partner*innen, nahen Freund*innen und weiteren Personen aus dem Umfeld – tragen die aus der Sucht resultierenden Problematiken direkt oder indirekt mit.

Es ist bekannt, dass Angehörige eine erhöhte Rate von stressbedingten Erkrankungen wie z. B. Burn-out, Depressionen, Schlafproblemen und Panikattacken sowie psychosozialen Beeinträchtigungen wie Isolation, Chancengleichheit und Mitbetroffenheit von Armut aufweisen.

All das heisst: nicht nur die suchterkrankten Personen

brauchen Unterstützung, sondern auch ihre Angehörigen. Diese Erkenntnis hat sich in den letzten Jahren allmählich durchgesetzt und führt dazu, dass es heute spezialisierte Beratungsangebote für diese Menschen gibt.

Im Kanton Luzern ist eine solche Beratungsstelle noch Mangelware: Akzent und auch die Fachstelle KLICK fungieren für Arbeitgebende und Personen aus dem Schul- bzw. Vorschulbereich als Anlaufstellen bei Fragen zu Sucht und Umgang damit. Direktbetroffene Einzelpersonen aber haben bis jetzt nur dann die Möglichkeit, professionelle Beratung für ihre schwierige Situation zu bekommen, wenn ihre suchtbetroffenen An-

gehörigen bereits in einer Einrichtung mit medizinischem bzw. psychiatrischem Angebot behandelt werden. Die Teilnahme an Selbsthilfegruppen ist eine weitere Möglichkeit für diese Menschen, ihre Mitbetroffenheit aufzuarbeiten.

In den Beratungsstellen des Vereins Kirchliche Gassenarbeit (Schalter 20 und Paradiesgässli) finden die Angehörigen von süchtigen Menschen ein offenes Ohr, jedoch können sie mangels Finanzierung nicht langfristig betreut und beraten werden. Der Kanton Luzern hat jedoch die Absicht erklärt, diese Angebotslücke in näherer Zukunft mit einem geeigneten Angebot zu schliessen.