

Im Vollrausch durch die Jugendzeit

Suchtwoche: Interview mit einer Ex-Trinkerin

Den ersten Bierrausch hatte Melanie mit 13, später trank sie fast jeden Tag. Neun Jahre ihres Lebens war die heute 26-Jährige alkoholabhängig. Anlässlich der am Donnerstag (14.06.07) beginnenden Suchtwoche erzählt sie WDR.de, wie sie vom Alkohol losgekommen ist.

WDR.de: Wie geht's Dir heute?

Melanie: Mir geht's echt wunderbar. Ich bin glücklich.

WDR.de: Flatrate-Saufpartys sind in aller Munde. Nach vielen Jahren Entzug, sind sie eine Gefahr für Dich, rückfällig zu werden?



Hat's geschafft: Melanie aus Bonn

Melanie: Dadurch, dass ich so lange süchtig gewesen bin, hab' ich den Kontakt zu Leuten, die da hingehen, komplett abgebrochen. Mein Freundeskreis besteht heute hauptsächlich aus Leuten, die ich in der Therapie kennen gelernt habe. Und weil die alle keine Drogen nehmen und nicht trinken, bin ich da gut aufgehoben. Das wäre anders, wenn ich mit Leuten zusammen wäre, die trinken, dann kommt man schon eher in Versuchung.

WDR.de: Wann hast Du das erste Mal Alkohol getrunken?

Melanie: Mit 13 hab' ich mit "harmlosem" Bier angefangen. Damals war ich noch auf dem Gymnasium. Da gab's große Mittelstufenpartys und auch schon Alkohol. Irgendwann hab' ich dann harte Sachen wie Wodka getrunken - bald auch regelmäßig.

WDR.de: Wann hast Du gemerkt, dass Dein Alkoholkonsum ausufert?

Links

- ▶ Alkoholfreies statt Hochprozentiges
- ▶ Vorbilder sitzen zu Hause [tagesschau.de]

Melanie: Darüber hab' ich mir schon ziemlich früh Gedanken gemacht. Mit 14 fand ich es schon nicht normal, so häufig zu trinken. Aber ich hab' mich nicht geändert, weil mein Umfeld und meine Freunde genauso waren. Der Rausch gehörte zum Leben dazu. Ich hab' mir zwar manchmal Gedanken gemacht - vor allem wenn ich einen Kater hatte -, aber dann war ich auch bald wieder so dicht, dass sich das dann wieder erledigt hatte.

WDR.de: Und Deine Eltern haben nichts mitbekommen?

Melanie: Meine Eltern haben sich scheiden lassen, als ich sechs war. Meine Mutter hatte ziemlich bald einen neuen Freund, bei dem wir dann eingezogen sind. Und der war Alkoholiker. Harte Sachen hat er zwar nicht getrunken, aber dafür schon morgens Bier. Wenn man so was Zuhause vorgelebt bekommt, verliert man schnell den Blick dafür, was normal ist und was nicht. Man findet das alles dann auch irgendwann nicht mehr so schlimm.

WDR.de: Hatte das Auswirkungen auf die Schule?

Melanie: Im Gymnasium bin ich in der achten Klasse zwei Mal sitzen geblieben und dann auf die Hauptschule gewechselt. Da bin ich mal zur Schule gegangen, mal nicht. Auf dem Schulhof haben wir gekiff't. Und am Wochenende sind wir feiern gegangen. Oft bin ich am Montagmorgen von einem Club direkt in die Schule. Mein Hauptschulabschluss war grottenschlecht. Bis ich 22 war, hab' ich dann eigentlich nichts mehr gemacht - außer Drogen zu nehmen.

WDR.de: Wann war für Dich der Punkt erreicht, fremde Hilfe zu suchen?

Melanie: Zum ersten Mal mit 20, als mein Freund an einer Überdosis Heroin gestorben ist. Da habe ich in der Klinik eine Entgiftung gemacht. Ich wollte wirklich aufhören. Hab' es aber nicht geschafft, weil ich über meinen alten Freundeskreis wieder reingerutscht bin. 2003 habe ich es nochmal probiert und bin dann in Therapie. Diesmal klappte es. Auch weil ich von Bonn weg bin und die alten Freunde hinter mir gelassen habe.



Therapie in der Schlosspark-Klinik

WDR.de: Hattest Du Angst vor der Therapie?

Melanie: Ich hatte tierische Angst. Therapie war immer so weit weg. Wenn Du dann aber plötzlich zu dem Punkt kommst, an dem Du zum letzten Mal etwas trinkst oder einnimmst, macht das Angst. Die Drogen waren bis dahin immer so präsent und haben mein Leben geprägt. Da ist man dann erstmal völlig orientierungslos und weiß nicht, was auf einen zukommt.

WDR.de: Wie lang dauerte der Entzug?

Melanie: Die Entgiftung und die anschließende Therapie in der Schlosspark-Klinik in Bergisch Gladbach dauerten rund ein dreiviertel Jahr.

WDR.de: Was machst Du heute?

Melanie: Ich wollte schon immer im sozialen Bereich arbeiten. Als ich mit der Therapie fertig war, habe ich mich auf der Abendschule angemeldet und den Realschulabschluss nachgeholt. Tagsüber arbeitete ich in einem Kinderhort. Danach hab' ich Fachabitur gemacht und seit letztem Jahr studiere ich Sozialwissenschaften.

WDR.de: Wenn Du jetzt abends ausgehst, wo gehst Du hin?



Auch alkoholfreie Cocktails sind lecker

Melanie: So oft gehe ich nicht mehr weg. Auch weil ich mich vor einem Rückschlag schützen will und es auch nicht herausfordern möchte. Wenn ich mal mit meinen Freunden weggehe, dann ins Kino oder nach Köln rein. Aber da muss ich dann wirklich in der Stimmung sein. Wenn ich nicht so gut drauf bin, kann ich auch dort nicht in Stimmung kommen. Das erste Mal nach der Therapie, als ich total clean in einer Diskothek stand, habe ich mich total unwohl gefühlt. Alle Leute um mich 'rum waren am Trinken oder auf Drogen. Ich wollte nur noch nach Hause.

WDR.de: Hast Du nicht ab und zu Lust, etwas zu trinken?

Melanie: Wenn man wie ich ein Suchtmensch ist, weiß man, dass man nicht einfach zwischendurch mal wieder was trinken kann. Es würde dann nicht bei dem einen Mal bleiben. Ich hätte schon ab und zu Bock drauf. Aber wenn ich dann sehe, wie dann bei anderen die Stimmung kippt, wenn die total betrunken überm Tisch hängen oder vom Kiffen total breit sind, dann vergeht mir auch schon wieder die Lust. Dann bin ich immer froh, dass ich nicht mitgemacht habe.

WDR.de: Was rätst Du Betroffenen, die merken, dass bei Ihnen etwas aus dem Ruder läuft?

Melanie: Gleich professionelle Hilfe aufsuchen. Man verpasst einfach so viel vom Leben. Das ist so schade. Ich merke erst jetzt, was mir in der Jugend alles entgangen ist.

Das Interview führte Frank Staudenmayer

Mehr zum Thema

- ▶ Jugendliche im Rausch
- ▶ Suchtberatungsstellen, Selbsthilfeorganisationen, Literatur
- ▶ "Man lernt, perfekt zu lügen"
- ▶ Kinder alkoholabhängiger Eltern leiden oft im Verborgenen (25.05.07)
- ▶ Alkohol - zwischen Genussmittel und Sucht
- ▶ Infos von Planet Wissen (23.05.07)
- ☑ Suchtwoche: Alkohol - Verantwortung setzt die Grenze
- ☑ Alle Infos, Veranstaltungskalender, Ansprechpartner
- ☑ Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen
- ☑ Homepage des Vereins in Hamm
- ☑ Suchtkrankenhilfe Blaues Kreuz
- ☑ Beratungsangebote, Einrichtungen, etc.